

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
ИЗОБИЛЬНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ

Принята на заседании
Педагогического совета
от «17» июля 2025 года
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ

Директор
МБУДО «ЦДТТ» ИМОСК



И.И.Бычков
17.07.2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«МЕРИДИАН»

Уровень программы: базовый
Возрастная категория: от 12 до 15 лет
Состав группы: 10 человек
Срок реализации: 1 год

Автор – составитель:
Ситалов Дмитрий Иванович,
педагог дополнительного образования

г. Изобильный
2025 год

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка.

Благополучие детей неразрывно связано с созданием необходимых условий для их воспитания, обучения и духовного развития. Одним из таких условий может быть занятие спортивным туризмом как физической культурой, которая имеет воспитательное, обучающее, оздоровительное и общекультурное значение, с одной стороны, и формирует у учащихся грамотное отношение к себе, к своему телу, развивает образное мышление и зрительную память, содействует воспитанию волевых и моральных качеств, развивает понятие необходимости укрепления здоровья, самосовершенствования, с другой стороны.

Направленность Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Меридиан» (далее-программа) физкультурно-спортивной направленности.

Уровень: базовый – предполагает использование и реализацию таких форм организации материала, которые допускают освоение специализированных знаний, умений и навыков.

Актуальность программы в том, что позволяет не только приобрести знания, но и дает возможность учащимся достичь высоких спортивных результатов, стать профессиональными спортсменами, быть постоянно в ситуации успеха путем спортивного роста, осуществлять принцип преемственности и передачи умений и навыков, приобретенных на занятиях.

Учебно-информационное обеспечение программы

В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации программ дополнительного образования закреплены в следующих нормативных документах:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации" (с изменениями);
- Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 г.»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Правительства РФ от 11 октября 2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по

проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

- Устав МБУ ДО «ЦДТТ» ИМОСК

Новизна в использовании форм работы как: спортивного туризма, маршрутов, скалолазания, ориентирования, краеведения.

Такой подход предполагает использование современных методик и образовательных технологий личностно-ориентированного обучения, в основе которого – деятельность учащихся.

Адресат программы: программа предназначена для учащихся в возрасте 12-15 лет, не имеющих специальной подготовки. Характерная особенность детей этого возрастного периода – ярко выраженная эмоциональность восприятия, более развита нагляднообразная память, чем словесно-логическая. Для работы по программе формируются учебная группа постоянной численностью 10 учащихся.

Срок реализации программы и объем учебных часов

Программа рассчитана на 1 года обучения. Объем – 216 академических часов, необходимых для освоения программы.

Форма обучения очная в соответствии с Уставом учреждения. Допускается дистанционная форма получения образования.

Режим занятий Общее количество часов в неделю – 216 академических часов.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа.

Продолжительность одного академического часа – 40 мин. Перерыв между учебными занятиями – 10 минут.

Отличительная особенность Постепенное усложнение материала; взаимная ответственность педагога и учащихся; учет возрастных и индивидуальных особенностей и потребностей ребенка; наличие перспективных линий;

- единство требований; обеспечение определенного уровня Физкультурно-спортивной и туристско-краеведческой деятельности на протяжении обучения.

Педагогическая целесообразность

Обучение по программе интегрировано со школьным курсом, опираясь на знания, полученные в школе, расширяет и дополняет изучаемые предметы: основы безопасности жизнедеятельности, физическая культура, география, трудовое обучение, информатика. Необходимость практического применения знаний, умений и навыков усиливает интерес учащихся к углубленному изучению данных предметов.

1.2.Цель программы: Создание необходимых условий для личностного развития, оздоровления, адаптации к жизни в обществе, совершенствования необходимых навыков посредством занятий спортивным туризмом.

Задачи программы:

Обучающие

Обучить учащихся:

- требованиям техники безопасности при занятиях спортивным туризмом;
- навыкам содержания и ремонта спортивного и специального оборудования;
- основам спортивного туризма;
- правилам проведения соревнований, судействе соревнований;

- техническим приемам, применяемым в спортивном туризме;
- правильно применять технику выполнения гимнастических упражнений, технику бега на короткие и длинные дистанции;
- оказывать первую помощь пострадавшим;
 - изучение основ пожарной безопасности.
- эвакуировать и транспортировать пострадавшего;
- основам пожарной безопасности.

