Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Курчалоевский Центр детско-юношеского туризма и краеведения»

Принята на заседании
педагогического совета
от «04» 09 2020г.
Протокол № 1

Утверждена
_____ А.А. Улхаев
Приказ № 36
от «04» 09 2020г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Спортивный туризм «Дистанция»
Направленность: физкультурно-спортивная
Уровни программы: стартовый

Срок реализации программы: 1 год
Возраст обучающихся:11-16 лет

Составитель:
ПДО ЦДЮТиК
Ахтаханов А.С.

г. Курчалой.
2020г.

Содержание программы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:

1.1. Направленность программы……3

1.2. Уровень освоения программы. ……...…….…….3

1.3. Актуальность программы. …….3

1.4. Отличительные особенности. ……..…….…3

1.5. Категория учащихся. …….…3

1.6. Сроки реализации и объем программы. ……..…3

1.7. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.…...3

1.8. Цель и задачи программы. ……..…3

1.9. Планируемые результаты и способы их проверки. ……..……4

Раздел 2. Содержание программы……..6

2.1. Учебный (тематический) план. ……...6

2.2 Содержание учебного плана. ……..…..8

2.3. Календарный учебный график……..12

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы. ……15

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий. …….17

4.1. Материально-технические условия реализации программы…….17

4.2. Кадровое обеспечение программы. ……17

4.3. Учебно-методическое обеспечение. ……..……17

Список литературы…….……19

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1. Направленность: физкультурно-спортивная

1.2. Уровень освоения программы: стартовый

1.3. Актуальность программы.

Актуальность программы в том, что она соответствует действующим нормативно-правовым актам

1.4. Отличительные особенности программы.

Отличительных особенностей нет.

1.5. Категория учащихся.

Программа рассчитана на детей 11-16 лет. Группа первого года обучения комплектуется из учащихся 6-10 классов, не имеющих специальных знаний и навыков практической работы. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей).

1.6. Сроки реализации и объем программы.

Срок реализации программы – 1год. Объем программы – 144 часа.

1.7.Формы организации деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 15 человек.

Режим занятий: 1-й год обучения - занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. Продолжительность занятий – 40 минут, перерыв 10 минут.

1.8. Цель и задачи программы.

Целью данной программы является создание условий для обучения, воспитания, развития и оздоровления детей в процессе занятий спортивным туризмом, характерным компонентом которого является: учебно-тренировочное занятие, путешествие, соревнование, учебно-познавательные игры с элементами туризма.

Данная цель, прежде всего, отражает то, что в туристской деятельности должны интегрироваться такие основные аспекты воспитания, как нравственный, трудовой, физический, патриотический, интеллектуальный, эстетический, экологический.

Задачи

Обучающие:
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- обучение обеспечению безопасности спортивных туристских походов и соревнований;
- обучение практическим навыкам спортивного туризма.

Развивающие:
- формировать способы социального взаимодействия;
- развивать коммуникативные способности, умение жить в коллективе;
- развитие технического и тактического мастерства участников соревнований по спортивному туризму, спортивному ориентированию, поисково-спасательным работам;
- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию воспитанников;
- развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления.

Воспитывающие:
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- создание условий для формирования у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- социального и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности;
- формирование бережного отношения к природе;
- воспитание любви к малой Родине;
- воспитание потребности в здоровом образе жизни.
- особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, при проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

1.9. Планируемы результата освоения программы.

По окончанию первого года обучения обучающиеся должны знать:

- туристские возможности родного края, историю города и района;
- правила прохождения этапов дистанции по спортивному туризму в дисциплине «дистанция – пешеходная», применение штрафные баллов за неправильные действия на этапах, правильность подборки личного и группового снаряжения для двухдневного похода, как пользоваться туристским снаряжением, разжигать костры, ставить палатки, укладывать рюкзак, упаковывать и транспортировать продукты, составлять меню,

основы гигиены туриста, комплектацию походной аптечки, действия в случае потери ориентации в походе.

