

Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
Дом детского творчества Кольского района Мурманской области

ПРИНЯТА  
Педагогическим советом  
от «24» января г протокол №  
Председатель Белых Ю.А.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ДДТ Кольского района  
«24» января 2022г.  
Е.Г. Киценко



КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Ёлки-палки, буреломы»**

Срок реализации программы: 1 месяц

Объем программы: 16 часов

Возраст обучающихся: 10-15 лет

Разработчик: Ленченко Полина Андреевна  
методист

г. Кола.  
2022 г.

Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности, реализуемая в летний каникулярный период «Ёлки-палки, буреломы » разработана с учетом требований:

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
3. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года № 03242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающим программ»;
4. Распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 N 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей»;
5. Распоряжение правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
6. «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 №СП 2.4.3648-20, Санитарные правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 №28);
7. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
8. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 5 мая 2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
9. Уставом ДДТ Кольского района с учетом кадрового потенциала и материально-технических условий образовательного учреждения.

**Вид программы:** краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа.

**Актуальность программы:** Организация образовательного досуга и оздоровительной деятельности. Даёт возможность обучающимся в условиях образовательного досуга попробовать себя в различных видах деятельности и, при желании, продолжить обучение по данному направлению в течение учебного года. Туристские навыки - необходимое условие для подготовки к самостоятельной взрослой жизни. Полученные знания и умения помогут детям участвовать в конкурсах, проводимых на территории Кольского района.

**Педагогическая целесообразность программы:** Краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Ёлки , палки, буреломы» способствует физическому развитию и укреплению здоровья обучающихся, развивает силу, выносливость, дисциплинированность, ответственность перед окружающими людьми и ответственное отношение к природной среде.

**Отличительная особенность программы:** Краткосрочная программа является практико-ориентированной. Курс обучения включает в себя теоретические занятия, экскурсии и походы соответствующие возрасту обучающихся. Оценивание эффективности обучения происходит на основе викторин, выполнения творческих заданий, а также осуществления поисково-исследовательской деятельности. Программа скорректирована с учетом регионального компонента и адаптирована к условиям реализации в данном учреждении.

**Вид деятельности:** туристско-краеведческая.

**Новизна программы:** Программа разработана с учетом климатических условий Кольского района для комфортного и безопасного посещения обучающимися исторических мест, природных объектов и знакомства с природными ресурсами. Детям с Крайнего Севера необходимо иметь возможность заниматься активной физической деятельностью, развивать выносливость и быстроту до максимальной степени. Также ребенок должен знать историю своего края.

**Уровень программы:** стартовый.

**Адресат программы.** Программа рассчитана на детей в возрасте 10 – 15 лет.

**Объем и срок реализации программы.** Программа рассчитана на 1 месяц обучения, всего – 16 часов.

**Режим занятий:** занятия проводятся 4 раза в неделю по 1 часу

**Продолжительность занятий** – 45 минут. Режим занятий соответствует санитарно-эпидемиологическим требованиям к учреждениям дополнительного образования детей (СП 2.4. 3648-20, СанПиН 1.2.3685-21).

**Количество обучающихся:** 10 человек.

**Цель программы** – удовлетворение образовательных потребностей и интересов, обучающихся в области туристско-краеведческой и природоохранной деятельности, формирование всесторонне развитой личности средствами пешеходного туризма, краеведения.

**Задачи программы:**

Обучающие	Способствовать овладению подростками навыками по туризму; Научить обеспечивать безопасность туристских походов и соревнований; Способствовать формированию знаний и умений в области пешеходного туризма.
Развивающие	Развивать техническое и тактическое мастерство участников походов выходного дня и соревнований по пешеходному туризму и краеведению; Укреплять здоровье, содействовать правильному физическому развитию воспитанников; Развивать интеллектуальные и творческие способности учащихся; Развивать практические навыки самоорганизации и самоуправления.
Воспитательные	Воспитывать волевые качества: целеустремленность, настойчивость и инициативу, ответственность, товарищество и взаимовыручку; Создать условия для формирования у занимающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом; социального и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности; Формировать бережное отношение к природе, к ценностям отечественной культуры; Приобщать учащихся к здоровому образу жизни.

### **Способы проверки результативности освоения программы:**

Большое воспитательное значение имеет подведение итогов работы, анализ и ее оценка. Для оценки результатов занятий и уровня знаний обучающихся, используются контрольные задания в виде тестирования. В конце обучения заполняется диагностическая карта.