Развивающие:

Развивать:

- физические способности (силовых, скоростных, скоростно-силовых, координационных, выносливости, гибкости) и их гармоничное сочетание применительно к специфике занятий спортивным туризмом;
- физическую ловкость, выносливость, силу;
- стремление к активному образу жизни посредством участия в соревнованиях «Школа безопасности», полевой лагерь «Юный спасатель» и др.;
- познавательный интерес, интеллектуальные и творческие способности;
- коммуникативные навыки, умение брать на себя решение и ответственность за них;
- умения концентрировать внимание, находиться в готовности совершать двигательные действия;

Воспитательные:

- формирование социально-значимых качеств личности;
- формирование осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, мотивации к регулярным занятиям спортивным туризмом;
- опыта работы в команде (группе);
- формирование знаний, умений и навыков по технике и тактике спортивного туризма;
- проводить профилактику пожаров по вине детей и детского травматизма от огня и дыма;
- воспитывать чувство уверенности в собственных силах, значимости личного и коллективного успеха;
- формировать основы знаний об организме человека, режиме дня, основ закаливания организма, ЗОЖ, здорового питания и личной гигиены;
- пропагандировать среди молодежи здоровый образ жизни.

1.3. Планируемые результаты обучения

Личностные, включающие:

- сформированность морально-волевых качеств;
- готовность и способность учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности;
- системы значимых социальных и межличностных отношений; ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности; социальные компетенции; правосознание; способность ставить цели и строить жизненные планы.

Метапредметные, включающие:

- понимание смысла использования страховочного оборудования в спорте и туризме и умелое его использование; освоенные учащимися межпредметные понятия, способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогом и сверстниками.

Предметные, включающие освоенные учащимися в ходе изучения учебной направленности умения, виды деятельности по получению нового знания, его преобразованию и применению в учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, владение терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

1.4. Воспитательный потенциал.

Программа воспитательной работы

Программа воспитания предназначена для учащихся, а также их родителей (законных представителей) объединения «Меридиан» в возрасте 12-15 лет. Данная программа воспитания рассчитана на один учебный год.

Цель: Формирование у учащихся направлений освоения социального опыта.

Задачи воспитания и социализации учащихся определены как ожидаемые результаты в логике требований к личностным результатам образования и предусматривают:

- формирование способности к духовному развитию, реализации творческого потенциала в учебно-игровой, предметно-продуктивной, социально ориентированной деятельности на основе нравственных установок и моральных норм, самовоспитания и универсальной духовно-нравственной компетенции — «становиться лучше»;
- привить интерес к занятиям по спортивному туризму, сдружить детей, добиться добросовестного и полноценного выполнения заданий тренера - преподавателя.
- создать положительный моральный климат в коллективе, где здоровое соперничество сочетается с общностью целей и духом взаимопомощи.
- способствовать постановке четких, понятных, привлекательных и в то же время реальных целей для всей группы;
- отметить рост спортивного мастерства учащихся, повышается авторитет, социальная значимость успехов в спорте среди сверстников и родителей.
- передать учащимся опыт социального и профессионального поведения, и формирование необходимых (с позиции уровня общественной культуры) качеств, свойств, привычек личности и развитие ее способностей.

Планируемые результаты

Планируемые результаты воспитания и социализации учащихся:

- сформированы навыки работы в команде, распределения задачи в рамках команды;
- сформировано умение аргументировать свою оценку событий;
- проявляется общественная активность;
- проявляется потребность в наследовании традиций;

- сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками.

Формы воспитательной работы: тренинг, встреча с интересными людьми, акция, поход, соревнования.

