

Управление образования администрации Туапсинского
муниципального округа
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
Центр Детско-юношеского туризма г.Туапсе

Принята на заседании
педагогического совета
от 14.05.2025 г.
Протокол № 6

Утверждаю
Директор МБОУ ДО ЦДЮТ
им. С.В. Дудко г. Туапсе
Туапсинский МО
Н. В. Ликарчук
Приказ от «14» мая 2025г. № 006/4

Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа

ФИЗКУЛЬТУРНО — СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Российское Движение Детей и Молодёжи»

Уровень программы: ознакомительный
Срок реализации программы: 16 часов
Возрастная категория: от 8 до 17 лет
Форма обучения: очная
Вид программы: модифицированная
Программа реализуется: на бюджетной основе
ID - № программы в Навигаторе: 55579

Автор-составитель:
Рясненко Юрий Иванович,
методист МБОУ ДО ЦДЮТ
им С.В. Дудко г. Туапсе

г. Туапсе
2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты	3
1.1.	Пояснительная записка	3
1.2.	Цель и задачи программы	5
1.3.	Содержание программы	6
1.3.1.	Учебный план	6
1.3.2.	Содержание учебного плана	6
1.4.	Планируемые результаты	7
2.	Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации	7
2.1.	Календарный учебный график	8
2.2.	Условия реализации программы	8
2.3.	Формы аттестации	9
2.4.	Оценочные материалы	9
2.5.	Методические материалы	10
2.6.	Список литературы	11

Раздел 1. Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты.

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая краткосрочная программа РДДМ «Движение первых» имеет физкультурно-спортивную направленность, знакомит учащихся с особенностями природы своего региона и с законами туристско-спортивной и экскурсионной деятельности в Туапсинском муниципальном округе.

Программа предусматривает приобретение учащимися основных знаний о своём крае, технике и тактике туризма, ориентировании на местности, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для организации жизнедеятельности в походных условиях на территории малой Родины.

Лето – радостная пора для детей и время тревог и забот для взрослых. Надо организовать ребенку отдых под присмотром, чтобы он оказался для детей полезным, а не пустым времяпрепровождением. Все это диктует необходимость поиска новых путей развития воспитания, образования, досуговой деятельности в летний период.

В настоящее время дополнительное образование выступает как самостоятельный и самоценный вид образования, призванный обеспечить индивидуальный образовательный путь ребенка, наполнить его свободное время богатым содержанием, удовлетворить его потребности в научно-познавательной, духовно-нравственной, этнокультурной, физкультурно-оздоровительной, организаторской, профессиональной деятельности. Одним из благодатных направлений дополнительного образования является туристско - краеведческое. Система непрерывного образования школьников в этом направлении должна включать в себя, как одно из обязательных условий работы, летние занятия, где с большей эффективностью закрепляются, расширяются и активизируются знания, полученные на занятиях в объединениях в течение учебного года. Это работа успешно может быть продолжена на летних туристско - краеведческих сборах.

Туристско - краеведческая деятельность является одной из форм общения, воспитания и оздоровления учащихся. А поскольку в последние годы усилился интерес к отечественной истории, краеведению, что способствует воспитанию уважения к истокам, национальным традициям, местной культуре, природному достоянию, то эти идеи являются основными, базовыми для туристско - краеведческой работы.

Новизна общеобразовательной общеразвивающей краткосрочной программы РДДМ «Движение первых» заключается в том, что она является

подготовительным этапом для занятия детей спортивным туризмом и туристским многоборьем в будущем и является продолжением работы туристско-краеведческих объединений в отдельных школах в учебное время, закрепляет полученные знания, умения и навыки в практической деятельности, может способствовать объединению туристского актива. Основная цель реализации данной программы состоит в гармоничном развитии личности через развитие способности самопознания и самовыражения. Новизна программы состоит в том, что, изучая топонимику своего региона, дети знакомятся с рельефом, климатом, и историческим наследием своей малой Родины.

