**Министерство образования и науки Чеченской Республики**
**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования**
**«Республиканский детско-юношеский центр физического воспитания, спорта и туризма»**

ПРИНЯТА
на заседании педагогического совета
Протокол № 9
от «07» 09 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 80
от «07» 09 2023 г.
Директор ГБУ ДО «РДЮЦФВСиТ»
_____ И.С. Муртазалиев

# АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

# «ОРИЕНТИРОВАНИЕ В ГОРОДСКОЙ И ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»

(для обучающихся с умственной отсталостью и задержкой психического развития)

**Направленность программы: туристско-краеведческая**
**Уровень программы: стартовый**

Возраст обучающихся: 8 - 18 лет
Срок реализации программы: 1 год

Составитель:
Наурдинов А.
педагог ДО

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
008E6619B4FB72547B8086D51CDDAE74B5
Владелец: Муртазалиев Ислам Султанович
Действителен: с 22.11.2022 до 15.02.2024

г. Грозный – 2023 г.

## Содержание программы


| | | |
|---|---|---|
| **Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы** | | |
| 1.1. | Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ. | 4 стр. |
| 1.2. | Направленность программы | 5 стр. |
| 1.3. | Уровень освоения программы | 4-5 стр. |
| 1.4. | Актуальность программы | 5 стр. |
| 1.5. | Отличительные особенности программы | 5 стр. |
| 1.6. | Цель и задачи программы | 6-12 стр. |
| 1.7. | Категория учащихся | 13 стр. |
| 1.8. | Сроки реализации и объем программы | 13стр. |
| 1.9. | Формы организации образовательной деятельности и режим занятий | 13 стр. |
| 1.10. | Планируемые результаты и способы их проверки метапредметными результатами | 13-14 стр. |
| **Раздел 2. Содержание программы** | | |
| 2.1. | Учебный план | 14 стр. |
| 2.2. | Содержание учебного плана | 14-18 стр. |
| **Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы** | | 18-19 стр. |
| **Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы** | | |
| 4.1. | Материально-технические условия реализации программы | 19-20 стр. |
| 4.2. | Кадровое обеспечение программы | 20 стр. |
| 4.3. | Учебно-методическое обеспечение | 20-23 стр. |
| 4.4 | Список литературы | 24-25стр. |
| Приложения: календарный учебный график, рабочая программа, учебно-дидактическое обеспечение, методики, диагностики, оценочные материалы, план мероприятий по воспитательной работе и др. | | |

## Раздел 1.Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

### 1.1.Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ.

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. 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»;
-Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих действующему законодательству);
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
- Федеральный закон от 24 ноября 1995 г. N 181-ФЗ «(с изменениями и дополнениями от 28.06.2021 N 219-ФЗ);
-Письмо Министерства просвещения РФ от 30.12.2022 N АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций»

Адаптированная образовательная программа (АОП) – образовательная программа, адаптированная для обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц (273-ФЗ, ст. 2, п. 28).

**1.2. Направленность программы** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей Программы «Ориентирование в городской и природной среде» – туристско-краеведческая, конвергентная. Программа включает в себя 2 модуля: «Ориентирование в природной и городской среде», «Пешеходный туризм».

**1.3. Уровень программы – стартовый,** направлен на получение начальных знаний по пешеходному туризму и горному туризму: для ознакомления с видами и способами применения снаряжения, умениями по установке палаток, быстрых и безопасных способах разведения костра, начальных навыков скалолазания, владение техникой скалолазания; предусматривается выявление творческих личностных способностей и возможностей обучающихся.

Цель скалолазания - не достижение горных вершин, а сам процесс преодоления препятствий, сочетающий в себе физические нагрузки и развитие логического мышления.

Также, скалолазание развивает личностные качества воспитанников, учит настойчивости, целеустремлённости, собранности, взаимопониманию.

Программа предусматривает получение первоначальных сведений исследовательской работы в походе: изучение растительности, почвы, животного мира, проведение небольших лабораторных работ на местности, предполагает обучение обучающихся применению различных приложений для гаджетов в разработке маршрута пешего или горного похода

(итогом изучения модуля является представление обучающимися готового маршрута по собственному выбору).

**1.4. Актуальность программы.**

Актуальность данной программы связана с запросами со стороны общества. Федеральный проект «Патриотическое воспитание» проекта «Образование» направлен на обеспечение функционирования системы патриотического воспитания граждан.

Обучение по Программе позволит познакомить обучающихся с природной средой, особенностями жизнедеятельности в ней, изучить на практике природный комплекс своего края, увидеть исторические места. А так же дети получат знания в сфере ПДД.

Без этих знаний немыслимо патриотическое воспитание подрастающего поколения. Данная программа предполагает решение задач патриотического воспитания детей.

В настоящее время в крупных городах и в целом по стране люди стали уделять меньше внимания внутреннему российскому туризму. Выросло целое поколение детей, которые если и выезжали за пределы города, то только в другие страны, чаще всего на курорты. Дети не знают свою страну, своего региона, не представляют себе жизни за пределами города. Реализация программы предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о технике и тактике пешеходного туризма, ориентировании на местности, ведении наблюдений и исследований, по оказанию первой медицинской помощи. Обучающиеся получат навыки работы с гаджетами, применяя эти знания в туристской деятельности.

**Педагогической целесообразностью** является формирование у воспитанников сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими навыков сохранять жизнь и здоровье в повседневной жизни и в опасных условиях, умение оказывать само- и взаимопомощь, а также развитие творческих способностей воображение.

А также данная программа включает в себя изучение правил дорожного движения и формирование навыков безопасного поведения у детей с ОВЗ. Эти знания предлагаются в рамках системы дополнительного образования.

Работа по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма не имеет ни временных, ни географических границ. С увеличением выпуска автомобилей в нашей стране и возрастанием интенсивности движения на дорогах повышается ответственность всех участников дорожного движения: водителей, пешеходов, пассажиров.

