



Администрация Богородского муниципального округа Нижегородской области
Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Центр внешкольной работы»

Рассмотрена на заседании
педагогического совета
протокол №1 от 26.08.2023г.

Утверждена приказом директора
МБУ ДО «ЦВР»
№ 210 от 31.08.2023 г.



*Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа*
«Каскад»
(базовый уровень)

Возраст обучающихся: 10-16 лет

Срок реализации: 1 год

Автор-составитель:
Щенникова Ю.Э.,
педагог дополнительного образования

г.Богородск
2023

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «Каскад» имеет **туристско-краеведческую направленность**. Программа базового уровня, разработана с целью реализации на создаваемых новых местах дополнительного образования детей в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в соответствии с нормативно-правовыми требованиями развития дополнительного образования детей и в соответствии с:

- Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».

- Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. 2020 года) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

- Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.

- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. р (ред. от 30.03.2020).

- Паспортом национального проекта «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).

- Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).

- Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями,

осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".

- Письмом Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

- Методическими рекомендациями по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Актуальность программы - особенность современных школьников является то, что они в большинстве своем имеют слабые понятия о туристско-краеведческой деятельности и о роли умений ориентироваться на незнакомой местности для безопасного нахождения в природной среде.

Обучение по данной программе позволит детям устранить этот недостаток. За период обучения дети получают начальные знания и умения по ориентированию на местности, изучат историю родного края.

Данная программа реализуется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» в рамках национального проекта «Образование» в части создания новых мест дополнительного образования детей в образовательных организациях Нижегородской области.

Направленность программы – туристско-краеведческая. Программа направлена на развитие познавательных интересов.

Отличительные особенности программы. Программа позволяет познакомить обучающихся с азами топографии и ориентирования на местности.

Предназначение настоящей программы заключается в том, чтобы заинтересовать обучающихся дальнейшим совершенствованием своих навыков в интересном и захватывающем занятии – ориентировании на местности, изучению краеведения.

Адресат программы - программа рассчитана на обучающихся 10-16 лет.

Цель программы – знакомство обучающихся с основами топографии и ориентирования на местности, изучение истории родного края.

Задачи программы.

Образовательные:

- освоение базовых знаний и навыков ориентирования на местности;
- формирование навыков обращения с компасом и картой;
- знакомство с историей родного города, области;
- знакомство с основами физической культуры.

Воспитывающие:

- формирование нравственных качеств;
- воспитание любви к родному краю, окружающей природе;
 - воспитание ценностных ориентиров: трудолюбия, воли и настойчивости в достижении целей;
 - воспитание ответственного отношения к обязанностям в группе (команде) деятельности;
- формирование навыков индивидуальной и коллективной работы в достижении общей цели.

Развивающие:

- развитие памяти, наблюдательности;
- формирование пространственного мышления;
 - совершенствование коммуникативных и творческих способностей учащихся;

- развитие интереса к самостоятельным действиям и работе в команде.

Объем и срок освоения программы

Срок реализации данной программы 1 год. Курс обучения рассчитан на 72 учебных часа, 36 учебных недель в год.

Формы обучения

Формы занятий: теоретические и практические на местности, практические - аудиторные. Занятия на местности проводятся в светлое время суток в сухую погоду при температуре не ниже минус 5 градусов. При неблагоприятных условиях допускается перенос занятий в здание образовательного учреждения.

Режим занятий: Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа.

Ожидаемые результаты. Основные умения и навыки к концу обучения.

Учащиеся должны знать:

1. Правила техники безопасности.
2. Знать терминологию, связанную с тематикой программы.
3. Знать основы гигиены туриста
4. Знать теорию организации и проведения походов.

Учащиеся должны уметь:

1. Владеть картографическими навыками.
2. Ориентироваться на местности по компасу и местным признакам.
3. Уметь подбирать и использовать личное и групповое снаряжение в походе.
4. Применять простейшие туристические навыки на практике.