Актуальность предлагаемой программы определяется популярностью туризма среди молодежи и юношества. Туризм как один из популярных видов отдыха является важным фактором оздоровления человека, повышения его творческой активности.

Детско-юношеский туризм в России – это массовое движение учащихся. История за многие годы накопила опыт, позволяющий эффективно использовать различные формы туристской деятельности с целью развития интеллекта, укрепления здоровья, развития коммуникативных способностей учащихся. Туристские сборы и соревнования предоставляют детям возможность свободного общения со сверстниками, приобретению навыков самостоятельной деятельности, способствуют изучению Родины.

Данный проект может дать каждому ребёнку максимум возможностей для развития его внутренних резервов с учётом индивидуальных интересов и возможностей.

Педагогическая целесообразность программы. Постановлением Правительства от 4 ноября 2014 г. №1163 образован Координационный совет по развитию детского туризма в России, одними из приоритетных задач которого являются развитие и увеличение объемов детского туризма в границах страны и патриотическое воспитание подрастающего поколения. Именно туристско – спортивная деятельность детей способствует выполнению этих задач и является весьма актуальной для нашего времени, для современных детей и их родителей. В целях более углубленной спортивной подготовки, учащиеся показывающие в процессе занятий по данной программе высокие спортивные результаты в дальнейшем имеют возможность заниматься спортивным туризмом более углублённо, по программам «Спортивный туризм», «Пешеходный туризм».

Отличительной особенностью этой программы от уже существующих программ данной направленности является то, что в нее внесены добавления краеведческого и патриотического характера, раскрывающие многообразие природных условий, вопросы по выживанию человека в природе, отдельный блок по патриотическому воспитанию молодёжи, особо значимый и актуальный

именно в наше время. К тому же программа отличается от других ОП тем, что в содержательной основе программы значительно преобладает практика с двигательной активностью, основу которой составляет система взаимосвязанных между собой соревновательных мероприятий традиционно включаемых в туристские полосы препятствий, в соревновательные трассы кросс-походов с максимальным использованием природного окружения. В ходе реализации программы особо учитывается и тестируется физическое развитие юных туристов, их готовность к занятиям по более насыщенным туристско - спортивным программам.

Адресат программы. Возраст учащихся в объединении предлагается от 8 до 17 лет. Принимаются все желающие мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, без предварительного отбора, не зависимо от способностей и уровня общего развития. Обязательное условие – наличие медицинской допуска к занятиям спортивным туризмом от лечащего (участкового) врача. Группы могут быть разновозрастными. Количество детей в группе 15 - 20 человек и не менее двух сопровождающих старше 18 лет.

Летний каникулярный период для школьников – это время познания законов окружающего мира, новые знакомства и общение со сверстниками в играх, походах, соревнованиях, это время познания своего организма и становление характера, а также выработка целеустремлённости и воли к достижениям намеченных целей. Основная задача в работе с детьми школьного возраста в летний каникулярный период — создание оптимальных условий для раскрытия и реализации их возможностей с учетом индивидуальности каждого ребенка. Очень важно создавать для детей этого возраста «ситуацию успеха», которая дает уверенность в себе, раскрывает таланты ребенка и готовит его к самостоятельной жизни и к самообслуживанию.

Уровень, объем и сроки реализации программы.

Уровень. По целевому ориентированию и уровню сложности данная общеобразовательная общеразвивающая краткосрочная программа является программой ознакомительного уровня.

Программа даёт возможность выбора учащимися заданий разной степени сложности во время проведения командных соревнований.

Объем программы и сроки реализации. Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 16 часов. Срок реализации программы – 1 месяц. Практическая часть программы РДДМ «Движение первых» подразумевает участие в муниципальных туристских сборах.

Форма и режим занятий. Форма обучения – очная. Занятия групповые и по подгруппам продолжительностью – 45 минут.

Особенности организации образовательного процесса определяются содержанием программы и предусматривают практические, комбинированные занятия физкультурно-спортивной направленности, кросс-поход и туристские сборы. Программа туристских сборов РДДМ «Движение первых» предназначена для освоения учебного материала учащимися разных возрастных групп. Занятия проходят согласно расписанию и требований санитарных норм.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы: формирование всесторонне развитой личности средствами туризма физкультурно-спортивной и патриотической направленности.