Задача педагога - систематизировать знания детей о правилах дорожного движения, сформировать конкретные навыки и модели поведения на улице и дороге. Реализация программы осуществляется через сочетание разнообразных по содержанию и форме видов образовательной деятельности: проведение викторин, экскурсий на улицы поселка, беседы-анализ конкретных дорожных ситуаций, тесты на знания правил дорожного движения, проектные работы, тематические занятия.

**1.5 Отличительной особенностью д**анной программы от существующих является то, что она реализуется в достаточно короткие сроки за счет сокращение теоретического материала и увеличения практических форм работы с детьми с ОВЗ. Это поддерживает высокую мотивацию учащихся и результативность занятий.

Кроме того, отличие от других программ заключается в том, что в данной программе изучается на стартовом уровне несколько дисциплин:

«Пешеходный туризм», «Ориентирование в природной и городской среде».

**1.6 Цель и задачи программы.**

**Цель:** реализации АООП обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) - создание условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

Формирование здорового образа жизни средствами туризма, навыков безопасного поведения в природной среде, а также в городской среде. Воспитание морально-волевых качеств, гражданственности, патриотизма, создание условий для самореализации, социальной адаптации, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- сформирование правильного передвижения в городских условиях;
- сформировать знания о тактике и технике пешеходного туризма;
- сформировать основные навыки прохождения спортивных дистанций пешеходного туризма и обеспечить приобретение опыта участия в соревнованиях;
- научить работать с картами, ориентироваться на местности, использовать при подготовке походов;
- сформировать знания, умения и способы деятельности, необходимые для обеспечения безопасности в походах и при работе на туристско-спортивных дистанциях;
- сформировать навыки оказания первой медицинской помощи;
- научить первоначальным навыкам исследовательской работы в походе на местности;
- научить применять гаджеты для чтения и разработки маршрутов.

**Развивающие:**

-развивать физические способности: выносливость, силу, ловкость, гибкость, быстроту, координацию;

- развивать эмоционально-волевую сферу: мотивацию на достижение поставленной цели, контроль поведения, выдержку, способность к рефлексии и самоанализу, установку на преодоление трудностей;

−содействовать развитию навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками, младшими и взрослыми в разных ситуациях.

**Воспитательные:**

-сформировать бережное отношение к природе родного края;

- сформировать познавательный интерес к спортивным занятиям и туризму;
- воспитать чувство коллективизма, сотрудничество, взаимопомощь, чувство единой команды;
- воспитывать патриотизм и любовь к своему Отечеству;
- воспитывать инициативу, трудолюбие, ответственность;
- сформировать ценностное отношение к здоровью, личной и общественной безопасности;
- содействовать позитивной социализации подростков, ориентируя на созидательные способы самореализации.

**Общая характеристика адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

АООП обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) создается с учетом их особых образовательных потребностей.

Одним из важнейших условий обучения ребенка с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в среде других обучающихся является готовность к эмоциональному и коммуникативному взаимодействию с ними.

АООП включает обязательную часть и часть, формируемую участниками образовательного процесса.

Обязательная часть АООП для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) составляет не менее 70%, а часть, формируемая участниками образовательных отношений, не более 30% от общего объема АООП.

Сроки реализации АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (1–4 и 5-9кл)

Цель I-го этапа состоит в формировании основ предметных знаний и умений, коррекции недостатков психофизического развития обучающихся.

Организация первого этапа направлена на решение диагностико-пропедевтических задач:

1.Выявить индивидуальные возможности каждого ребенка, особенности его психофизического развития, оказывающие влияние на овладение учебными умениями и навыками;

2.Сформировать у обучающихся физическую, социально-личностную, коммуникативную и интеллектуальную готовность к освоению АООП;

3.Сформировать готовность к участию в систематических учебных занятиях, в разных формах группового и индивидуального взаимодействия с учителем и одноклассниками в урочное и внеурочное время;

4.Обогатить знания обучающихся о социальном и природном мире, опыт в доступных видах детской деятельности (рисование, лепка, аппликация, ручной труд, игра и др.).

обогатить знания обучающихся о социальном и природном мире, опыт в доступных видах детской деятельности (рисование, лепка, аппликация, ручной труд, игра и др.).

**Психолого-педагогическая характеристика обучающихся легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Умственная отсталость - это стойкое, выраженное недоразвитие познавательной деятельности вследствие диффузного (разлитого) органического поражения центральной нервной системы (ЦНС).

Понятие «умственной отсталости» по степени интеллектуальной неполноценности применимо к разнообразной группе детей.

Степень выраженности интеллектуальной неполноценности коррелирует (соотносится) со сроками, в которые возникло поражение ЦНС - чем оно произошло раньше, тем тяжелее последствия.

Также степень выраженности интеллектуальных нарушений определяется интенсивностью воздействия вредных факторов. Нередко умственная отсталость отягощена психическими заболеваниями различной этиологии, что требует не только их медикаментозного лечения, но и организации медицинского сопровождения таких обучающихся в образовательных организациях.

Развитие ребенка с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), хотя и происходит на дефектной основе и характеризуется замедленностью, наличием отклонений от нормального развития, тем не менее, представляет собой поступательный процесс, привносящий качественные изменения в познавательную деятельность детей и их личностную сферу, что дает основания для оптимистического прогноза.

Затруднения в психическом развитии детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обусловлены особенностями их высшей нервной деятельности (слабостью процессов возбуждения и торможения, замедленным

формированием условных связей, тугоподвижностью нервных процессов, нарушением взаимодействия первой и второй сигнальных систем и др.).

В подавляющем большинстве случаев интеллектуальные нарушения, имеющиеся у обучающихся с умственной отсталостью, являются следствием органического поражения ЦНС на ранних этапах онтогенеза.

