

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр физкультурно- спортивной подготовки и
детского творчества»

Принято на заседании педагогического совета от 02.09.2025 Прокол №1	Утверждено Директор МБОУ ДО «ЦФСМИРО» Кинцель Е.В. 02.09.2025 г
---	--



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Туристско – краеведческой направленности

«Клуб путешественников 2»

Возраст обучающихся 5-6 лет

Срок реализации 1 год

Составитель: педагог
дополнительного образования
Деркаченко И.Н.

с. Александровское – 2025 г.

Нормативно- правовые документы:

Учебная программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- ✓ Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции от 30.12.2021 с изм. от 01.03.2022);
- ✓ Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030г., утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. N 1726-р;
- ✓ Приказом Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. N 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”;
- ✓ Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), направленные письмом Минобрнауки России от 18 ноября 2015 г. N 09-3242;
- ✓ Санитарными правилами СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28;
- ✓ Уставом муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования «ЦФСПИДТ», иными локальными актами.

Аннотация

Туристические походы, путешествия, экскурсии, имеют большое значение в жизни подростков. Это расширяет кругозор, прививает учащимся навыки самообслуживания, приучает их к самостоятельному труду, воспитывает инициативу и выдержку. Пребывание на свежем воздухе вдали от населенных пунктов закаляют ребят.

Уровень освоения программы – базовый.

Направленность программы – туристско-краеведческая

Актуальность программы - туризм осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных задач. предусматривают обучение ребят азбуке туризма - сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов.

Новизна программы в том, что в ней делается акцент на практические навыки туриста: обучающиеся учатся выбирать одежду для похода, прокладывать маршрут, ориентироваться на местности, учатся разбить и обустроить лагерь, развести огонь, оказать первую медпомощь.

Отличительная особенность

Программы обусловлена тем, что проблема физического и патриотического воспитания детей, молодежи в последнее время находится в центре особого внимания государства и общества. Занятие туризмом становится важным педагогическим средством воспитания гражданственности и патриотических качеств подрастающего поколения, а доступные походы выходного дня - одним из путей развития личности школьника.

Педагогическая целесообразность

Образовательный туризм является специально организованным путешествием для получения новых знаний, впечатлений и полноценного отдыха. Образовательный туризм относится к важным педагогическим технологиям, особенно на современном этапе общественного развития. Это обусловлено тем, что он даёт возможности расширения кругозора учащихся.

Адресат программы - Возраст обучающихся в объединении 10-11 лет (4 классы). Принимаются все желающие. Обучение по данной программе будет актуальным для физически активных детей, проявляющих интерес

Количество детей в группе 10-12 человек.

Объём программы - 6 часов.

Срок освоения программы – 1 месяц.

Режим занятий

Режим занятия: проводится 3 занятия в месяц.

Формы обучения и виды занятий: Форма обучения - очная.

Цель и задачи программы

Цель - знакомство обучающихся с туристской деятельностью как средством развития двигательной, функциональной и познавательной активности обучающихся.

Задачи

Образовательные

- обучить навыкам подготовки личного снаряжения для участия в туристском походе;
- обучить навыкам выбора места для бивуака, установки палатки, заготовки дров, разведению и поддержанию костра;
- обучить навыкам составления перечня продуктов для приготовления обеда на костре;
- обучить навыкам передвижения по различным видам рельефа, в лесу, преодолевать овраги, склоны, чащобные и заболоченные участки, другие естественные и искусственные препятствия;
- обучить навыкам ориентирования на местности: действия в случае потери ориентировки; определять стороны горизонта по небесным светилам и местным предметам;

Развивающие

- развивать познавательный интерес, включенность в познавательную деятельность;

Воспитательные

- формировать позитивное отношение к здоровому образу жизни, сохранению и укреплению здоровья.

Планируемые результаты.

По окончании занятий по предлагаемой программе обучающиеся должны обладать следующими знаниями и навыками;

Образовательные:

-навыкам выбора места для бивуака, установки палатки, заготовки дров, разведению и поддержанию костра;

-навыками составления перечня продуктов для приготовления обеда на костре;

-навыками передвижения по различным видам рельефа, в лесу, преодолевать овраги, склоны, чащобные и заболоченные участки, другие естественные и искусственные препятствия;

-навыками ориентирования на местности: действия в случае потери ориентировки; определять стороны горизонта по небесным светилам и местным предметам;

Предметные:

- знать и выполнять основные правила безопасности в лесу;

- владеть простейшими навыками ориентирования на местности;

- преодолевать естественные и искусственные препятствия;

Личностные:

- соблюдать правила личной гигиены;

которые можно применять в социальной практике, в туристских походах и путешествиях.

1.1. Содержание программы

1.1.1. Учебный план 1 год обучения (стартовый модуль)

N п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теори я	Пра ктик а	
1	Походы выходного дня	6		6	Наблюдение
	Всего	6		6	

Содержание учебного плана 1 месяц обучения

I. Вводное занятие.

Туризм - средство оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Техника безопасности в походе. Виды туризма. Правила, нормы и традиции туризма.

II. Основы гигиены и первая помощь.

1. Возможные опасности в походе. Меры безопасности.