Программа реализуется в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

«Каскад»

№ п/п	Название раздела	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации/ контроля
1	Введение	8	8		Беседа с диалогом
2	Основы гигиены и первая медицинская помощь.	4	2	2	Тест
3	Топография и ориентирование.	12	4	8	Тест, устный опрос
4	Техника туризма.	12	2	10	Зачетные задания
5	Ориентирование по местным признакам	4	2	2	Тест
6	Узлы и их применение. Преодоление крутых склонов	12	2	10	Вязка улов, выполнение техники спуска и подъема
7	Преодоление естественных препятствий.	8	1	7	Тест
8	Установка и снятие палатки. Укладка Рюкзака	10	1	9	Зачетные задания
9	Итоговое занятие	2	2		Поход
Всего часов		72	24	48	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

№	Тема	Теория	Практика	Всего часов
1	Введение	8		8
	Введение в туризм.	1		
	История развития туризма в России. Этика туризма. Законы туристов. Особенности пешеходного туризма.	1		
	Туристское снаряжение и требования к нему.	1		
	Инструктаж по ТБ в походе.	1		
	Родной край, его природные и туристские возможности.	1		
	Организация проведения походов	1		
	Возможные туристические маршруты по родному краю	1		
	Техника безопасности на занятиях в походе	1		
2	Основы гигиены и первая медицинская помощь	2	2	4
	Гигиена туриста. Раны и кровотечения	1		
	Характерные заболевания в походе и их профилактика.	1		
	Уход за больным в походе. Походная, групповая и личная аптечки.		1	
	Оказание первой помощи при ранениях. Оказание первой помощи при травмах.		1	
3	Топография и ориентирование	4	8	12
	Местность, основные понятия и определения.	1	1	
	Топографическая подготовка.	1	1	
	Топографическая карта	1	1	
	Ориентирование.	1	1	
	Работа с компасом и картой		1	
	Ориентирование на маршруте.		1	
	Работа с компасом, определение азимутов, движение по заданным азимутам.		1	
	Решение задач по карте местности		1	
4	Техника туризма	4	10	14
	Краеведческая работа в туристском походе.	1	1	
	Экологическая работа в туристском походе.	1	1	
	Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана-графика похода. Маршруты линейные и кольцевые.	1	1	
	Наведение переправы по бревну с перилами, без перил.	1	1	
	Броды через равнинные реки, выбор места брода, и способ прохождения.		1	
	Подбор необходимого группового и личного снаряжения в зависимости от погоды и района путешествия.		1	
	Туристские биваки и требования к ним.		1	
	Бивачные работы, принципы организации и проведения.		1	
	Обеспечение безопасности в походе и причины аварий.		1	
	Сигналы бедствия и взаимодействие спасателями		1	

5	Ориентирование по местным признакам	2	2	4
	Ориентирование по природным признакам	1	1	
	Необходимость наблюдений за погодой в походе.	1	1	
6	Узлы и их применение. Преодоление крутых склонов	2	10	12
	Назначение и виды туристских узлов.	1	1	
	Техника вязания узлов.	1	1	
	Вязка туристских узлов (прямой, булинь, схватывающий)		1	
	Узлы: «простой» и «двойной проводник», «восьмерка», «прямой», «встречный», «прямой», «встречный», «схватывающие» узлы.		1	
	Вязка узлов: «ткацкий», «брамшкотовый», «проводник», «удавка», «схватывающий».		1	
	Грудная обвязка, карабины и зажимы.		1	
	Работа с веревками. Работа с карабинами.		1	
	Страховка и самостраховка		1	
	Движения на подъемах и спусках		2	
7	Преодоление естественных препятствий	1	7	8
	Особенности пешеходного туризма.	1		
	Характеристика естественных препятствий, встречающихся в пешеходном путешествии.		1	
	Категорирование препятствий в пешеходном туризме.		1	
	Техника передвижения и преодоления естественных препятствий.		1	
	Техника передвижения по тропам и дорогам.		1	
	Техника передвижения через болото – «гать»		1	
	Техника передвижения через водоем. Выбор места.		1	
	Наведение переправ		1	
8	Установка и снятие палатки. Укладка рюкзака	1	9	10
	Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	1	1	
	Установка палаток, размещение вещей в них.		1	
	Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.		1	
	Отработка на время установки и снятия палатки		1	
	Типы рюкзаков. Преимущества и недостатки различных рюкзаков. Правила укладки рюкзаков.		1	
	Костры и костровое хозяйство.		1	
	Разучивание туристических песен		1	
	Подготовка к пешему походу		1	
	Пеший поход		1	
9	Итоговое занятие. Промежуточная аттестация.	2		2
	Итого	24	48	72

02 » 09 2023г.

