

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КУЗБАССА  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«КУЗБАССКИЙ ЦЕНТР «ДОМ ЮНАРМИИ»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 03 июня 2024 г.  
Протокол №2



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности

**«Туристы Кузбасса»**

Для обучающихся: 15 -17 лет

Срок реализации 5 дней

Уровень освоения – стартовый



Разработчик: Павлов Максим  
Сергеевич, педагог  
дополнительного  
образования

г. Кемерово, 2024 г.

## РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК

### 1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Туристы Кузбасса» (далее – Программа) реализуется в рамках модели «Станция туризма» мероприятия по созданию новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеразвивающих программ всех направленностей регионального проекта, обеспечивающего достижение целей, показателей и результата Федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

Программа разработана в соответствии с действующими нормативно-правовыми документами:

Нормативно-правовое обеспечение разработки и реализации Программы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон РФ от 24.07.1998г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
- Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года N 678-р «О Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
- Федеральный закон от 28.03.1998 № 53-ФЗ (с изм. и доп.) «О воинской обязанности и военной службе»;
- Указ Президента Российской Федерации от 31 декабря 2015 года № 68 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 31.12.1999 г.1441(в ред. Постановления Правительства РФ от 15.06.2009 № 481) «Об утверждении Положения о подготовке граждан Российской Федерации к военной службе»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 3 февраля 2010 г. № 134 - р «Об утверждении Концепции федеральной системы подготовки граждан РФ к военной службе на период до 2024 г.» (с изменениями и дополнениями);
- Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07 декабря 2018 г., протокол № 3);

– Приказ Министерства обороны РФ и Министерства образования и науки РФ от 24 февраля 2010 г. № 96/134 «Об утверждении Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах»;

– Приказ министра обороны Российской Федерации от 15 октября 2014 г. № 745 «Об утверждении порядка взаимодействия органов военного управления соединений, воинских частей и организаций Вооруженных Сил Российской Федерации при организации и проведении мероприятий по военно-патриотическому воспитанию граждан Российской Федерации».

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020г. N 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

– Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее- Целевая модель);

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Приложение к письму Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242);

– Методические рекомендации по формированию механизмов обновления содержания, методов и технологий обучения в системе дополнительного образования детей, направленных на повышение качества дополнительного образования детей, в том числе включение компонентов, обеспечивающих формирование функциональной грамотности и

компетентностей, связанных с эмоциональным, физическим, интеллектуальным, духовным развитием человека, значимых для вхождения Российской Федерации в число десяти ведущих стран мира по качеству общего образования, для реализации приоритетных направлений научно-технологического и культурного развития страны Минпросвещения России письмо от 29.09.2023 №АБ 3935/06;

– Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

– Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019г. № 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»;

– Устав и локальные нормативные акты образовательной организации, регламентирующие учебный процесс.

**Актуальность программы:** Развитие туризма, в особенности детско-юношеского туризма, является одним из приоритетов современной государственной политики, направленной на решение социально-экономических, рекреационно-оздоровительных, духовно-нравственных, просветительско-образовательных и культурных задач.

Туризм – уникальный вид деятельности, способствующий воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций, что позволяет формировать личность, соответствующую современному национальному воспитательному идеалу, заявленному в Концепции духовно нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

**Отличительные особенности программы:** Особенность данной программы заключается в том, что обучающиеся получают комплексное представление о многогранности спортивного туризма, включающего в себя и маршруты, и дистанции. В результате освоения программы у обучающихся появляется возможность совершенствовать своё спортивное мастерство. Сочетание коллективных действий в спортивной туристской группе на спортивном маршруте или на туристских соревнованиях, воспитывает, как умение жить и работать в коллективе, так и

самостоятельность, умения принимать решения и нести за них индивидуальную ответственность.

**Адресат программы:** программа предполагает занятия с обучающимися 15-17 лет, юношами 10-х классов общеобразовательных организаций Кузбасса. Из обучающихся формируются учебные группы (взводы) до 25 человек в каждом.