Негативное влияние органического поражения ЦНС имеет системный характер, когда в патологический процесс оказываются вовлеченными все стороны психофизического развития ребенка: мотивационно-потребностная, социально-личностная, моторно-двигательная; эмоционально-волевая сферы, а также когнитивные процессы - восприятие, мышление, деятельность, речь и поведение.

Последствия поражения ЦНС выражаются в задержке сроков возникновения и незавершенности возрастных психологических новообразований и, главное, в неравномерности, нарушении целостности психофизического развития. Все это, в свою очередь, затрудняет включение ребенка в освоение пласта социальных и культурных достижений общечеловеческого опыта традиционным путем.

В структуре психики такого ребенка в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение познавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является мышление, и прежде всего, способность к отвлечению и обобщению.

Вместе с тем, Российская дефектология (как правопреемница советской) руководствуется теоретическим постулатом Л. С. Выготского о том, что своевременная педагогическая коррекция с учетом специфических особенностей каждого ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) «запускает» компенсаторные процессы, обеспечивающие реализацию их потенциальных возможностей.

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отличается качественным своеобразием. Относительно сохранной у обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывается чувственная ступень познания - ощущение и восприятие.

Но и в этих познавательных процессах сказывается дефицитарность: неточность и слабость дифференцировки зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в окружающей среде.

Нарушение объема и темпа восприятия, недостаточная его дифференцировка, не могут не оказывать отрицательного влияния на весь ход развития ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Однако особая организация учебной и внеурочной работы, основанной на использовании практической деятельности; проведение специальных коррекционных занятий не только повышают качество ощущений и восприятий, но и оказывают положительное влияние на развитие интеллектуальной сферы, в частности овладение отдельными мыслительными операциями.

Меньший потенциал обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обнаруживается в развитии их мышления, основу которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация.

Эти мыслительные операции у этой категории детей обладают целым рядом своеобразных черт, проявляющихся в трудностях установления отношений между частями предмета, выделении его существенных признаков и дифференциации их от несущественных, нахождении и сравнении предметов по признакам сходства и отличия и т. д.

Из всех видов мышления (наглядно-действенного, наглядно-образного и словесно-логического) у обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) в большей степени недоразвито словесно-логическое мышление.

Это выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Обучающимся присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: зачастую, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, не поняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Однако при особой организации учебной деятельности, направленной на обучение школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) пользованию рациональными и целенаправленными способами выполнения задания, оказывается возможным в той или иной степени скорректировать недостатки мыслительной деятельности.

Использование специальных методов и приемов, применяющихся в процессе коррекционно-развивающего обучения, позволяет оказывать влияние на развитие различных видов мышления обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), в том числе и словесно-логического.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их памяти. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) также отличается целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознаются и запоминаются внутренние логические связи; позже, чем у нормальных сверстников, формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений.

Менее развитым оказывается логическое опосредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне.

Недостатки памяти обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшие трудности вызывает воспроизведение словесного материала.

Использование различных дополнительных средств и приемов в процессе коррекционно-развивающего обучения (иллюстративной, символической наглядности; различных вариантов планов; вопросов педагога и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Вместе с тем, следует иметь в виду, что специфика мнемической деятельности во многом определяется структурой дефекта каждого ребенка с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

В связи с этим учет особенностей обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) разных клинических групп (по классификации М. С. Певзнер) позволяет более успешно использовать потенциал развития их мнемической деятельности.

Особенности познавательной деятельности школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в особенностях их внимания, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения.

В значительной степени нарушено произвольное внимание, что связано с ослаблением волевого напряжения, направленного на преодоление трудностей, что выражается в неустойчивости внимания.

Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности. Однако, если задание посильно для ученика и

интересно ему, то его внимание может определенное время поддерживаться на должном уровне.

Под влиянием специально организованного обучения и воспитания объем внимания и его устойчивость значительно улучшаются, что позволяет говорить о наличии положительной динамики, но вместе с тем, в большинстве случаев эти показатели не достигают возрастной нормы.

Для успешного обучения необходимы достаточно развитые представления и воображение**.** Представлениям детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) свойственна не дифференцированость, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности.

Однако, начиная с первого года обучения, в ходе преподавания всех учебных предметов проводится целенаправленная работа по уточнению и обогащению представлений, прежде всего - представлений об окружающей действительности.

У школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) отмечаются недостатки в развитии речевой деятельности, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической и синтаксической. Таким образом, для обучающихся с умственной отсталостью характерно системное недоразвитие речи.

Недостатки речевой деятельности этой категории обучающихся напрямую связаны с нарушением абстрактно-логического мышления.

Однако в повседневной практике такие дети способны поддержать беседу на темы, близкие их личному опыту, используя при этом несложные конструкции предложений.

Проведение систематической коррекционно-развивающей работы, направленной на систематизацию и обогащение представлений об окружающей действительности, создает положительные условия для овладения обучающимися различными языковыми средствами. Это находит свое выражение в увеличении объема и изменении качества словарного запаса, овладении различными конструкциями предложений, составлении небольших, но завершенных по смыслу, устных высказываний.

Таким образом, постепенно создается основа для овладения более сложной формой речи - письменной.

Моторная сфера детей с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), как правило, не имеет выраженных нарушений. Наибольшие трудности обучающиеся испытывают при выполнении заданий, связанных с точной координацией мелких движений пальцев рук. В свою очередь, это негативно сказывается на овладении письмом и некоторыми трудовыми операциями.

Проведение специальных упражнений, включенных как в содержание коррекционных занятий, так и используемых на отдельных уроках, способствует развитию координации и точности движений пальцев рук и кисти, а также позволяет подготовить обучающихся к овладению учебными и трудовыми действиями, требующими определенной моторной ловкости.

Психологические особенности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляются и в нарушении эмоциональной сферы.

При легкой умственной отсталости эмоции в целом сохранны, однако они отличаются отсутствием оттенков переживаний, неустойчивостью и поверхностью. Отсутствуют или очень слабо выражены переживания, определяющие интерес и побуждение к познавательной деятельности, а также с большими затруднениями осуществляется воспитание высших психических чувств: нравственных и эстетических.