Формы аттестации. Оценочные материалы

Формы контроля (аттестации) и способы определения результативности освоения программы.

Результативность освоения программы отслеживается по итогам пешего похода.

Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего года на каждом занятии и представляет собой основную форму контроля. Используются такие методы, как наблюдение, опрос, контрольные испытания, учебно-тренировочные занятия, где учащиеся могут применить свои знания на практике, выполняя задания коллективно и индивидуально. По окончании раздела проводится тестирование, либо сдача нормативов на время или правильность, либо выполнение практического задания.

Промежуточный контроль проводится по окончании полугодия в форме тестирования, участия в соревнованиях и конкурсах различного уровня.

Итоговый контроль проводится в конце учебного курса в виде многодневного похода. Цель – выявление результатов обучения, определение качества приобретенных знаний, сформированных двигательных умений, навыков, подготовка и проведение походов, зачетных соревнований по ориентированию, технике туризма, быту и т.д.

Теоретическая подготовка

1.Освоенность образовательной программы

Ниже среднего уровень (учащийся овладел менее чем половиной объёма знаний, предусмотренных программой)

Средний уровень (объем усвоенных знаний составляет более половины)

Высокий уровень (учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой)

Наблюдение, тестирование, анкетирование, самостоятельная работа

2.Владение специальной терминологией

Ниже среднего (учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины)

Средний уровень (учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой)

Высокий уровень (специальные термины употребляют осознанно и в полном соответствии с их содержанием)

Практическая подготовка

1.Сформированность учебных умений и навыков, предусмотренных программой

Ниже среднего (учащийся овладел менее чем половиной предусмотренных умений и навыков)

Средний уровень (объем усвоенных умений и навыков составляет более половины)

Высокий уровень (учащийся освоил практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой)

Самостоятельная работа

2. Умение пользоваться источниками информации

Ниже среднего (учащийся испытывает серьёзные затруднения при работе с литературой и с компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога)

Средний уровень (работает с литературой и компьютерными источниками информации с помощью педагога)

Высокий уровень (работает с литературой и компьютерными источниками информации самостоятельно, не испытывая особых затруднений)

Креативность

Уровень развития творческих способностей

Ниже среднего (учащийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания)

Средний уровень (выполняет в основном задания на основе образца)

Высокий уровень (выполняет творческие задания с элементами творчества)

Творческая работа, тестирование

Условия реализации программы

1. Учебный кабинет (парты, стулья)
2. Мультимедийная установка
3. Экран

Материально-техническое оснащение в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование» в части создания новых мест дополнительного образования детей в образовательных организациях Нижегородской области:

4. Спальный мешок – 12 шт
5. Трекинговые палки – 12 шт
6. Фонарь налобный – 12 шт
7. Палатка туристская с тентом – 4шт
8. Палатка базовая– 1 шт
9. Оборудование для приготовления пищи – 1 шт

- 10. Система страховочная – 12 шт
- 11. Каска – 12 шт
- 12. Карабин – 12 шт
- 13. Перчатки – 12 шт
- 14. Спусковое устройство – 12 шт
- 15. Зажим – 12 шт
- 16. Ролик трек – 12 шт
- 17. Веревка страховочно-спасательная – 100 м
- 18. Шнур полиамидный – 30 шт
- 19. Коврик теплоизоляционный – 12 шт
- 20. Тент от дождя – 1 шт
- 21. Фонарь групповой – 1 шт
- 22. Курвиметр – 2 шт
- 23. Зарядное устройство на солнечных батареях – 3 шт
- 24. Компас жидкостный – 12 шт
- 25. Бинокль – 2 шт

Методические материалы

Для реализации программы используются разнообразные формы и методы проведения образовательной деятельности: беседы, практические и исследовательские задания, демонстрация видеоматериалов, иллюстраций, слайдов, репродукций. При необходимости проводятся дополнительные упражнения для отработки тех или иных навыков и умений, для помощи в завершении работы.