- меры безопасности во время участия в походах, на соревнованиях, полигонных занятиях.

Должны уметь:

- надевать страховочную систему, вязать узлы, бунтовать верёвки, преодолевать естественные и искусственные препятствия на этапах 1-2 класса дистанции;
- правильно использовать страховку и самостраховку на соревнованиях и в походах;
- комплектовать походную аптечку, применять лекарственные препараты, содержащиеся в аптечке, по назначению;
- различать стороны горизонта, ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, измерять расстояние шагами, работать с компасом;
- развивать физические навыки, укреплять здоровье, содействовать правильному физическому развитию воспитанников;
- воспитывать волевые качества: целеустремленность, настойчивость и инициативу, ответственность. чувство бережного отношения к природе и соблюдения экологических требований.

Раздел 2. Содержание программы.

Учебный (тематический) план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел 1. Введение.	**1**	**1**	**0**	
1.1.	Что такое туризм? Кто такие туристы? История туризма. Виды туризма.	1	1	0	
2.	Раздел 2. Наш край.	**1**	**1**	**0**	
2.1.	Краеведение: история города и района. Туристские возможности родного края.	1	1	0	
3.	Раздел 3. Основы туристской подготовки.	16	8	8	
3.1.	Мы идём в поход: Личное снаряжение туриста. Организация бивака. Личная гигиена в походе. Первая медицинская помощь. Меры безопасности в походе.	4	2	2	
3.2.	Необходимое групповое снаряжение для 1-2 дневных походов. Палатки, типы, способы установки. Тент. Котлы. Топоры. Пилы. ТБ при работе с ними, их хранение и транспортировка. Правила сушки одежды и обуви.	4	1	3	
3.3.	Особенности питания в походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка, их транспортировка, в зависимости от вида похода.	3	3	0	
3.4.	Организация бивака: Выбор места. Выбор места под палатки, яма для отходов. Костёр, типы.	6	2	4	

4.	Раздел 4. Техническая подготовка.	6	2	4	
4.1.	Узлы. Страховочная система. Верёвки. Страховка и самостраховка. Обеспечение безопасности.	6	2	4	
5.	Раздел 4. Ориентирование.	8	2	6	
5.1.	Компас. Спортивная карта. Топографические знаки. Азимут. Виды соревнований по спортивному ориентированию.	8	2	6	
6.	Раздел 6. Туристское снаряжение.	3	2	1	
6.1.	Специальное снаряжение. Личное и командное снаряжение. Хранение, уход, транспортировка.	3	2	1	
7.	Раздел 7. Дистанции.	40	10	30	
7.1.	Дистанции по ориентированию	12	3	9	
7.2.	Скалолазание.	6	2	4	
7.3.	Дистанция – пешеходная -группа.	12	2	10	
7.4.	Дистанция – пешеходная - личная	12	3	9	
8	Раздел 8. Тактическая подготовка	4	4		
8.1.	Тактика командного прохождения дистанции.	4	2	2	
8.2.	Выбор вариантов сопровождения участников при работе в (группе), (связке).	4	2	2	
9	Раздел 9. Правила соревнований.	5	5	0	
9.1.	Изучение правил соревнований по скалолазанию.	2	2	0	
9.2.	Изучение правил соревнований на дистанциях 1-2 класса спортивного туризма.	2	2	0	
9.3.	Правила соревнований по спортивному ориентированию,	1	1	0	
10	Раздел 10. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.	21	0	21	
10.1.	Силовая подготовка.	10	0	10	

10.2.	Беговая подготовка.	11	0	11	
11	Раздел. Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающегося.	1	0	1	
12	Раздел 12. Участие в соревнованиях.	12	0	12	
13	Раздел 12. Походы	20	0	20	
14	Раздел 13. Выполнение контрольных нормативов.	6	0	3	
	Итого:	144			

2.2. Содержание учебного плана.