Волевая сфера обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью.

Такие школьники предпочитают выбирать путь, не требующий волевых усилий, а вследствие непосильности предъявляемых требований, у некоторых из них развиваются такие отрицательные черты личности, как негативизм и упрямство.

Своеобразие протекания психических процессов и особенности волевой сферы школьников с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) оказывают отрицательное влияние на характер их деятельности, в особенности произвольной, что выражается в недоразвитии мотивационной сферы, слабости побуждений, недостаточности инициативы.

Эти недостатки особенно ярко проявляются в учебной деятельности, поскольку учащиеся приступают к ее выполнению без необходимой предшествующей ориентировки в задании и, не сопоставляя ход ее выполнения, с конечной целью.

В процессе выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем осуществляют их в прежнем виде, не учитывая изменения условий.

Вместе с тем, при проведении длительной, систематической и специально организованной работы, направленной на обучение этой группы школьников целеполаганию, планированию и контролю, им оказываются доступны разные виды деятельности: изобразительная и конструктивная деятельность, игра, в том числе дидактическая, ручной труд, а в старшем школьном возрасте и некоторые виды профильного труда.

Следует отметить независимость и самостоятельность этой категории школьников в уходе за собой, благодаря овладению необходимыми социально-бытовыми навыками.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обусловливают формирование некоторых специфических особенностей личности обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями); проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование социально зрелых отношений со сверстниками и взрослыми. При этом специфическими особенностям межличностных отношений является: высокая конфликтность, сопровождаемая неадекватными поведенческими реакциями; слабая мотивированность на установление межличностных контактов и пр.

Снижение адекватности во взаимодействии со сверстниками и взрослыми людьми обусловливается незрелостью социальных мотивов, неразвитостью навыков общения обучающихся, а это, в свою очередь, может негативно сказываться на их поведении, особенности которого могут выражаться в гиперреактивности, вербальной или физической агрессии и т.п. Практика обучения таких детей показывает, что под воздействием коррекционно-воспитательной работы упомянутые недостатки существенно сглаживаются и исправляются.

Выстраивая психолого-педагогическое сопровождение психического развития детей с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), следует опираться на положение, сформулированное Л. С. Выготским, о единстве закономерностей развития аномального и нормального ребенка, а так же решающей роли создания таких социальных условий его обучения и воспитания, которые обеспечивают успешное «врастание» его в культуру.

В качестве таких условий выступает система коррекционных мероприятий в процессе специально организованного обучения, опирающегося на сохранные стороны психики учащегося с умственной отсталостью, учитывающие зону ближайшего развития.

Таким образом, педагогические условия, созданные в образовательной организации для обучающихся с умственной отсталостью, должны решать как задачи коррекционно-педагогической поддержки ребенка в образовательном процессе, так и вопросы его

социализации, тесно связанные с развитием познавательной сферы и деятельности, соответствующей возрастным возможностям и способностям обучающегося.

**Особые образовательные потребности обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)**

Недоразвитие познавательной, эмоционально-волевой и личностной сфер обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) проявляется не только в качественных и количественных отклонениях от нормы, но и в глубоком своеобразии их социализации. Они способны к развитию, хотя оно и осуществляется замедленно, атипично, а иногда с резкими изменениями всей психической деятельности ребёнка.

При этом, несмотря на многообразие индивидуальных вариантов структуры данного нарушения, перспективы образования детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) детерминированы в основном степенью выраженности недоразвития интеллекта, при этом образование, в любом случае, остается нецензовым.

Таким образом, современные научные представления об особенностях психофизического развития обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) позволяют выделить образовательные потребности, как общие для всех обучающихся с ОВЗ, так и специфические.

К общим потребностям относятся: время начала образования,
содержание образования, разработка и использование специальных методов и средств обучения, особая организация обучения, расширение границ образовательного пространства, продолжительность образования и определение круга лиц, участвующих в образовательном процессе.

Для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны следующие специфические образовательные потребности:

• раннее получение специальной помощи средствами образования;

• обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, реализуемого, как через содержание предметных областей, так и в процессе коррекционной работы;

• научный, практико-ориентированный, действенный характер содержания образования;

• доступность содержания познавательных задач, реализуемых в процессе образования;

• систематическая актуализация сформированных у обучающихся знаний и умений; специальное обучение их «переносу» с учетом изменяющихся условий учебных, познавательных, трудовых и других ситуаций;

• обеспечении особой пространственной и временной организации общеобразовательной среды с учетом функционального состояния центральной нервной системы и нейродинамики психических процессов обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);

• использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрирующих доброжелательное и уважительное отношение к ним;

• развитие мотивации и интереса к познанию окружающего мира с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка к обучению и социальному взаимодействию со средой;

• специальное обучение способам усвоения общественного опыта - умений действовать совместно с взрослым, по показу, подражанию по словесной инструкции;

• стимуляция познавательной активности, формирование позитивного отношения к окружающему миру.

Удовлетворение перечисленных особых образовательных потребностей обучающихся возможно на основе реализации личностно-ориентированного подхода к воспитанию и

обучению обучающихся через изменение содержания обучения и совершенствование методов и приемов работы. В свою очередь, это позволит формировать возрастные психологические новообразования и корригировать высшие психические функции в процессе изучения обучающимися учебных предметов, а также в ходе проведения коррекционно-развивающих занятий.

**1.7.Категория учащихся.**

Возраст обучающихся детей по программе составляет 8 – 18 лет.

Требований к уровню подготовки детей не предъявляется, в объединение могут записаться дети, желающие изучать данный курс программы. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей).

Набор на дополнительную адаптированную общеразвивающую программу проводится среди всех желающих. Минимальная наполняемость групп – 10 человек.

**1.8. Сроки реализации и объем программы**

Программа занятий рассчитана на 1 год обучения

Объем программы - 144 часа.

