

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества» г. Грязи  
Грязинского муниципального района Липецкой области

ПРИНЯТА  
на заседании педагогического  
совета МБУДО ЦРТДЮ  
Протокол от 15.08.2025 г. № 1

«УТВЕРЖДАЮ»:  
Директор МБУ ДО ЦРТДЮ  
И.В.Колесова  
Приказ от 15.08.2025 г. №84

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
туристско-краеведческой направленности  
«Основы туризма»**

Возраст учащихся: 10-14 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:

Чапурина Мария Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования  
Квалификационная категория: первая

г. Грязи – 2025 г.

## Внесение изменений и дополнений в программу

<b>Дата внесения изменений/дополнений</b>	<b>Основание</b>	<b>Содержание</b>
15.08.2025	Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»	Программа дополнена приложением: рабочая программа воспитания и план воспитательной работы
	Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, приказ Министерства просвещения от 27 июля 2022 № 629	Усиление воспитательного потенциала

## **I. Комплекс основных характеристик программы**

### **1.1. Пояснительная записка**

В основе школьного туризма лежат фундаментальные, неустаревающие принципы образования и воспитания: гуманно-демократический, концептуально-методологический, системно-целостный, творчески развивающий, личностно-ориентированный, созидающе-деятельностный. В структуре любой образовательной программы туризм может быть использован в качестве эффективной формы обучения. Туризм и спортивное ориентирование помогают учащимся в освоении учебных дисциплин по основам различных наук.

Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины. Никто из туристов не пошёл бы второй раз в поход, если бы на личном опыте не убедился, что всё виденное, пережитое, слышанное, пройденное, спетое у ночного костра оставляет такое впечатление и делает нашу жизнь настолько богаче, что по сравнению с этим все тяготы и неудобства туризма выглядят не имеющими значения мелочами.

Успех любого похода, экскурсии или путешествия во многом зависит от того, насколько хорошо путешественник сумеет определить, где он находится и в каком направлении следует идти дальше, т.е. от умения ориентироваться на местности.

Умение ориентироваться на местности приобретается в постоянном общении с природой, благодаря развитию наблюдательности и привычке быстро замечать и запоминать характерные детали местности.

Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности.

Школьный туризм позволяет учителю осуществлять практически все виды профессиональной деятельности: учебную и воспитательную, научно – методическую, социально – педагогическую, культурно – просветительскую и др.

Походы и занятия спортивным ориентированием на незнакомой местности позволяют школьникам изучать процессы и результаты взаимодействия природы и общества.

Широкая доступность, красота природы края, способствуют популярности, как школьного туризма, так и спортивного ориентирования. Занятия в кружке содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья,

помогают познавать и понимать природу, участвовать в городских соревнованиях по спортивному ориентированию, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

Особое внимание уделяется прогнозированию перспектив развития ландшафта и выработке рекомендаций по его дальнейшему наиболее рациональному хозяйственному использованию.

Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Нельзя недооценивать и то, что детскому и особенно подростковому возрасту свойственно стремление к новизне, необычности, к приключениям и романтике. Туризм - прекрасное средство, которое естественным путём удовлетворяет и такие, не всегда учитываемые взрослыми потребности ребят. Нужно помнить и о том, что в походе ребята раскрываются совсем с иной стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для учителя, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти свой подход к нему. Контакты, которые устанавливаются между взрослыми и ребятами в походе, как правило, гораздо более глубокие и душевые, чем в школе. Они способствуют настоящему взаимопониманию и установлению отношений сотрудничества, что потом переносится в школу.

Разнообразные формы и методы позволяют вовлечь в процесс реализации программы широкий круг учащихся и учителей. Это позволяет создать своеобразную и благоприятную атмосферу общения, воспитания, коммуникативных связей и отношений.

Данная программа комплексная и даёт возможность учащимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, жизненные принципы и интерес к познанию окружающего мира.

### **Актуальность программы.**

Туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

### **Новизна программы**

данной программы заключается в попытке соединить спортивную деятельность, основанную на Правилах вида спорта «Спортивный туризм» и «Спортивное ориентирование», с походной, уделяя особое внимание различным видам туризма с целью развития походно-экспедиционной

деятельности с обучающимися в рамках реализации задач федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование». Программа разноуровневая и модульная комбинированного типа.

### **Организация образовательного процесса Адресат программы.**

Программа реализуется для обучающихся 10-14 лет и рассчитана на мотивированных детей, не имеющие медицинских противопоказаний

### **Объём программы.**

Количество учебных часов – 160, из них теоретических – 100 часов, практических – 60 часов.

### **Формы обучения:**

Групповая, подгрупповая, индивидуальная. Образовательная деятельность по программе «Основы туризма» осуществляется на русском языке (в соответствии с п.12 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденном Приказом Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008). Программой предусмотрено обязательное участие в спортивных мероприятиях: туристские игры, слеты, прогулки, однодневные походы, соревнования на дистанциях .

**Организационные формы обучения:** беседы, практикумы, спортивные тренировки, занятия на полигоне, соревнования, походы, зачетные занятия.

**Беседа** – форма работы с обучающимися, развивающая мышление детей, необходима для обсуждения нового материала программы.

**Практикум** – применяется для закрепления пройденного материала, отработки навыков прохождения технических этапов, вязки узлов.

**Спортивные тренировки** – отработка техники и тактики для участия в соревнованиях, повышение уровня физической подготовки.

**Соревнования** – проверка уровня технической, физической и тактической подготовки.

**Походы** – оздоровление, проверка туристских навыков, тренировка выносливости, отработка навыков командной работы.

**Зачетные занятия** – контроль выполнения заданий по нормативам.

Программа построена так, что на занятиях в помещении ребята изучают и рассматривают различные теоретические способы преодоления препятствий по различным видам спортивного туризма (теория). На местности идет повторение материала и его закрепление (практическая безопасная

организация преодоления препятствий). Занятия по физической подготовке проводятся как в помещении, так и одновременно с выходами на местность. Обязательны теоретические и практические занятия, предупреждающие травматизм, при отработке практических этапов. Физическая подготовка подразумевает общую физическую подготовку и специальную физическую подготовку. Занятия носят групповой характер с элементами индивидуальной работы

**Срок освоения** программы – 1 год, объём - 160 часов.

**Режим занятий.**

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа согласно расписанию занятий на учебный год. Количество учебных часов в неделю – 4 часа.

**Регламентирование образовательного процесса на день**

Продолжительность занятий – 1 час 30 минут, перерыв – 10 минут.

Наполняемость групп – до 15 человек.

**Нормативно-правовые документы, на основе которых разработана дополнительная общеразвивающая программа:**

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральный закон от 13.07.2020 г. «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Устав МБУ ДО ЦРТДЮ;
- Календарный учебный график МБУ ДО ЦРТДЮ на 2025-2026 учебный год;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеразвивающих программ МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ЦРТДЮ.

## **1.2. Цель и задачи дополнительной программы.**

### **Основные цели:**

- обучение умениям и навыкам по основам туристической деятельности;
- формирование представления о правилах поведения в природе, во время походов;
- воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, взаимопомощи;□
- развитие интереса к занятиям туризмом как активной, познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности.

### **Задачи:**

- овладение основными навыками и умениями туристической деятельности;
- формирование основ здорового образа жизни;
- развитие классного коллектива, лидерских способностей у детей.

### 1.3. Содержание программы.

#### Учебный план

Наименование разделов/тем	Всего часов	Теория	Практика
<b>1. Раздел «Введение в мир туризма»</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>1</b>
Организационное занятие	1	1	
Врачебный контроль и самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	1	1	
История развития туризма. Туристские путешествия.	2	1	1
Итоговая аттестация по модулю	1	1	-
<b>2. Раздел «Туристский поход»</b>	<b>78</b>	<b>35</b>	<b>43</b>
Личное и групповое снаряжение	24	11	13
Организация бивака в походе и на соревнованиях	19	9	10
Питание в походе	15	7	8
Характеристика естественных препятствий	12	5	7
Итоговая аттестация по модулю	8	3	5
<b>3. Раздел «Дистанция пешеходная»</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>9</b>
Основные понятия спортивного туризма на пешеходных дистанциях	5	3	2
Специальное снаряжение для спортивного туризма на пешеходных дистанциях	1	-	1
Вязка узлов	3	2	1
Правила соревнований по спортивному туризму на пешеходных дистанциях	2	1	1
Технические приемы дистанции пешеходной 1 класса	4	1	3
Итоговая аттестация по модулю	3	2	1
<b>4. Раздел «Безопасность в спортивном туризме»</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
Опасности в походе.	2	1	1
Походная медицинская аптечка	4	4	
Техника безопасности при проведении походов	1	-	1
Итоговая аттестация по модулю	1	1	
<b>5. Раздел «Спортивное ориентирование »</b>	<b>33</b>	<b>17</b>	<b>16</b>
Топографические и спортивные карты	2	1	1

Компас и работа с ним	2	1	1
Измерение расстояний	4	2	2
Способы ориентирования	5	3	2
Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	5	2	3
Соревнования по спортивному ориентированию	7	4	3
Итоговая аттестация по модулю	8	4	4
<b>6. Раздел «Физическая подготовка »</b>	<b>18</b>	<b>1</b>	<b>17</b>
Общая физическая подготовка			6
Специальная физическая подготовка			6
Итоговая аттестация по модулю		1	5
<b>Итого:</b>	<b>160</b>	<b>72</b>	<b>88</b>

## Содержание учебно-тематического плана

### Содержание модуля «Введение в мир туризма»

#### **1. Организационное занятие.**

Сбор сведений в журнал. Инструктаж по технике безопасности на теоретических и практических занятиях. Техника безопасности в спортивном туризме. Подготовка помещения к занятиям. Родительское собрание: особенности спортивного туризма, расписание занятий, требования к проведению занятий, план мероприятий на учебный год.

