МАОУ «Фроловская средняя школа «Навигатор»

Согласовано:

Заместитель директора по воспитательной работе

_____Глушкова Е.А.

«_1_» сентября 2026 г.

Утверждено:

Директор МАОУ «Фроловская средняя школа «Навигатор»

_____Чернякевич Е.З.

«_1_» сентября 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Скалолазание»

туристско-краеведческая направленность

Возраст обучающихся: 10-17 лет

Продолжительность реализации - 3 год

Автор-составитель:
Пьянков Сергей Семенович,
Педагог дополнительного образования

Информационная карта образовательной программы

Образовательная организация	МАОУ «Фроловская средняя школа «Навигатор»
Форма учебного объединения	
Название программы	«Юный турист и скалолаз»
Вид программы	Уровневая
Направленность	туристско-краеведческая
Уровень освоения	Базовый
Продолжительность освоения	3 года
Возраст обучающихся	10-17 лет
Форма организации образовательного процесса	Групповая (очная/ дистанционная)

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Краеведение и туризм являются источниками обогащения обучающихся знаниями о родном крае, воспитания любви к нему и формирования гражданственных понятий и навыков. Краеведение играет существенную педагогическую роль в трудовом, нравственном и эстетическом воспитании обучающихся, а также занимает важное место в формировании патриотических качеств личности. Туризм открывает большие возможности для приобретения многих важных для жизни общеобразовательных и специальных знаний, различных двигательных умений и навыков, способствует укреплению здоровья и разностороннему формированию личности.

Программа «Юный турист и скалолаз» является дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой туристско-краеведческой направленности (Далее - Программа).

Программа разработана согласно требованиям следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);

2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р. «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели региональных систем дополнительного образования детей»;

5. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;

6. Письмо Министерства образования РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, Москва, 2015 г.;

7. Распоряжение Правительства Пермского края от 10.10.2022 №367-рп «Концепция развития дополнительного образования детей в Пермском крае до 2030 года».

8. Приказ 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»;

9. Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 07.05.2020 г. № ВБ-976/04 «Рекомендации по реализации внеурочной деятельности, программы воспитания и социализации и дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий»

Программа состоит из четырех разделов. Перечень разделов, по которым будет осуществляться образовательная деятельность, определяется на основе мониторинга интересов и потребностей обучающихся и родителей.

Раздел «Юный скалолаз» реализуется с использованием тренажера «Скалодром» и позволяет обучающимся освоить базовые навыки скалолазания, а в последующем сделать выбор в пользу профессиональных занятий данным видом спорта.

Раздел «Юный краевед» дает возможность обучающимся изучить природу, достопримечательности, историю и географию родного края.

Раздел «Туристские навыки» предоставит обучающимся возможность узнать больше о быте туристов, их снаряжении, правилах организации и проведения походов.

Раздел «Бардовская песня» позволит узнать, что же подразумевается под такими понятиями как «бардовская песня», «авторская песня» и «туристская песня», обучающиеся узнают знаменитых авторов исполнителей и выучат их песни.

Новизна программы заключается в ее интегративном характере, так как программа объединяет несколько взаимосвязанных направлений: туризм, краеведение, скалолазание и бардовскую песню, а также в возможности реализации Программы в сетевой форме (Приложение 1).

Актуальность программы: туристско-краеведческая деятельность, как одно из направлений дополнительного образования, выступает комплексным средством всестороннего развития личности, ее эффективной самореализации в обществе. Развитие туристско-краеведческой деятельности в системе образования исторически обусловлено социально-экономическими процессами, происходящими в стране, запросами семьи и самого ребенка. Поэтому, данная Программа тесным образом связана с **региональными социально-экономическими** и социокультурными потребностями Пермского края, так как направлена, прежде всего, на развитие гармоничной личности, культурно–нравственных ценностей, творческого потенциала, профессионального развития ребенка через ознакомление с народными традициями, культурой, сложившимися в нашей многонациональной стране, а так же изучение культурного национального наследия Пермского края, его социально-экономических условий развития.

Педагогическая целесообразность

Туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристско-краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования обучающихся, и в

тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности. Следовательно, туристско-краеведческая деятельность обучающихся является средством всестороннего развития подрастающего поколения, занимает важное место в общей системе обучения обучающихся и остается педагогически целесообразной.

Отличительными особенностями программы является то, что она дает возможность обучающимся познакомиться с окружающим миром во всем его многообразии, способствует мировоззрению, ценностным ориентациям и установкам для активной деятельности по достижению поставленных задач. Основной ее смысл заключается в том, что обучающийся, научившись сам основам туризма и краеведения в дальнейшем, помогает педагогу в обучении младших обучающихся и новичков.

Данная программа включает в себя: теоретические занятия, большая часть программы отводится практическим занятиям в помещении и на местности (проведение походов, участие в муниципальных, региональных соревнованиях, проведение учебных сборов и соревнований.)

Адресат программы

Программа предназначена для детей в возрасте от 10 до 17 лет. Программа также ориентирована на детей, оказавшихся в **трудной жизненной ситуации**. Её содержание и используемые методы обучения могут содействовать преодолению психологических, познавательных, ценностных, компетентностных, психофизических проблем и дефицитов и сформировать на основе (Программы) позитивную жизненную стратегию.

Подростковый возраст (10-15 лет):

Этот возраст представляет собой период взросления, характеризующийся интенсивными психологическими и физическими изменениями, бурной физиологической перестройкой организма. Подросток начинает быстро расти, причём, рост скелета идет быстрее, чем развитие мышечной ткани. Характерными являются значительные колебания артериального давления, частые головные боли, идёт серьёзная гормональная перестройка, половое созревание. Гормональные изменения вызывают резкие перепады настроения, повышенную, нестабильную эмоциональность, неуправляемость настроения, повышенную возбудимость, импульсивность. В отдельных случаях проявляются такие признаки, как депрессия, неусидчивость и плохая концентрация внимания, раздражительность, тревога, агрессия и проблемное поведение. Это может выражаться в конфликтных отношениях с взрослыми.

Учёба перестает быть главной и самой важной задачей, ведущей деятельностью становится личностное общение со сверстниками. Снижается продуктивность умственной деятельности, конкретное мышление сменяется логическим, чем объясняется рост критичности: подросток не принимает постулаты взрослых на веру, он требует доказательств и обоснований.

Происходит жизненное самоопределение подростка, формируются планы на будущее. Идёт активный поиск своего «Я» и экспериментирование в разных социальных ролях. Подросток изменяется сам, пытается понять самого себя и

свои возможности. В то же время происходит формирование воли, сознательности, нравственности, становление мировоззрения, иногда через отторжение ценностей, активное неприятие и нарушение установленных правил, негативизм.

В этот период характерно проявление полярных качеств психики: целеустремлённость и настойчивость могут сочетаться с импульсивностью и неустойчивостью; повышенная самоуверенность и безапелляционность в суждениях может сменяться лёгкой ранимостью и неуверенностью в себе. Также характерно стремление к лидерству, чувство принадлежности к «подростковой» общности. На первый план выходит острая потребность в признании, самостоятельности и самоутверждении.

Старший школьный возраст (16-17 лет):

В 16-17 лет у школьников заканчивается формирование познавательной сферы. Наибольшие изменения происходят в мыслительной деятельности. Дифференциация учебных дисциплин, необходимость овладения научными понятиями и специфической системой знаков, способствуют развитию теоретического мышления. Учебная деятельность, включающая в себя процесс усвоения знаний и способов их использования, позволяют старшему школьнику устанавливать более широкие и глубокие связи между имеющимися и вновь получаемыми знаниями, более сознательно контролировать свою мыслительную деятельность и управлять ею. Постепенно у школьника формируются навыки самостоятельно оперировать предположениями, гипотезами и критически их оценивать. Все более отчетливо прослеживается самостоятельность в учебной деятельности.

Старшеклассники могут проявлять достаточно высокую волевую активность, настойчивость в достижении поставленной цели, способность к терпению на фоне усталости и утомления. Центральным психологическим процессом юношеского возраста является развитие самосознания. На основе формирующегося самосознания происходит самоопределение личности обучающегося, частным проявлением которого является профессиональное самоопределение.

Уровень программы, объем и сроки

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Полный объем учебных часов - 144 часа.

Относится к программам базового уровня.

Формы обучения – Групповая (очная/ дистанционная)

Программу возможно реализовать в дистанционной форме в условиях введения режима повышенной готовности

Таблица1

Время занятия	Вид деятельности	Ресурс	Время отчетности обучающегося	Домашнее задание
По расписанию	Самостоятельная работа	Чат в WhatsApp, онлайн на	В день занятий до 20:00, возможны консультации онлайн на WhatsApp,	Фото и видеоотчеты с выполнением

		платформе Zoom	платформе Zoom или посредством телефонной связи	задания отправляется в группу WhatsApp

Цель программы:

Цель программы – формирование всесторонне развитой личности средствами туристско – краеведческой деятельности, создание условия для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационно творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи:

Образовательная

- приобретение базовых знаний, умений, навыков по туризму и краеведению, развитие познавательного интереса;

Развивающая

- **способствовать** развитию физических и специальных качеств обучающихся, мышления, памяти, воли;

Воспитывающая

- воспитывать положительные качества личности, навыки коллективного взаимодействия и сотрудничества в образовательной и соревновательной деятельности;

Планируемые результаты

Личностные:

- ориентация на нравственное содержание поведения как собственного так и поступков окружающих людей, позитивное отношение к здоровому образу жизни;

Метапредметные:

- способность обучающегося принимать и сохранять учебную цель и задачи;

- самостоятельно преобразовывать практическую задачу в познавательную;

- умение планировать собственную деятельность в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации и искать средства её осуществления; умение контролировать и оценивать свои действия, вносить коррективы в их выполнение на основе оценки и учёта характера ошибок, проявлять инициативу и самостоятельность в обучении;

Предметные:

обучающийся получит:

- базовые знания, умения и навыки в области туризма, краеведения и скалолазания;

-основы экологической культуры: принятие ценности природного

-знания основных моральных норм поведения и ориентацию на их выполнение;

-представление о бардовской и авторской песне, авторах-исполнителях.