Опасности, обусловленные природой средой: рельеф, болота, реки, ураганы, грозы, метели. Ядовитые грибы, растения. Хищные звери, змеи, насекомые. Опасности, связанные с действиями человека. Основные причины возникновения аварийных ситуаций (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т. д.). Профилактика несчастных случаев. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.

2. Личная гигиена туриста. Основные приёмы по оказанию первой помощи.

Личная гигиена при занятиях туризмом. Гигиена тела, одежды и обуви. Значение систематических занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья.

Меры по профилактике характерных для пешеходного туризма заболеваний. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит др.). Общий, местный и точечный массаж при утомлении, мышечных болях.

Помощь при тепловом и солнечном ударе, пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях. Подбор, хранение продуктов, питьевой воды. Обеззараживание воды. Мытьё рук, посуды. Ожоги. Как их избежать. Первая помощь. Порезы и раны. Нагноения. Обработка ран, Остановка кровотечения. Оказание первой помощи при получении порезов, ран, при нагноениях.

Правила оказания первой доврачебной помощи. Порядок наложения шин из подручных предметов. Правила снятия одежды. Меры по предотвращению потертостей, мозолей, опрелостей. Оказание помощи. Оказание помощи при укусах клещей, змей.

Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки. Индивидуальная аптечка туриста.

3. Организация туристского быта. Выбор места для бивака.

Основные требования к месту бивака: жизнеобеспечение (наличие воды, дров), безопасность (удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев и т. д.), комфортность (продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама). Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток и костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы). Уборка места лагеря перед уходом группы. Меры безопасности при работе на биваке.

4. Костры, их типы. Правила разведения костра. Костровое хозяйство.

Различные типы костров и их назначение. Требования к выбору места для костра. Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду. МБ при заготовке дров и при обращении с огнём. Костровые приспособления. Варочная посуда. Способы подвески котлов. Кухонные принадлежности. Требования к топорам и пилам, порядок их упаковки и транспортировки;

5. Питание в туристском походе. Правила приготовления пищи на костре.

Значение, режим и особенности питания в многодневном походе. Набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса.

6. Подведение итогов туристского похода.

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Разбор действий каждого участника и группы в целом. Отчет руководителя.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Условия реализации программы

1. Материально-техническая база

Оснащение (материально-техническая база)

№ п\	Наименование	Ед.	Кол- во	Примечание
---------	--------------	-----	------------	------------

п		изм.		
1	Верёвка 10мм	м	4	
2	Коврик теплоизоляционный для туризма	шт.	10	
3	Палатка туристическая	шт.	3	
4	Набор котелков	шт.	1	
5	Рюкзак	шт.	10	
6	Тренога костровая	шт.	1	
7	Мыло хозяйственное	шт.	1	

2.2. Формы аттестации и оценочные материалы.

Процесс обучения по дополнительной общеразвивающей программе предусматривает следующие формы диагностики и аттестации:

1. Итоговая аттестация проводится после завершения всей учебной программы.

2.3. План воспитательной работы

№ п/п	Название события, мероприятия	Сроки	Форма проведения	Практический результат и информационный продукт, иллюстрирующий успешное достижение цели события
1	Всемирный день туризма	Сентябрь	Полевой выход	Фото- и видеоматериалы с выхода, посты в соц. сетях
2	Празднование дней рождений	Сентябрь- Май	Поздравления на уровне коллектива	Фото- и видеоматериалы детей
3	Новогодняя Ёлка	Декабрь	Утренник на уровне коллектива	Фото- и видеоматериалы с выступлением детей

4	Празднование значимых праздников (День Защитника Отечества, 8 марта и т.д..)	Сентябрь- Май	Поздравления на уровне коллектива	Фото- и видеоматериалы детей
---	---	---------------	-----------------------------------	------------------------------

Литература

Для педагога:

- Алексеев А. А. Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
- Алешин В. М. Карта в спортивном ориентировании. - М: Физкультура и спорт, 1983.
- Алешин В. М., Серебренников А. В. Туристская топография, - М: Профиздат, 1985.
- Бардин К. В. Азбука туризма. - М: Просвещение, 1981.
- Берман А. Е. Юный турист. - М: ФиС, 1977.
- Власов А. А. Турист - М: Физкультура и спорт, 1974.
- Гонопольский В. И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. - М: ФиС, 1987.
- Маслов А. Г., Константинов Ю. С., Дрогов И. А. Лето, дети и туризм. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
- Основы безопасности в пешем походе. - М: ЦРИБ “Турист”, 1983.
- Основы медицинских знаний учащихся (Под ред. Гоголева - М: Просвещение, 1991.
- Ткачев Г. С. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов. - Брянск, ЦДЮТ, 2000.
- Штюрмер Ю. А. Профилактика туристского травматизма. - М: ЦРИБ “Турист”, 1992.

Для обучающихся

- Антропов К., Расторгуев М. Узлы. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
- Коструб А. А. Медицинский справочник туриста. - М: Профиздат, 1987.
- Куликов В. М., Константинов Ю. С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
- Куликов В. М., Ротштейн Л. М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. - ЦРИБ “Турист”, 1983 г.
- Энциклопедия туриста. - М: Большая Российская энциклопедия, 1993.

Для родителей

- Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, действительные и мнимые. - М: ФиС, 1972.