#### **2. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.**

Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке.

#### **3. История развития туризма, туристские путешествия.**

Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. Понятие о спортивном туризме. История развития туризма в России. Организация туризма в Липецкой области.

История края, памятные исторические места, памятники природы.

### ***Практические занятия***

Игра «Что такое спортивный туризм», тестирование по «История развития туризма», проекты «Великие путешественники».

### **4. Итоговая аттестация по модулю.**

Тестовые задания.

### **Содержание модуля «Туристский поход»**

#### **1. Личное и групповое снаряжение**

Требования к туристскому походному снаряжению и оборудованию, снаряжению для участия в соревнованиях по спортивному туризму. Личное снаряжение. Групповое снаряжение. Специальное снаряжение.

*Практические занятия.* Подбор снаряжения для похода и соревнований. Тестирование по знанию назначения и применения различных предметов снаряжения в походе и на соревнованиях.

#### **2. Организация бивака в походе и на соревнованиях.**

Требования к бивакам. Устройство и оборудование бивака. Заготовка дров. Растопка для костра, ее заготовка и хранение.

Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Разведение костров. Соблюдение правил безопасности при работе у костра. Костры в лесу, на опушке, у реки; летом, в межсезонье и зимой. Упаковка спичек и сухого горючего. Обязанности дежурного у костра. Тушение костров и охрана природы. Правила работы с горелкой.

Распределение и выполнение должностных обязанностей между членами туристской группы. Планирование бивака на местности. Изготовление простейших укрытий от дождя и ветра в лесу, у реки из подручных средств.

### ***Практические занятия***

Организация бивачных работ согласно обязанностям в группе.

Установка палатки, тента для палатки и тента для отдыха группы. Изготовление укрытий от дождя, ветра и т.п.

Разведения костров. Основные типы туристских костров: «нодья», «звездный», «шалаш», «колодец» и их назначение. Приготовление пищи на костре и горелке.

### **3. Питание в походе.**

Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: приготовление бутербродов или приготовление горячих блюд. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

***Практические занятия.***

Фасовка и упаковка продуктов.

**4. Характеристика естественных препятствий.**

Общая характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

***Практические занятия.***

Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

**5. Итоговая аттестация по модулю.**

Тестовые задания. Однодневный поход.

**Содержание модуля «Дистанция пешеходная»**

**1. Основные понятия спортивного туризма на пешеходных дистанциях.**

Список сокращений, используемых в Регламенте по спортивному туризму: дистанция пешеходная и на соревнованиях по спортивному туризму в дисциплинах «дистанция – пешеходная», дистанция – пешеходная – связка», «дистанция – пешеходная – группа». Дистанция. Этап. Время. Снаряжение.

Самостраховка. Усы самостраховки. Пруссик.

**2. Специальное снаряжение для спортивного туризма на пешеходных дистанциях.**

Основные требования к снаряжению. Веревки. Карабины. Индивидуальные страховочные системы (ИСС). «Двойной булинь». Крепление к системе страховочных веревок и других приспособлений. Зажимы, спусковые устройства. Экипировка обучающихся.

***Практические занятия.***

Использование специального снаряжения.

**3. Вязка узлов.**

Узлы для связывания веревок разного диаметра. Узлы для связывания концов веревок. Узлы для присоединения веревок к опоре. Схватывающие узлы. Контрольные узлы. Правила завязывания узлов. Бухтование веревок. Виды бухтования.

***Практические занятия.***

Отработка вязки узлов. Отработка бухтования веревок.

**4. Правила соревнований по спортивному туризму на пешеходных**

## **дистанциях.**

Виды и классы дистанций. Положение о соревнованиях. Условия к соревнованиям. Техническое описание этапов. Системы оценки. Таблицы штрафов.

## **5. Технические приемы дистанции пешеходной 1 класса.**

Естественные и искусственные препятствия. Характеристика препятствий. Способы преодоления. Освоение техники прохождения этапов. Знакомство с понятиями: «дистанция», «технический этап», «время работы на этапе», «контрольное время», «рабочая зона», «опасная зона». Деление дистанций на классы с 1 по 6 в зависимости от сложности этапов. Технические этапы дистанций первого класса: характеристика и параметры этапов, способы прохождения.

## **Практические занятия.**

Отработка умений и навыков прохождения этапов, дистанций. Отработка и совершенствование техники движения рук и ног, положения тела на следующих этапах: 1 класса: – переправа вброд с самостраховкой на судейских перилах; – переправа по бревну с самостраховкой на судейских перилах; – переправа по параллельным перилам с самостраховкой на судейских перилах; – вертикальный маятник с самостраховкой; – подъем с самостраховкой на судейских перилах спортивным способом; – спуск с самостраховкой на судейских перилах спортивным способом; – траверс с самостраховкой на судейских перилах; – подъем, спуск, траверс с альпенштоком;

Сопровождение, членок.

Работа на дистанции без разрыва самостраховки.

Отработка дистанций пешеходных, используя площадку МБОУ СОШ №1 г.Глязи

Участие в Первенствах города Грязи по спортивному туризму на дистанциях пешеходных, дистанциях пешеходных - связка, дистанциях пешеходных – группа.

## **6. Итоговая аттестация по модулю.**

Тестовые задания. Соревнование.

### **Содержание модуля «Безопасность в спортивном туризме»**

#### **1.Опасности в походе.**

Опасности, обусловленные природой средней полосы: рельеф, болота, реки, ураганы, грозы, метели. Ядовитые грибы и растения. Хищные звери, змеи и насекомые. Опасности, связанные с действиями человека. Основные

причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность и слаженность работы группы и т.п.). Профилактика несчастных случаев. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.

#### ***Практические занятия.***

Разбор конкретных аварийных ситуаций в туризме. Подготовка снаряжения к походам различного вида и соревнованиям.

#### **2. Походная медицинская аптечка.**

Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов. Хранение, транспортировка, пополнение походной аптечки. Индивидуальная аптечка туриста. Лекарственные растения.

#### ***Практические занятия.***

Формирование походной аптечки. Знакомство с лекарственными препаратами и их использование. Лекарственные растения и их использование.

#### **3. Техника безопасности при проведении походов.**

Слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность и слаженность работы группы и т.п. Психологическая совместимость в туристской группе, сознательная дисциплина – важнейший фактор успеха похода.

Правила поведения и поездок на транспорте: при посадке, высадке и во время движения. Меры безопасности при движении по дорогам.

Меры безопасности при прохождении трудных и опасных участков маршрута, при обнаружении взрывоопасных предметов. Правила поведения на воде, в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

#### ***Практические занятия.***

Воспитание сознательной дисциплины.

#### **4. Итоговая аттестация по модулю.**

Тестовые задания.

### **Содержание модуля «Спортивное ориентирование»**

#### **1. Топографические и спортивные карты.**

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топографических карт для туристов. Масштаб. Виды масштаба. Масштабы топографических карт. Какие карты

пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты о непогоды в походе, во время проведения соревнований.

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топознаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

### ***Практические занятия.***

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояний на карте.

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание условных знаков, игры, мини-соревнования.

### **2. Компас и работа с ним.**

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. «Роза направлений». Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение.

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

### ***Практические занятия.***

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка).

### **3. Измерение расстояний.**

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шага в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определения расстояния по времени движения.

### ***Практические занятия.***

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построения графиков перевода

пар шагов в метры для различных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

#### **4. Способы ориентирования.**

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного описания пути). Протокол движения.

#### ***Практические занятия.***

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

#### **5. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.**

Суточное движение солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

#### ***Практические занятия.***

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде.

Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

## **6. Соревнования по спортивному ориентированию.**

Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Виды старта. Жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований.

Соревнования по ориентированию в заданном направлении, их характеристика. Соревнования по маркированной трассе. Соревнования по выбору, их разновидности, характеристика. Эстафетное ориентирование в заданном направлении. Определение результатов в соревнованиях по ориентированию.

## ***Практические занятия.***

Участие в городских соревнованиях по спортивному ориентированию.