Содержание программы

Учебный план

Таблица 2

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего	1 год обучения		2 год обучения		3 год обучения		Формы аттестации и контроля
			теория	практика	теория	практика	теория	практика	
1.	«Туристские навыки»	144	13	35	13	35	13	35	Контрольный поход
2.	«Бардовская песня»	48	7	9	7	9	7	9	Вечер песни
3.	«Юный скалолаз»	120	9	31	9	31	9	31	Соревнование
4.	«Юный краевед»	120	22	18	22	18	22	18	Краеведческая игра
	ИТОГО	432	51	93	51	93	51	93	

Формой подведения итогов программы станет туристско-краеведческая тест-игра Турград «Тропа испытаний» (приложение), основу которой положены знания и умения, полученные обучающимися в течение года при изучении выбранных модулей.

Основными формами обучения являются:

- практические и теоретические учебные занятия,
- работа по индивидуальным планам,
- участие в соревнованиях, товарищеских встречах,
- инструкторская и судейская практика,
- походы, экскурсии, предусмотренные в **модулях программы**:

Раздел «Туристские навыки»

Туризм — один из наиболее массовых видов спорта. Несмотря на сложную внутриполитическую и экономическую обстановку в стране, тысячи туристов ежегодно выходят на свои маршруты. Но там же и подстерегают опасности, от которых нас отучил комфорт. Не только путешественник, любой человек может оказаться в экстремальной ситуации, например, заблудиться в лесу.

Экстремальность ситуации — понятие субъективное. Одна и та же ситуация может быть экстремальной для городского жителя и обыденной для таежного охотника, и наоборот. Поэтому можно утверждать, что любой конфликт человека с природой всегда возникает по вине человека, поскольку природа беспристрастна и ведет себя одинаково со всеми. Сейчас не часто человеку приходится сталкиваться с действительно первобытной природой, однако для современного городского жителя может стать экстремальным даже поход за грибами в пригородный лесопарк, если при этом возникнут

непредвиденные обстоятельства, например: резкое ухудшение погоды, лесной пожар, потеря ориентировки, укус змеи, травма и т.п.

Актуальность программы

Современный ребенок стремится к тому, что он получает с экранов телевизоров. Он не видит и не замечает мира, существующего за границами его «виртуального бытия». Отсюда идет и массовое ухудшение здоровья детей — слабая физическая активность, интенсивные информационные нагрузки, и, как итог, психические расстройства, доводящие многих до девиантного поведения. Активизировать познавательную деятельность молодежи, оздоровить молодое поколение как морально, так и физически — вот еще важнейшие задачи современного образования.

Основная цель — формирование здорового образа жизни средствами туризма.

Задачи:

развивающие:

-расширение и углубление знаний обучающихся по туризму.

обучающие:

приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом; приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;

-обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

воспитательные:

-содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;

-формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;

-формирование гуманного отношения к окружающей среде;

-выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.

Учебно – тематический план
раздела «Туристские навыки»

Таблица 3

	Темы занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Турград «Новые приключения».	-	2	2
2.	Виды туризма.	1	-	1
3.	Личное и групповое туристское снаряжение.	1	1	2

4.	Ремонт личного и группового снаряжения.	1	1	2
5.	Питание в туристском походе.	1	1	2
6.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	-	3	3
7.	Установка палатки.	1	4	5
8.	Туристские должности в группе.	1	1	2
9.	Компас. Работа с компасом.	1	1	2
10.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	1	3	4
11.	Топографические знаки.	1	1	2
12.	Туристские узлы.	2	1	3
13.	Подготовка к походу, путешествию.	-	14	14
14.	Турград «Тропа испытаний».	2	2	4
ИТОГО		13	35	48

Содержание программы
раздел «Туристские навыки»

1.Турград «Новые приключения».

Туристско-краеведческая игра. Путешествие по Станциям.

2.Виды туризма.

Пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма. Самодеятельный туризм, экскурсионный, международный.

3.Личное и групповое туристское снаряжение.

Личное и групповое туристское снаряжение.

Особенности личного и группового снаряжения в избранном виде туризма. Общие требования к нему: прочность, легкость, безопасность, удобство в транспортировке и использовании, гигиеничность, эстетичность.

Примуса бензиновые и газовые горелки. Правила безопасности при переноске примусного хозяйства, емкостей с бензином, газовых баллонов. Правила безопасности при работе с примусами, оборудование места работы с ними. Страховочное снаряжение: карабины, страховочная система, жумары, крючья скальные и ледовые, само сброс, необходимость акта о возможности их использования.

Малогабаритные разборные печки для отопления и приготовления пищи. Источники света: фонари, свечи, самодельные светильники. Снаряжение для организации и проведения туристских соревнований: источники электропитания, средства радиосвязи, оборудование этапов, личное снаряжение судьи.

Практические занятия.

Работа с примусом, с малогабаритной печкой. Использование страховочного снаряжения. Использование радиосвязи.

4.Ремонт личного и группового снаряжения.

Требования, предъявляемые к личному и групповому туристскому снаряжению. Ознакомление с лучшими образцами, их характеристики, достоинства и недостатки. Материалы, используемые для изготовления снаряжения.

Конструирование и изготовление туристского снаряжения, необходимость испытания снаряжения, обеспечивающего безопасность. Участие в конкурсах туристских самоделок. Дополнительное усовершенствование туристского снаряжения.

Костровые приспособления: таганки и тросики, техника их изготовления.

Практические занятия.

Изготовление, усовершенствование и ремонт туристского инвентаря и снаряжения.

5.Питание в туристском походе.

Составление меню, приобретение и фасовка продуктов. Очистка и обеззараживание воды. Организация питания и приготовление пищи в населенном пункте. Пополнение продуктов. Приготовление пищи на костре. Сбор и использование дикорастущих растений.

Практические занятия.

Составление меню. Приготовление пищи на костре.

6.Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Требования к месту бивака:

-жизнеобеспечение — наличие питьевой воды, дров;

-безопасность-удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев;

-комфортность — продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама.

Организация бивака в безлесной зоне, в горах. Установка палатки в различных условиях.

Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане.

Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы.

Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Правила работы дежурных по кухне.

Практические занятия.

Выбор места бивака. Самостоятельная работа по развертыванию и свертыванию лагеря. Установка палаток в различных условиях. Заготовка дров — работа с пилой и топором.

7.Установка палатки.

Выбор места для постановки палатки. Установка палаток в различных условиях.

8.Туристские должности в группе.

Заместитель командира по питанию. Составление меню и списка продуктов. Приобретение, фасовка продуктов и распределение их между членами группы.

Выдача продуктов дежурными. Контроль расходования продуктов во время похода и перераспределение их между членами группы.

Заместитель командира по снаряжению. Составление списка необходимого группового снаряжения. Подготовка снаряжения к походу. Распределение его между членами группы. Контроль исправности снаряжения.

Проводник (штурман). Подбор и хранение в походе картографического материала. Изучение района похода и разработка маршрута. Составление графика движения. Ориентирование в походе. Нанесение на карту дополнительной информации.

Краевед. Подбор и изучение краеведческой литературы о районе похода. Пополнение сведений в период похода. Ведение краеведческих наблюдений по заданию.

Другие краеведческие должности: метеоролог, эколог, гидролог и т.д.

Санитар. Подбор медаптечки. Хранение медикаментов. Контроль за соблюдением гигиенических требований в походе. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим и заболевшим.

Ремонтный мастер. Подбор ремнабора. Ремонт снаряжения в подготовительный период и в походе.

Фотограф. Подготовка фотоматериалов. Фотографирование в походе характерных точек маршрута и деятельности группы.

9.Компас. Работа с компасом.

Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты.

Практические занятия.

Компас, правила пользования им.

10.Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой и людьми, по растительности.

Практические занятия.

Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой и людьми, по растительности.

11.Топографические знаки.

Топографические карта. Топографические знаки и их виды.

12.Туристские узлы.

Техника вязания узлов. Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, схватывающие узлы, встречный.

Практические занятия.

Вязка узлов по названию и по их назначению. Отработка приёмов завязывания узлов.

13.Подготовка к походу, путешествию.

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практические занятия

Составление плана подготовки 1-3-х дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-х дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

14.Турград «Тропа испытаний».

Туристско-краеведческая игра. (Итоговое занятие)

Раздел «Бардовская песня»

Каждая эпоха требует истинной целенаправленной работы с подрастающим поколением, требует новых форм и методов воспитания и обучения, которые отвечают настоящему времени. На современном этапе жизни наше общество несколько духовно деградировало: все средства массовой информации - радио, телевидение, пресса – все подчинено развлекательности, несет в себе элементы агрессивности.

Главная задача – помочь обучающимся найти свое увлечение в жизни, которое наряду с основным образованием, заполнило бы их досуг, не оставляя места для пустого, а порой и недостойного времяпровождения.

Работа по данной программе так же подчинена этим задачам. Ведь исполнение хороших песен создает нравственную установку, а общение с единомышленниками, выступления на концертах, фестивалях побуждает личность быть организатором, лидером, активным участником массовых действий, грамотным зрителем, владеющим навыком слушать, смотреть,

адекватно реагировать, оценивать любой концерт, конкурс, театральное представление.

Обучение пению под собственный аккомпанемент на гитаре – современное направление музыкального творчества, привлекающее внимание детей и подростков. Бардовская песня – это общепризнанный культурный феномен, многогранное социокультурное явление. Это возможность размышления и высказывания одновременно несколькими текстами: поэтическим, музыкальным и интонационным, являясь глубоко интимным, в какой-то мере даже исповедальным искусством. Исполнение таких песен требует очень чуткой зрительской аудитории. Они о предназначении человека, честности в жизни, искусстве, любви к родному дому, земле, природе. И человек, исполняющий, слушающий такие песни, становится лучше, чище душою.

Актуальность раздела заключается в доступности жанра для всех категорий обучающихся, отсутствии в системе образования огромного пласта музыкально- поэтического творчества, раскрытого в бардовской песне.