При тестировании используются следующие **уровни**:

**Высокий** – выявленные знания примерно соответствуют объему и глубине их раскрытия по критериям, установленным образовательной программой (10-15 баллов)

**Средний** - допущены незначительные ошибки или недостаточно полно раскрыто содержание ответа (5-9 баллов)

**Низкий** - прослеживается наличие минимального объема знаний по программе (0-4 балла)

**Формы подведения итогов.** К концу обучения по программе предполагается, что обучающиеся, получив прочные, глубокие знания, смогут подготовить и выступить с сообщениями, докладами на учебно-практических конференциях, слётах

**Результативность программы** осуществляется за счет проведения итогового тестирования.

**Участие в конкурсах:** участие в различных муниципальных, областных, региональных и всероссийских конкурсах.

**Для освоения программы используются разнообразные методы и приемы обучения:**

словесные: рассказ; беседа, диалог, работа с книгой и другими источниками, дискуссия; составление и воспроизведение текста сообщений на краеведческие, туристские, экологические темы;

наглядные: анализ фото-, кино- и видеоматериалов, объектов с использованием мультимедийных средств, изучение экскурсионных объектов; работа с топографическими и географическими картами;

практические: выполнение практических заданий (наблюдение, викторина, игра, зарисовка, фотографирование, паспортизация памятников и экскурсионных объектов и др.); составление и выполнение заданий для игр и кроссвордов; участие в туристско-краеведческих мероприятиях.

**В ходе реализации программы используются следующие педагогические технологии:**

развивающее обучение, которое направлено на развитие потенциальных возможностей обучающихся, включая формирование механизмов мышления и памяти;

проблемное обучение, которое направлено на овладение обучающимися новыми навыками в процессе решения проблемной ситуации, в результате чего происходит формирование творческих способностей: продуктивного мышления, воображения, познавательной мотивации. здоровые берегающие технологии, которые направлены на сохранение здоровья обучающихся на всех этапах его обучения и развития;

информационно-коммуникационная технология, которая направлена на формирование первичных навыков работы с информацией – ее поиска и сортировки, упорядочивания и хранения;

лично-ориентированные технологии, которые направлены на максимальное развитие индивидуальных познавательных способностей обучающегося на основе использования, имеющегося у него опыта жизнедеятельности.

Туристские походы – это очень важный момент в работе педагога, так как именно от них зависит качество усвоения материала. При этом необходимо помнить, что участие в походах учащихся рассматриваются прежде всего как развлекательное, досуговое мероприятие. Задача педагога – сделать приобретение туристских навыков безопасным, содержательным. Следует планировать поход так, чтобы дети получили возможность получить знания о природе и истории родного края, исследовать и описать различные объекты, выполнить исследовательскую работу.

## Учебный план

№	Наименование раздела, темы.	Теория	Практика	Всего	Формы аттестации (контроля)
<b>1.</b>	<b>Вводное занятие</b>			<b>2</b>	Тест
1.2.	Туристские путешествия, история развития туризма. Подвижная игра «Походный суп»	1	1	2	Игра-соревнование
<b>2.</b>	<b>Основы туристской подготовки(пешеходный туризм)</b>			<b>4</b>	
2.1	Личное и групповое туристическое снаряжение.	1		1	Игра-соревнование
2.2.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги		1	1	Творческий отчет
2.3.	Питание в туристском походе	1		1	Игра-соревнование
2.4	Правила движения в походе, преодоление естественных препятствий (Игра: «Эстафета туристов»)		1	1	Игра-соревнование
<b>3.</b>	<b>Краеведение</b>			<b>4</b>	
3.1.	Родной край, его природные особенности, история Кольского полуострова, Кольского района		1	1	Творческий отчет
3.2	Тропинка в природу	1		1	Творческий отчет
3.4	Игра: «Погоня за лисицей»		2	2	Игра-соревнование
<b>4.</b>	<b>Основы медицинских знаний</b>			<b>2</b>	
4.1	Походный травматизм	1		1	Творческий отчет
4.2	Составление медицинской аптечки		1	1	Игра-соревнование
<b>5.</b>	<b>Начальная специальная</b>			<b>5</b>	

	<b>ПОДГОТОВКА</b>				
5.1.	Техника безопасности в походе и на занятиях. Дисциплина – основа безопасности. Туристские узлы		1	1	Выполнение зачетных нормативов
5.2	Переправа по горизонтальному или наклонному бревну, по качающимся перекладинам «Подвесное бревно»		1	1	Выполнение зачетных нормативов
5.3	Переправа по узкому лазу		1	1	Выполнение зачетных нормативов
5.4	Переправа по качающимся перекладинам «Бабочка», «Паутина», «Ромб»		1	1	Выполнение зачетных нормативов
5.5	<b>Соревнования по полосе препятствий</b>		1	1	Игра-соревнование
		<b>5ч.</b>	<b>11ч.</b>	<b>16ч</b>	

Содержание программы:

**Раздел 1.** Вводное занятие (1 час)

*Теория.* Ознакомление обучающихся с расписанием занятий, правила поведения на занятии. Правила пожарной безопасности. План работы. Форма одежды и внешний вид.