Формы и методы используемые для реализации программы:

1. Наглядные (просмотр фрагментов мультипликационных и учебных фильмов, обучающих презентаций, изучение схем, карт, иллюстраций, дидактические игры, личный пример взрослых).

2. Словесные (чтение художественной литературы, беседы, дискуссии, моделирование ситуации).

3. Практические (игровые ситуации, элементарная поисковая деятельность, моделирование ситуации, конкурсы, походы, турслеты, соревнования).

Список литературы

Нормативно-правовые документы

1. Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года».
2. Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. 2020 года) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
3. Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р.
4. Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р. р (ред. от 30.03.2020).
5. - Паспортом национального проекта «Образование», утвержденный на заседании президиума Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 г. № 16).
6. Паспортом федерального проекта «Успех каждого ребенка», утвержденный президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018 года № 16).
7. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 "Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ".
8. Письмом Министерства просвещения РФ от 1 ноября 2021 г. № АБ-1898/06 «О направлении методических рекомендаций. Методические рекомендации по приобретению средств обучения и воспитания в целях

создания новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей в рамках региональных проектов, обеспечивающих достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

9. Методическими рекомендациями по разработке (составлению) дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ГБОУ ДПО НИРО.

10. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

Литература для педагога

1. Болотов С.Б., Прохорова Е.А. Спортивное ориентирование: программа для объединений дополнительного образования. Выпуск 3. – М.: ЦДЮТиК МО РФ 2002.

2. Воронов Ю.С. Учебное пособие «Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков / Ю.С.Воронов. – М. : Смоленск, СГИФК, 1998.-10-15с.

3. Воронов Ю.С. Константинов Ю.С. Программа для детско-юношеских спортивных школ и специализированных детско-юношеских спортивных школ олимпийского резерва. М., ЦДЮТиК МО РФ, 2000.

4. Воронов Ю.С., Николин М.В., Малахова Г.Ю. методика обучения юных ориентировщиков технико-тактическим действиям и навыкам. Учебное пособие. – М.: Смоленск: СГИФК, 1998.

5. Глаголева О.Л. Образовательная программа дополнительного образования по спортивному ориентированию. М. ГОУ Московская городская станция юных туристов.2009.

6. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. – М.: Физкультура и спорт, 1985.

7. Константинов Ю.С. Программа детско-юношеской школы по

спортивному ориентированию. – М.: ЦДЭТС МП СССР, 1978.

8. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТур, 1995.

9. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М., ЦДЮТК МО РФ, 2003.

10. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. М., 2006.

11. Константинов Ю.С., Огородников Б.И. Елизаров В.Л., Лосев А.С. Ориентирование в России и СССР. М., ЦДЮТиК МО РФ, 2003

12. Кудинов В. Уроки ориентирования. Волгоград

13. Куликов В., Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТиК МО РФ, 2003

14. Лукашов Ю.В., Ченцов В.А. Спортивное ориентирование: программа для объединений дополнительного образования детей. – М.: ЦДЮТиК, МО РФ, 2001.

15. Моргунова Т.В. Обучающие контрольные тесты по спортивному ориентированию. - М.: ЦДЮТур, 2003.

16. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе. М., Академия, 2004.

Список литературы для детей и родителей

17. Нурмимаа В. Спортивное ориентирование. – М.: ФСО РФ, 1997.

18. Огородников С.Б. Сборник задач и упражнений по спортивному ориентированию. М., ФиС, 1980.

19. Огородников Б.И., Кирчо А.Н., Крохин Л.А. Подготовка спортсменов–ориентировщиков. М., ФиС, 1978.

20. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. М., Просвещение, 1990.

21. Фесенко Б.А. Книга молодого ориентировщика. М., ЦДЮТур, 1997.