## **7. Итоговая аттестация по модулю.**

Тестовые задания. Соревнования.

### **Содержание модуля «Физическая подготовка»)**

#### **1. Общая физическая подготовка.**

Основная задача общей физической подготовки – развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка – основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы.

## ***Практические занятия.***

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи.

Упражнения для туловища, для ног. Упражнения статические. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики.

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт.

Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Плавание – освоение одного из способов.

#### **2. Специальная физическая подготовка.**

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов.

Место специальной подготовки на различных этапах процесса тренировки.

Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

Основная цель тренировочных походов – приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных вспомогательных средств для повышения уровня физической подготовки. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

### ***Практические занятия.***

Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты.

Упражнения на развитие силы. Упражнения на развитие гибкости, на растяжку связок и расслабление мышц.

### **3. Итоговая аттестация по модулю.**

Тестовые задания. Сдача нормативов ГТО.

#### **1.4.Планируемые результаты**

*Должны овладеть навыками и уметь:*

- совершать пешие переходы с грузом;
- размещать правильно предметы в рюкзаке;
- ставить палатку, разводить костер, помогать рубить дрова и готовить пищу;
- определять стороны горизонта, пользоваться компасом;
- знать характеристики естественных препятствий;
- вязать основные узлы, используемые в Правилах вида «Спортивный туризм»;
- соблюдать гигиену туриста;
- формировать знания, умения и навыки преодоления навесной переправы, переправы по параллельным перилам, переправы вброд, по бревну, подъема и спуска по склону по перлам (спортивным способом и с самостраховкой), траверсирования склона, преодоления канавы, рва, ручья с использованием подвижной веревки (маятник), движения по жердям и кочкам, страховки и самостраховки;
- использовать на переправах сопровождение и членок;
- участвовать в соревнованиях 1 класса по спортивному туризму и ориентированию;
- быть участником учебно-тренировочного сбора или похода выходного дня.

### ***Личностные результаты:***

Умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

Способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий

Умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим

### ***Метапредметные результаты***

- Регулятивные УУД:***

Понимать цель выполняемых действий.

Проговаривать и осуществлять последовательность действий.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств

***Познавательные УУД:***

Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя учебные пособия, интернет-ресурсы.

Умения самостоятельно определять цели своего обучения.

ставить и формировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности.

развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

Анализировать полученную информацию.

***Коммуникативные УУД:***

Умение организовывать учебное сотрудничество и совместное деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально в группе: находить общие решения и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

Умение формировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Выработка умений и навыков коммуникативной культуры в процессе занятий физической культурой.

### ***Предметные результаты:***

Расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных

возможностей основных систем организма.

Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

## **II. Комплекс организационно-педагогических условий.**

### **2.1. Календарный учебный график**

#### **Продолжительность учебного года.**

Реализация программы осуществляется на базе МБОУ СОШ №1 г.Грязи, в соответствии с календарным учебным графиком начало занятий – 01 сентября, окончание – 30 июня.

Продолжительность учебного года – 40 учебных недель.

#### **Количество групп – комплектов.**

Согласно утверждённой директором педагогической нагрузке на 2025-2026 учебный год действует 1 группа одного года обучения объединения ««Основы туризма»

### **2.2. Условия реализации программы Материально-техническое обеспечение:**

Для успешного освоения обучающимися программы требуется наличие достаточного количества туристского снаряжения, в том числе специального снаряжения для пешеходного и водного маршрутов, дистанции пешеходной (на 15 человек):

- Палатки 3-х местные – 5 шт.;
- Коврики - 15 шт. и спальники – 15 шт.;
- Рюкзаки 60 л – 15 шт.;
- Котлы – 3 шт.;
- Костровое оборудование – 1 шт.;
- Системы страховочные – 15 шт.;
- Карабины автоматические – 100 шт.;
- Веревки основные 10 мм – 3 шт. по 40 м, 6 шт. по 30 м, 8 шт. по 20 м;
- Репшнуры 6мм – 15 шт.;
- Зажим «жумар» - 15 шт.;
- Спусковое устройство «восьмерка» - 15 шт.;
- Блокировка 10 мм – 15 шт. по 5м;
- Каска – 15 шт.;

- Перчатки, рукавицы – 15 шт.;
- Спасжилеты – 15 шт.;
- Байдарки типа «Таймень 3» - 5 шт.;
- Компас – 15 шт., призмы и компостеры для ориентирования – 18 шт.;
- Аптечка – 1 шт.

### **2.3. Формы аттестации реализации программы:**

Занятия можно проводить с полным составом объединения, но по мере роста опыта занимающихся следует делать больший упор на групповые (2-3 человека) и индивидуальные занятия, особенно при отработке личных дистанций.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения и погодных условий.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Необходимо воспитывать у детей умение и навык самостоятельного принятия решения, неуконосительного выполнения требований в походе, экскурсии, на соревнованиях. Обязательным условием является практическое участие обучающихся в соревнованиях по ориентированию и спортивному туризму на пешеходных дистанциях.

Практические занятия проводятся в 1 - 3-дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, а также на местности (в парке) и в помещении (в классе, спортивном зале). В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в многодневных походах, на соревнованиях. Особое внимание необходимо обратить на общую и специальную физическую подготовку занимающихся в объединении детей.

После каждого года обучения за рамками учебных часов планируется проведение туристского мероприятия – похода, слёта, соревнования, туристского лагеря, сборов и т.п.

### **2.4.ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ** **(методическое обеспечение программы)**

Спортивный туризм – это, прежде всего, практическая деятельность, участие в соревнованиях и походах. Поэтому большинство теоретических занятий должны проверяться на практике. Подведение итогов практических занятий

– это результаты команды и отдельных участников на соревнованиях, а также включенность в общую командную деятельность непосредственно в походе и при подведении итогов похода, сдаче отчета.

Результативность освоения программного материала отслеживается систематически в течение года с учетом уровня знаний и умений учащихся на каждом этапе обучения. С этой целью используются разнообразные виды контроля:

- *входной контроль* проводится в начале учебного года для определения уровня знаний и умений учащихся на начало обучения в виде опросов и бесед;
- *текущий контроль* ведется на каждом занятии в форме наблюдения за правильностью выполнения заданий в ходе практической работы, соблюдения техники безопасности; успешность освоения материала проверяется в конце каждой темы путем тестирования и практических заданий (топографические диктанты, учебные игры, походы выходного дня, тестовые задания, соревнования внутри группы);
- *промежуточный контроль* проводится после изучения каждого модуля:
  - Модуль «Введение в мир туризма» и «Мир туризма» - тестирование;
  - Модуль «Туристский поход» - тестирование и поход;
  - Модуль «Дистанция пешеходная» - тестирование и соревнования;
  - Модуль «Безопасность в спортивном туризме» - тестирование и соревнования;
  - Модуль «Спортивное ориентирование» - тестирование и соревнования;
  - Модуль «Физическая подготовка» - тестирование и сдача нормативов ГТО;
- *итоговый контроль* проводится в конце учебного года в форме тестовых заданий и походов (походы той сложности и направленности, какая соответствует блоку, на котором находится обучающийся), что позволяет выявить изменения образовательного уровня учащегося, воспитательной и развивающей составляющей обучения.

В течение учебного года обучающиеся принимают участие в городских, областных, межрегиональных и Всероссийских соревнованиях по спортивному туризму на пешеходных дистанциях, в соревнованиях по спортивному ориентированию, в слете-соревнований.

## **Оценочные материалы**

## **Вопросы входного контроля по программе «Туризм и краеведение»**

Инструкция к тесту: На выполнение теста дается ровно 10 мин. Не задерживайтесь слишком долго над одним заданием. Быть может, вы находитесь на ложном пути и лучше перейти к следующей задаче. Но и не сдавайтесь слишком легко; большинство заданий поддается решению, если вы - проявите немного настойчивости.

Ответ на задание состоит из одного слова, которое вам необходимо подчеркнуть.

Примечания: отвечая на вопросы, вы можете показать низкий (5 правильных ответов), средний (8 правильных ответов) и высокий (10 правильных ответов) уровень знаний.

1. Если спички отсырели:

- потрите их о лезвие ножа;
- потрите их о мочку уха;
- потрите их о волосы.

2. В походной аптечке нужно:

- лейкопластырь;
- уголь активированный;
- марганцовка;
- бинт и вата;
- аспирин;
- но-шпа.

3. В ремнабор нужно:

- ножницы;
- игла с ниткой;
- карандаши;
- изолента;
- веревка;
- булавка.

4. При укладке рюкзака вещи, необходимые в первую очередь, должны быть:

- внизу;
- наверху;
- на себе.

5. При возникновении боли в желудке:

- ложитесь животом вверх;
- интенсивно массируйте мышцы живота;

- пейте как можно больше теплой воды.

6. Узел ПРЯМОЙ служит для связывания веревок:

- одного диаметра;

- разного диаметра;

7. Какой узел вяжется на усах самостраховки?