**1.9.Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.**

Программа обучения составлена из расчета: 1 год обучения 144 учебных часов (по 2 часа 2 раза в неделю);

*Форма организации деятельности детей с ОВЗ:* групповые, индивидуальные, коллективные и др.

*Формы обучения:* теоретические занятия (в помещении и на природе); тренировочные и практические занятия; экскурсии и походы.

Занятия по программе комбинированные, включающие как теорию, так и практику; могут проводиться в классе, в спортивном зале, на местности (школьный двор, парк). В выходные дни занятия проводятся на местности.

Процесс обучения техническим и тактическим приемам для участия в соревнованиях и походах требует специального оборудованного полигона (спортивной площадки, спортивного зала) и соответствующей материально-технической базы.

Режим занятий: 1 год обучения – занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

Продолжительность занятий – 30минут, перерыв 5 минут.

**1.10.Планируемые результаты освоения программы.**

**Предметные результаты обучения:**

**Будут знать:**

- тактику и технику пешеходного, горного туризма;
- основные навыки прохождения спортивных дистанций пешеходного, горного туризма и приобретать опыт участия в соревнованиях;
- умения и способы деятельности, необходимые для обеспечения безопасности в походах и при работе на туристско-спортивных дистанциях;
- первоначальные навыки исследовательской работы в походе на местности;
- составлять маршрут похода различной протяженности, учитывая предполагаемые естественные препятствия;

**Будут уметь:**

- работать с картами, ориентироваться на местности, использовать эти знания при подготовке и проведении похода;
- применять гаджеты для чтения и разработки маршрута;
- составлять меню для однодневного похода;
- оказывать первую медицинскую помощь;

- ориентироваться на местности с помощью карты и компаса.

**Метапредметные результаты:**

- сформированы навыки конструктивного взаимодействия, сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных ситуациях;
- умеют планировать, осуществлять и анализировать свою деятельность;
- умеют конструктивно работать в команде, передавать свой опыт и организовывать деятельность младших участников.

**Личностные результаты:**

- сформировано уважение к истории и культуре своей страны, мотивация к ее изучению в разных формах деятельности;
- наличие устойчивого интереса к занятиям спортом и туризмом, совершенствованию своей физической формы;
- принятие ценности командного взаимодействия, коллективного творчества, взаимопомощи и поддержки на дистанции и в походе более слабых участников команды;
- сформированность морально-волевых и этических качеств: целеустремленность, выдержка, умение контролировать свое поведение, организованность, трудолюбие, ответственность, проявление выносливости на маршрутах, в соревнованиях, установка на преодоление трудностей;
- сформированность навыков здорового образа жизни, ответственного отношения к вопросам здоровья, безопасности, как личной, так и окружающих.

## 2. Содержание программы.

### 2.1.Учебный (тематический) план

| № п/п | Наименование темы | Количество часов | | Формы аттестации/ контроля |
|---|---|---|---|---|
| | | Теория | Практика | |
| 1. | **Модуль 1.«Ориентирование в городской и природной среде»** Раздел 1. Правила дорожного движения в городской среде. | 4 | 12 | Опрос, практическое задание |
| 1.1. | Раздел 2. «Ориентирование в городской среде» | 12 | 32 | самостоятельные работы, Тестирование или Зачет |
| 1.2. | Раздел 3.«Ориентирование в природной среде» | 2 | 10 | Опрос, практическое задание |
| 1.3. | Раздел 4. «Применение современных технологий в туризме» | 4 | 30 | Тестирование или зачет, представление одного из выбранных способов разработки и чтения маршрута |
| 2 | **Модуль 2. «Пешеходный туризм»** Раздел 1. Подготовка похода. | 4 | 10 | Опрос, Тестирование, соревнование, зачет |
| 2.1. | Раздел 2. Туристская группа в походе. Обеспечение безопасности. | 8 | 8 | Опрос, практическое задание |
| 2.2. | Практическое занятие | 4 | 4 | Поход выходного дня |

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Итого:144** | **38** | **106** | |

**2.2. Содержание учебного плана.**

**Модуль 1.«Ориентирование в городской и природной среде»**

Научатся проходить этапы техники пешеходного туризма для участия в соревнованиях.

Обучающиеся получат основные теоретические и практические навыки скалолазания, владение техникой скалолазания. К концу обучения обучающиеся будут уметь:

- выполнять технику лазанья, используя руки и ноги различными способами;
- применять страховочные веревки, карабины и устройства для страховки и спуска;
- использовать усовершенствованные технические действия с руками, ногами;
- использовать различные способы передвижения по скальному рельефу;
- выполнять упражнения по общей физической подготовке на развитие силы, быстроты, выносливости.
- строить отношения в группе, сотрудничать с членами группы, решающей общую задачу;
- самостоятельно ставить личностно необходимые задачи;
- использовать уже изученный материал для работы над проблемными ситуациями;
- самостоятельно оценивать степень успешности своей образовательной деятельности.
- тактику и технику пешеходного, горного туризма;
- основные навыки прохождения спортивных дистанций пешеходного, горного туризма и приобретать опыт участия в соревнованиях;
- умения и способы деятельности, необходимые для обеспечения безопасности в походах и при работе на туристско-спортивных дистанциях.

**Раздел 1.Правила дорожного движения в городской среде.**

В последнее время отмечается увеличение количества детей с различными нарушениями в развитии, с затруднениями в обучении, трудностями в адаптации.

Причины возникающих у ребенка проблем могут быть связаны как с особенностями его психофизического развития, так и с педагогической, социальной запущенностью.

Правила дорожного движения, предусматривает создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей с **ОВЗ** посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Формирование у обучающихся устойчивых знаний и навыков безопасного поведения на дорогах и улицах с помощью изучения правил дорожного движения, обеспечить системный подход к созданию условий для развития детей с ОВЗ и оказание комплексной помощи детям этой категории в освоении образовательной программы по правилам дорожного движения.