Раздел 1. Введение.
Что такое туризм? Кто такие туристы? История туризма. Виды туризма. Значение туризма для оздоровления организма, познания окружающего мира. Информация о работе кружка, техника безопасности при проведении занятий в помещении, на улице, при преодолении естественных препятствий, правила поведения группы при переезде на транспорте. Анкетирование по выявлению особенностей организма, увлечений подростка.

Раздел 2.Наш край.
Краеведение: история города и района. Туристские возможности родного края. Памятка туристу.

Раздел 3. Основы туристской подготовки.
3.1. Мы идём в поход.
Питание в походе. Личная гигиена в походе. Первая медицинская помощь в походе при ожоге, укусе змеи, переохлаждении, обморожении, тепловом ударе, растяжении, вывихе, пищевом отравлении. Ядовитые растения и грибы. Меры безопасности в походе. Разработка маршрута. Оформление документов. Распределение обязанностей в группе. Движение в походе. Режим движения и отдыха. Преодоление препятствий в походе. Состав медицинской аптечки. Простейшие способы переноски пострадавшего. Транспортировка пострадавшего с помощью подручных средств.

Практические занятия: Отработка навыков преодоления естественных препятствий: зарослей растительности, склонов, подъёмов. Организация переправы по бревну с самостраховкой. Оказание первой медицинской помощи в походе: наложение повязки, изготовление носилок из жердей и штормовок, переноска пострадавшего.

3.2. Необходимое личное и групповое снаряжение для 1-2 дневных походов. Палатки. Типы, способы их установки. Котлы, топоры. Тент. Пилы. Их

хранение и транспортировка. ТБ при работе с ними. Виды рюкзаков. Правила укладки рюкзака. Требования к одежде и обуви. Правила сушки одежды и обуви.
Практические занятия: Укладка рюкзака для похода в соответствии с погодой. Установка палаток различных типов и их сборка.
3.3. Особенности питания в походе. Составление меню, списка продуктов. Что такое раскладка? Фасовка, упаковка, их транспортировка в зависимости от вида похода.
3.4. Организация бивака. Мероприятия при остановке на ночевку. Выбор места для ночлега. Выбор места под палатки и ямы для отходов. Костры, их типы. Правила разведения. Как снимать дёрн под кострище?
Практические занятия: Снятие дёрна перед разведением костра. Разведение костров типа: «ШАЛАШ» «КОЛОДЕЦ» «ЗВЁЗДОЧКА» «ПУШКА» «НОДЬЯ» «КАМИН» «ПОЛИНЕЗИЙСКИЙ».
Раздел 4. Техническая подготовка.
4.1. Страховочная система. Самостраховка. Рукавицы. Каска. Обувь. Список и применение специального личного снаряжения. Предъявляемые к нему требования.
Практические занятия: Надевание страховочной системы. Подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним, его ремонт.
Группы узлов, их назначение и применение на практике.
Практические занятие: Вязка узлов и применение их по назначению. Основная и вспомогательная верёвки. Название и применение основных и вспомогательных верёвок. Требования к верёвкам. Бухтовка и маркировка верёвки.
Практические занятия: Бухтовка и маркировка верёвки.
Виды карабинов, различительные особенности, правила пользования карабинами, их назначение и применение.
Практические занятия: Встёгивание и выстёгивание карабинов из перил на скорость.
Раздел 5. Ориентирование.
5.1. Краткие сведения о спортивном ориентировании. Ориентирование как вид спорта. Топографическая подготовка. Карты. Условные знаки. Масштаб. Отличия топографических карт от спортивных карт. Работа с компасом. Движение по азимуту. Определение азимута по карте.
Практические занятия: Работа с картами различных масштабов на местности. Определение расстояния по карте. Определение сторон горизонта по компасу. Взятие азимута на ориентир. Определение оптимального маршрута по карте до заданной точки. Сличение карты с местностью и наоборот. Движение по азимутам с поворотами.
Раздел 6.Туристское снаряжение.
6.1. Основные требования к снаряжению. Зажимы, спусковые устройства. Блоки и полиспасты. Ус самостраховки. Опорные петли. Каска. Требования к ним. Хранение, уход и транспортировка.
Практические занятия: Работа с зажимами, спусковыми устройствами,

блоками. Организация полиспаста.