Приложение № 1 «План воспитательной работы»

1.5. Содержание программы

1.5.1. Учебный план

№	Т Е М А	Количество часов			Формы контроля
		Теория	Практика	Всего	
1.	Вводное занятие.	3	-	3	беседа
2.	Диагностические процедуры.	9	-	9	собеседование наблюдение
3.	Спортивный туризм	3	-	3	практическое задание
4.	Дистанция	3	-	3	практическое задание
5.	Этап	3	18	21	текущий контроль
6.	Снаряжение	3	15	18	текущий контроль
7.	Классификация дистанции	12	-	12	презентация
8.	Определение результатов	3	-	3	соревнования
9.	Технические приемы	3	30	33	текущий контроль
10.	Общая и специальная физическая подготовка.	3	18	21	наблюдение
11.	Экстренная доврачебная помощь.	3	6	9	педагогический опрос
12.	Основы пожарной безопасности	3	15	18	текущий контроль
13.	Условия соревнований «Школа безопасности», «Юный спасатель»	3	18	21	соревнования
14.	Соревнования по спортивному туризму.	9	21	30	соревнования
15.	Экскурсии.	6	-	6	собеседование
16.	Заключительное занятие.	3	-	3	подведение итогов
	Итого:	72	144	216	

1.5.2. Содержание

- 1. Введение в образовательную программу.** *Теория 3 часа.* Изучение техники безопасности при проведении занятий, в походах, занятии спортивно-массовыми мероприятиями. Ознакомление с содержанием курса на учебный год.
- 2. Диагностические процедуры.** *Теория 9 часов.* Проведение необходимых диагностических процедур, выявление качества знаний и практических умений обучающихся.
- 3. Спортивный туризм.** *Теория 3 часа.* Туристско-спортивный союз России. Регламент по виду спорта «спортивный туризм». Список сокращений используемых в Регламенте проведения соревнований по группе дисциплин «Дистанция – пешеходная».
- 4. Дистанция.** *Теория 3 час.* Понятие о дистанции. Условия прохождения дистанции. Схема и движение по дистанции. Снятие с дистанции. *Практика 3 часа.* Установка комплекса судейского снаряжения, обеспечивающего прохождение дистанции участником, группой. Работа судейской бригады. Коридор. Требования к действиям участников. Тренировочные прохождения обучающимися этапов дистанции «Полоса препятствий».
- 5. Этап.** *Теория 3 часа.* Понятие о техническом этапе (далее – этап). Оборудование этапа. Нитка этапа. Условия прохождения этапа. Снятие с этапа. *Практика 18 часов.* Установка комплекса судейского снаряжения, обеспечивающего прохождение этапа участником, группой. Работа судейской бригады. Коридор. Требования к действиям участников. Тренировочные прохождения обучающимися этапов дистанции «Полоса препятствий».
- 6. Снаряжение.** *Теория 3 часа.* Основные требования к снаряжению для выполнения участником или группой технических приемов. *Практика 15 часов.* Использование снаряжения для тренировок. Веревки диаметром 10-12 мм, их назначение. Навыки работы карабинами с муфтой. Организация самостраховки на подъеме зажимом типа «жумар». Использование ФСУ (фрикционное спусковое устройство) «восьмерка». Блоки и полиспасты. Индивидуальные страховочные системы (ИСС). Соединение отдельных частей – беседки и грудного пояса на груди участника отрезком основной веревки. Ус самостраховки. Рукавицы, каска. Завязывание узлов для выполнения технических приемов (ТП). Опорная петля.
- 7. Классификация дистанции.** *Теория 12 часов.* Определение класса дистанции по параметрам. Параметры и характеристики технических этапов. Дистанция –пешеходная личная II, III класса. Дистанция –пешеходная группа II, III класса.
- 8. Определение результатов.** *Теория 3 часа.* Базовая система оценки нарушений. Бесштрафовая система оценки нарушений. Штрафовая система оценки нарушений.
- 9. Технические приемы.** *Теория 3 часа.* Технические приемы применяемые в спортивном туризме. *Практика 30 часов.* Переправы первого участника. Подъем первого участника с командной страховкой. Траверс склона первым участником с командной страховкой. Организация перил. Снятие перил. Движение по навесной переправе. Подъем(спуск) по наклонной навесной переправе.