**Объем и срок освоения программы:**

Общее количество часов –8, режим занятий –1 или 2 академических часа в день. Занятие длится 40 мин по расписанию. Срок освоения 5 дней.

**Форма обучения** – очная. Программой предусмотрены групповые занятия с обучающимися. При отборе содержания занятий учитываются возрастные и индивидуальные особенности подростков.

**Особенности организации образовательного процесса** Учебные занятия проводятся согласно распорядку дня ВПЦ «Авангард» по расписанию, исходя из количества учебных мест и количества сформированных учебных групп (взводов). Программа предусматривает следующие формы организации учебных занятий и формы организации учебной деятельности: аудиторные - теоретические и практические на местности.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** расширение знаний, обучающихся в области туризма и подготовка к проведению познавательных и безаварийных путешествий и походов.

### **Задачи**

**Предметные (образовательные):**

- сформировать знания о технике и тактике пешеходного, туризма;
- обогатить представления об истории, культуре, родного края;
- сформировать навыки самообслуживания и жизни в походных условиях.

**Метапредметные:**

- развивать устойчивую мотивацию к занятиям туристско-краеведческой деятельностью;
- развивать рефлексивные умения, выдержку, способность к самоанализу, самоконтролю;
- развивать психические познавательные процессы: мышление, внимание, воображение, память, восприятие, речь;
- развивать физические способности: силу, выносливость, ловкость, гибкость, быстроту, координацию, равновесие, ориентацию в пространстве;

- развивать морально-волевые качества, установку на преодоление жизненных трудностей.

**Личностные:**

- воспитывать аккуратность, дисциплинированность и трудолюбие;
- воспитывать активность, инициативность, самостоятельность, целеустремленность, ответственность за конечный результат своей деятельности;
- воспитывать чувство партнерства, сотрудничества, взаимовыручки, взаимопомощи, «командный дух»;
- формировать ценностное отношение к здоровому и безопасному образу жизни.

**1.3. Содержание программы**  
**1.3.1. Учебно-тематический план**

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Туристские путешествия, история развития туризма. Туристские возможности Кемеровской области, обзор экскурсионных объектов, музеев.	2	1	1	Тестирование, наблюдение.
2.	Личное и групповое туристское снаряжение Организация туристского быта.	1	0	1	Практическое задание
3.	Техника и тактика в туристском походе. Туристские навыки и умения.	2	1	1	Практическое задание
4	Тактико - техническая подготовка «Дистанция - пешеходная, индивидуальное прохождение».	3	1	2	Прохождение дистанции
<b>ВСЕГО:</b>		<b>8</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	

### **1.3.2. Содержание Учебно-тематического плана**

#### **Тема 1. Туристские путешествия, история развития туризма.**

*Теория:* Техника безопасности на занятиях. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивно-оздоровительном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию. Понятие «туризм». История отечественного спортивного туризма. Оздоровительная роль туризма. Виды туризма. Группа дисциплин «маршрут». Группа дисциплин «дистанция». Туристские возможности Кемеровской области, обзор экскурсионных объектов, музеи. Интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии на предприятия, на стройки, в учреждения и организации.

*Практика.* Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов. Форма контроля:

#### **Тема 2. Личное и групповое туристическое снаряжение. Организация туристского быта.**

*Теория:* Понятие о личном и групповом снаряжении. Типы рюкзаков, спальных мешков. Правила размещения предметов в рюкзаке. Групповое снаряжение. Требования к нему. Типы палаток, их назначение. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтного набора. Хозяйственный набор туристской группы: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Основные требования к специальному снаряжению и экипировке участников в соответствии с Регламентом проведения соревнований по пешеходному, горному, лыжному, водному туризму. Снаряжение для многодневных спортивных пеших, горных, водных, лыжных походов. Требования к снаряжению: соответствие маршруту и тактическому плану прохождения, опыту участника, баланс между весом и функциональностью, требования к качеству снаряжения.