*Практика.* Практическая работа на выявление уровня обучающихся начальной подготовки.

**Раздел 2.** «Основы туристской подготовки» (4 часа)

*Теория:* Понятие о личном и групповом туристском снаряжении. Перечень личного снаряжения одно дневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних походов. Групповое снаряжение, требования к нему.

Основные требования к месту привала и бивака. Установка палаток. Размещение вещей в них. Распределение обязанностей в группе.

Составление плана подготовки похода. Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в походе выходного дня. Составление меню. Туристские обязанности в группе

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, через завалы, по заболоченной местности.

*Практика:*

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведение похода и подведение итогов. Правила движения в походе, преодоление естественных препятствий. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения. Закрепление изученного по разделу. Интеллектуальная игра: «Что, где, когда»

**Раздел 3.** «Краеведение» (4 часа)

*Теория:* Родной край, его природные особенности, история Кольского полуострова. План и географическая карта местности, формы земной поверхности, горизонт и его стороны, погода и климат. Исторические сведения о первых поселенцах Кольского полуострова, о экскурсионных объектах, музеев. Классификация грибов и определение их

доброкачественности. Съедобные грибы (трубчатые, пластинчатые, сумчатые). Съедобные и ядовитые грибы, ягоды. Пищевые и лечебные свойства ягоды. Рыба Кольского района.

Способы лова. Животные Кольского полуострова. Места обитания. Хищники, копытные, грызуны, птицы. Животные, занесённые в красную книгу Мурманской области. Места обитания. Растительность Кольского полуострова

Практика: Экскурсия в музей прииска. Краеведческая викторина-игра: «Следопыт»

#### Раздел 4. «Основы медицинских знаний» (2 час)

Теория:

Травмы и заболевания характерные в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике. Гигиена туриста. Соблюдение правил личной гигиены в походе. Основные принципы оказания первой помощи. Проведение осмотра пострадавшего, порядок его проведения (обеспечение проходимости дыхательных путей, наличие дыхания, наличие пульса). Правила поведения оказывающего первую помощь.

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблетированные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Личная аптечка туриста, необходимые лекарства в зависимости от хронических заболеваний.

Практика:

Походный травматизм. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Формирование походной медицинской аптечки. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

#### Раздел 5. «Начальная специальная подготовка» (5 часов)

Теория:

Начальная альпийская подготовка: правила вязания узлов, страховочные системы. Способы выживания в условиях автономного существования: поиск воды, добыча огня, постройка временного укрытия. Техника безопасности. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице.

Практика:

Переправа: по горизонтальной веревке; по горизонтальному или наклонному бревну; по качающимся перекладинам. «Подвесное бревно». «Бабочка». «Паутина». «Ромб». Преодоление заболоченного участка: по кочкам; с помощью жердей. Движение по узкому лазу. Переправа с использованием подручных средств.

#### **Планируемые результаты.**

По окончании освоения краткосрочной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности, реализуемая в летний каникулярный период «Ёлки, палки, буреломы» у детей и подростков будут достигнуты следующие **ожидаемые результаты освоения программы:**

- Учащиеся получают навыки и умения, приобретенные в ходе освоения программы; они будут способствовать личностному развитию и росту ребенка;
- Сформируются знания и умения в области пешеходного туризма.;
- На основе туристско-краеведческой подготовки будут сформированы основы туристско-краеведческой деятельности обучающихся;
- Актуализация и частичное решение проблем подросткового возраста (через опыт деятельности самих детей и подростков);

- Способность работать в команде и применять свои знания для решения задач;
- В процессе создания мотивации вы будете активно участвовать в формировании здорового образа жизни и получать конкретные результаты от своей деятельности;
- Реализация мотиваций к собственному развитию, участию в своей деятельности, проявление социальной инициативы.