10. Общая и специальная физическая подготовка. *Теория 3 часа.* Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Общая физическая подготовка

Специальная физическая подготовка. *Практика 18 часов.* Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика.

Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

11. Экстренная доврачебная помощь. *Теория 3 часа.* «Максим II-01» Тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации пружинно- механический с индикацией – манекен.. Тренажёр для приёмов сердечно-лёгочной и мозговой реанимации Максим 11-01» - предназначен для обучения и отработки навыков оказания первой помощи (экстренной доврачебной помощи).

Практика 6 часов. Подготовка тренажёра к работе. Проведение практических занятий на тренажере. Работа тренажёра, правильность выполнения элементов и методов первой помощи, проводимых на тренажёре, контролируются при помощи пульта контроля и световой индикации.

12. Основы пожарной безопасности. *Теория 3 часа.* История развития пожарной охраны. Современная техника пожаротушения. Причины возникновения пожара. Противопожарный режим в образовательном учреждении. Основные правила поведения при пожаре. Правила проведения соревнований. *Практика 15 часов.* Знакомство с современной техникой пожаротушения на территории пожарной части. Работа с пожарными рукавами и стволами. Пожарная игра-эстафета. Места установки знаков безопасности. План эвакуации при пожаре. Порядок и последовательность действий при эвакуации людей Предложение учащимся разработать свой план эвакуации из каждого учебного кабинета помещения. "Главное – самообладание" (практические занятия по эвакуации). Правила поведения людей при обнаружении пожара. Порядок вызова пожарной помощи, оповещение людей о пожаре и эвакуации. Учебно-тренировочные занятия, преодоление 100 метровой полосы с препятствиями, пожарная эстафета, двоеборье, боевое развертывание.

13. Условия соревнований «Школа безопасности», «Юный спасатель». *Теория 3 часа.* Параметры и характеристики этапов дистанции «Полоса препятствий». Комбинированная пожарная эстафета. Оказание доврачебной помощи и транспортировка пострадавшего. Комбинированные силовые упражнения. Конкурсная программа. *Практика 18 часов.* Оборудование и зона этапов дистанций, условия прохождения, снаряжение участников. Отработка приемов прохождения дистанций. Использование манекена «Максим» для оказания первой помощи.

14. Соревнования по спортивному туризму. Теория 9 часов. Проекты положений краевых массовых мероприятий. Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «Дистанция-пешеходная».

Практика 21 час. Подготовка к открытым соревнованиям по спортивному туризму на Кубок памяти Героя Советского Союза Александра Скокова. Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму на Кубок министерства образования и молодежной политики СК. Подготовка к краевым соревнованиям «Школа безопасности». Подготовка к краевым соревнованиям «Юный спасатель».

15. Экскурсии. Теория 6 часов. Экскурсии в ЦРБ, в музей, в пожарную часть.

16. Заключительное занятие. Теория 3 часа. Подведение итогов учебного года. Награждение отличившихся.

Раздел 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

Уровень обучения	№ группы	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель в год	Кол-во учебных дней в год	Кол-во учебных часов нед/год	Режим занятий
базовый	1	01.09.2025	31.05.2026	36	72	6/216	2 раза в неделю по 3 часа

Приложение № 2 «Календарный учебный график»

2.2. Условия реализации программы

Поскольку программа творческого объединения «Меридиан» рассчитана на широкий диапазон сообщаемых детям знаний, предполагается и обширная материально-техническая база. Занятия проводятся в спортивном зале, оборудованном следующим **оборудованием и инвентарем**: скалодром - 1 шт., гимнастические лавочки - 4 шт., шведская стенка - 9 шт., навесная перекладина - 2 шт., баскетбольный щит с кольцом - 2 шт., канат - 2 шт., кольца - 1 пара, сетка для волейбола - 1 шт., груши настенные - 4 шт., гимнастические маты - 9 шт., гимнастический конь - 1 шт., гимнастический козел - 1 шт., подкидной мостик - 1 шт., стойки с планками для прыжков в высоту - 1 шт., легкоатлетические барьеры - 5 шт., конусы - 8 шт., брусья параллельные - 1 шт., брусья разновысокие - 1 шт., бревно напольное - 1 шт., бревно высокое - 1 шт., ворота для мини - футбола - 2 шт.