Цель программы: объединить обучающихся в творческий коллектив, целенаправленно вести работу с ним по формированию устойчивых социально-активных установок личности, которые в свою очередь связаны с поиском смысла ценностей, путем вовлечения обучающихся в организационно-исследовательскую работу (история бардовской песни в лицах, исполнители Пермского края и т.п.);

Задачи:

-овладение основами вокала, элементами речевого голоса, используемого в авторской песне;

-развивать способность к анализу и рефлексии этических, культурных идеалов;

-создать условия, способствующие самоопределению, достижению социальной компетентности;

-сформировать гуманистическое мировоззрение и художественный вкус у обучающихся.

-нравственное воспитание личности посредством авторской песни, ведущей в мир прекрасной музыки, поэзии, романтики, который может сопровождать всю еѐ дальнейшую жизнь.

Программа составлена по одному из типов классификации программ дополнительного образования – модифицированная, адаптированная, учитывающая особенности организации формирования разновозрастных групп детей.

Учебно-тематический план
раздел «Бардовская песня»

Таблица 4

	Темы занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего

1.	Турград «Новые приключения».	-	2	2
2.	Введение. Знакомство с предметом «Бардовская песня». История возникновения бардовского движения за рубежом и в нашей стране	2	-	2
3.	Знакомство с музыкальным инструментом (гитара)	2	2	4
4.	Песенно-поэтическое творчество	2	4	6
5.	Турград «Тропа испытаний»	1	1	2
ИТОГО		7	9	16

Содержание программы
Раздел «Бардовская песня»

1.Турград «Новые приключения».

Туристско-краеведческая игра. Путешествие по Станциям.

2.Введение Знакомство с предметом «Бардовская песня» занимаемое место жанра в искусстве.

Древние корни гитары. Значение понятия «бардовская песня». Беседа о композиторах пишущих для гитары. **История возникновения бардовского движения за рубежом, в нашей стране.**

3.Знакомство с музыкальным инструментом – гитарой.

«Гитара - история, достойная внимания». Строение гитары. Механика. Типы гитар. Правило пользования и хранения. Как правильно выбрать гитару.

4.Песенно-поэтическое творчество.

Мэтры авторской песни 50-60 годов прошлого века. (Б. Окуджава, М. Анчаров, Ю. Визбор и др.), 70-годы (А. Дольский, С. Никитин, Ю. Ким), 80-годы (О. Митяев, А. Иващенко, Г. Васильев). Разучивание песен выше перечисленных авторов. («Песенка о песенке», «Ты у меня одна», «Песня о друге», «Рыба - кит», «Изгиб гитары желтой» и др.).

5.Турград «Тропа испытаний».

Подготовка и проведение конкурса бардовской песни. (Итоговое занятие)

Раздел «Юный скалолаз»

Скалолазание - вид спорта, который заключается в лазании по естественному или искусственному рельефу. Этот спорт возник из альпинизма, и является одной из его техник. Однако, цель скалолазания - не достижение горных вершин, а сам процесс преодоления препятствий.

Скалолазание - уникальный вид спорта, сочетающий в себе физические нагрузки и развитие логического мышления.

Также скалолазание развивает личностные качества обучающихся, учит настойчивости, целеустремленности, собранности, взаимопониманию.

Программа модуля создавалась с одной стороны, с учетом мониторинга интересов обучающихся и запросов их родителей, а с другой стороны, с учетом существующей возможности учреждения.

Данный раздел имеет физкультурно-спортивную направленность, где учебные занятия направлены на получение базовых навыков скалолазания, на психическое, интеллектуальное и физическое развитие обучающихся, на укрепление их здоровья, на приобщение к общекультурным ценностям.

Актуальность программы: в реализации, с одной стороны, ожиданий, и устремлений обучающихся к «настоящим» (не виртуальным) формам жизни, где они могут почувствовать не только пределы своих интеллектуальных, социально-возрастных и физических возможностей, но самое главное могут правильно воспринимать границы личной ответственности за свои действия и возникающие (реальные) риски для жизни и здоровья, а с другой стороны, данная программа является ответом на развитие актуальных и востребованных в молодежной среде экстремальных видов спорта.

Цель программы: создание условий для формирования у обучающихся предметных/непредметных способностей, личностных качеств через занятие скалолазанием.

Задачи:

Оздоровительная задача

-формирование понятия «Здоровье» и здоровый образ жизни через регулярные занятия скалолазанием;

-совершенствование физического развития.

Образовательная задача

-овладение базовыми знаниями, умениями и навыками скалолазания;

-формирование высокого уровня личной физической культуры обучающегося как элемента здорового, активного образа жизни;

-развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

-удовлетворение познавательных интересов и развитие познавательных, творческих способностей обучающихся;

-достижение обучающимися уровня физической подготовленности в соответствии с требованиями данной программы;

Воспитательная задача

-воспитание морально-волевых качеств, самостоятельности и ответственности;

-воспитание патриотического сознания: любовь и бережное отношение к природе, к истории и культуре края, в том числе гордость за достижения соотечественников в спорте.

Особенностью данного модуля является то, что многие задачи решаются комплексно на учебных занятиях.

Основными формами обучения являются:

-практические и теоретические учебные занятия,

-работа по индивидуальным планам,

-участие в соревнованиях, товарищеских встречах.

Теоретическая подготовка - преподается в форме лекций, бесед, отдельных занятий, с изучением и разбором методических пособий, кино- и видеоматериалов, специализированных журналов.

Общая физическая подготовка - программный материал представляется в виде заданий (упражнений), сгруппированных в отдельные блоки по принципу их преимущественной направленности на те, или иные физические качества. Сами же задания (упражнения) по структуре схожи в той или иной мере со структурой формируемого предметного навыка.

Техническая подготовка - осуществляется с помощью словесных и наглядных методов, а так же практического выполнения упражнений.

Особенности содержания программы:

Периодизация учебной деятельности носит условный характер. Основное внимание уделяется разносторонней физической и функциональной подготовке с использованием средств ОФП, освоению базовых элементов техники лазанья, формированию образа существующей практики скалолазания. Соревнования проводятся внутри группы по общей физической подготовке в течение года, а в конце года - в лазании на тренажере по простым (облегченным) трассам.

Основные методы обучения

Специфические методы

Методы обучения двигательной деятельности:

-целостно-конструктивный метод (трасса проходится с самого начало до конца);

-расчленено - конструктивный метод (трасса проходится по отдельным движениям);

-метод сопряжѐнного воздействия (на трассе появляются дополнительные препятствия требующих увеличение физических усилий).

Методы воспитания физических качеств:

-метод стандартно-интервального упражнения (многократное повторение одного и того же движения);

-метод переменного упражнения (постоянное изменения нагрузки за одно задание или тренировку);

-игровой метод;

-соревновательный метод.

Общепедагогические методы

Наглядные методы показ двигательного действия; демонстрации наглядных пособий: плакаты, рисунки, кинофильмы.

Словесные методы: (объяснение, беседа, постановка задачи, разборы, комментарии и замечания, распоряжения, команды, указания.)

Исследовательские: (проблемное обучение, групповое, индивидуальное, дифференцированное);

Здоровье сберегающие ОФП, экологическое воспитание личности.

Метод проектов и исследований; игровой; групповая работа, метод индивидуального подхода, дифференцированный метод, метод опережающего задания, анализы и самоанализы, наглядный, ТСО**.**

Ожидаемые результаты образовательной деятельности

По окончанию обучения по модулю обучающиеся:

Получат возможность:

-узнать способы самоорганизации и самоконтроля;

-освоить основы техники в скалолазании;

-изучить теоретические основы подготовки юного скалолаза;

-научиться самостоятельно оценивать свои достижения;

-понять значения занятия скалолазанием для укрепления здоровья человека;

Получат знания (будут знать) по темам:

-краткий обзор развития скалолазания;

-правила поведения и техники безопасности на занятиях;

-одежда и обуви для занятий скалолазанием;

-скалолазное снаряжение.

Овладеют средствами воспитания основных физических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости (координация).

Программа модуля разработана на основе:

-программы «Скалолазание» для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ, утвержденной Федеральным агентством по ФК и спорту от 19.06.2006 г., рекомендованной кафедрой теории и методики прикладных и экстремальных видов спорта Российского государственного университета физической культуры, спорта и туризма и общероссийской ассоциацией горных гидов, спасателей и промышленных альпинистов.

-«Комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов образовательных учреждений» под редакцией В.И. Ляха, А.А Зданевича. (2012 г.), допущенной Министерством образования.

Учебно – тематический план
Раздел «Юный скалолаз»

Таблица 5

	Темы занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Турград «Новые приключения».	-	4	4
2.	Физическая культура и спорт в России.	1	-	1
3.	Краткий обзор развития скалолазания в России.	1	-	1
4.	Правила поведения и техника безопасности на занятиях.	1	-	1
5.	Одежда и обувь для занятий скалолазанием.	1	-	1
6.	Гигиена, режим дня.	1	-	1
7.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека.	1	-	1
8.	Скалолазное снаряжение.	1	1	2
9.	Самоконтроль спортсмена.	2	-	2
10.	Общая физическая подготовка.	-	2	2
11.	Выносливость.	-	2	2
12.	Сила.	-	2	2
13.	Быстрота.	-	2	2
14.	Ловкость.	-	2	2
15.	Гибкость.	-	2	2
16.	Техника лазания.	-	8	8
17.	Техника страховки.	-	2	2
18.	Турград «Тропа испытаний».		4	4
ИТОГО		9	31	40

Содержание программы
раздел «Юный скалолаз»

1.Турград «Новые приключения».

Туристско-краеведческая игра. Путешествие по Станциям.

2.Физическая культура и спорт в России.

Значение физической культуры для укрепления здоровья, физического развития.

3.Краткий обзор развития скалолазания в России.

Скалолазание как вид спорта. История возникновения и развития скалолазания.

Связь скалолазания с альпинизмом и ледолазаньем и другими видами деятельности.

4.Правила поведения и техники безопасности на занятиях.

Правила поведения на занятиях. Обеспечение безопасности во время занятия на скалодроме.

5.Одежда и обувь для занятия скалолазанием.

Гигиенические требования к одежде занимающихся. Особенности подбора обуви.

6.Гигиена, режим дня.

Понятие о гигиене. Значение сна, утренней гимнастики в режиме дня.

7.Краткие сведения о строении и функциях организма человека.

Краткий обзор строения человека. Функции организма человека.