Образовательные (предметные) задачи:

- сформировать навыки туристской деятельности;
- сформировать умение организации туристского быта и самообслуживания в походных условиях;
- обучить приемам самостоятельной работы с картами и тур. снаряжением;
- обучить правилам поведения в различных опасных, нестандартных ситуациях и основам психологии отношений;
- знать ядовитые и опасные растения, встречающиеся в лесу.

Личностные:

- воспитать трудолюбие, аккуратность, усидчивость, терпение, умение довести дело до конца;
- сформировать навыки взаимопомощи при выполнении работы;
- привить навыки по организации своего личного времени;
- развить интерес к спортивным туристским походам и соревнованиям.

Метапредметные задачи:

- сформировать у учащихся способность познавать мир посредством изучения его законов и наблюдения за явлениями природы;
- развивать умение ориентироваться в природной среде, изучать, анализировать и использовать растения и природный материал;
- сформировать интерес к туризму.

1.3. Содержание программы

1.3.1. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Все- го	Тео- рия	Прак- тика	
1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	1	1	-	Устный опрос

2.	Организация туристского быта	3	1	2	Устный опрос Индивидуальное задание
3.	Азбука туризма	4	1	3	Устный опрос Индивидуальное задание. Практические занятия.
4.	Край родной открывает тайны	1	1	0	Устный опрос
5.	Патриотический туризм	3	1	2	Наблюдение.
6.	Походная практика/туристско-спортивные сборы.	4	0	4	Устный опрос Индивидуальное задание
	ИТОГО	16	5	11	

1.3.2. Содержание учебного плана.

1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности.

Правила безопасности на лесной тропе, у водоема, в летнем передвижном палаточном лагере.

2. Организация туристского быта. Установка палаток. Правила разведения костров. Виды костров. Тент. Костровое оборудование. Теника безопасности при готовке пищи на костре.

3. Азбука туризма. Работа с компасом, определение сторон света, определение азимута. Веревоочный курс. Туристские узлы. Туристское специальное снаряжение. Преодоление препятствий различными способами: навесная переправа, подъем, траверс, спуск. Первая помощь. Транспортировка пострадавшего.

4. Край родной открывает тайны. Растения, животный мир и климат Кавказа. Топонимы Туапсинского муниципального округа. История освоения Черноморского побережья.

5. Патриотический туризм. Обзор исторического прошлого малой Родины. Знакомство с мемориальными объектами героического прошлого округа.

6. Походная практика/туристско - спортивные сборы. Развитие и закрепление на практике умений и навыков туристской деятельности, основ туристских знаний.

1.4. Планируемые результаты

Образовательные (предметные) результаты:

- сформированы навыки туристской деятельности;

- сформировано умение организации туристского быта;
- изучены приемы самостоятельной работы с картами и туристским снаряжением;
- изучены правила поведения в различных опасных ситуациях;
- сформировано знание о ядовитых и опасных растениях, встречающихся в лесу.

Личностные результаты:

- воспитаны трудолюбие, аккуратность, усидчивость, терпение, умение довести дело до конца;
- сформированы навыки взаимопомощи при выполнении работы;
- сформированы умения распределять свободное время;
- развит интерес к спортивным туристским походам и соревнованиям.

Метапредметные результаты:

- сформирована способность познавать мир посредством изучения его законов и наблюдения за явлениями природы;
- развито умение ориентироваться в природной среде, изучать, анализировать и использовать растения и природный материал;
- сформирован интерес к туризму.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации

2.1. Календарный учебный график

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема занятия	Кол-во часов	Форма проведения	Форма контроля
1			Правила безопасности на лесной тропе, у водоема, в летнем палаточном лагере.	1	Лекция	Устный опрос
2			Виды костров. Костровое оборудование. Техника безопасности при подготовке пищи на костре.	1	Лекция	Устный опрос, групповые задания
3			Определение места размещения лагеря. Установка палаток.	1	Практическое занятие	Индивидуальное задание
4			Правила разведения костров. Организация кухни в полевых условиях.	1	Практическое занятие	Соревнование
5			Работа с компасом, определение сторон света, определение азимута и движение по засечкам.	1	Лекция	Устный опрос
6			Веревочный курс. Туристские узлы. Применение	1	Практическое занятие	Индивидуальное задание

		специального туристского снаряжения			
7		Преодоление препятствий с помощью с помощью туристского снаряжения. Навесные переправы, подъем, траверс, спуск.	1	Практическое занятие	Соревнование
8		Первая помощь. Транспортировка пострадавшего.	1	Практическое занятие	Индивидуальное задание
9		Растения, животный мир и климат Кавказа. Топонимы Туапсинского муниципального округа. История освоения Черноморского побережья.	1	Лекция	Устный опрос
10		Патриотический туризм в регионе.	1	Лекция	Устный опрос
11		Туристские маршруты боевой славы.	1	Практическое занятие	Индивидуальное задание
12		Ресурсы военно-патриотического воспитания молодежи.	1	Практическое занятие	Индивидуальное задание
13		Туристско - спортивные сборы.	4	Практическое занятие	Наблюдение
14		ИТОГО	16		

2.2. Условия реализации программы

Реализация программы возможна с помощью обеспечения педагогическими кадрами, материально-технической базой. Центром воспитательной работы сборов является ребенок. В палаточном лагере создаются условия отдыха и развлечений, ведется краеведческая, культурно-оздоровительная и экскурсионная деятельность. Занятия проводятся в полевых условиях палаточного лагеря.

Перечень инвентаря из расчета на группу в количестве 15-ти человек:

№ п/п	Наименование	Количество
1	Топографические знаки	1 комплект
2	Учебные плакаты	1 комплект
3	Секундомер	1 шт.
4	Часы	1 шт.
5	Палатка (3х местная)	5 шт.
6	Туристские коврики	15 шт.
7	Рюкзаки	15 шт.

8	Тент	1 шт.
9	Костровое оборудование: котлы, тросик	1 комплект
10	Аптечка медицинская в упаковке	1 шт.
11	Ремонтный набор	1 комплект
12	Компас	15 шт.
13	Веревки основные	1 шт – 50 м.
14	Веревки вспомогательные	15 шт. – 4 м.
15	Карабины	60 шт.
16	Каски	15 шт.
17	Страховочные системы	15 шт.
18	Спусковые устройства (восьмерки)	15 шт.
19	Подъемное устройство (жумар)	15 шт.
20	Канцелярские принадлежности	3 комплекта

Информационное обеспечение

На занятиях используются учебные плакаты, карточки с топографическими знаками.

Кадровое обеспечение

В реализации программы участвуют опытные педагоги образовательного учреждения; методисты, инструктора детско-юношеского туризма, историки-краеведы, которые организуют жизнедеятельность детей, осуществляют их воспитание, организуют и проводят мероприятия, способствующие их развитию, следят за соблюдением режима дня, организуют досуг, вовлекают детей в спортивные мероприятия.

2.3 Формы аттестации

Аттестация проводится в виде участия в туристских соревнованиях в зачетной форме, проводимых в рамках туристско-краеведческих сборах.

2.4. Оценочные материалы.

Диагностика результативности освоения учебной программы туристско - краеведческих сборов РДДМ «Движение первых»

№ п/п	Время проведения	Цель проведения	Формы диагностики и контроля
Текущая диагностика			
1	В течение реализации программы	1. Определение степени усвоения учащимися учебного материала согласно темам календарно - учебного графика. 2. Знание важнейших исторических событий города, края. 3. Знание основных топонимических	Практические задания, беседа, опрос.