**Раздел 2.«Ориентирование в городской среде»**

Работа по профилактике детского дорожно-транспортного травматизма не имеет ни временных, ни географических границ. С увеличением выпуска автомобилей в нашей стране, возрастанием интенсивности движения на дорогах повышается ответственность всех участников дорожного движения: водителей, пешеходов, пассажиров.

Задача педагога – систематизировать знания детей о правилах дорожного движения, сформировать конкретные навыки и модели поведения на улице и дороге. Реализация программы осуществляется через сочетание разнообразных по содержанию и форме видов образовательной деятельности: проведение викторин, экскурсий на улицы поселка, беседы-анализ конкретных дорожных ситуаций, тесты на знание правил дорожного движения, проектные работы, тематические занятия.

**Раздел 3.«Ориентирование в природной среде»**

Данный раздел предполагает обучение обучающихся применению различных приложений для гаджетов в разработке маршрута пешего или горного похода. Итогом изучения модуля является представление обучающимися готового маршрута по собственному выбору.

А так же данный раздел предполагает изучение растительности, животного мира, воды (проводить исследование возможности меандрирования реки, измерять скорость течения, глубину, расход воды), атмосферы, почвы нашего края. Научатся делать различными способами очистку воды и другие исследования воды. Предполагаются походные наблюдения за погодой.

Обучающиеся научатся бережно относиться к природе, будут участвовать в мероприятиях по уборке местности, где планируется поход или соревнования по плану объединения. Кроме того, данный модуль подразумевает проведение несложных исследований почвы различных местностей ЧР.

**Раздел 4. «Применение современных технологий в туризме»**

Путешествия расширяют кругозор, позволяя увидеть многогранность мира. Отправляясь на поиски новых приключений, опытные туристы заботятся о том, чтобы сделать пребывание в пути более комфортным. Современный рынок предлагает широкий ассортимент полезных устройств, упрощающих решение дорожных проблем. В этом обзоре Novate.ru знакомит с 9 туристическими гаджетами, открывающими новые возможности для комфортного путешествия. Более менее подробно можно ознакомится переходя по ссылке. https://novate.ru/blogs/080819/51309/

**Регулятивные УУД:**

1.умение сформулировать и удерживать учебную задачу,
2.умение преобразовывать практическую задачу в познавательную,
3.умение выделять и формулировать то, что уже усвоено,
4.умение проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач,
5.устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.

**Познавательные УУД:**

1. умение искать и выделять необходимую информацию из различных источников в разных формах (текст, рисунок, таблица, диаграмма, схема); анализировать, обобщать и передавать информацию;
2. умение классифицировать по заданным критериям;
3. умение устанавливать аналогии; причинно-следственные связи;

**Коммуникативные УУД:**

1.умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
2.умение задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
3.осознание правил и норм взаимодействия со взрослыми и сверстниками в сообществах разного типа (класс, школа, семья, учреждение культуры и пр.);

**ДД является формирование следующих умений:**

1.усвоение первоначальных сведений о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений, характерных для различных дорожных ситуаций и социальной действительности (в пределах изученного);
2.владение базовым понятийным аппаратом (доступным для осознания детей с ОВЗ), необходимым для дальнейшего образования в области естественнонаучных и социальных дисциплин;
3.умение наблюдать, исследовать явления на дорогах, выделять характерные особенности объектов, описывать и характеризовать факты и события.

**Развитие значимых для деятельности личностных качеств:**

1.Самостоятельности в принятии правильного решения,

2.Убежденности и активности в пропаганде добросовестного выполнения правил дорожного движения, как необходимого элемента сохранения своей жизни.

3.Внимательности и вежливости во взаимоотношениях участников дорожного движения, здорового образа жизни и навыка самостоятельного физического совершенствования.

Программа построена по принципу нарастания объёма изученного материала. Педагог должен обращать внимание обучающихся на то, что безоговорочное выполнение ПДД - это условие сохранения жизни себе и окружающим.

В программу входят занятия, которые помогают детям успешно усвоить правила дорожного движения, узнать их историю, ориентироваться в дорожных ситуациях и на практике применять полученные знания. Проводимые мероприятия позволяют вести пропаганду по предупреждению дорожно- транспортного травматизма.

Знания и навыки, полученные обучающимися, расширяются и углубляются в последующие годы обучения.

Программа построена на принципах развивающего обучения и направлена на развитие личности ребёнка в целом: умение сравнивать и обобщать, делать выводы; на совершенствование речи школьников, их мышления и творческих способностей.

**Формы и методы контроля:**

- психодиагностика;
- опрос, анкетирование родителей;
- праздники, конкурсы;
- анализ результатов деятельности.

На освоение данного модуля «Ориентирование в городской и природной среде»:116 часов.

**Модуль 2. «Пешеходный туризм». На освоение данного модуля «Пешеходный туризм»: 28 часов**

**Раздел 1. Подготовка похода.**

Обучающиеся ознакомятся с правилами организации и проведения туристских походов, научатся определять цель и район похода, распределению обязанностей в группе, разрабатывать маршрут, ознакомятся с туристским снаряжением (личным и групповым), научатся пользоваться снаряжением, изучат компас, научатся определять азимут, научатся ориентироваться с помощью карты и компаса, обучатся выполнять упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног.

Данный модуль предполагает обучение обучающихся применению различных приложений для гаджетов в разработке маршрута пешего или горного похода. Итогом изучения модуля является представление обучающимися готового маршрута по собственному выбору.

**Раздел 2. Туристская группа в походе. Обеспечение безопасности.**

Раздел 1 Подготовка похода.

Введение. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися.

Определение цели и района похода. Подбор группы. Распределение обязанностей группы. Обязанности командира туристской группы, краеведа, старшего проводника и др.

Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами.

Разработка маршрута, составление плана похода, сметы расходов.