8.Скалолазное снаряжение.

Знакомство со специальным снаряжением скалолаза. Снаряжение, применяемое скалолазами на тренировках. Особенности подбора страховочной системы.

9.Самоконтроль спортсмена.

Субъективные данные самоконтроля спортсмена: самочувствие, сон, аппетит, настроение.

10.Общая физическая подготовка.

В спортивно оздоровительной группе первого года обучения, основной целью является воспитание основных физических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости (координация).

Главной задачей является научить учащихся воспитывать все эти качества с помощью обще подготовительных и специальных упражнений.

11.Выносливость.

Выносливость скалолазов делится на общую, силовую и скоростно-силовую выносливость. На первом году обучения средства в основном направлены на воспитание общей выносливости и ее производной «силовой выносливости».

Общая выносливость воспитывается в режиме аэробной нагрузки и упражнениями (пример упражнений):

-бег на длинные дистанции;

-длительная ходьба.

Силовая выносливость воспитывается упражнениями в лазании (примеры упражнений):

-лазания трасс с 15 перехватами и более;

-лазания на время (5-10 минут);

В теоретическом блоке, изучаются темы:

-Выносливость как физическое качество человека.

-Средства воспитания выносливости.

12.Сила.

Изучаются темы:

-Сила как физическое качество человека.

-Возникновение мышечной силы.

Осуществляется с помощью многообразия упражнений для различных групп мышц:

для мышцы рук (примеры упражнений):

-Сгибание разгибание рук в висе на перекладине, рейки или карманах;

-Сгибание разгибание рук в упоре лѐжа (отжимание).

для мышц ног (примеры упражнений):

-Приседание;

-Приседание на одну ногу;

-Выходы на ногу на высокую опору с руками и без рук.

для мышц брюшного пресса (примеры упражнений):

-Подъем ног в висе на перекладине до угла 90 градусов;

-Подъем ног в висе на перекладине до касания ее кончиками пальцев ног (ноги прямые);

-И.п. лежа на спине, поднятие ног до угла 45 градусов;

-И.п. лежа на спине, поднимание туловища;

для мышц спины (примеры упражнений):

-И.П. лежа на животе одновременное поднимание рук и ног, и другие упражнения.

для всех групп мышц (примеры упражнений):

-лазание вверх по легким трассам;

-лазание на траверсе.

13.Быстрота.

Изучаются темы: Быстрота как физическое качество человека. Скоростные способности.

Быстрота воспитывается с помощью упражнений:

-бег на короткие дистанции;

-прыжки в высоту, в длину;

- много скоки на двух ногах;

-прыжки на скакалки;

-специальные упражнения на шведской стенке (прыжки с перекладины на перекладину) и др.

14.Ловкость.

Изучаются темы:

-Координационные способности.

-Понятие ловкости.

Воспитывается с помощью упражнений на равновесие в ходьбе, в беге по уменьшенным опорам, со сменой направления, лазании на шведской стенке, веревочным лестницам перекрестными и приставными движениями рук и ног, ходьба по тросу, по гимнастическому бревну разными способами и др.

15.Гибкость.

Изучаются темы: Гибкость как физическое качество человека. Средства и методы воспитания гибкости.

Гибкость воспитывается с помощью простых упражнений на растягивания, выполняя сгибания-разгибания, наклоны, повороты, махи, вращения, с помощью партнера и приспособлений (утяжелителями, верѐвками, скакалкой, резиной и др.).

Примерные упражнения:

-Перекрестить руки, сложить ладони вместе и поднять их над головой. Тянуться вверх, не отрывая пяток от пола.

-Сцепить руки в замок за спиной, выпрямить локти, выпятить грудь и поднять руки. Поднять левую руку вверх и, согнув в локте, положить ладонь на спину. Правой рукой давить на локоть левой вниз.

-Поднять руки над головой, взяться левой рукой за правое запястье, медленно наклониться в сторону. Стараться не сгибать локти и не отклоняться от фронтальной плоскости.

Ноги поставить вместе, присесть, не отрывая пяток от пола, положить ладони на пол. Выпрямить ноги, не отрывая ладоней от пола.

-Сесть на пол, согнуть правую ногу и поместить ее пятку под левой ягодицей. Левую ногу поставить на пол, перенеся ее через колено правой. Завести правую руку за левое колено и скрутиться влево.

-Сесть на пол, согнуть колени и соединить стопы. Взяться руками за стопы и наклониться вперед не сгибая спины.

-Сесть на пол, вытянуть вперед левую ногу, взяться руками за стопу правой ноги и медленно подтянуть ее к груди.

16.Техника лазания.

И зучаются темы:

- Краткая характеристика техники лазанья.

-Понятие зацепа, их формы, расположение, использование.

Основными задачами являются ознакомление и первоначальное разучивание основных приемов лазания (техника работы рук и ног).

Техника работы рук начинается с обучения:

-С крестным движениям рук. Важно работать телом и плечами. Разворот туловища в нужную сторону.

-Смены рук на зацепке. Руки также могут менять друг друга в хвате одной и той же зацепки (места на шведской стенке)

-Хватов руками:

-Закрытый хват (замок). Это такой захват пальцами сверху зацепки, при котором они согнуты, сжаты друг с другом. Обычно такой хват используют на плохих, маленьких зацепках. Закрытый хват требует, чтобы нагрузка распределялась на все пальцы, включая большой. При таком хвате на пальцы приходится большая нагрузка. В зависимости от величины, формы, расположения зацепок, следует экспериментировать, меняя захват зацепок пальцами так, чтобы нагружать различные мышцы.

-Открытый хват. При выполнении этого хвата необходимо взять зацепку сверху открытой рукой, пальцы слегка согнуты, Нагружая, таким образом, за цепку, скалолаз испытывает нагрузку меньше, чем в закрытом хвате. Этот хват позволяет работать большему количеству мышц руки, необходимому для удержания веса и дальнейшего движения скалолаза. Иногда скалолазу приходится придерживать вес, используя трение между ладонью и рельефом (чаще это бывает на естественном рельефе). Этот хват несет небольшую нагрузку, но если рука лежит неточно, то при движении она может, соскользнуть.

-Подхват. Используется на перевернутой вниз зацепке. Зацепка берется рукой снизу. Иногда подхват является ключом к достижению следующей зацепки, если она расположена далеко. При использовании подхвата необходимо искать лучшее положение рук. Часто он применяется в комбинации с закрытым хватом (одна рука в подхвате, другая в замке). При использовании подхвата положение ног высокое.

- Откидка. Используется на трещинах и углах. При этой технике зацепки нагружаются вбок, тело отклоняется в сторону, ноги ставятся повыше по направлению рук. После подъема и следующей за ним работы рук, поднимаются ноги. Ноги ставятся в трещине, либо сбоку от нее на микрорельеф. При использовании откидки очень важна работа корпуса.

Техника работы ног.

Изучаются темы:

- Краткая характеристика техники лазанья.

-Понятие зацепа, их формы, расположение, использование.

Основные приѐмы:

- «Разножка». Это специфический прием для крутого лазания, ее используют при необходимости достать зацепку, которая находится далеко от скалолаза. Корпус скалолаза развернут несколько боком к стене. Внешняя нога прямая, а внутренняя нога с согнутым и опущенным вниз коленом, бедро прижато к стене Внутренняя нога стоит на внешнем ранте туфли, почти всегда сзади, корпус расположен одной стороной ближе к стене. На каждой зацепке для ног необходимо аккуратно расположить ноги, загрузить их и не изменять положение туфель на зацепках, чтобы не сорваться. Согнутое колено и расположение тела ближе к стене дает меньшее напряжение рукам, разгружает их. Разножка разнообразит и обогащает технику скалолаза и позволяет использовать силу бедра.

- «Лягушка». Ноги скалолаза расположены на зацепках, находящихся на одном уровне. Скалолаз должен развести колени в стороны и глубоко присесть. Таз прижат к стене. Руки держатся за зацепки. «Лягушка» требует хорошо размятых ног и хорошей растяжки мышц и связок в тазобедренных суставах. Движение из этой позы осуществляется выпрямлением ног. «Лягушка» используется на вертикали и слабом нависании. В этой позе удобно отдыхать, попеременно расслабляя руки.

- «Распор». Используется по принципу противодавления рук и ног. Классическое использование распора происходит в прямоугольных углах, где скалолаз может разместить свои руки и ноги противодавлением. Использование давления часто необходимо тогда, когда рельеф беден зацепками или очень крут. В этом случае на противодавление зацепок работают и руки и ноги. Для выполнения этого приема необходимо выдержать упругость и напряжение рук и ног в месте, где они упираются на обе стороны.

-Способы передвижения по скальному рельефу с использованием техники работы рук и ног:

-Передвижение вверх.

-Передвижения траверсом.

Траверс - пересечение поверхности рельефа по горизонтали или с небольшим подъемом или спуском.

-Передвижения лазанием вниз.

-Свободное лазание (лазание без страховки):

-спуск лазанием.

-Лазание с верхней страховкой:

-срывы;

-лазание траверсом;

-спуск лазанием;

-Лазание по скалам.

-свободное лазание;

-передвижения траверсом.

17.Техника страховки.

Изучаются темы:

-Виды страховки.

-Значение самостраховки.

-Техника безопасности при свободном лазании.

-Техника безопасности при лазании с верхней страховкой

Основными задачами являются приобрести основы обучения техники страховки и самостраховки.

-обучение узла булинь, для лазания с верхней страховкой;

-обучение страховки с верхней веревкой;

-обучения самостраховки (правильное падение).

18.Турград «Тропа испытаний».

Туристско-краеведческая игра (итоговое занятие).

Раздел «Юный краевед»

Туристско-краеведческая деятельность во всех еѐ формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. У детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка, знание толерантность.

В разделе «Юный краевед» представлено содержание оздоровительно-познавательной деятельности с обучающимися.

Целью раздела является создание условий для проявления и развития ребенком своих интересов на основе свободного выбора, постижения духовно-нравственных ценностей и культурных традиций; воспитание и социализация духовно-нравственной личности; развития познавательной, двигательной и коммуникативной активности обучающихся, укрепление их физического и психоэмоционального здоровья.