Туристское снаряжение для группы 10 человек: веревка 20 м - 6 шт., веревка 30 м - 4 шт., веревка 40 м - 4 шт., восьмерка - 8 шт., жумар - 8 шт., страховочные системы - 20 шт., ролик - 4 шт., карабины автомат - 46 шт., карабины механические треугольные - 10 шт.; рукавицы для страховки и сопровождения; аптечка медицинская в упаковке; секундомер электронный, костровое

оборудование; спальники; палатки туристские походные; кариматы; рюкзаки, тент

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы

Формы аттестации и оценочные материалы разрабатываются и обосновываются для определения результативности освоения программы. Призваны отражать достижение цели и задач программы. Перечисляются согласно учебному плану. **Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов:** аналитический материал, аудиозапись, видеозапись, грамота, готовая работа, диплом, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио, перечень готовых работ, протокол соревнований, фото, отзыв детей и родителей, свидетельство (сертификат), статья и др.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: выставка, готовое изделие, демонстрация моделей, защита творческих работ, конкурс, научно-практическая конференция, открытое занятие, праздник, соревнование, фестиваль и др.

Оценочные материалы

Вводный контроль: диагностическая работа, позволяющая выявить знания и умения (сентябрь).

Промежуточная аттестация: набор диагностических заданий (январь).

Итоговая аттестация(май): диагностическая работа, позволяющая выявить наличие/отсутствие у ребёнка к концу обучения умений по изучаемой предметной области.

Результаты освоения программы определяются по трем уровням: высокий, средний, низкий.

Высокий уровень: 75-100% усвоения материала.

Средний уровень: 50-74% усвоения материала.

Низкий уровень: до 50% усвоения материала.

Результатом промежуточной аттестации является суммарное значение теоретической и практической части программы, которые фиксируются в карточке учёта.

Итоговый контроль: проводится в форме пешеходного похода, где проверяются знания, умения и навыки, полученные за весь период обучения по программе «Меридиан».

Учебно-познавательная компетентность

Теоретическая подготовка

Показатели (оцениваемые параметры):

- теоретические знания по основным разделам учебного плана программы.
- владение специальной терминологией по тематике программы

Критерии: соответствие теоретических знаний учащегося ожидаемым результатам.

Практическая подготовка

Показатели (оцениваемые параметры):

- практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)

- владение специальным оборудованием и оснащением

Критерии: соответствие практических умений и навыков ожидаемым результатам; отсутствие затруднений в использовании специального оборудования.

Критерии оценки уровня развития и воспитанности учащихся: культура организации практического задания; аккуратность и ответственность при работе; развитость специальных способностей учащихся.

Сведения о результатах аттестации, обсуждаются на Педагогическом совете.

Педагог доводит до учащихся и родителей (законных представителей) сведения результатов аттестации.

Приложение № 3 «Оценочные материалы»

2.4. Методическое обеспечение программы

Особенности организации образовательной деятельности: очно, дистанционно;

– **методы обучения** (словесный, наглядный практический; объяснительно-иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый, исследовательский проблемный; игровой, дискуссионный, проектный и др.)

и воспитания (убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.);

- **основные формы организации образовательной деятельности** формируют и оттачивают личностные качества учащихся, а именно: трудолюбие, усидчивость, аккуратность, точность и четкость исполнения; позволяет готовить учащихся к участию в выставках и конкурсах. Основными формами организации образовательной деятельности творческого объединения являются: групповая форма, фронтальная форма, индивидуальная форма.

Предусматривается порядок применения электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации программы, в том числе при проведении учебных занятий, практик, промежуточной и итоговой аттестации учащихся.