*Практика:* Подбор специального снаряжения для летнего и зимнего периода: проверка комплектности и исправности, транспортировка,

подготовка к походам и соревнованиям. Укладка рюкзаков, установка палаток. Работа с групповым снаряжением. Распределение снаряжения между участниками учебно-тренировочного похода.

### **Тема 3. Техника и тактика в туристском походе. Туристские навыки и умения.**

*Теория:* Определение цели похода, экскурсии, соревнований. Выбор места для привала (бивака). Выбор места для палаток. Установка палаток, размещение вещей в них Правила поведения в палатке. Знакомство с типами костров. Два варианта питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Походная посуда. Приготовление обеда. Порядок движения группы, режим движения, темп. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

*Практика.* Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности. Отработка техники преодоления естественных препятствий. Организация переправы по бревну со страховкой. Параллельные перила. Подъем и спуск по склону.

### **Тема 4. Тактико - техническая подготовка «Дистанция - пешеходная, индивидуальное прохождение»**

*Теория:* Условия прохождения дистанции. Схема дистанции. Правила соревнований по группе дисциплин «дистанция». Виды пешеходных дистанций, классы. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму на пешеходных дистанциях. Общие понятия: сокращения, дистанция, этап, время, снаряжение. Требования к снаряжению и участникам соревнований. Этапы дистанций 1 класса. Понятие о системе оценки и таблице штрафов. Техника безопасности при работе со снаряжением.

*Практика:* Отработка умений и навыков индивидуального прохождения этапов: переправа по бревну, по параллельным перилам, навесная переправа с самостраховкой. Техника вязания узлов для крепления вокруг опоры. Отработка отдельных технических приёмов для индивидуальных дистанций - скоростной траверс, спуск-подъём по вертикальным перилам, пристёжка, отстёжка, начало движения по перилам.

#### **1.4. Планируемые результаты**

**В результате освоения программы, обучающиеся будут знать:**

- о памятниках истории и культуры и о музеях Кузбасса;
- технику и тактику пешеходного, туризма;

- личное и групповое снаряжение для похода;
- виды и классы дистанций пешеходного туризма;
- общие понятия Регламентов по пешеходному туризму, требования к участникам и снаряжению.

**Будет уметь:**

- укладывать рюкзак;
- применять теоретические знания на практике;
- самостоятельно пользоваться личным, групповым и специальным снаряжением во время походов и тренировок;
- проходить дистанции 1 класса (лично, связкой, группой) по спортивному туризму в соответствии с требованиями Регламента.

**В результате обучения по программе обучающиеся приобретут такие личностные качества как:**

- дисциплинированность;
- организованность;
- самоконтроль.

**В результате обучения по программе у обучающихся будут сформированы такие метапредметные компетенции как:**

- умения принимать решения при выполнении практических заданий;
- умение оценивать, корректировать, анализировать свои поступки;
- умение сотрудничать с педагогом и в группе сверстников;
- устойчивая мотивация и стремление продолжить занятия туризмом.

## **РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ**

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

Этапы образовательного процесса	Количество
Продолжительность учебного периода	5 дней
Количество учебных часов	8
Продолжительность занятия	2 по 40 мин
Количество занятий в неделю	8

### **2.2. Условия реализации программы**

#### **Материально-техническое оснащение и средства обучения**

Программа реализуется в условиях учреждения дополнительного образования на базе Военно-патриотического центра «Авангард» структурного подразделения Государственного автономного учреждения дополнительного образования «Кузбасский центр «ДОМ ЮНАРМИИ».

**Территория имеет все необходимое для успешной реализации программы:**

Учебный корпус № 1,2.

Спортивный зал.

Спортивный стадион.

Спортивная тренажерная площадка.

Занятия проводятся в учебном корпусе, кабинеты которого соответствуют требованиям техники безопасности, пожарной безопасности, санитарным нормам. С целью создания оптимальных условий для формирования интереса у обучающихся к данному виду деятельности создается предметно-развивающая среда в соответствии с направленностью занятий.