При этом предполагается решение следующих **задач:**

- развитие природных задатков и навыков детей, способствующих их личностному самовыражению в туризме и краеведении;

-мотивация к укреплению здоровья детей; освоение технологии здорового образа жизни; развитие познавательной и творческой активности обучающихся;

-вовлечение обучающихся в творческую, поисково-исследовательскую и краеведческую деятельность: проведение наблюдений, опытов и др.;

-воспитание и развитие коммуникативных и личностных качеств обучающихся;

-развитие рефлексии — способности осознавать и оценивать свои мысли и действия со стороны, соотносить результат своей деятельности и деятельности товарищей с поставленной целью.

Содержание модуля предполагает проведение занятий, как на базе кабинета, так и на базе спортивного зала, школьного двора, парка или лесного массива.

Проектирование модуля основано на следующих **принципах:** соответствие возрастным особенностям обучающихся; природосообразности; культуросообразности; патриотической направленности; диалогичности; саморазвития и самоопределения личности.

Каждое занятие предполагает организацию игровой, познавательной, физкультурно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности обучающихся с элементами выполнения социально-профессиональных ролей в системе должностно - ролевого туристско-краеведческого самоуправления.

Содержание программы предполагает широкое использование на занятиях аудио, видео и компьютерной техники, различных информационных сетей, что может в значительной мере повысить воспитательную

эффективность внеурочной деятельности и организовать самостоятельную работу учеников.

Ценностные ориентиры содержания модуля.

Совершенствуя полученные универсальные учебные действия, обучающиеся получают новые теоретические знания и практические умения в области истории и культуры малой Родины через различные виды практико-ориентированной деятельности в системе должностно-ролевого туристско-краеведческого самоуправления, проявляют уважение к прошлому, бережное отношение к реликвиям прежних времѐн, а также в процессе обучения формируется патриотизм и потребность сохранить для других поколений исторические, природные, материальные, художественные и культурные ценности родного края.

Ведущим методом внеурочной деятельности является метод решения практических задач (познавательных, исполнительских, творческих).

Планируемые результаты.

По окончании модуля обучающиеся должны обладать определѐнными знаниями, умениями и навыками в вопросах туризма и краеведения, которые можно применять в социальной практике, в туристских походах и путешествиях, в межличностной коммуникации, в быту и обществе, при продолжении образования в основной школе.

Обучающиеся должны **знать**:

-основные этапы истории туризма;

-основные виды туризма;

-основные социальные функции туризма и краеведения;

-ведущие музеи, исторические и памятные места своего микрорайона и города;

-историю своей школы, еѐ традиции;

-основные вехи истории родного края;

-жизнь и деятельность выдающихся путешественников, соотечественников, внѐсших вклад в развитие туризма;

-азбуку туристско-краеведческой деятельности;

-правила поведения в музеях и других общественных местах;

-сущность и специфические особенности организации путешествий;

-основы методики проведения поисково-исследовательской работы;

-основы методики оформления краеведческого исследования;

-основные термины, применяемые в детском туризме и краеведении;

-основные принципы сохранения здоровья и здорового образа жизни;

-основные виды растительного и животного мира своего края;

-способы передвижения и преодоления естественных и искусственных препятствий в пешеходных и лыжных путешествиях;

-способы охраны природы в туристском путешествии.

Обучающиеся должны **уметь**:

-общаться с людьми;

-вести исследовательские краеведческие записи;

-систематизировать и обобщать собранный краеведческий материал, оформлять его и хранить;

-составлять справочную картотеку;

-вести элементарную поисково-исследовательскую работу по алгоритмам;

-выступать с докладами;

-оформлять стенды, фотовыставки и т. п.;

-работать с научно-популярной литературой;

-осуществлять фотосъѐмку исследуемых объектов туристского интереса;

-соблюдать правила личной гигиены;

-овладеть элементарными туристско-бытовыми навыками;

-ориентироваться в пространстве, на местности, в своѐм городе;

-рисовать планы местности;

-выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений;

-владеть техникой перемещения на местности пешком и на лыжах с грузом-рюкзачком;

-владеть техническими и тактическими приѐмами преодоления естественных и искусственных препятствий.

Обучающиеся должны обладать следующими **качествами**:

-инициативностью;

-аккуратностью;

-коммуникабельностью;

-целеустремлѐнностью;

-самокритичностью;

-творческой активностью;

-способностью к оказанию взаимопомощи;

-самостоятельностью;

-исполнительностью;

-способностью к взаимодействию в команде;

-физической активностью;

-выносливостью;

-упорством в достижении поставленных целей;

-уважением к старшим, родителям, семейным традициям;

-милосердием, заботой о старших и младших;

-экологической культурой;

-любовью к своей малой родине;

-трудолюбием.

Учебно-тематический план
раздел «Юный краевед»

Таблица 6

	Темы занятий	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1.	Основы туризма	-	4	4

2.	Введение. Символы г.Перми и Пермского края герб и флаг.	1	-	1.
3.	Климат Пермского края	1	-	1
4.	Население Пермского края.	1	-	1
5.	Растительный и животный мир Пермского края	1	-	1
6.	Редкие и исчезающие растения и животные родного края.	1	-	1
7.	Экологические проблемы	2	-	2
8.	История образования Пермского края	1	-	1
9.	Памятники Пермского края.	1	-	1
10.	Памятные события и даты.	1	-	1
11.	Улицы города Перми.	1	-	1
12.	Населенные пункты Пермского края в годы Великой Отечественной войны	1	1	2
13.	Земляки - герои ВОВ с. Фролы и их роль в истории Пермского края	1	1	2
14.	Я и мое имя.	1	1	2
15.	Моя семья в годы ВОВ	1	1	2
16.	Истории выпускников школы в годы ВОВ	2	2	4
17.	Кто такой поисковик?	1	-	1
18.	Земляки, герои ВОВ, участники Ленинградской битвы	2	2	4
19.	Посещение музея школы «Наследие»	1	1	2
20.	Вахта памяти как дань предкам	1	1	2
21.	Вахта памяти. Поездка в г. Санкт-Петербург		4	4
ИТОГО		22	18	40

Содержание программы
раздел «Юный краевед»

1.Основы туризма.

Туристско-краеведческая игра. Путешествие по Станциям.

2.Введение. Символы г.Перми и Пермского края герб и флаг.

Что такое краеведение, значимость изучения данного курса. Что изображено на гербе г.Перми и Пермского края . Флаг. Игра «Сыщики».

3.Климат Пермского края. Понятие климата. Климатообразующие факторы и особенности климата г.Перми и Пермского края . Игра «Разнобой».

4.Население Пермского края

История заселения территории г.Перми и Пермского края. Общая характеристика населения края. Города Пермского края. Игры-конкурсы на закрепление.

5.Растительный и животный мир Пермского края

Флора и фауна г.Перми и Пермского края. Перелѐтные, певчие, водоплавающие, хищные и домашние птицы. Птицы в разное время года. Домашние и хищные животные. Жилища животных.

6.Редкие и исчезающие растения и животные родного края.

Что такое красная книга? Еѐ значение. Животные и растения, занесѐнные в красную книгу.

7.Экологические проблемы.

Законодательство об охране природы. Природоохранная деятельность туристов. Соблюдение правил противопожарной безопасности в лесу, сохранности водоемов. Организация «трудовых десантов» по оказанию помощи лесу, посадке деревьев и благоустройству водоемов.

8. История образования Пермского края.

Географическое расположение города. Основные вехи в истории г.Перми и Пермского края

9. Памятники г.Перми и Пермского края.

Памятники истории и культуры, музеи. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии в учреждения и организации. Сбор сведений об истории края и города в архивах, военкоматах, общественных организациях.

10.Памятные события и даты г.Перми и Пермского края.

Памятные события, происходившие на его территории. Знаменитые земляки, их роль в истории края. Настоящее и будущее родного края. Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные, другие памятные места. Музеи.

11.Улицы города Перми.

История названия улиц города. Самая длинная улица города. Экскурсия по улицам города.

12. Населенные пункты Пермского края в годы Великой Отечественной войны

История возникновения населенных пунктов муниципального образования г.Перми и Пермского края. Расположение на карте. Край в период Великой Отечественной войны.

13. Земляки - герои ВОВ с. Фролы и их роль в истории Пермского края

Знакомство с выдающимися личностями. Их роль в развитии г.Перми и Пермского края.в годы войны.

14.Я и мое имя.

Мои имя и фамилия, что они значат. Имена и фамилии родителей, близких родственников. Русские имена. Значения русских имѐн. Значение и история возникновения русских фамилий. Ближайшие родственники воспитанников.

15.Моя семья в годы ВОВ

Семья, члены семьи. Близкие и дальние родственники. Родословная. Семейные традиции и праздники. География родни. Практические занятия. Составление совместно с родителями родословной, генеалогического древа. Рассказы о своих бабушках, дедушках, других родственниках участников ВОВ. Выставка «Семейный альбом в годы ВОВ».

16.Истории выпускников школы в годы ВОВ.

Адрес школы, школьный двор, традиции школы. Школьный музей. Учителя школы. Знаменитые люди, окончившие школу, участники ВОВ - Лямин Ю.В., Холманский П.В..

17.Кто такой поисковик?

Поисковое движение в России (рассказ об образовании поискового движения в России и о том чем поисковое движение живет сегодня); законы о поиске (работа ребят с законами, объяснение функций и значения законодательной базы поискового движения);каким должен быть поисковик? (размышление о чертах характера и профессиональной подготовке, ответы аргументировать);поисковое оборудование и униформа (представляется к вниманию учеников поисковый инвентарь: щуп, лопата, металлоискатель, нож, перчатки; униформа: парадная и рабочая); методика поиска и проведения раскопок (работа с металлоискателем, щупом, лопатой и прочее);методика работы с солдатским медальоном (извлечение вкладыша из разнообразных носителей).

18.Посещение музея школы «Наследие»

Правила поведения в природе и наблюдений во время экскурсии в лес или к реке. Дневник краеведческих наблюдений. Практические занятия. Ведение дневников наблюдений, впечатлений (совместно с педагогом или родителями). Экскурсия в краеведческий музей (школьный). Рассказ обучающихся о наиболее ярких впечатлениях от посещения музея, выставки. Охрана и оказание помощи животным и птицам (выявление и огораживание муравейников, вывешивание кормушек и пр.).