Успешная реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями следующих нормативных документов: «Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации»; «Правила подготовки и проведения соревнований «Школа безопасности»; «Правила соревнований по спортивному ориентированию»; «Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации». Личностно-ориентированный подход, являющийся главным в реализации модели воспитания, позволяет формировать у учащихся те свойства и качества, которые на данный момент еще не сформированы, но которые могут проявиться (сформироваться) в результате специально создаваемых ситуаций, опыт успеха, переживаний, деятельности и отношений (самостоятельность, мотивированность, уверенность в себе, целеустремленность, умение брать на себя ответственность, в том числе и за свою жизнь). В процессе обучения педагог использует следующие формы

работы: беседы, игры, групповые и индивидуальные тренировки, соревнования. Средства обучения: технические средства обучения (манекен-тренажер, макет пожарной сигнализации), видеоматериалы, дидактический материал, графические и учебные пособия, образцы пожарного оборудования.

2.5.Кадровое обеспечение программы реализации программы

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим профессиональное образование в области, соответствующей профилю программы, и постоянно повышающим уровень профессионального мастерства.

Рекомендуемая литература для педагога

1. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся, - М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
2. Велитченко В.К., Физкультура без травм - М.: Просвещение, 2001.
3. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
4. Аппенянский А.И. Физическая подготовка туристов. - М.: ЦРИБ «Турист», 1985.
5. Аркин Я.Г., Захаров В.Д., Саратовкин В.Д. Обеспечение безопасности в горах. - М.: ЦРИБ «Турист», 1989.
6. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. - М. ЦРИБ «Ту-, рист», 1983
- 7.Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Профиздат, 1990.

Рекомендуемая литература для учащихся

- 1 .Ганопольский В.И.. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник. -М.: ФиС, 1987.
- 2.Гастюшин А.В., Шубина СИ. Азбука выживания. - М.: Знание, 1996.
- 3.Гастюшин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. - М.: Зеркало, 1994.
- 4.КострубА.А. Медицинский справочник туриста. -М.: Профиздат, 1987.
- 5.Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. - М.: Профиздат, 1990.
- 6.Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся, - М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.

Приложение № 1

План воспитательной работы

№	Название мероприятия	Задача	Сроки
1	«Когда мы едины – мы непобедимы»	Сплочение учащихся, умение находить диалог друг с другом и работать в команде	В течение года
2	Встреча с интересными людьми	Умение слушать и слышать, развитие культуры общения	
3	Краевые соревнования «Юный спасатель»	Воспитание чувства ответственности за личную и командную работу	Сентябрь 2025
4	Поход «Вместе весело шагать по простору»	Развитие интереса к истории и природе своей малой родины	По плану
5	«Моя малая Родина»	Развитие интереса к истории и природе своей малой родины	В течение года
6	Фестиваль семейного туризма «Вместе весело шагать по просторам»	Воспитание чувства ответственности за личную и командную работу	Ноябрь 2025
7	Краевые соревнования на Кубок памяти Героя Советского Союза Александра Скокова.	Приобщение к здоровому образу жизни, воспитание чувства ответственности за личную и командную работу	Январь 2026
8	Акция «День защитника Отечества»	Расширить представление о героическом прошлом нашего народа	Февраль 2026
9	Подготовка к краевым соревнованиям «Школа безопасности».	Воспитание чувства ответственности за личную и командную работу	Март 2026
10	Муниципальный этап военно-спортивной игры «Зарница»	Воспитание чувства ответственности за личную и командную работу	Апрель 2026

Приложение № 2

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	сентябрь		14.30 -16.50	беседа, презентация, ТБ	3	Введение в образовательную программу. ТБ.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	собеседование, лекция
2	сентябрь		14.30 -16.50	собеседование	3	Вводный контроль	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	собеседование