- проводник;

- восьмерка;

- грепвайн;

8. Если вы отстали от группы в походе нужно?

- выбираться самостоятельно;

- дожидаться помощи на том же месте;

9. Ориентироваться на местности можно по:

- солнцу;

- деревьям;

- рекам;

10. Старт на картах спортивного ориентирования обозначается:

- треугольником;

- кружком;

- квадратом.

### **Вопросы текущего контроля по программе «Туризм и краеведение»**

Инструкция к тесту: На выполнение теста дается ровно 20 мин. Не задерживайтесь слишком долго над одним заданием. Быть может, вы находитесь на ложном пути и лучше перейти к следующей задаче. Но и не сдавайтесь слишком легко; большинство заданий поддается решению, если вы - проявите немного настойчивости.

Ответ на задание состоит из правильных утверждений, которые вам необходимо написать на отдельном листе, не забывайте указывать номер вопроса.

Примечания: Отвечая на вопросы, вы можете показать низкий (5 правильных ответов), средний (8 правильных ответов) и высокий (10 правильных ответов) уровень знаний.

1. Назовите направления спортивного туризма?

2. Назовите основные виды переправ?

3. Перечислите основные узлы, используемые в туризме?

4. Перечислите виды снаряжения?

5. Назовите естественные препятствия в пешеходном туризме?

6. Перечислите способы отметки КП?
7. Правила переноса пострадавшего?
8. Категории сложности спортивных походов?
9. Способы определения азимута на местности?
10. Какие должности в походной группе вы знаете?

### **Викторина «Карта»**

1. Как называется изображение Земли на плоскости?
2. Чем чаще пользуются: картой или глобусом?
3. Каков преимущественно масштаб географических карт?
4. Что означает зелёный цвет на топографических планах и физических картах?
5. Каждая карта имеет список всех условных знаков – это так называемая...
6. Какие карты называются контурными?
7. Какой процесс называется генерализацией?
8. Приведите примеры карт по содержанию.
9. Чем необычна хранящаяся в Эрмитаже карта России?
10. Карта является важнейшим источником, чего ...?

**Ответы:**

1. Карта
2. Картой
3. Крупный
4. На плане – поля, заросли. На картах – равнины, низменности.
5. Легенда карты.
6. Карты, на которых ничего не отмечено, а дети сами рисуют.
7. Отбор самых главных и важных объектов для карты.
8. Тематические, общегеографические, контурные.
9. Самая крупномасштабная. Практически все объекты России на ней отмечены.
10. Знаний.

### **Викторина «Медицина»**

**Инструкция:** В таблице с названиями лечебных препаратов в пустых клетках проставьте номера из следующей таблицы, указывающие назначение и область применения указанных препаратов.

**Ответы:** 6, 3, 4, 8, 1, 2, 10, 7, 9, 11.

№	Название препарата	№	Назначение, область применения
---	--------------------	---	--------------------------------

1	Анальгин, баралгин	1	Противоожоговое
2	Валидол	2	Жаропонижающее, противовоспалительное
3	Лейкопластырь, бинт	3	Сердечно – сосудистое
4	Перекись водорода 3%	4	Перевязочное
5	Облепиховое масло	5	Седативное (успокоительное)
6	Аспирин, парацетамол	6	Обезболивающее
7	Уголь активированный	7	Антисептическое (при боли в горле)
8	Фурацилин, фарингосепт	8	Антисептическое
9	Скипидарная мазь	9	Согревающее
10	Нашатырный спирт	10	Адсорбирующее (при пищевом отравлении)
		11	Возбуждающее (при обмороке)
		12	Мочегонное
		13	Общеукрепляющее
		14	Антигистаминное (противоаллергическое)

### Викторина «Питание»

Инструкция: В пустых клетках пометить продукты, запрещённые к употреблению в детском многодневном летнем туристическом походе.

Ответы: 1, 2, 4, 5, 8, 9.

№	Название продукты	Отметка отвечающего
1	Салаты	
2	Варёные колбасы	
3	Шоколад, мёд	
4	Сметана, творог	
5	Грибы	
6	Консервированные продукты	
7	Сыр	
8	Кондитерские изделия с кремом	
9	Пища, оставшаяся от предыдущего приёма	
10	Масло сливочное	

### Викторина «Снаряжение»

Группа туристов заблудилась в лесном заболоченном районе. Холодная дождливая осень. До населённого пункта 100- 150 км.

Задача: принять решение о степени важности и нужности того или иного

элемента снаряжения. Пронумеровать снаряжение в порядке снижения значимости.

Ответы: 2, 3, 4, 10, 8, 1, 7, 9, 6, 5.

№	Снаряжение	№ значимости
1	Компас	
2	Спички	
3	Топор	
4	Спальный мешок	
5	Фонарь	
6	Карта местности	
7	Палатка	
8	Полиэтилен	
9	Котелок	
10	Продукты	

## 2.5. Методические материалы

Методы обучения: индивидуальное и дифференцированное обучение.

Программа обеспечена методической литературой, картами местности, спортивными картами, контрольными карточками, нормативами и разрядными требованиями.

Для работы над программой имеются технические средства: палатки, спальные мешки, коврики, компасы, страховочные системы и карабины, веревки для наведения переправ, костровое оборудование. При реализации программы полученные знания позволяют обучающимся лучше ориентироваться в условиях социальной среды, а также в экстремальных условиях пригородной среды, значительно расширят кругозор, углублят знания и представление об окружающем мире.

Для успешного учебно-воспитательного процесса и полной реализации программы имеются:

- планы-конспекты каждого занятия;
- методические сборники и литература по данному направлению;
- схемы и таблицы для учебных занятий;
- карты леса и лесопарков,
- зон массового отдыха и прилегающих к ним участков лесного массива;
- нормативные документы по спортивному ориентированию, спортивному туризму (правила соревнований, разрядные квалификационные требования);
- тестовые задания и упражнения по всем модулям программы;
- раздаточный материал (карточки, бланки тестовых заданий);

## **Педагогические технологии.**

При реализации программы используются следующие педагогические технологии:

- технология группового обучения;
- для организации совместных действий, коммуникаций, общения, взаимопонимания и взаимопомощи;
- технология дифференцированного обучения – применяются задания различной сложности в зависимости от интеллектуальной подготовки обучающихся;
- технология эдьютеймент – для воссоздания и усвоения обучающимися изучаемого материала, общественного опыта и образовательной деятельности;
- технология проблемного обучения – для творческого усвоения знаний, поэтапного формирования умственных действий, активизации различных операций мышления;
- технология проектной деятельности - для развития исследовательских умений; достижения определенной цели; решения познавательных и практических задач; приобретения коммуникативных умений при работе в группах;
- информационно-коммуникационные технологии – применяются для расширения знаний, выполнения заданий, создания и демонстрации презентаций на занятиях, проведения диагностики и самодиагностики.

## **III. Список литературы**

1. Веткин В. А. Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности / В. А. Веткин. – М. : Советский спорт, 2014 – 208 с. : ил.
2. Воронов Ю. С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков: Учеб. пособие. - М.: ФСО РФ, 1998.
3. Ильичев А. А. Популярная энциклопедия выживания. - 2-е изд., исп., доп. и перераб. - М.: ЗАО «Изд-во ЭКСМО-Пресс», 2000.
4. Константинов Ю. С, Куликов В. М. Педагогика школьного туризма: Учебно-метод, пособие. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
5. Константинов Ю. С. Туристские слеты и соревнования учащихся: Учебно-метод, пособие. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
6. Кошельков С. А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М.: ЦДЮТур МОРФ, 1997.

7. Нормативно-правовые основы, регулирующие деятельность учреждений дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности, расположенных на территории РФ: Сб. документов Минобразования и Госкомспорта России. — М.: Минобразования, 1995.
8. Нурмимаа В. Спортивное ориентирование / Сокр. пер. с фин. Р. И. Сюкияйнена. -М.: ФСО, 1997.
9. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. Методические рекомендации. М.; ЦРИБ “Турист”, 1976.
10. Правила соревнований по спортивному ориентированию. -М.: Федерация спортивного ориентирования РФ, 1995.
11. Правила соревнований по спортивному туризму. 2008 год
12. Рекомендациями учебного центра Федерации горнолыжного спорта и сноуборда России, 2003.
13. Скалолазание. Правила соревнований. Федерация скалолазания, 2006 год
14. Спортивный туризм: Учеб, пособие / Под ред. С. П. Евсеева, Ю. Н. Федотова. - СПб. СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1999.
15. Топография и ориентирование в туристском путешествии. /В.М.Куликов, Ю.С.Константинов, учебное пособие. М: 2002 г.
16. Туризм и спортивное ориентирование: Учеб, для институтов и техникумов физической культуры / Сост. В. И. Ганопольский. - М.: Физкультура и спорт, 1987.
17. Условные знаки топографических карт.
18. Усыткин Г. С. В классе, в парке, в лесу: Игры и соревнования юных туристов. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
19. Федотов Ю. Н., Востоков И. Н. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник / Под общ. ред. Ю. Н. Федотова. - М.: Советский спорт, 2002.
20. Физическая тренировка в туризме: Метод, рекомендации. -М: ЦРИБ «Турист», 1989.
21. Шимановский В. Ф., Ганопольский В. И. Питание в туристском походе. - М.: Профиздат, 1986.
22. Школа альпинизма. М., “Физкультура и Спорт”, 1989.
23. Энциклопедия психологических тестов / Сост. С. А. Касьянов. - М.: ЗАО «Изд-во»
24. [http://skitalets.ru/books/plehko\\_sabaneeva/index.htm](http://skitalets.ru/books/plehko_sabaneeva/index.htm)
25. <http://lib.ru/TURIZM/oldways/>
26. <http://lib.ru/TURIZM/nabajdarke.txt>