**Перечень оборудования, инструментов и материалов, необходимых для реализации программы:**

№	Раздел или тема программы	Формы занятий	Дидактический материал	Материальное оснащение занятий
1	Вводное занятие	традиционное занятие	Карточки с изображением узлов и переправ	Спорт площадка
2	Основы туристской подготовки (пешеходный туризм)	традиционное занятие, занятие-игра	Карточки с изображением предметов быта и оборудования для похода	Рюкзак, палатка, (пенка), коврик, спальник
3	Краеведение	традиционное занятие, занятие-путешествие	Карточки с изображением, презентации	Кабинет с интерактивной доской
4	Основы медицинских знаний	традиционное занятие, занятие-практикум	Карточки-схемы	Кабинет, медицинская аптечка, перевязочный материал
5	Начальная специальная подготовка	традиционное занятие, занятие-игра, занятие-соревнование	Полоса препятствий	Спортивная площадка

**Информационно-методическое обеспечение:**

№	Раздел программы	Тема	образовательные ресурсы
1	Введение в программу	План работы объединения. Техника безопасности.	Презентация «Пешеходный туризм»; Презентация «Техника безопасности»
2	Основы туристской подготовки (пешеходный туризм)	Правила подготовки к походу выходного дня	
3	Краеведение	Природа Кольского полуострова	Презентации: «растения и животные Кольского полуострова»
4	Основы медицинских знаний	Первая помощь при ушибах, кровотечениях и ожогах	Презентация «Первая помощь»
5	Начальная специальная подготовка	Полоса препятствий без специального оборудования	Оборудованная полоса препятствий (мышшеловка (лаз); качающиеся бревно, бабочка, параллельные перила)



### **Формы аттестации**

Исходя из поставленных цели и задач, спрогнозированных результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной общеразвивающей программы: педагогические наблюдения за детьми в процессе работы; педагогический анализ результатов; мониторинг образовательной деятельности детей (самооценка обучающегося).

**Формы подведения итогов реализации общеразвивающей программы:** беседа, опрос, конкурсы, игры по отдельным видам туризма.

**Способами определения результативности** усвоения дополнительной общеобразовательной программы итоговая диагностика, проводимая в форме учебного похода, тестирования по каждому разделу: теоретической подготовке, выполнение практических заданий за контрольное время, наблюдение за правильностью выполнения практических заданий во время учебно-тренировочного занятия .

### **Список литературы для педагога**

1. Двинин Е. Край, в котором мы живём. – М.: Мурманское книжное издательство, 2000г.
2. Дранишников В.В. Рассказы по истории Кольского края. Книга для чтения. – М.: Мурманское книжное издательство, 2000г.
3. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК МО РФ, 2021.
4. Разин Е. Кандалакша: азбука истории. Наша память. – Апатиты: Издательство МУП «Полиграф», 2020г.
5. Усков А.С. Практика туристских путешествий». – СПб.: творческий центр «Геос», 2009г.
6. Ушаков И.Ф., Киселёв А.А. История родного края. – М.: Мурманское книжное издательство, 2004г.

### **Список литературы для обучающихся и родителей**

1. Александров Г., Жиров Д.В., Зайцева И., Кобяков К. Редкие растения Мурманской области. // Санкт-Петербург: изд. «Ника», 2019г.
2. Гаркотин, В. Северная магистраль /В. Гаркотин. – Кандалакша: Нива-Пресс, 2018. Под ред. Т.Т. Федоровой. Красная книга Мурманской области. - М.: Мурманское книжное издательство, 2018г.
3. Листая памяти страницы / под редакцией Л.А. Бей. - Кандалакша: ИП Тучин А.В., 2020г.
4. Усков А.С. Практика туристских путешествий. – СПб.: творческий центр «Геос», 2021г.
5. Ушаков И.Ф., Киселёв А.А. История родного края. – М.: Мурманское книжное издательство, 2004г.

### **Электронные образовательные ресурсы:**

1. <https://crimuntur.ru/wp-content/uploads/2015/11/Reglament-po-sportivnomu-turizmu.-Distsiplina-DISTANTSII-PESHEHODNYE.pdf>
2. <https://research-journal.org/archive/2-128-2023-february/10.23670/IRJ.2023.128.59>

### **Оценочные материалы:**

**Тестовые задания первого уровня**, требующие выполнения деятельности по узнаванию изучаемого объекта: «выбор одного правильного ответа из двух и более предложенных альтернатив»;

- «выбор нескольких правильных ответов из предложенных альтернатив»;
- на соответствие;
- на установление правильной последовательности.

**Тестовые задания второго уровня**, требующие выполнения деятельности по воспроизведению изучаемого объекта, – тестовые задания на дополнение.

**Тестовое задание на соответствие** – тестовое задание, в котором надо установить соответствие элементов одного столбца элементам другого.