Личное и групповое снаряжение. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Групповое снаряжение туристов, личное и специальное снаряжение туристов. Уход за снаряжением и его ремонт.

Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста-пешехода, требования к каждому предмету. Туристский бивак.

Что такое привал и бивак в походе.

Основные требования к месту привала и бивака.

Планировка бивака. Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развёртывание и свёртывание бивака).

Графики дежурств на биваках. Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.

Выбор и заготовка топлива. Охрана природы.

Питание в походе.

Примерный набор продуктов питания для туристского похода.

Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке.

Правила укладки рюкзака. Укладка рюкзака.

Проведение игры: «Что взять с собой в поход».

Страховка и самостраховка.

Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе.

Распределение обязанностей и заданий по краеведческой работе, план фото-и киносъёмок

Ведение календаря погоды и протокола (хронометража) движения.

**Практическое занятие**

**Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.**

**Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:**

- опрос обучающихся;
- педагогическое наблюдение;
- викторины; обсуждения.

**Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов.** Демонстрацией образовательных результатов данного детского объединения будет служить участие в походах, викторинах, соревнованиях, публикации в сети Инстаграмм, Вконтакте.

**Виды контроля:**

- текущий: наблюдение за выполнением приемов и методов в работе; отслеживание активности учащихся в выполнении ими творческих работ; беседы; выявление уровня подготовки к занятиям;
- промежуточный: опрос, педагогические наблюдения, викторины, выявление уровня развития умений, навыков, степень овладения теоретическими знаниями;
- итоговый: наличие необходимых навыков, умений, теоретических знаний за курс программы; тестовые задания, соревнования.

**Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.**

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся в группах являются выполнение контрольных нормативов по ОФП, навыков скалолазания и тестовых заданий по теории.

Способом определения полноты реализации и результативности программы является - **наблюдение, соревнование и др.**

Данная программа предусматривает следующие формы и виды контроля за процессом обучения:

**1. Промежуточная аттестация** осуществляется в середине учебного года, для оценки приобретенных навыков, освоения умений и тактик индивидуального действия, с использованием комплекса контрольных упражнений по общей физической подготовленности учащихся, с учетом показателей тренировочной и соревновательной деятельности (**тесты по технике пешеходного туризма и начальной подготовке).**

**2. Тематическая аттестация** проводится по итогам изучения отдельных тем и разделов учебного курса, когда знания и навыки в основном сформированы,

систематизированы. При этом используются такие методы контроля, как анализ проделанной работы, участие в массовых мероприятиях: ТПТ и соревнования.

**3. Итоговая аттестация** учащихся осуществляется в конце учебного года с целью проверки степени осведомленности (знаний) обучающихся в вопросах физической культуры и спорта при помощи тестов, выполнения контрольных нормативов по общей физической подготовке, технике пешеходного туризма и выполнение контрольных нормативов по овладению начальной подготовки скалолаза. Результатом подведения итогов тестирования по теоретической подготовке, является *зачетная система оценивания результатов*. Зачет ставится, если минимальное количество положительных ответов составляет 50% от общего числа вопросов. Зачет ставится, если все модули программы были освоены обучающимися и получили зачеты по всем 2 модулям.

## Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

### 4.1. Материально-техническое обеспечение программы:

- учебный кабинет, рассчитанный на 6обучающихся;
- классная доска.
-шкаф для хранения наглядных пособий, раздаточного материала, собранных материалов и снаряжения;
- прилегающая к зданию территория для практических занятий;
-справочная и специальная литература (атласы-определители, гербарии, справочники);
- географические карты;
- необходимое туристское снаряжение (палатки, рюкзаки, спальные мешки и т.д.).

**Особенности организации образовательного процесс**а.

В образовательном процессе используется очная форма обучения. Образовательный процесс проходит в групповой форме, группу можно делить на микро группы и также проводить консультации с учащимися.

### 4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых». При необходимости обеспечить консультации у педагога-психолога; логопеда для всех участников образовательных отношений в рамках помощи обучающемуся в реализации АДОП.

### 4.3. Учебно-методическое обеспечение.

**Дидактическое обеспечение реализации программы**

- физические, топографические карты и планы местности;
- дидактические карточки, раздаточный материал, туристско-краеведческой деятельности;
- плакаты по туризму;
- Положения и условия соревнований;

**Методическое обеспечение реализации программы**

- учебные видеофильмы по туризму: пешеходному и горному;
- учебные фильмы по оказанию доврачебной помощи;
- фото- и видеоотчеты походов;
- методические пособия;
- методические пособия по экологии, флоре и фауне родного края;
- видеоматериал по географическому положению края и др.

| **Название учебной темы** | **Форма занятия** | **Название и форма методического материала** | **Методы и приемы организации учебно - воспитательного процесса.** |
|---|---|---|---|
| **Модуль1**. «Ориентирование в городской и природной среде» | Комб. | Тематический материал, презентация по теме, карта республики. Литература по теме | Методы и приемы организации учебно-воспит. процесса |
| **Раздел 1.** Правила дорожного движения в городской среде. | Комб. | Инструктаж по ТБ | Словесный наглядный |
| **Раздел 2**. «Ориентирование в городской среде» | Комб. | Карты, знаки | Словесный наглядный практический |
| **Раздел 3**. «Ориентирование в природной среде» | Комб. | Карта, компасы, снаряжение | Наглядные, словесные. |
| **Раздел 4.** «Применение современных технологий в туризме» | Комб. | Планшеты, навигаторы, карты Яндекс | Наглядный |