27. [http://turizm.lib.ru/j/jurin\\_walentin\\_ewgenxewich/wwsolfeggio.shtml](http://turizm.lib.ru/j/jurin_walentin_ewgenxewich/wwsolfeggio.shtml)
28. <http://www.equipme.ru/info/66.html>

**Литература, рекомендуемая для детей и родителей по данной программе:**

1. Воронов Ю. С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков: Учеб.пособие. - М.: ФСО РФ, 1998.
2. Ильичев А. А. Популярная энциклопедия выживания. - 2-е изд., испр., доп. и перераб. - М.: ЗАО «Изд-во ЭКСМО-Пресс», 2000.
3. Комплект плакатов по топографии.
4. Петровский В.И. Первая медицинская помощь. Популярная энциклопедия. М., «Большая Российская энциклопедия» 1994.
5. Правила соревнований по спортивному ориентированию. -М.: Федерация спортивного ориентирования РФ, 1995.
6. Правила соревнований по спортивному туризму. 2008 год
7. Скалолазание. Правила соревнований. Федерация скалолазания, 2006 год
8. Справочник спасателя. МЧС России, 1997.
9. Топография и ориентирование в туристском путешествии. /В.М.Куликов, Ю.С.Константинов, учебное пособие. М: 2002 г.
10. Условные знаки топографических карт.
11. Шимановский В. Ф., Ганопольский В. И. Питание в туристском походе. - М.: Профиздат, 1986.

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей юношества» г.Грязи Грязинского  
муниципального района Липецкой области**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного курса «Введение мир туризма»**  
**на 2025 -2026 учебный год**

Составила: Чапурина Мария Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования

Грязи-2025 год

## **1. Пояснительная записка**

### **Цель:**

- обучение умениям и навыкам по основам туристической деятельности;
- формирование представления о правилах поведения в природе, во время походов;
- воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, взаимопомощи;

### **Задачи:**

- овладение основными навыками и умениями туристической деятельности
- формирование основ здорового образа жизни
- развитие классного коллектива, лидерских способностей у детей.

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности

организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

- Федеральный закон от 13.07.2020 г. «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
  - Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
  - Устав МБУ ДО ЦРТДЮ;
  - Календарный учебный график МБУ ДО ЦРТДЮ на 2025-2026 учебный год;
  - Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеразвивающих программ МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»;
- 
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ЦРТДЮ.

## **2. Календарно-тематический план учебного модуля «Введение в мир туризма»**

№ п/ п	Тема занятия	Количество часов		Дата проведения	
		теория	практика	по плану	по факту
1	Организационное занятие. Врачебный контроль и самоконтроль. История развития туризма	1		05.09.2025	
2	Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны.	1		05.09.2025	
3	Организация туризма в Липецкой области	1		07.09.2025	
4	История края, памятные исторические места, памятники природы.	1		07.09.2025	
5	Аттестация по модулю «Введение в туризм»		1	12.09.2025	

### **3. Планируемый уровень подготовки обучающихся по окончании учебного модуля «Введение в мир туризма»**

Программа направлена на достижение обучающимися следующих результатов:

**-иметь представление:**

- о понятиях «туризм» и «краеведение»,
- об ориентировании по местным признакам,
- о специальном туристском снаряжении.

**должны знать**

- правила поведения на занятиях туризмом,
- виды костров,
- правила укладки рюкзака.

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей юношества» г.Грязи Грязинского  
муниципального района Липецкой области**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебного курса «Туристский поход»  
на 2025 -2026 учебный год**

Составила: Чапурина Мария Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования

Грязи-2025 год

## **1. Пояснительная записка**

### **Цель:**

- обучение умениям и навыкам по основам туристической деятельности;
- формирование представления о правилах поведения в природе, во время походов;
- воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, взаимопомощи;

### **Задачи:**

- овладение основными навыками и умениями туристической деятельности
- формирование основ здорового образа жизни
- развитие классного коллектива, лидерских способностей у детей.

2. Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности

организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

- Федеральный закон от 13.07.2020 г. «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Устав МБУ ДО ЦРТДЮ;
- Календарный учебный график МБУ ДО ЦРТДЮ на 2025-2026 учебный год;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеразвивающих программ МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ЦРТДЮ.

## **2 Календарно-тематический план учебного модуля «Туристский поход»**

№ п/п	Тема занятия	Количество часов		Дата проведения	
		теория	практика	по плану	по факту
1-2	Личное снаряжение	1	1	12.09.2025 14.09.2025	
3-4	Групповое снаряжение	1	1	14.09.2025 19.09.2025	
5-6	Специальное снаряжение	1	1	19.09.2025 21.09.2025	
8	Основные понятия спортивного туризма на пешеходных дистанциях	1		21.09.2025	
9	Специальное снаряжение для спортивного туризма на пешеходных дистанциях	1		26.09.2025	
10-11	Вязка узлов	1	1	26.09.2025 28.09.2025	

12-13	Подбор снаряжения для похода и соревнований.	1	1	28.09.2025 03.10.2025	
14-15	Личное снаряжение	1	1	03.10.2025 05.10.2025	
16-17	Групповое снаряжение	1	1	05.10.2025 10.10.2025	
18-19	Вязка узлов	1	1	10.10.2025 12.10.2025	
20-21	Требования к бивакам. Устройство и оборудование бивака.	1	1	12.10.2025 17.10.2025	
22-23	Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.	1	1	17.10.2025 19.10.2025	
24-25	Типы костров. Разведение костров.	1	1	19.10.2025 24.10.2025	
26	Вязка узлов		1	24.10.2025	
27	Правила соревнований по спортивному туризму на пешеходных дистанциях	1		26.10.2025	
28-29	Соревнования по спортивному туризму (дистанция пешеходная – личная)		2	26.10.2025 31.10.2025	
30-31	Растопка для костра, ее заготовка и хранение.		2	31.10.2025 02.11.2025	
32-33	Первенство города по спортивному ориентированию		2	02.11.2025 07.11.2025	
34	Изготовление укрытий от дождя, ветра и т.п		1	07.11.2025	
35-36	Виды и классы дистанций	1	1	09.11.2025 09.11.2025	
37	Системы оценки. Таблицы штрафов	1		14.11.2025	
38-39	Естественные и искусственные препятствия.	1	1	14.11.2025 16.11.2025	
40	Распределение и выполнение должностных обязанностей между членами туристской группы.		1	16.11.2025	
41	Тушение костров и охрана природы		1	21.11.2025	
42-43	Знакомство с понятиями:	1	1	21.11.2025	

	«дистанция», «технический этап», «время работы на этапе», «контрольное время», «рабочая зона», «опасная зона».			23.11.2025	
44-45	Технические этапы дистанций первого класса: характеристика и параметры этапов, способы прохождения.	1	1	23.11.2025 28.11.2025	
46-47	Переправа вброд с самостраховкой на судейских перилах	1	1	28.11.2025 30.11.2025	
48-49	Значение правильного питания в походе.	1	1	30.11.2025 05.12.2025	
50-51	Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках	1	1	05.12.2025 07.12.2025	
52-53	Питьевой режим на маршруте.	1	1	07.12.2025 12.12.2025	
54-55	Переправа по бревну с самостраховкой на судейских перилах	1	1	12.12.2025 14.12.2025	
56-57	Переправа по параллельным перилам с самостраховкой на судейских перилах	1	1	14.12.2025 19.12.2025	
58-59	Вертикальный маятник с самостраховкой	1	1	19.12.2025 21.12.2025	
60-61	Два варианта организации питания в однодневном походе	1	1	21.12.2025 26.12.2025	
62-63	Общая характеристика естественных препятствий	1	1	26.12.2025 28.12.2025	
64-65	Отработка техники движения по дорогам (шоссе)		2	28.12.2025 09.01.2026	
66-67	Завалы	1	1	09.01.2026 11.01.2026	
68-69	Подъем с самостраховкой на судейских перилах и спортивным способом	1	1	11.01.2026 16.01.2026	
70-71	Спуск с самостраховкой на судейских перилах и спортивным способом	1	1	16.01.2026 18.01.2026	
72-73	Траверс с самостраховкой на судейских перилах	1	1	18.01.2026 23.01.2026	

74-75	Заболоченность	1	1	23.01.2026 25.01.2026	
76-77	Движение по пересеченной местности.	1	1	25.01.2026 30.01.2026	
78-79	Движение в лесу <b>Аттестация по модулю «Туристский поход»</b>	1	1	30.01.2026 01.02.2026	

### **3.Планируемый уровень подготовки обучающихся по окончании учебного модуля «Туристский поход»**

Программа направлена на достижение обучающимися следующих результатов:

**должны знать:**

- отдельные аспекты истории, географии и культуры родного края;
- освоить основы экологической грамоты и поведенческих принципов человека в живой природе.