3	сентябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Промежуточная аттестация	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	диагностические процедуры
4	сентябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Итоговая аттестация	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	диагностические процедуры
5	сентябрь		14.30 -16.50	лекция	3	Туристско-спортивный союз России.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение
6	сентябрь		14.30 -16.50	лекция	3	Понятие о дистанции. Условия прохождения дистанции. Схема и движение по дистанции.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение
7	сентябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Установка комплекса судейского снаряжения	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение
8	сентябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Установка комплекса судейского снаряжения обеспечивающего прохождение дистанции группой	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение
9	октябрь		14.30 -16.50	лекция	3		МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение
10	октябрь		14.30 -16.50	лекция	3	Работа судейской бригады. Коридор дистанции	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение
11	октябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Тренировочные прохождения учащимися этапов дистанции «Полоса препятствий».	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение, задание
12	октябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Ошибки участников. Снятие с этапов дистанции.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение, задание
13	октябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Оборудование этапа. Нитка этапа. Условия прохождения этапа.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение, задание
14	октябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Использование снаряжения для тренировок.. Индивидуальные страховочные системы (ИСС).	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение, задание
15	октябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Навыки работы карабинами с муфтой.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение, задание
16	октябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Организация самостраховки на подъеме зажимом типа «жумар». Использование ФСУ	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	наблюдение, задание
17	ноябрь		14.30 -16.50	лекция	3	Основные требования к снаряжению для выполнения участником или группой технических	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание

						приемов. Блоки и полиспасти. Ус самостраховки.		
18	ноябрь		14.30 -16.50	лекция	3	Веревки диаметром 10-12 мм, их назначение , перчатки, каски.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
19	ноябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Способы завязывания узлов	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
20	ноябрь		14.30 -16.50	лекция	3	Определение класса дистанции по параметрам	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
21	ноябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Параметры и характеристики технических этапов.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
22	ноябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Дистанция –пешеходная личная II, III класса	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
23	ноябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Дистанция –пешеходная личная II, III класса	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
24	ноябрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Система оценки нарушений (базовая, безштрафная, штрафная)	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
25	декабрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Технические приемы применяемые в спортивном туризме.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
26	декабрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Траверс склона участниками с командной страховкой.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
27	декабрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Подъем первого участника с командной страховкой.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
28	декабрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Переправы первого участника.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
29	декабрь		14.30 -16.50	лекция	3	Подъем по склону с верхней страховкой.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	проект
30	декабрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Организация перил. Снятие перил.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	проект
31	декабрь		14.30 -16.50	лекция	3	Движение по бревну, параллельным перилам	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
32	декабрь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Подъем(спуск) по склону с самостраховкой по перилам	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание

33	январь		14.30 -16.50	лекция	3	Движение по навесной переправе.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
34	январь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Подъем по наклонной навесной переправе	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	собеседование
35	январь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Спуск по наклонной навесной переправе.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
36	январь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Краткие сведения о строении и функциях организма человека	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	проект
37	январь		14.30 -16.50	лекция практическое занятие	3	Упражнения для рук и плечевого пояса.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
38	январь		14.30 -16.50	лекция практическое занятие	3	Упражнения для рук и плечевого пояса.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
39	январь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Упражнения для туловища, для ног.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
40	январь		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Упражнения с сопротивлением.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
41	февраль		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Упражнение на развитие выносливости. мышц.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
42	февраль		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Ведение дневника самоконтроля.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
43	февраль		14.30 -16.50	лекция	3	Содержание медицинской сумки.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
44	февраль		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Правильность выполнения, элементов и методов первой помощи, проводимых на тренажёре для приёмов сердечно-лёгочной и мозговой реанимации «Максим 11-01»	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
45	февраль		14.30 -16.50	лекция	3	Оказание первой помощи при каплеярном, венозном, артериальном кровотечении. Имобилизация нижней конечности. Транспортировка пострадавшего в медицинское	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание

						учреждение.		
46	февраль		14.30 -16.50	лекция	3	История развития пожарной охраны. Знаки безопасности. Знакомство с современной техникой пожаротушения на территории пожарной части.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
47	февраль		14.30 -16.50	лекция	3	Системы пожарной сигнализации, назначение, места установки.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
48	февраль		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Работа с пожарными рукавами и стволами. Комбинированная пожарная эстафета.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
49	март		14.30 -16.50	лекция	3	Изготовление наглядных пособий по пожарной безопасности «Причины возникновения пожара».	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
50	март		14.30 -16.50	презентация	3	Способы применения огнетушителей	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
51	март		14.30 -16.50	лекция	3	Индивидуальная разработка плана эвакуации из занимаемого помещения.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
52	март		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Условия соревнований «Школа безопасности»	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
53	март		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Краевое четырехборье спасателей ПСФ Соревнования «Юный спасатель»	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
54	март		14.30 -16.50	лекция	3	Условия соревнований по виду «Поисково-спасательные работы на акватории»	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
55	март		14.30 -16.50	лекция	3	Пожарная эстафета	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	проект
56	март		14.30 -16.50	лекция	3	Соревнования по виду «КСУ»Кросс	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
57	апрель		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Природа	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
58	апрель		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Техногенка	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
59	апрель		14.30 -16.50	лекция	3	Регламент проведения соревнований по группе дисциплин	МКОУ «СОШ № 9»	практическое задание

						«Дистанция-пешеходная»	ИМОСК	
60	апрель		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Условия проведения соревнований	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
61	апрель		14.30 -16.50	лекция	3	Проекты положений краевых массовых мероприятий	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
62	апрель		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Параметры и характеристики этапов дистанции «Полоса препятствий». Конкурсы.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
63	апрель		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Конкурсы приветствия команд. Конкурсы военной песни. Подбор материалов.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
64	апрель		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Учебно-тренировочные занятия, преодоление 100 метровой полосы с препятствиями, пожарная эстафета, двоеборье, боевое развертывание.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
65	май		14.30 -16.50	лекция	3	Подготовка к открытым соревнованиям по спортивному туризму на Кубок памяти Александра Скокова.	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
66	май		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Подготовка к соревнованиям по спортивному туризму	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
67	май		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Подготовка к краевым соревнованиям «Школа безопасности»	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
68	май		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Подготовка к краевым соревнованиям «Юный спасатель»	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
69	май		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Экскурсия в Центральную районную больницу	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	практическое задание
70	май		14.30 -16.50	лекция	3	Экскурсия в краеведческий музей	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	собеседование
71	май		14.30 -16.50	практическое занятие	3	Экскурсия в пожарную часть	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	собеседование
72	май		14.30 -16.50	Заключительное занятие		Заключительное занятие	МКОУ «СОШ № 9» ИМОСК	подведение итогов года
					216			

Приложение № 3

Оценочные материалы

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества
I. Учебно-познавательная компетентность		
Теоретическая подготовка		
Теоретические знания (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка ожидаемым результатам	<i>Низкий уровень:</i> учащийся овладел менее чем $\frac{1}{2}$ объема знаний, предусмотренных программой. <i>Средний уровень:</i> объем усвоенных знаний составляет более $\frac{1}{2}$. <i>Высокий уровень</i> учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период.
Владение специальной терминологией по тематике программы	Осмысленность	<i>Низкий уровень:</i> учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины. <i>Средний уровень:</i> учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой. <i>Высокий уровень:</i> специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием.
Практическая подготовка		
Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие практических умений и навыков ожидаемым результатам	<i>Низкий уровень:</i> учащийся овладел менее чем $\frac{1}{2}$ предусмотренных умений и навыков. <i>Средний уровень:</i> объем усвоенных умений и навыков составляет более $\frac{1}{2}$. <i>Высокий уровень:</i> учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период.
Владение специальным оборудованием и оснащением	Отсутствие затруднений в использовании специального оборудования	<i>Низкий уровень</i> умений: учащийся испытывает серьезные затруднения при работе с оборудованием; <i>Средний уровень:</i> работает с оборудованием с помощью педагога. <i>Высокий уровень:</i> учащийся работает с оборудованием самостоятельно, не испытывает особых трудностей.