**Учебно – материальная база:**

- компьютеры;
- мультимедийный проектор;
- информационные стенды, инструкции, наглядные пособия;
- атласы, карты;
- Каска туристическая (15 шт.);
- Карабин «Большой автомат» (85 шт.);
- Система страховочная (15 шт.);
- Спусковое устройство (15 шт.);
- Зажим ручной «Жумар» (15 шт.);
- Верёвка 10 мм (120 метров);
- Верёвка 6 мм (50 метров)
- Тент от дождя (1 шт.)
- Ножной зажим Пантин (15 шт.) (п. 3.33, Р-12)
- Компас (15 шт.) (п.3.9, Р-12).

**Информационное обеспечение** программы включает в себя: мультимедийные презентации, литература, методические пособия.

**Кадровое обеспечение.** Реализацию программы осуществляет педагог дополнительного образования, имеющий высшее образование (в том числе по направлению данной программы) и отвечающий квалификационным требованиям, указанным в Профессиональном стандарте «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

### **2.3. Формы аттестации / контроля**

Отслеживание результатов освоения программы осуществляется в виде текущего, промежуточного и итогового контроля. Текущий контроль осуществляется на каждом занятии. По мере накопления учащимися знаний и опыта проводятся соревнования в группах по техническим навыкам,

которые применяются в туристических соревнованиях, как особая форма оценки результатов освоения материала. Формами промежуточного и итогового контроля являются соревнования между обучающимися.

#### **2.4. Оценочные материалы**

Мониторинг результативности освоения программы ориентирован на оценку уровня предметных достижений, метапредметных и личностных достижений. Первоначальная диагностика осуществляется в начале освоения модуля при поступлении в центр, когда проводятся первичное собеседование.

Программа предполагает достижение трех типов результатов, на формирование которых она направлена: образовательных, предметных и компетентностных.

Диагностика результативности сформированных компетенций, обучающихся по программе осуществляется по критериям. Оценка освоения материала может быть: «низкий уровень»; «средний уровень»; «высокий уровень». Диагностика предполагает тестирование по темам:

- «Техника безопасности во время занятий туризмом»;
- «Современная организация туризма в стране»;
- «Характеристика видов туризма»;
- «Причины возникновения аварийных ситуаций походе и меры их предупреждения».

#### **2.5. Методические материалы**

На занятиях используются словесные методы, методы интерактивные, методы личного примера и наглядного обучения, метод постоянного практического закрепления знаний, метод игры.

**Основные принципы работы по программе являются:**

- принцип научности сообщаемых сведений, привитие умений, навыков, позволяющих приобрести знания;
- принцип доступности выражается в соответствии материала возрастным особенностям обучающихся;
- принцип сознательности предусматривает заинтересованное, осознанное, а не механическое усвоение обучающимися знаний, умений и навыков;
- принцип наглядности выражается в демонстрации пособий, макетов и муляжей.

**Педагогические технологии, используемые в образовательном процессе:**

– здоровьесберегающие технологии – система мер, включающая взаимосвязь и взаимодействие всех факторов образовательной среды, направленных на сохранение здоровья обучающихся на всех этапах его обучения и развития;

– информационно-коммуникационные технологии – процессы и методы взаимодействия с информацией, которые осуществляются с применением устройств вычислительной техники.

## **2.6. Список литературы**

### **Список литературы для педагога**

1. Васильев И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма / И.В. Васильев. – 2 изд. – М., 1973.
2. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды / В.Г. Волович. – М., 1983.
3. Востоков И.Е. Классификация пешеходных маршрутов / И.Е. Востоков. – М., 1990.
4. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование: учебник для институтов и техникумов физической культуры / В.И. Ганопольский, Е.Я. Безносиков, В.Г. Булатов. – М., 1987.
5. Организация и подготовка туристского похода, М. ЦРИБ "Турист", 1986.
6. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е., «Спортивно-оздоровительный туризм», учебник, «Советский спорт», МП. 2008.

### **Список литературы для обучающихся**

1. Садикова И.Б. 1000+1 совет туристу: Школа выживания. – Мн.: Современный литератор, 2000. – 352с.