**должны уметь:**

- ориентироваться на местности при помощи карты, компаса, естественных и местных признаков;

- выбирать место и обустраивать бивак, решать бытовые задачи;

**должны овладеть навыками:**

- преодоления естественных препятствий; выполнения эколого-туристских норм и правил поведения;

- самостоятельно планировать, контролировать и оценивать свою деятельность;

- работать с различными источниками информации;

- стремление к здоровому образу жизни и активному пониманию окружающего мира;

- чувство гордости за свою малую родину, родной край;

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей юношества» г.Грязи Грязинского  
муниципального района Липецкой области**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебного курса «Дистанция пешеходная»  
на 2025 -2026 учебный год**

Составила: Чапурина Мария Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования

Грязи-2025 год

## **1.Пояснительная записка**

### **Цель:**

- обучение умениям и навыкам по основам туристической деятельности;
- формирование представления о правилах поведения в природе, во время походов;
- воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, взаимопомощи;

### **Задачи:**

- овладение основными навыками и умениями туристической деятельности
- формирование основ здорового образа жизни
- развитие классного коллектива, лидерских способностей у детей.

Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности

организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

- Федеральный закон от 13.07.2020 г. «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Устав МБУ ДО ЦРТДЮ;
- Календарный учебный график МБУ ДО ЦРТДЮ на 2025-2026 учебный год;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеразвивающих программ МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ЦРТДЮ.

## **2. Календарно-тематический план учебного модуля**

### **«Дистанция пешеходная»**

№ п.п	Тема занятия	Количество часов		Дата проведения	
		теория	практика	по плану	по факту
1-2	Подъем, спуск, траверс с альпенштоком	1	1	01.02.2026 06.02.2026	
3-4	Сопровождение, членок	1	1	06.02.2026 08.02.2026	
5-6	Работа на дистанции без разрыва самостраховки	1	1	08.02.2026 13.02.2026	
7-8	Зальная дистанция	1	1	13.02.2026 15.02.2026	
9-10	Дистанция пешеходная личная	1	1	15.02.2026 20.02.2026	
11-12	Навесная переправа	1	1	20.02.2026 27.02.2026	
13-14	Дистанция пешеходная связка	1	1	27.02.2026 01.03.2026	
15-16	Дистанция пешеходная группа	1	1	01.03.2026 06.03.2026	
17-18	Дистанция пешеходная	1	1	06.03.2026	

	Аттестация по модулю «Дистанция пешеходная»			13.03.2026	
--	--	--	--	------------	--

### **3.Планируемый уровень подготовки обучающихся по окончании учебного модуля «Дистанция пешеходная»**

Программа направлена на достижение обучающимися следующих результатов:

**должны знать:**

- виды и значение туризма;
- отдельные аспекты истории, географии и культуры родного края;

**должны уметь:**

- ориентироваться на местности при помощи карты, компаса, естественных и местных признаков;
- пользоваться личным и групповым снаряжением;
- участия в туристских походах;
- соблюдения правил техники безопасности;
- позитивно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в учебно-тренировочных походах;
- конструктивно решать конфликтные ситуации.
- поведение, основанное на общечеловеческих ценностях: семья, здоровье, коллектив, дружба;
- доброжелательное отношение к окружающим людям

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей юношества» г.Грязи Грязинского  
муниципального района Липецкой области**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного курса «Безопасность в походе»**  
на 2025 -2026 учебный год

Составила: Чапурина Мария Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования

Грязи-2025 год

## **1.Пояснительная записка**

### **Цель:**

-приобретение базовых знаний, умений и навыков по спортивному туризму, краеведению и безопасному пребывания в природной среде, применение на практике методов топографии и ориентирования;

-ознакомление с основными правилами соревнований по спортивному туризму.

### **Задачи:**

-формирование бережного отношения к окружающей среде и любви к природе;

□

-формирования позитивных жизненных ценностей и активной гражданской позиции; □

- формирование навыков работы в команде, развитие коммуникативной сферы при реализации коллективной деятельности; □

-формирование потребности в здоровом образе жизни через привлечение детей к активному образу жизни.

### **2.Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральный закон от 13.07.2020 г. «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Устав МБУ ДО ЦРТДЮ;
- Календарный учебный график МБУ ДО ЦРТДЮ на 2025-2026 учебный год;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеразвивающих программ МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ЦРТДЮ.

## **2 Календарно-тематический план учебного модуля «Безопасность в походе»**

№ п.п	Тема занятия	Количество часов		Дата проведения	
		теория	практика	по плану	по факту
1-2	Опасности в походе	1	1	13.03.2026 15.03.2026	
3	Состав походной аптечки	1		15.03.2026	
4	Формирование походной аптечки	1		20.03.2026	
5	Правила поведения и поездок на транспорте	1		20.03.2026	
6	Техника безопасности при проведении походов	1		22.03.2026	
7-8	Воспитание сознательной дисциплины <b>Аттестация по модулю «Безопасность в походе»</b>	1	1	22.03.2026 27.03.2026	

### **3.Планируемый уровень подготовки обучающихся по окончании учебного модуля «Безопасность в походе»**

Программа направлена на достижение обучающимися следующих результатов:

**должны знать:**

- виды и значение туризма;
- отдельные аспекты истории, географии и культуры родного края;

**должны уметь:**

- ориентироваться на местности при помощи карты, компаса, естественных и местных признаков;
- пользоваться личным и групповым снаряжением;
- участия в туристских походах;
- соблюдения правил техники безопасности;
- позитивно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в учебно-тренировочных походах;
- конструктивно решать конфликтные ситуации.
- поведение, основанное на общечеловеческих ценностях: семья, здоровье, коллектив, дружба;
- доброжелательное отношение к окружающим людям

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей юношества» г.Грязи Грязинского  
муниципального района Липецкой области**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**учебного курса «Спортивное ориентирование»**  
на 2025 -2026 учебный год

Составила: Чапурина Мария Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования

Грязи-2025 год

## **1.Пояснительная записка**

### **Цель:**

-приобретение базовых знаний, умений и навыков по спортивному туризму, краеведению и безопасному пребывания в природной среде, применение на практике методов топографии и ориентирования;

-ознакомление с основными правилами соревнований по спортивному туризму.

### **Задачи:**

-формирование бережного отношения к окружающей среде и любви к природе;

□

-формирования позитивных жизненных ценностей и активной гражданской позиции; □

- формирование навыков работы в команде, развитие коммуникативной сферы при реализации коллективной деятельности; □

-формирование потребности в здоровом образе жизни через привлечение детей к активному образу жизни.

### **2.Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
- Федеральный закон от 13.07.2020 г. «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Устав МБУ ДО ЦРТДЮ;
- Календарный учебный график МБУ ДО ЦРТДЮ на 2025-2026 учебный год;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных обще развивающих программ МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ЦРТДЮ.

## **2 Календарно-тематический план учебного модуля «Спортивное ориентирование»**

№ п.п	Тема занятия	Количество часов		Дата проведения	
		теория	практика	по плану	по факту
1-2	Значение топографических карт для туристов	1	1	27.03.2026 29.03.2026	
3-4	Масштаб. Виды масштаба.	1	1	29.03.2026 03.04.2026	
5-6	Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты.	1	1	03.04.2026 05.04.2026	
7-8	Понятие о местных предметах и топографических знаках.	1	1	05.04.2026 10.04.2026	
9-10	Изучение топознаков по группам.	1	1	10.04.2026 12.04.2026	
11-12	Основные направления на стороны горизонта	1	1	12.04.2026 17.04.2026	
13-14	Компас. Типы компасов	1	1	17.04.2026	

				19.04.2026	
15-16	Определение азимута	1	1	19.04.2026 24.04.2026	
17-18	Движение по азимуту, его применение	1	1	24.04.2026 26.04.2026	
19-20	Способы измерения расстояний на местности и на карте	1	1	26.04.2026 15.05.2026	
21	Глазомерный способ измерения расстояния		1	15.05.2026	
22-23	Оценка пройденных расстояний по затраченному времени	1	1	17.05.2026 17.05.2026	
24-25	Ориентирование с помощью карты в походе	1	1	22.05.2026 22.05.2026	
26-27	Движение по легенде (с помощью подробного описания пути)	1	1	24.05.2026 24.05.2026	
28-29	Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте	1	1	29.05.2026 29.05.2026	
30	Ориентирование по местным предметам	1		31.05.2026	
31-32	Действия в случае потери ориентировки <b>Аттестация по модулю «Спортивное ориентирование»</b>	1 1	1	31.05.2026 05.06.2026	

### **3.Планируемый уровень подготовки обучающихся по окончании учебного модуля «Безопасность в походе»**

Программа направлена на достижение обучающимися следующих результатов:

**должны знать:**

- виды и значение туризма;
- отдельные аспекты истории, географии и культуры родного края;

**должны уметь:**

- ориентироваться на местности при помощи карты, компаса, естественных и местных признаков;
- пользоваться личным и групповым снаряжением;
- участия в туристских походах;
- соблюдения правил техники безопасности;
- позитивно взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в учебно-тренировочных походах;
- конструктивно решать конфликтные ситуации.