Раздел 7. Дистанции.

7.1. Дистанции по ориентированию: заданный маршрут, маркированный маршрут, обозначенный маршрут, ориентирование по выбору. Принцип отметки КП.

Практические занятия: Прохождение дистанций заданного, обозначенного маршрутов и ориентирования по выбору по карте.

7.2. Скалолазание.

7.3. Тактико – техническая (группа, связки): понятие «Дистанция», условия прохождения дистанции, схема дистанции, обратное движение по дистанции, снятие с дистанции, этап технический, блок этапов, нитка этапа, обратное движение на этапе, снятие с этапа, безопасная зона, опасная зона, исходная сторона, целевая сторона, рабочая зона, контрольная линия.

Технические этапы 1-2 класса: переправа вброд, переправа по бревну, переправа по параллельным перилам, навесная переправа (2кл), переправа методом «вертикальный маятник», подъём, спуск, траверс. Последовательность командных действий при работе на технических этапах. Распределение обязанностей. Работа в связках. Самостраховка и командное сопровождение. Возможные ошибки и нарушения.

Практические занятия: Командное прохождение технических этапов. Распределение обязанностей. Работа в связках. Страховка и командное сопровождение.

7.4. Техническая дистанция.

Личное прохождение этапов 1-2 класса: переправы вброд, по бревну, по параллельным перилам, навесная переправа (2кл), подъём, спуск, траверс, переправа методом «вертикальный маятник» (2кл).

Правила и последовательность действий при работе на технических этапах. Возможные ошибки и нарушения, их классификация. Правила техники безопасности.

Практические занятия: Личное прохождение технических этапов. Организация самостраховки при прохождении технических этапов. Отработка скорости работы на этапе.

Раздел 8. Тактическая подготовка.

8.1. Тактика командного прохождения дистанции.

Последовательность командных действий при работе на технических этапах. Распределение обязанностей. Работа группой и в связках. Командное сопровождение. Возможные ошибки и нарушения. Правила техники безопасности.

Практические занятия: Командное прохождение технических этапов. Организация командного сопровождения и самостраховки. Отработка тактики и скорости работы на техническом этапе.

8.2. Выбор вариантов сопровождения участников при работе в (группе), (связке).

Изучение вариантов сопровождения согласно правил. Отработка этих вариантов. Исправление ошибок и нарушений.

Практические занятия: Отработка вариантов сопровождения на различных этапах дистанций.

Раздел 9. Правила соревнований.

9.1. Изучение правил соревнований по скалолазанию.

Общие правила соревнований, соревнования на трудность, соревнования на скорость, соревнования по боулдерингу.

9.2.Изучение правил соревнований на дистанциях 1-2 класса спортивного туризма. Старт, финиш, базовая система оценки нарушений, бесштрафовая система оценки нарушений, штрафная система оценки нарушений.

9.3. Правила соревнований по спортивному ориентированию.

Ориентирование по выбору, в заданном направлении, на лыжах по маркированной дистанции, по обозначенному маршруту.

10. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.

Практические занятия.

Раздел 10.1.Общеразвивающие упражнения: одиночные и серийные прыжки, бег в колонну по одному с ускорением, остановкой, с ускорением скорости, поворот на 360^0 прыжком вверх, прыжки в низком приседе, прыжки на правой, левой, и двух ногах, ходьба на пятках, носках, в приседе, в полуприседе, приставным шагом, бег с высоким подниманием бедра.

10.2. Силовая подготовка: отжимание, подтягивание, приседания с тяжестями, упражнения в парах, на пресс и т. д.

10.3. Беговая подготовка: Стартовые рывки с места, пробегание отрезков 40, 60 метров, ускорение из различных исходных положений. Кросс 500-2000 метров по пересеченной местности.