19.Земляки, герои ВОВ, участники Лениградской битвы.

Поиск и сбор информации о земляках участвовавших в годы великой Отечественной войны в Ленинградской области.

20.Вахта памяти как дань предкам

Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т.п. Подготовка докладов о районе похода: по истории, климату, рельефу, флоре, фауне и т.д. Практические занятия. Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

21.Вахта памяти. Поездка в г. Санкт-Петербург

Поездка в г. Санкт-Петербург. Обзор экскурсионных объектов, музеи. памятники истории и культуры, музеи . Краеведческие и мемориальные музеи.

Сбор сведений об истории края в архивах, военкоматах, общественных организациях. Практические занятия. Прогулки

Раздел «Воспитание»

Цель, задачи, целевые ориентиры воспитания детей

Целью воспитания является развитие личности, самоопределение и социализация детей на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде (Федеральный закон от 29.12.2012№273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ст. 2, п. 2).

Задачами воспитания по программе являются:

-приобщение обучающихся к общечеловеческим нормам морали, национальным устоям и традициям образовательного учреждения;

-развитие воспитательного потенциала семьи;

-использование всех возможных средств, для воспитания у обучающихся общей культуры, верности духовным традициям России, ответственности, правосознания, уважения к ценностям современного общества, сформированного на основе духовных ценностей культуры России;

-дальнейшее развитие и совершенствование работы по воспитанию здорового образа жизни и негативного отношения к вредным привычкам.

Основные целевые ориентиры воспитания в программе определяются также в соответствии с направленностью программы и приоритетами, заданными «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года»; они направлены на воспитание, формирование:

-ценностного отношения к региональной и местной культуре;

-уважения к историческому и культурному наследию народов России, памятникам героям и защитникам Отечества;

-уважения к ценностям, святыням традиционных религий народов России;

-культуры общения, взаимопомощи; эстетической культуры; трудолюбия и уважения к труду, к трудящимся, результатам труда;

-экологической культуры, навыков охраны природы, сбережения природных ресурсов;

-стремления и умения применять научные знания в природной среде;

-личной ответственности за действия в природной среде, неприятие действий, приносящих вред природе;

-опыта сохранения уникального природного и биологического многообразия России, природного наследия Российской Федерации, ответственного отношения к животным;

-стремления к заботе о своём здоровье и здоровье окружающих людей; способности видеть и реагировать на угрозы безопасности;

-готовности брать на себя ответственность за достижение общих целей; настойчивости, последовательности, принципиальности; -воли, упорства, дисциплинированности в туристической деятельности;

-готовности к анализу и реализации своей нравственной позиции на основе российских базовых ценностей, традиционных духовно-нравственных ценностей народов России;

Формы и методы воспитания

Решение задач информирования детей, создания и поддержки воспитывающей среды общения и успешной деятельности, формирования межличностных отношений на основе российских традиционных духовных ценностей осуществляется на каждом из учебных занятий.

Ключевой формой воспитания обучающихся при реализации программы является организация их взаимодействия в объединении, в подготовке и проведении календарных праздников с участием родителей (законных представителей).

В воспитательной деятельности с обучающимися по программе используются методы воспитания:

-метод убеждения (рассказ, разъяснение, внушение;

-метод положительного примера (педагога и других взрослых, детей); -- метод упражнений (приучения);

-метод переключения в деятельности;

-методы руководства и самовоспитания, развития самоконтроля и самооценки детей в воспитании;

-методы воспитания воздействием группы, в коллективе.

Условия воспитания, анализ результатов

Воспитательный процесс осуществляется в условиях организации деятельности объединения на основной учебной базе реализации программы в организации дополнительного образования детей в соответствии с нормами и правилами работы организации, а также на выездных базах, площадках, мероприятиях в других организациях с учётом установленных правил и норм деятельности на этих площадках.

Анализ результатов воспитания проводится в процессе педагогического наблюдения за поведением детей, их общением, отношениями детей друг с другом, в коллективе, их отношением к педагогам, к выполнению своих заданий по программе. Косвенная оценка результатов воспитания, достижения целевых ориентиров воспитания по программе проводится путём опросов родителей в процессе реализации программы (отзывы родителей, интервью с ними) и после её завершения (итоговые исследования результатов реализации программы за учебный период, учебный год).

Анализ результатов воспитания по программе не предусматривает определение персонифицированного уровня воспитанности, развития качеств личности конкретного ребёнка, обучающегося, а получение общего

представления о воспитательных результатах реализации программы, продвижения в достижении определённых в программе целевых ориентиров воспитания, влияния реализации программы на коллектив обучающихся: что удалось достичь, а что является предметом воспитательной работы в будущем. Результаты, полученные в ходе оценочных процедур — опросов, интервью — используются только в виде агрегированных усреднённых и анонимных данных.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1.	Школьный семейный турслет «Назад в 90-е»	27.09.2024	турслет	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
2.	«Когда мы едины - мы непобедимы»	04.11.2024	Подготовка творческого номера для школьного концерта	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
3.	Традиции нового года у разных народов РФ	1-8.01.2025	Подготовка презентации. Участие в конкурсе «Дружба народов»	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
4.	Блокада Ленинграда	27.01.2025	Выставка	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
5.	День защитника Отечества	23.02.2025	конкурс рисунков, участие митинге, посвященный «Дню защитников Отечества»	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
6.	Международный женский день	08.03.2025	Квест, родительское собрание	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
7.	День Победы	09.05.2025	Митинг, участие в акциях	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
8.	Туристический сплав по р. Койва- р. Чусовая	01.06.2025	сплав	Фото и видеоматериалы с выступлением детей
9.	Туристический сплав по р. Усьва	12.06.2025	Сплав	Фото и видеоматериалы с выступлением детей

Формы аттестации

Оценка образовательных результатов по программе носит вариативный характер, и проводится с целью установления соответствия результатов освоения Программы, заявленным целям и планируемым результатам обучения.

Текущая диагностика

Проводится в течении учебного года и позволяет выявить достигнутый уровень знаний, умений и навыков обучающихся по теме. В качестве контрольных оценочных материалов предлагаются тесты, сочинения, рефераты.

Итоговая диагностика

Итоговый контроль, который осуществляется в конце каждого модуля и учебного года, позволяет определить оценку эффективности реализации Программы по следующим параметрам:

-компетентность обучающихся в познавательной и предметной деятельности;

-компетентность обучающихся в информационно-коммуникативной деятельности;

-компетентность обучающихся в социально-культурной сфере;

-компетентность обучающихся участия в конкурсах, мероприятиях.

Таким итогом могут быть - тестовые контрольные задания, конференция, защита исследовательской работы, творческий отчет обучающихся, проведение экскурсии, открытие и работа школьного музея, а также результаты участия в конкурсах.

Уровень усвоения определяется в % по 3-м уровням и фиксируется в оценочных таблицах

Условия реализации программы

Календарный учебный график

Первый год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего	Учебные месяца									
			IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI
1.	«Туристские навыки»	48	4	4	4	4	4	4	4	4	8	8
2.	«Бардовская песня»	16	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2
3.	«Юный скалолаз»	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4.	«Юный краевед»	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4

	ИТОГО	144	13	13	13	13	14	14	14	14	18	18

Второй год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего	Учебные месяца									
			IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI
1.	«Туристские навыки»	48	4	4	4	4	4	4	4	4	8	8
2.	«Бардовская песня»	16	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2
3.	«Юный скалолаз»	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4.	«Юный краевед»	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	ИТОГО	144	13	13	13	13	14	14	14	14	18	18

Третий год обучения

№ п/п	Наименование разделов, тем	Всего	Учебные месяца									
			IX	X	XI	XII	I	II	III	IV	V	VI
1.	«Туристские навыки»	48	4	4	4	4	4	4	4	4	8	8
2.	«Бардовская песня»	16	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2
3.	«Юный скалолаз»	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
4.	«Юный краевед»	40	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4
	ИТОГО	144	13	13	13	13	14	14	14	14	18	18

Кадровое обеспечение

- педагоги дополнительного образования в соответствии с требованиями профессионального стандарта (*Профессиональный стандарт "Педагог дополнительного образования детей и взрослых", утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. N 652н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 17 декабря 2021 г., регистрационный N 66403), действующим до 1 сентября 2028 года.)*;

Материально-техническое обеспечение

Успешная реализация программы и достижения обучающихся во многом зависят от правильной организации рабочего пространства. Для реализации программы необходимы помещения двух типов:

- кабинет для теоретических занятий должен быть хорошо освещен (естественным и электрическим светом) и оборудован необходимой мебелью: столами, стульями, табуретами, шкафами. Для работы необходимо иметь достаточное количество наглядного и учебного материала (таблицы, эскизы, схемы, плакаты, картины, фотографии, дидактические карточки, игры, памятки, научная и специальная литература, раздаточный материал, видеозаписи, аудиозаписи, мультимедийные материалы, компьютерные программные средства, гитары и т.д.).

В учебном помещении необходимо иметь специальный методический фонд, библиотеку по истории, а также современные технические средства обучения (компьютер, проекционный экран, мультимедиа проектор).

- спортивный зал для физической подготовки и практических занятий формирования туристических навыков, в спортивном зале должны быть необходимые гимнастические снаряды, шведская стенка, подвесной канат. Спортивный зал должен соответствовать требованиям санитарных норм и правил, оборудован раздевалками для переодевания для мальчиков и девочек, душевыми кабинками.

- специальное снаряжение и оборудование для занятия скалолазанием, личное снаряжение юного скалолаза, бивачное оборудование, аудио и видео аппаратура, компьютер с возможностью выхода в Интернет.

Перечень материально-технического обеспечения
учебно-тренировочного процесса:

1. ***Личное снаряжение***:

- система страховочная;
- скальные туфли;
- мешок для магнезии;
- страховочное устройство «восьмерка»;
- карабин с муфтой;
- дневник тренировок;
- секундомер;
- спальный мешок;
- коврик «каремат»;
- рюкзак скальный;
- кроссовки, спортивная одежда.