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей юношества» г.Грязи Грязинского  
муниципального района Липецкой области**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
учебного курса «Физическая подготовка»  
на 2025 -2026 учебный год**

Составила: Чапурина Мария Геннадьевна,  
педагог дополнительного образования

Грязи-2025 г

## **1.Пояснительная записка**

### **Цель:**

-приобретение базовых знаний, умений и навыков по спортивному туризму, краеведению и безопасному пребывания в природной среде, применение на практике методов топографии и ориентирования;

-ознакомление с основными правилами соревнований по спортивному туризму.

### **Задачи:**

-формирование бережного отношения к окружающей среде и любви к природе;

-формирования позитивных жизненных ценностей и активной гражданской позиции;

- формирование навыков работы в команде, развитие коммуникативной сферы при реализации коллективной деятельности;

-формирование потребности в здоровом образе жизни через привлечение детей к активному образу жизни.

### **2.Программа разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовых документов:**

- Федеральный Закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998 г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации 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»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 г. №467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 г. №114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки

качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;

- Федеральный закон от 13.07.2020 г. «О государственном (муниципальном) социальном заказе на оказание государственных (муниципальных) услуг в социальной сфере»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. №678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Устав МБУ ДО ЦРТДЮ;
- Календарный учебный график МБУ ДО ЦРТДЮ на 2025-2026 учебный год;
- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении дополнительных общеразвивающих программ МБУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества»;
- Положение о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации учащихся МБУ ДО ЦРТДЮ.

## **2 Календарно-тематический план учебного модуля «Физическая подготовка»**

№ п.п	Тема занятия	Количество часов		Дата проведения	
		теория	практика	по плану	по факту
	Соревнования по ориентированию (заданное направление, по выбору, эстафета)	1		07.06.2026	
	ОФП: легкая атлетика		1	07.06.2026	
	ОФП: всесторонняя физическая подготовка		1	12.06.2026	
	СФП: упражнения на развитие гибкости		1	12.06.2026	
	СФП: упражнения на развитие выносливости		1	14.06.2026	
	ОФП: упражнения для рук и плечевого пояса		1	14.06.2026	
	СФП: упражнения на развитие быстроты		1	19.06.2026	
	Соревнования по спортивному туризму «Туристская среда шагает по стране»		1	19.06.2026	

	СФП: прохождение различных этапов соревнований		1	21.06.2026	
	ОФП: спортивные игры		1	21.06.2026	
	СФП: прохождение дистанции пешеходной – группа. Туристский слет.		1	26.06.2026	
	ОФП: элементы акробатики		1	26.06.2026	
	ОФП: упражнения статические		1	28.06.2026	
	ОФП: работа с гантелями		1	28.06.2026	

### **3.Планируемый уровень подготовки обучающихся по окончании**

#### **учебного модуля«Физическая подготовка»**

Программа направлена на достижение обучающимися следующих результатов:

##### **должны знать:**

- правильно планировать место бивака;
- быстро разводить костер;
- устанавливать и снимать палатку;
- составлять перечень личного и группового снаряжения для похода;
- укладывать рюкзак для однодневного похода;
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу, местным предметам;
- определять азимуты на заданные ориентиры;
- ориентировать карту при помощи компаса;
- определять расстояние по карте;
- оказывать первую доврачебную помощь при потерпостях, порезах, обморожениях, ожогах и других заболеваниях и травмах, типичных для походных условий.

##### **должны уметь :**

- основным причинам возникновения опасных ситуаций и правилам безопасности в походе;
- требованиям, предъявляемым к личному и групповому снаряжению;
- понятию карты и условных знаков карт, масштаба карты;
- правилам пользования компасом;
- основным приемм оказания первой медицинской помощи в полевых условиях;
- приемам профилактики потерпостей, наминов;
- способам транспортировки пострадавшего;
- специфике физической подготовки к туристическим походам;
- основным охраняемым растениям и животным родного края;
- основным правилам поведения на природе.

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Центр развития творчества детей и юношества» г.Грязи  
Грязинского муниципального района Липецкой области**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВОСПИТАНИЯ**  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей  
программе туристско-краеведческой направленности  
**«Основы туризма»**  
на 2025-2026 учебный год

Педагог дополнительного образования  
Чапурина Мария Геннадьевна

## **1. Пояснительная записка**

**Цель воспитания** – создание условий для формирования социально-активной, творческой, нравственно и физически здоровой личности, способной на сознательный выбор жизненной позиции, а также к духовному и физическому самосовершенствованию, саморазвитию в социуме.

**Задачи воспитания** – способствовать развитию личности обучающегося, с позитивным отношением к себе, способного вырабатывать и реализовывать собственный взгляд на мир, развитие его субъективной позиции;

- развивать систему отношений в коллективе через разнообразные формы активной социальной деятельности;
- способствовать умению самостоятельно оценивать происходящее и использовать накапливаемый опыт в целях самосовершенствования и самореализации в процессе жизнедеятельности;
- формировать и пропагандировать здоровый образ жизни.

## **Нормативно-правовая база**

Рабочая программа воспитания для обучающихся детского объединения «Основы туризма» разработана согласно требованиям следующих документов:

- Федеральный закон от 31 июля 2020 года № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Указ Президента РФ от 21 июля 2020 года № 474 «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. №996-р «Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

## **2. Виды, формы, содержание деятельности**

### **Работа с коллективом обучающихся**

Работа с коллективом обучающихся детского объединения нацелена на:

- формирование практических умений по организации органов самоуправления, этике и психологии общения, технологии социального и творческого проектирования;
- обучение умениям и навыкам организаторской деятельности, самоорганизации,

формирование ответственности за себя и других;

- развитие творческого, культурного, коммуникативного потенциала обучающихся в процессе участия в совместной общественно-полезной деятельности;
- содействие формированию активной гражданской позиции;
- воспитание сознательного отношения к труду, к природе, к своему городу.

В календарном плане воспитательной работы эта деятельность отражена в четырёх модулях:

- «Учебное занятие»: включает творческие конкурсы, выставки, фестивали, олимпиады и т.д. различного уровня, в которых примут участие обучающиеся;
- «Детское объединение»: объединяет мероприятия с детским коллективом с учетом специфики обучения (ярмарки, праздники, фестивали, акции, флешмобы, конкурсы, квесты, викторины и интеллектуальные игры, экскурсии, мастер-классы, тренинги, тематические посещения выставок, концертов, фестивалей, мероприятия разного уровня по творческой направленности объединения);
- «Воспитательная среда»: совместная деятельность педагога и обучающихся по этому направлению включает традиционные общие мероприятия в творческом объединении, познавательно-развивающую деятельность (игры, конкурсные программы), праздничные мероприятия, посвященные календарным датам (День Матери, День Учителя, День защитника Отечества, 8 Марта, День Победы и др.);
- «Профилактика»: включает воспитательные мероприятия по обучению школьников основным правилам безопасного поведения в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях (инструктажи, беседы, дидактические игры, игры-тренинги по ТБ, поведению при угрозе ЧС и теракта, правилам пожарной безопасности, поведения на дорогах, в общественных местах, у водоёмов в летнее время, по пропаганде здорового образа жизни, по информационной безопасности в сети и др.).

## **Работа с родителями**

Работа с родителями или законными представителями обучающихся детского объединения осуществляется для более эффективного достижения цели воспитания, которое обеспечивается согласованием позиций семьи и учреждения в данном вопросе, и включает в себя:

- организацию системы индивидуальной и коллективной работы (тематические беседы, собрания, индивидуальные консультации);
- содействие сплочению родительского коллектива и вовлечение родителей в жизнедеятельность детского объединения (организация и проведение открытых занятий в течение учебного года);
- оформление информационных уголков для родителей по вопросам воспитания детей.

Мероприятия этого направления раскрываются в модуле «Работа с родителями» и включают в себя: родительские собрания (организационное, итоговое, тематические), открытые занятия, совместные мастер-классы для родителей, Дни открытых дверей, анкетирование по вопросам образования и воспитания детей в творческом объединении, привлечение к проведению массовых мероприятий (конкурсы, выставки работ, совместные праздники, экскурсии, походы), взаимодействие посредством сайта учреждения, сообщества в социальной сети и др.