Раздел 11. Психолого – педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающегося.

Раздел 12. Участие в соревнованиях: по спортивному туризму, ориентированию, скалолазанию, в туристском слёте.

Раздел 13. Походы: 1- однодневный, 2 – двухдневных.

Раздел 14. Выполнение контрольных нормативов: умения и навыки проверяются во время участия обучающегося в соревнованиях, а также на последнем занятии при прохождении личной короткой скоростной технической дистанции 1-го класса.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы

2.3. Календарный учебный график

N п/п	Месяц	Дата	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Форма контроля
1.				Фронтальный, групповой.	1	Введение. Что такое туризм? Кто такие туристы? История туризма. Виды туризма.	Текущий
2.				Фронтальный, групповой.	1	Краеведение: история города и района. Туристские возможности родного края.	Текущий
3.				Фронтальный, групповой.	4	Мы идём в поход: Личное снаряжение туриста. Организация бивака. Личная гигиена в походе. Первая медицинская помощь. Меры безопасности в походе.	Текущий
4.				Фронтальный, групповой.	4	Необходимое групповое снаряжение для 1-2 дневных походов. Палатки, типы, способы установки. Тент. Котлы. Топоры. Пилы. ТБ при работе с ними, их хранение и транспортировка. Правила сушки одежды и обуви.	Текущий
5.				Фронтальный, групповой.	3	Особенности питания в походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка, их транспортировка, в зависимости от вида похода	Текущий
6.				Фронтальный, групповой.	6	Организация бивака: Выбор места. Выбор места под палатки, яма для отходов. Костёр, типы.	Текущий

7.				Фронтальный, групповой.	6	Узлы. Страховочная система. Верёвки. Страховка и самостраховка. Обеспечение безопасности.	Текущий
8.				Фронтальный, групповой.	8	Компас. Спортивная карта. Топографические знаки. Азимут. Виды соревнований по спортивному ориентированию.	Текущий
9.				Фронтальный, групповой.	3	Специальное снаряжение. Личное и командное снаряжение. Хранение, уход, транспортировка.	Текущий
10.				Фронтальный, групповой.	12	Дистанции по ориентированию	Текущий
11.					6	Участие в соревнованиях	
12.				Фронтальный, групповой.	6	Скалолазание.	Текущий
13.				Фронтальный, групповой.	12	Дистанция – пешеходная -группа.	Текущий
14.				Фронтальный, групповой.	12	Дистанция – пешеходная - личная	Текущий
15.				Фронтальный, групповой.	4	Тактика командного прохождения дистанции.	Текущий
16.				Фронтальный, групповой.	4	Выбор вариантов сопровождения участников при работе в (группе), (связке).	Текущий

17.				Фронтальный, групповой.	2	Изучение правил соревнований по скалолазанию.	Текущий
18.				Фронтальный, групповой.	2	Изучение правил соревнований на дистанциях 1-2 класса спортивного туризма.	Текущий
19.				Фронтальный, групповой.	1	Правила соревнований по спортивному ориентированию,	Текущий
20.				Фронтальный, групповой.	10	Силовая подготовка.	Текущий
21.				Фронтальный, групповой.	11	Беговая подготовка.	Текущий
22.				Фронтальный, групповой.	1	Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающегося.	Текущий
23.				Фронтальный, групповой.	6	Участие в соревнованиях	Текущий
24.				Фронтальный, групповой.	20	Походы	Текущий
25.				Фронтальный, групповой.	6	Выполнение контрольных нормативов.	Текущий
Итого:						144	

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Виды контроля:

Каждый годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного соревнования по спортивному туризму, участие в соревнованиях различного уровня, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года.

В конце каждого года обучения воспитанники должны выполнить требования контрольных нормативов, ответить на тесты по знаниям правил соревнований, а также показывать соответствующие году обучения результаты в соревнованиях.