2. Специальное снаряжение:

- тренажеры;
- зацепы с болтами и шайбами;
- веревки страховочные;
- карабины муфтованные;
- крючья скальные;
- средства для промежуточных точек страховки на скалах;

- оттяжки с карабинами;
- стационарное оборудование для верхней страховки;
- гимнастические маты;
- средства для подъема, спуска по веревке.

3. Бивуачное оборудование:

- палатки;
- набор котлов;
- костровое оборудование;
- газовая горелка с газовыми баллонами;
- тенты от дождя

Информационное обеспечение:

-видео записи (учебные и познавательные фильмы по скалолазанию, видеосюжеты и видеоролики о соревнованиях и тренировках по скалолазанию, видеоматериал об известных скалолазах России и мира)

-дидактический материал (плакаты, фотографии, наглядные пособия по скалолазанию)

-специальная литература (книги, методические пособия, журналы, статьи о скалолазании)

-интернет

Система контроля результативности с описанием форм выявления, фиксации и предъявления результатов и их периодичности

Таблица 8

Формы контроля	**Итоговый**
Периодичность	По окончании обучения
Формы выявления результата	-тесты -выставка -исследовательские работы -отчёт итоговый -задания
Формы фиксации результата	-грамота -готовые работы -диплом -журнал посещаемости -материал анкетирования и тестирования -фото -статья
Формы предъявления результата	-тест - грамота, диплом

Оценка планируемых результатов

Критерии оценки образовательных результатов
Компетентность обучающихся
в познавательной и предметной деятельности

Низкий уровень (ниже 50%)

Обучающийся постоянно пользуется помощью педагога. Знает основные понятия, но не может применить полученные знания в практической и исследовательской работе. Самостоятельно не способен сформулировать цель, задачи, выбрать метод исследования. Без помощи педагога не может самостоятельно подобрать материал, составить текст экскурсии, проводить исследование и работать с архивной документацией. Работает только по предложенному педагогом образцу. Не умеет работать со специальной литературой. Не владеет навыками краткого изложения собранного материала по результатам своих исследований и не может без помощи педагога наметить дальнейший ход исследования. Испытывает трудности в создании электронных презентаций, буклетов, фотоотчетов, в представлении и защите своего проекта.

Средний уровень (50-79%)

Обучающийся почти не пользуется помощью педагога. Иногда обращается к помощи педагога при проведении наблюдений, практических заданий. Легко взаимодействует в команде в процессе совместной деятельности. Умеет применить полученные знания в практической и исследовательской работе. Умеет кратко излагать собранный материал по результатам своих исследований. Обращается к помощи педагога при рассмотрении спорных моментов и определении дальнейшего хода исследований. Может самостоятельно сформулировать цели и задачи исследования, оформить свою исследовательскую работу и на хорошем уровне представить и защитить перед своими сверстниками на конференции в рамках объединения.

Высокий уровень (80-100%)

Обучающийся самостоятельно, уверенно и точно выполняет задания педагога. Владеет приёмами и методами работы со специальной научной литературой. Умеет самостоятельно вести наблюдения, выделять существенные признаки изучаемых объектов. Проявляет инициативу, предлагает собственное решение поставленных задач. Может самостоятельно выбрать объект и методы исследования, сформулировать цель и задачи, провести исследование. Умеет оформить, грамотно представить и защитить свою исследовательскую работу на выставке, конференции на муниципальном и региональном уровнях.

Компетентность обучающихся

в информационно-коммуникативной деятельности

Таблица 9

Критерии	Показатели	Уровни проявления показателей
Способность извлекать необходимую информацию из различных источников. Способность самостоятельно собирать, хранить и пользоваться нужной информацией, создавая соответствующие базы данных, включая электронные. Способность к содержательному общению.	Умение структурировать информацию, свободно ориентироваться и работать с текстами художественного, научного и официально-делового характера. Умение искать, находить и хранить необходимую информацию. Свободно пользоваться сетью Интернет для поиска, получения и передачи информации. Владение такими видами публичных выступлений как монологическое высказывание, дискуссия.	**Высокий – 80-100%** (проявляется в большинстве учебных ситуаций). **Средний – 50-79%** (больше проявляется, чем не проявляется). **Низкий** – ниже 50% (редко проявляется)

Компетентность обучающихся
в социально-культурной сфере

Таблица 10

Критерии	Показатели	Уровни проявления показателей
Способность к рефлексии и самоанализу. Способность к определению своих интересов и возможностей в профессиональной сфере. Способность к взаимодействию со сверстниками и взрослыми. Способность к безопасной жизнедеятельности.	Умение контролировать и оценивать свою деятельность. Умение предвидеть возможные последствия своих действий. Умение оценивать свои достижения и устранять причины возникших трудностей. Умение оценивать результаты профессиональной пробы. Умение устанавливать взаимодействие и согласовывать свою деятельность с другими ее участниками. Объективно оценивать свой вклад в решение общих задач коллектива. Соблюдение норм поведения в окружающей среде.	**Высокий – 80-100%** (проявляется в большинстве учебных ситуаций). **Средний – 50-79%** (больше проявляется, чем не проявляется). **Низкий** – ниже 50% (редко проявляется)

Методические материалы

Образовательная деятельность организована в соответствии с учебным планом, в очной форме с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения. Организуется работа с родителями в виде совместных с детьми занятий, экскурсий, родительских собраний. Воспитательная работа организована с учётом интересов обучающихся.

Методы обучения:

-словесные – беседа, рассказ, объяснение;

-наглядные – фото- и видеоматериалы, карты, схемы, плакаты и т. д.;

-игровые методы – игра-путешествие, инсценировка и т. д.;
-репродуктивный метод – повторение, закрепление, обобщение;
-эвристический метод- поисковые задания, составление анкет;
-исследовательский метод – исследование, изучение документов, краеведческих находок, их описание;
-практический метод – оформление краеведческого материала.

Формы организации образовательного процесса:

-групповая

Формы организации учебного занятия:

-беседа;
-встреча с интересными людьми;
-выставка;
-защита проектов;
-игра;
-конкурс;
-мастер – класс;
-открытое занятие;
-экскурсия;
-практическое занятие;
-краеведческая конференция.

Педагогические технологии:

-технология группового обучения;
-технология коллективного взаимообучения;
-технология развивающего обучения;
-технология исследовательской деятельности;
-технология проектной деятельности;
-технология игровой деятельности;
-технология коллективной творческой деятельности;
-здоровьесберегающая.

Наряду с традиционными формами организации занятий, такими как - рассказ, объяснение, беседа, экскурсия, программой предусмотрены и нетрадиционные:

-занятия в форме соревнований и игр: конкурсы, ролевая игра, кроссворд, викторины;
-занятия, основанные на формах, жанрах и методах работы, известных в общественной практике: исследование, защита творческого проекта, анализ первоисточников, мозговая атака;
-занятия, основанные на имитации деятельности при проведении общественно-культурных мероприятий: заочная экскурсия, экскурсия в прошлое, игра-путешествие, прогулки и т. д.;
-занятия, опирающиеся на фантазию детей: занятие – сказка, занятие – сюрприз и др.

Методическое обеспечение программы:

-методические разработки, планы-конспекты занятий, методические указания и рекомендации к практическим занятиям, инструкционные и технологические карты;

-развивающие процедуры: дидактические и психологические игры, кроссворды;

-дидактические материалы: набор - зрительный ряд: фотоальбомы, репродукции, журналы, буклеты, альбомы серия презентаций по изучаемым разделам.

Литература для педагогов

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - Москва:2011.
2. Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования, Москва, ФЦДЮТиК, 2007.
3. Вестник детско-юношеского туризма и отдыха. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://tour-vestnik.ru/normativnye-dokumenty.
4. Внешкольник РФ - http://dvorec-pionerov.ru/
5. Воспитание как целевая функция дополнительного образования детей. Методические рекомендации / Сост. Д.Н. Жадаев – М.: ВЦХТ, 2023 - https://disk.yandex.ru/i/G5EptyEEdh_MWQ
6. ГАУ ДПО «Институт развития образования Пермского края» - http://iro.perm.ru/
7. Городской программно-методический центр дополнительного образования детей - http://dopedu.ru/
8. Детско-юношеский туризм: виды, организация, образовательный потенциал. Учебное пособие / сост. А.М. Макарский, А.А. Соколова, Д.В. Петров, Н.В. Лебедева. – СПб.: ДТДиМ Колпинского района, 2018.
9. Джагалов Р. «Авторская песня как жанровая лаборатория „социализма с человеческим лицом“» (Новое литературное обозрение, 2009).
10. Дударев В. «Лирическая география Новеллы Матвеевой» (Литературная учёба, 2005).
11. Жолковский А. «Наука, поэзия и правда: к разбору песенки Высоцкого о Куке» (Новое литературное обозрение, 2018).
12. Информационно-методический журнал «ВНЕшкольник» - https://www.vneshkolniknew.ru/
13. Информационно-методический журнал «Про ДОД» - https://prodod.moscow/
14. Как правильно собрать рюкзак. [Электронный ресурс].//Выбор туриста. URL: http://vyborturista.ru/kak-pravilno-sobrat-rjukzak
15. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. - Москва.: Издательство Юрайт, 2017.
16. Константинов Ю.С. Уроки ориентирования /Ю.С. Константинов, О.Л. Глаголева. - Москва: ЦДЮТиК, 2005.
17. Константинов, А.И. Персин/ - Москва: ООО «Буки-Веди», 2018.
18. Кулагин А. В. «Барды и филологи: авторская песня в зеркале литературоведения» (Коломна, 2011).
19. Маслов А.Г. Программа туристского объединения «Юные инструкторы туризма» [Электронный ресурс].– Режим доступа: «Юные инструкторы туризма»

20. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе. - М.: Академия, 2004.URL: https://clck.ru/34JBG8
21. Минпросвещение РФ. Дополнительное образование. - https://edu.gov.ru/activity/main_activities/additional_edu_of_children
22. Научно-методический журнал «Дополнительное образование и воспитание» – www.dop-obrazovanie.com
23. Ничипоров И. Б. «Авторская песня 1950–1970-х гг. в русской поэтической традиции: творческие индивидуальности, жанрово-стилевые поиски, литературные связи» (автореферат диссертации, Екатеринбург, 2008).
24. Новиков В. И. «Комическое в поэзии Булата Окуджавы, Владимира Высоцкого и Александра Галича» (Филологические науки. Научные доклады высшей школы, 2017).
25. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков. - СПб.: Петрополис, 2012.
26. Образовательность и безопасность в детском туризме / Под ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2013.
27. Озеров А.Г.Экологическое краеведение – организация и проведение практических исследований. Уч.-метод. литература. – М.: ООО «Юный краевед», 2016.
28. Оказание первой помощи пострадавшим. Практическое пособие от МЧС России. [Электронный ресурс]. Москва, 2015. URL: http://86.mchs.gov.ru/document/451835
29. Организация и проведение туристских походов с учащимися : учеб.-метод. пособие / Ю.С. Константинов, Г.И. Зорина, А.Г. Маслов; Российская международная академия туризма. – Москва: Советский спорт, 2011.
30. Орлова Ю. А. «Авторская песня как феномен советской культуры» (Теория и практика общественного развития, 2011).
31. Педагогические технологии дополнительного образования http://tehnology-ydod.narod.ru/
32. Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы» Методические рекомендации – М.: Институт воспитания, 2022 - https://disk.yandex.ru/i/ZcvS6dGySiu2tQ
33. Рязанцева Людмила Александровна, методист, педагог дополнительного образования МБУ ДО «Центр детско-юношеского туризма и патриотического воспитания» г. Тулы. Рабочая тетрадь по основам туризма для учащихся младших классов «Собираем рюкзачок» [Электронный ресурс]. ФЦДЮТиК, 2020. URL:https://fcdtk.ru/page/1576745794136-metodicheskie-materialy-turizm-i-kraevedenie

34. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодёжи. - Москва: ФЦДЮТиК, 2019.
35. Словарь туриста-краеведа: учеб.-метод. пособие/ Ю.С.
36. Соколова И. А. «Формирование авторской песни в русской поэзии (1950–1960-е гг.)» (автореферат диссертации, Москва, 2000).
37. Соловьев С.С. Безопасный отдых и туризм: учебное пособие для студ. высш. учеб.заведений/ С.С. Соловьев. – Москва: Издательский центр «Академия», 2008.
38. Социализация и неформальное образование учащихся в детских объединениях: Учебное пособие / сост. Макарский А.М., Морозова М.И., Петушкова И.Н./ науч. ред. доц. Нагавкина Л.С. – СПб.: ДТДиМ Колпинского района, 2018.
39. Спортивный туризм в системе образования / Под ред. Губаненкова С.М. – СПб.: Издательский дом «Петрополис», 2008.
40. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: учебное пособие / Константинов Ю.С.; Российская международная академия туризма; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. – Москва: Советский спорт, 2009.
41. Техника обеспечения безопасности туристских походов и соревнований подростков / Под ред. Губаненкова С.М., Издательский дом «Петрополис», СПб, 2013.
42. Топографическая подготовка туриста. Учебное пособие / автор-составитель Ткачев Г.С. – Брянск: Изд-во БИПКРО, 2012.
43. Учебно-методический комплекс «Познание Родины»: детско-юношеский туризм и краеведение как актуальные практики патриотического воспитания». Авторский коллектив ГБУ ДОДворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга. [Электронный ресурс]. ФЦДЮТиК, 2020. URL:https://fcdtk.ru/page/1598604678246-kraevedenie
44. ФГБОУ ДО «Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей» - https://fedcdo.ru/
45. ФГБУК «Всероссийский центр развития художественного творчества и гуманитарных технологий» - http://vcht.center/
46. Федеральный портал «Дополнительное образование» - http://www.dopedu.ru.
47. Фрумкин В. «Новые мифы и старые факты» (Новое литературное обозрение, 2012).

Список литературы для детей

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - Москва:2011.
2. Балабанов И.В.Узлы. – Москва, 2006.

3. Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2007.

4. Кругов А.И. Задачник по краеведению. - Москва «Русское слово», 2006.

5. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. - СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008.

6. Словарь туриста-краеведа: учеб.-метод. пособие/ Ю.С. Константинов, А.И. Персин/ - Москва: ООО «Буки-Веди», 2018.

ПРИЛОЖЕНИЕ К ПРОГРАММЕ
Критерии оценки для приема контрольных нормативов ОФП

Таблица №1

МАЛЬЧИКИ

Наименование	Баллы	Уровень	Возраст						
			10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	выс	**5**	23	24	26	28	30	32	34
	в/с	**4**	20	21	23	25	28	30	31
	ср	**3**	17	18	20	22	25	28	29
	н/с	**2**	14	15	17	19	22	25	27
	низ	**1**	13	14	15	16	18	20	23
Приседание на одной ноге	выс	**5**	6	8	10	12	14	16	18
	в/с	**4**	5	7	9	10	12	14	16
	ср	**3**	4	5	7	9	10	12	14
	н/с	**2**	3	4	5	7	8	10	12
	низ	**1**	2	3	4	5	6	8	10
Наклоны туловища вперед из основной стойки на гимнастической скамейке	выс	**5**	6	7	8	9	13	12	11
	в/с	**4**	5	6	7	8	12	11	10
	ср	**3**	4	5	6	7	11	10	9
	н/с	**2**	3	4	5	6	10	8	8
	низ	**1**	2	3	4	5	8	7	7

ДЕВОЧКИ

Наименование	Баллы	Уровень	Возраст						
			10 лет	11 лет	12 лет	13 лет	14 лет	15 лет	16 лет
Сгибание-разгибание рук в упоре лежа	выс	**5**	17	20	21	16	15	15	15
	в/с	**4**	14	17	18	13	12	12	12
	ср	**3**	11	14	15	10	9	9	9
	н/с	**2**	8	11	12	7	6	6	6
	низ	**1**	7	10	9	4	3	3	3
Приседание на одной ноге	выс	**5**	6	7	8	10	12	13	14
	в/с	**4**	5	6	7	9	11	12	13
	ср	**3**	4	5	6	7	9	10	11
	н/с	**2**	3	4	5	6	7	8	9
	низ	**1**	2	3	4	5	6	7	8
Наклоны туловища вперед из основной стойки на	выс	**5**	7	9	11	13	15	14	13
	в/с	**4**	6	7	9	11	13	12	11
	ср	**3**	5	6	7	9	11	10	9
	н/с	**2**	4	5	6	7	9	8	7

гимнастической скамейке	низ	**1**	3	4	5	6	7	6	6

Таблица №2

Критерии оценки для приема контрольных нормативов навыков скалолазания

МАЛЬЧИКИ									
Наименование	**Баллы**	**Уровень**	**Возраст**						
			10 лет	**11 лет**	**12 лет**	**13 лет**	**14 лет**	**15 лет**	**16 лет**
Подтягивание на зацепах	выс	**5**	6	8	10	12	14	16	18
	в/с	**4**	5	7	8	10	12	14	16
	ср	**3**	4	5	7	8	10	12	14
	н/с	**2**	3	4	5	7	8	9	11
	низ	**1**	2	3	4	5	6	7	9
Вис на площадке размером 30 мм	выс	**5**	20	23	26	29	32	35	38
	в/с	**4**	17	20	23	26	29	32	35
	ср	**3**	14	17	20	23	26	29	32
	н/с	**2**	10	14	17	20	23	26	29
	низ	**1**	7	10	13	16	19	22	25
Поднимание прямых ног в горизонтальное положение в висе на гимнастической стенке	выс	**5**	13	15	17	19	22	25	22
	в/с	**4**	11	13	15	17	19	22	19
	ср	**3**	9	11	13	15	17	19	17
	н/с	**2**	7	9	11	13	15	17	15
	низ	**1**	5	7	9	11	13	15	13

ДЕВОЧКИ									
Наименование	**Баллы**	**Уровень**	**Возраст**						
			10 лет	**11 лет**	**12 лет**	**13 лет**	**14 лет**	**15 лет**	**16 лет**
Подтягивание на зацепах	выс	**5**	5	6	8	10	12	13	14
	в/с	**4**	4	5	6	8	10	11	12
	ср	**3**	3	4	5	6	8	9	10
	н/с	**2**	2	3	4	5	6	7	8
	низ	**1**	1	2	3	4	5	6	7
Вис на площадке размером 30 мм	выс	**5**	15	18	21	23	26	29	32
	в/с	**4**	12	15	18	21	23	26	29
	ср	**3**	9	12	15	18	21	23	26
	н/с	**2**	6	9	12	15	18	21	23
	низ	**1**	3	6	9	12	15	18	21
Поднимание прямых ног в	выс	**5**	10	14	17	19	20	21	17
	в/с	**4**	8	10	14	17	18	19	14

горизонтальное положение в висе на гимнастической стенке	ср	**3**	6	8	10	14	15	17	10
	н/с	**2**	4	6	8	11	12	14	8
	низ	**1**	2	4	6	8	10	12	6

Оценивание учащихся

В приведенных оценочных таблицах каждое значение уровня подготовленности переводятся в «балльную» систему оценок после выполнения отдельного тестового упражнения:

Низкий - 1 балл
Н/среднего - 2 балла
Средний - 3 балла
В/среднего - 4 балла
Высокий - 5 баллов

Для получения обобщенной оценки баллы, полученные в результате выполнения учащимися тестовых упражнений, суммируются. Норме физического развития в комплексной оценке (таблица 3) соответствует «средний уровень» набранный в пяти, четырех либо трех тестовых упражнениях (в отдельных случаях оценивается динамика показанных результатов в параметрах одного уровня), что также является успешным результатом.

Таблица 3.

Нормативные требования по физической подготовке для перевода учащихся на очередные этапы подготовки

Уровни	Баллы
По трем критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	3-4
Н/среднего	5-7
Средний	8-10
В/среднего	11-13
Высокий	14-15
По четырем критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	4-6
Н/среднего	7-9
Средний	10-14
В/среднего	15-17
Высокий	18-20
По пяти критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	5-8
Н/среднего	9-12
Средний	13-18
В/среднего	19-22

Высокий	22-25
По шести критериям (тестовым упражнениям)	
Низкий	6-9
Н/среднего	10-14
Средний	15-22
В/среднего	23-27
Высокий	28-30