		названий муниципального округа, края. 4. Знание алгоритма действий при спасении человека и в сложных ситуациях. 5. Знание основных правил туристского похода и общения в туристской группе. 6. Выявление отстающих и опережающих обучение учащихся.	
--	--	---	--

Формы отслеживания результативности

Важным при реализации программы туристско - краеведческих сборов «РДДМ» является отслеживание результатов. Система определения результативности основана на компетентностном подходе, ориентирующем образовательный процесс на формирование компетенций у учащихся. Для отслеживания результативности применяются следующие методы: педагогический анализ результатов опросов, активности обучающихся на занятиях, решения задач творческого характера, участия учащихся в походах, экскурсиях, соревнованиях. Различные методы диагностики позволяют определять степень эффективности обучения, проанализировать результаты, внести коррективы в учебный процесс, позволяют учащимся, родителям, педагогам увидеть результаты своего труда, создать благоприятный психологический климат на занятии. С целью проверки теоретических знаний используются викторины, игры, устные опросы, беседы.

Оценка образовательных результатов учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе туристско - краеведческих сборов РДДМ «Движение первых» проводится в виде диагностики.

2.5. Методические материалы

№	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного (образовательного) процесса	Техническое оснащение занятий	Формы подведения итогов
1	Раздел 1. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности	Групповое занятие Лекция	Вербальный	Инструкция по ТБ	Устный опрос
2	Раздел 2. Организация туристского быта	Групповое занятие лекция практическая работа	Наглядный, практический вербальный, соревновательный, игровой	Палатка, тент, костровое оборудование	Устный опрос Индивидуальное задание Соревнование

2	Раздел 3. Азбука туризма	Групповое занятие лекция практическая работа	Наглядный, практический вербальный, соревновательный, игровой	Карты, таблицы, фото, компас, карабины, жумары, системы, восьмерки аптечка	Устный опрос Индивидуальное задание Соревнование
3	Край родной открывает тайны	Групповое занятие лекция экскурсия	Практический вербальный,	Карты фото	Устный опрос
	Патриотический туризм	Групповое занятие лекция экскурсия	Наглядный, практический вербальный,	Карты, фото	Устный опрос Индивидуальное задание
4	Туристско-спортивные сборы	Групповое занятие практическая работа	Наглядный, практический вербальный,	Карты палатка, тент, костровое оборудование аптечка	Устный опрос Индивидуальное задание

2.6. Список литературы

Для педагога:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. – М.: Профиздат, 1985.
3. Дрогов И.А. Юные туристы-спасатели. – М. ЦДЮТ и К МО РФ, 2000.
4. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. Москва, «Физкультура и спорт», 1990.
5. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1997.
6. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985г.
7. Кудряшов Б.А. Энциклопедия выживания. Один на один с природой. Краснодар: Советская Кубань, 2001 г
8. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2003.
9. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. М.: ВЛАДОС, 2000.
10. Отдых и путешествия на Кубани. Энциклопедия. Ред. А.Н. Пахомов и др. Краснодар: Традиция, 2010.
11. Акопян Г.С. В боях за Туапсе. Краснодар, 1988 г.
12. Долженко Г.П. Экскурсионное дело. Москва – Ростов-на-Дону, 2005г.
13. Шевелева И.М. Маньшина Н.В. Краснодарский край. Исторический путеводитель. Москва «Вече» 2006г.

Для учащихся:

1. Алтухов М.Д., Литвинская С.А. Охрана растительного м Западном Кавказе. – Краснодарское книжное издательство, 1989 г.
2. Голиков В.И. Фауна Кубани: видовой состав и экология. - г. Краснодар: «Традиция», 2007 г.
3. Ковешников В.Н. Путешествия по красавице Кубани. - Краснодар, 2012 г.
4. «Край наш Кубанский: природа, история, хозяйство и города Краснодарского края» учебное пособие, Н.В. Корнакова. - Ростов-на-Дону: Издательство БАРО-ПРЕСС, 2013 г.

Для родителей:

1. Самойленко А. А., Твердый А.В. Электричкой в горы. Путеводитель. – Краснодар: Платонов, 2008 г.
2. Тихонов А. В. Животные России. Красная Книга. Москва, «Росмэн», 2008 г.
3. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е. И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993 г.