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

<u>методы:</u>

- открытое педагогическое наблюдение;
- оценка продуктов творческой деятельности детей;
- фиксация результативности полетов.

<u>формы:</u>

- беседы, опрос. Проверка технической подготовки учащихся осуществляется путем соревнований внутри группы;
- представление лучших спортсменов на соревнования регионального и всероссийского уровней.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

На основании планируемых результатов разработана оценочная шкала (от 1 до 3 баллов), которая соответствует уровням освоения программы. По окончанию учебного года, педагог определяет уровень освоения программы обучающихся, фиксируя их в таблице, тем самым прос**.**

1.Низкий уровень. Обучающийся неуверенно формулирует правила ТБ пешеходного движения, удовлетворительно знает правила пешеходного туризма, основы безопасности в природной среде, условные знаки. Неуверенно рассказывает историю Родного края. Самостоятельно не может подготовит доклад на заданную тему.

Личностные качества учащегося. Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может выполнить задание.

2. Средний (допустимый) уровень. Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ пешеходного движения. Хорошо знает правила пешеходного туризма, основы безопасности в природной среде, условные знаки. Уверенно рассказывает историю Родного края Самостоятельно может подготовит доклад на заданную тему.

Личностные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, при затруднении не всегда обращается за помощью.

3. Высокий уровень. . Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ пешеходного движения. Отлично знает правила пешеходного туризма, основы безопасности в природной среде, условные знаки. Уверенно рассказывает историю Родного края. Самостоятельно может подготовит доклад на заданную тему

Личностные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, и сам готов помочь товарищам. Работу выполняет охотно, замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет. Всегда проявляет интерес к истории родного края.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально-техническое обеспечение программы.

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Кол-во
1.	Палатка каркасная 4-местная	шт.	5
2.	Оборудование для приготовления пищи (примуса, газовые плиты, горелки и т.д.)	шт.	3
3.	Компас жидкостный	шт.	17
4.	Курвиметр	шт.	2
5.	Топор туристский	шт.	3
6.	Пила	шт.	2
7.	Лопата складная	шт.	2
8.	Костровое оборудование (тросик, таганок, сетка и т.п.)	шт.	2
9.	Радиостанции портативные	шт.	5
10.	Навигационное устройство походного типа	шт.	2
11.	Спутниковый трек	шт.	2
12.	Трекинговые палки	шт.	17
13.	Индивидуальный медицинский пакет туриста	шт.	17
14.	Каска туристская	шт.	17
15.	Перчатки туристские	шт.	17

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована одним педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее направленности дополнительной общеобразовательной программы, осваиваемой учащимися .

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

№ п/п	Наименование разделов	Методы обучения, технологии	Формы занятий	Комплекс средств обучения
1	Вводное занятие	Словесные: рассказ, беседа	Учебное занятие	Фотографии, видео, документы

2	Основы туристской подготовки	Словесные (объяснение, рассказ, беседа), наглядные (показ, просмотр видео, использования оборудования); практические (отработка упражнений)	Учебное занятие, тренировки, игры, тренинги, учебно-тренировочные сборы, слеты, соревнования, зачетные мероприятия походы,	Схемы, плакаты, видеоматериалы, нормативные документы, спортивное туристское оборудование, специальное снаряжение, видеоматериалы
3	Техническая подготовка.	Лекция/фронтальный опрос		
10	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.	практические (отработка упражнений)	Тренировка, соревнование, игры	Спортивное оборудование
2	Наш край.	Словесные (объяснение, рассказ, беседа, работа с книгой), наглядные (показ, просмотр видео), практические (работа с картами и атласами)	Учебное занятие, тренинг, викторина, познавательная прогулка, экскурсия	Атласы, карты Ленинградской области, контурные карты, книги
12	Участие в соревнованиях	Беседа по ТБ	Учебное занятие, тренинги, походы	туристское оборудование