### **3. Календарный план воспитательной работы**

Примерный календарный план воспитательной работы  
объединения «Основы туризм » на 2025-2026 учебный год

<b>Модуль</b>	<b>Название мероприятия</b>	<b>Форма проведения</b>	<b>Сроки проведения</b>
<b>Учебное занятие</b>	«Туризм по законам природы»	Воспитательная беседа	Сентябрь
	«По законам туризма»	Интерактивное занятие	Ноябрь
	«Знаешь ли ты свой край? »	Олимпиада	Январь
	«Путешествие – не только удовольствие, но и ответственность»	Практическое занятие с тренингом командной работы	Март
	«Вклад туризма во всеобщий мир и взаимопонимание»	Мастер -класс и обсуждение	Апрель
	«Культура общения и разрешение конфликтов в группе»	Тренинг	Июнь
<b>Детское объединение</b>	«Пора в путь-дорогу»	Викторина	Сентябрь
	«История туризма: с древнейших времен до наших дней»	Беседа	Ноябрь
	«Литературный туризм»	Конкурс стихов	Январь
	«Меню для туриста»	Познавательная игра	Март
	«Задачи и проблемы туризма XXI века»	Диспут	Май
	«Что я с собой возьму в поход »	Своя игра	Июнь

<b>Воспитательная среда</b>	«Вокруг света»	Игра Поле чудес	Сентябрь
	«Столицы мира»	Викторина	Октябрь
	«Туристические фантазии»	Квест- игра	Январь
	«Для тех, кто не привык сидеть на месте»	Экскурсия	Март
	«Походная жизнь в фотографиях»	Выставка фотографий	май
<b>Работа с родителями</b>	«Значение туризма в воспитании и развитии детей»	Родительское собрание	Сентябрь
	«Этика и культура в туризме»	Круглый стол	Декабрь
	«Маленькие туристы»	Квиз- игра	Март
	"Готовимся к походу".	Родительское собрание	Июнь
<b>Профилактика</b>	«Безопасность туриста – в руках туриста»	Беседа	Сентябрь
	Техника безопасности и охрана труда при проведении туристских походов и экспедиций, загородных экскурсий	Инструктаж	В течении года
	«Безопасность детей в туристических поездках»	Инструктаж	Декабрь
	«Безопасное поведение в туристических походах»	Диспут	Апрель

#### **4. Планируемые результаты реализации программы воспитания**

Планируемые результаты реализации программы воспитания:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать помощь членам коллектива, находить с ними общий язык и общие

интересы.

## **5. Оценка результативности реализации рабочей программы воспитания**

Критерием, на основе которого осуществляется анализ оценки воспитания, социализации и саморазвитие обучающихся, является динамика личностного развития обучающегося творческого объединения «Основы туризма». Положительная динамика уровня воспитанности и образовательных результатов обучающихся анализируется по результатам участия в конкурсах, соревнованиях, фестивалях, проектах, а также на основе мониторинга посещения занятий, отсутствия случаев правонарушений среди несовершеннолетних.

Внимание педагога уделяется следующим вопросам:

- какие проблемы личностного развития обучающихся удалось решить за учебный год;
- какие проблемы решить не удалось и почему;
- какие новые проблемы появились, над чем далее предстоит работать.

Результаты выполнения программы, изменения личностного развития обучающихся оцениваются с помощью методик «Сам себе психолог», «Изучение социализированности личности обучающегося».

### **Метод «Сам себе психолог»**

Обучающемуся требуется составить свой психологический портрет, что позволит ему научиться понимать себя, свои особенности, почувствовать собственную индивидуальность, подробнее разобраться в себе и своём отношении к миру, проникнуться чувством собственного достоинства.

### **За что меня ценят? Возможные варианты ответов**

Друзья

Педагоги

Родители

Добродушие

Ответственность

Сила воли и др.

### **За что меня можно критиковать? Возможные варианты ответов**

Друзьям

Педагогам

Родителям

Непунктуальность

Невнимательность

Лень и др.

### **Метод «Изучение социализированности личности обучающегося»:**

Методика позволяет выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности учащихся.

В ходе опроса обучающимся предлагается прочитать (прослушать) 20 суждений и педагогу оценить степень их согласия с содержанием вопросов по следующей

шкале:

- 4 – всегда
- 3 – почти всегда
- 2 – иногда
- 1 – очень редко
- 0 – никогда

1. Стараюсь слушать во всём своих педагогов и родителей.
2. Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других.
3. За чтобы я не взялся – добиваюсь успеха.
4. Я умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать также, как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать людям добро – это главное в жизни.
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. Общаюсь с товарищами, отстаиваю своё мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.
12. Мне нравится помогать другим.
13. Мне хочется, чтобы со мной все дружили.
14. Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться.
15. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
16. Переживаю неприятности других, как свои.
17. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
18. Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие.
19. Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца.
20. Стараюсь защищать тех, кого обижают.

Динамика личностного развития обучающегося творческого объединения также прослеживается и выражается в табличной форме.

### Таблица педагогического мониторинга воспитанности обучающегося

Объединение \_\_\_\_\_

ПДО \_\_\_\_\_

Ф.И. ребёнка \_\_\_\_\_

Возраст обучающегося 12-15 лет						
Воспитательные компоненты	Признаки проявления воспитанности				Оценка воспитанности	
	Ярко выражен	Проявляются	Слабо выражены	Не проявля	Начал о года	Конец года

	ы 3 балла	2 балла	1 балл	ются 0 баллов		
Правовое воспитание и культура безопасности	- владеет навыками безопасности; - имеет представление об информационной безопасности, о влиянии на безопасность молодых людей отдельных молодёжных субкультур					
Коммуникативная культура	- имеет представление о современных средств коммуникации и безопасности общения, ценностных представлений о родном языке, его особенностях и месте в мире					
Социокультурное и медиакультурное воспитание	- имеет представление о таких понятиях как «толерантность», «миролюбие», «гражданское согласие», «Социальное партнёрство»; - развит опыт противостояния таким явлениям, как «социальная агрессия», «межнациональная рознь», «экстремизм», «фанатизм»					
Культуротворческое и эстетическое воспитание	- имеет представление о своей роли и практический опыт в производстве культуры и культурного продукта; - знает об эстетических идеалах и ценностях; - имеет собственные эстетические предпочтения; - развиты индивидуальные творческие способности					
Экологическое воспитание	- ценностно относится к природе и окружающей среде; - знает основы экологической культуры; - владеет навыками безопасного поведения в природной и техногенной сфере					
Воспитание семейных ценностей	- имеет ценностные представления об институте семьи, о семейных ценностях, традициях культуре семейной жизни					
Гражданско-патриотическое воспитание	- имеет нравственно-ценостные представления о любви к России, народам Российской Федерации, к своей малой родине, о долге, чести и достоинстве в контексте отношения к Отечеству, к согражданам, к семье					
Интеллектуаль	- знает о содержании, ценности и					

ное воспитание	безопасности современного информационного пространства		
Нравственное и духовное воспитание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знает о духовных ценностях народов России, об истории развития и взаимодействия национальных культур;</li> <li>- владеет набором компетенций, связанных с усвоением ценности многообразия и разнообразия культур, с восприятие ценности терпимости и партнёрства в процессе освоения и формирования единого культурного пространства</li> </ul>		
Здоровьесберега ющее воспитание	<ul style="list-style-type: none"> <li>- сформированы основы культуры здорового образа жизни;</li> <li>- имеет ценностные представления о физическом здоровье;</li> <li>- знает о ценности духовно и нравственного здоровья;</li> <li>- сформированы навыки сохранения собственного здоровья;</li> <li>- использует здоровьесберегающие технологии в процессе обучения;</li> <li>- имеет представление о ценности занятий физической культурой спортом</li> </ul>		
Воспитание положительного отношения к труду и творчеству	<ul style="list-style-type: none"> <li>- использует практический опыт трудовой и творческой деятельности;</li> <li>- сформированы компетенции, связанные с процессом выбора будущей профессиональной подготовки и деятельности, с процессом определения и развития индивидуальных способностей и потребностей в сфере труда и творческой деятельности;</li> <li>- сформированы лидерские качества;</li> <li>- развиты организаторские способности;</li> <li>- умеет работать в группе, коллективе;</li> <li>- ответственно относится к трудовой и творческой деятельности</li> </ul>		
<b>Итого</b>			

По каждому показателю в диагностике сформулированы уровни воспитанности для обучающихся (от высокого до низкого уровня).

**Уровни воспитанности для обучающихся 12-15 лет**

Не проявляются/слабо выражены (низкий уровень) – от 0 до 15 баллов.

Проявляются (средний уровень) – от 16 до 27 баллов.

Яро выражены – от 28 до 33 баллов