Список использованной литературы

1. Федеральный Закон «Об образовании в РФ» - М., 2012 (Редакция от 13.07.2015 N 238-ФЗ с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015)
2. Республиканский Закон «Об образовании в РБ». – Уфа, 2013 (№696-з от 1.07.2013 года, ред. от 01.07.2015)
3. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в ОУ: СанПиН 2.4.2.2821-10. М., 2010. (Минюст РФ N 19993 от 3.04.2011 г.)
4. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р)
5. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
6. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. № 1008 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

Рецензия

на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу туристко-краеведческой направленности

«Школа безопасности»

педагога МБУ ДО «Курчалоевский ЦДЮТиК»

педагога МБУ ДО «Курчалоевский ЦДЮТиК» Тепсуркаева Ю.

Общая характеристика программы:

- Направленность: физкультурно-спортивная

- Объединение: **«Школа безопасности»**
- Возраст 11-16 лет

- Срок реализации: 1 год

- стиль и качество подачи материала: материал курса изложен грамотно, доступно, профессионально, с учетом возрастных особенностей учащихся.

В программе изложены актуальность, цель, задачи, указывается адресат, срок реализации программы, формы, методы обучения. Учебно-тематический план представлен в виде перечня основных тем программы, их продолжительности, с указанием всех теоретических и практических вопросов.

Основной целью программы является: формировать привычку здорового и безопасного образа и стиля жизни, выработать у обучающихся компетентностные умения создавать благоприятные для здоровья условия жизни.

Задачи:

Образовательные:

- систематизировать и закрепить имеющиеся о здоровье, здоровом и безопасном образе и стиле жизни;

- формировать практические умения и навыки, закреплять их на практике;

- формировать потребность в обучении и саморазвитии;

- создавать общекультурный и эмоционально окрашенный фон для позитивного восприятия ценностей здоровья и безопасного образа и стиля жизни.

Развивающие:

- развивать любознательность, расширять кругозор обучающихся;

-развивать умения: самостоятельно приобретать, анализировать, синтезировать, усваивать и применять знания; устанавливать причинно-следственные связи, планировать свою деятельность; работать со справочной литературой, иллюстрациями, дидактическими материалами, наблюдать и объяснять происходящие процессы и явления;- развивать память, логическое мышление, воображение, творческие способности, волевые качества (активность, целеустремлённость, эмоциональную устойчивость и др.).

Воспитательные:

- формировать высокие этические нормы в отношениях между людьми и в отношении человека к природе;

- развивать познавательный интерес к истории своей семьи, города, Родины;

- создавать комфортную обстановку в учебном коллективе.

В программе кружка «Школа безопасности» предусмотрена необходимость охраны и укрепления физического и психического здоровья детей, обеспечения эмоционального благополучия каждого ребенка. Периодичность проведения занятий: 1-й год обучения - занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, 2-й год обучения – 3 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятий – 40 минут, перерыв 5 минут. Дни занятий выбираются в соответствии с расписанием непосредственно образовательной деятельности и в соответствии с требованиями СанПиН.

Объем материала в программе рассчитан в соответствии с возрастными физиологическими нормативами, что позволяет избежать переутомления учащихся. Основной формой работы является практическая работа.

В соответствии с программой кружка физкультурно-спортивной направленности «Школа безопасности» развивающее направление работы является приоритетным.

Содержание программы кружка физкультурно-спортивной направленности «Школа безопасности» логически связано. Программа соответствует требованиям, предъявляемым к документам такого рода. Материал изложен грамотно, логично, аргументировано.

На основании вышеизложенного считаю, что программа кружка физкультурно-спортивной направленности «Школа безопасности», имеет практическую значимость и, учитывая методическую ценность материалов, может быть рекомендована как средство освоению детьми основ познания в вопросах краеведения.

Рецензент:
Джамалханов Иса Канташиевич, методист дополнительного образования,
Курчалоевского Центра детско-юношескоготуризма и краеведения.
Подпись _____ /И.К.Джамалханов /
Дата 31 августа 2020г.