| **Название учебной темы** | **Форма занятия** | **Название и форма методического материала** | **Методы и приемы организации учебно-воспит процесса.** |
|---|---|---|---|
| **Модуль2.**<br>«Пешеходный туризм» | | | |
| **Раздел 1** Подготовка похода.<br>Введение. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися. | Комб. | Тематический материал, презентация по теме, карта республики. Инструктаж по ТБ | Словесный, наглядный |
| Определение цели и района похода. Подбор группы. Распределение обязанностей группы. Обязанности командира туристской группы, краеведа, старшего проводника и др. | Комб | Видеофильмы, литература по теме | Словесный, наглядный,<br>практический |
| Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами.<br>Разработка маршрута, составление плана похода, сметы расходов. | Комб | Карта Республики. Образцы маршрутного листа и маршрутной книжки, тематический материал, инструктаж | |
| Личное и групповое снаряжение. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Групповое снаряжение туристов, личное и специальное снаряжение туристов. Уход за снаряжением и его ремонт.<br>Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста-пешехода, требования к каждому предмету.<br>Туристский бивак.<br>Что такое привал и бивак в походе.<br>Основные требования к месту привала и бивака.<br>Планировка бивака. Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развёртывание и свёртывание бивака).<br>Графики дежурств на биваках. Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.<br>Выбор и заготовка топлива. Охрана природы.<br>Питание в походе.<br>Примерный набор продуктов питания для туристского похода.<br>Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. | Комб<br><br>Комб | Литература по теме, тематические разработки,туристское снаряжение, презентация на тему «Туристский бивак» | Словесный, наглядный, практический |

| | | | |
|---|---|---|---|
| Правила укладки рюкзака. Укладка рюкзака.<br>Проведение игры: «Что взять с собой в поход».<br>Страховка и самостраховка. | | | |
| Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями.<br>Значение дисциплины в походе.<br>Распределение обязанностей и заданий по краеведческой работе, план фото-и киносъёмок<br>Ведение календаря погоды и протокола (хронометража) движения. | Комб | Презентации, рефераты, слайды | Наглядные, словесные.<br>Защита Презентаций |
| **Раздел 2.**<br>Туристская группа в походе. Обеспечение безопасности.<br>Спортивное и краеведческое содержание похода.<br>Значение активного способа передвижения и преодоления естественных препятствий на маршруте.<br>Поход и прогулка. | Комб | Инструктаж по ТБ, дидактическое пособие, тематический материал | Словесный,<br>наглядный |
| Правила поведения туристов в лесу, на воде, на склонах.<br>Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений.<br>Правила поведения туристов на коротких привалах. | Комб | Тематический материал, презентация по теме, карта республики | Словесный,<br>наглядный,<br>практический |
| **Раздел 3.** Типографическая подготовка.<br>Ориентирование с помощью карты и компаса.<br>Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.<br>Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт.<br>Пользование линейным и числовыми масштабами.<br>Диктант: топографические знаки<br>Зарисовка топографических знаков (40-50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам.<br>Практическое занятие. Топографический диктант. Разбор топографического диктанта.<br>Повторение плохо усвоенных топографических знаков. Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный.<br>Приложение на карте маршрута по его текстовому описанию | Комб | Дидактический материал, топографическая и географическая карты, топографич.знаки, информац. стенд, тематический материал, презентация. | Словесный,<br>наглядный,<br>практический |

| | | | |
|---|---|---|---|
| (по легенде).<br>Курвиметр. Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов). | Комб<br><br>Комб | Дидактический материал, топографическая и географическая карты, топографич.знаки, информац. стенд, тематический материал, презентация. | |
| **Раздел 4**.Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему.<br>Личная гигиена туриста.<br>Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах.<br>Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Самоконтроль туриста. Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.<br>Проведение наблюдений, вычерчивание схем, нанесение дополнений на карту, фотографирование, ведение записей, составление описания пути движения и интересных объектов, организация и проведение экскурсий, сбор экспонатов. | Комб<br><br>Комб<br><br>Комб | Тематический материал, инфостенд: «Первая медицинская помощь», «Правила санитарии и гигиены», инструктаж по ТБ | словесный,<br>наглядный,<br>наблюдение |
| Практическое занятие. Поход выходного дня. | | | Зачет |

**Литература для педагога**

1. Ганопольский В.И. Уроки туризма: Пособие для учителей. Мн.,2002 г.
2. Ивлиева, О. В. Теория и практика экологического туризма: учебное пособие / О. В. Ивлиева; Южный федеральный университет. — Ростов-на-Дону; Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2020. — 86 с.
3. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – 2-е изд.- М.: Профиздат, 1990.
4. Маслов А.Г. Школа безопасности. Программа для системы дополнительного образования детей. – М.: изд-во ЦДЮТиК, 2007.
5. Смирнов Д.В. Оздоровительно-познавательный туризм. – М.: «Советский Спорт», 2003
6. Смирнов Д.В. Юные туристы-краеведы. Программа для системы дополнительного образования детей. – М.: изд-во ЦДЮТиК, 2006.
7. Спортивное ориентирование/Программы для системы дополнительного образования детей/ М.: ЦДЮТур, 1999.
8. «Школа жизни – окружающий мир» (Сборник методических материалов). – М., 2004г.
9. Правила дорожного движения 2018 г. (с изменениями и дополнениями)
10. К.В. Петрова «Как научить детей ППД». Планирование занятий, конспекты, кроссворды, дидактические игры, – Изд. 3-е – Ростов н/Д.: Дрофа, 2015г.
11. 4. Е. И. Шаланова "Правила безопасности - Дорожного движения"– Ростов н/Д.: Дрофа, 2015г.
12. 5. Т. Ф. Саулина "Три сигнала светофора"– Изд. 2-е – Ростов н/Д.: Феникс, 2016.
13. 6. Н.Н. Пикулева "Дорожная азбука".– Изд.– Ростов н/Д.: Феникс, 2017г.

**Интернет-ссылки**:

https://blog.themarfa.name/
https://infohuawei.com/razbor-voprosov/prilozhenija/luchshie-prilozhenija-dlja-pohodov-marshrut-_pod-kontrolem/
https://bezpalatki.ru/kak-razrabotat-marshrut-pokhoda/ (алгоритм составления туристического маршрута)
https://www.youtube.com/watch?v=BH_VrQFbrfw
https://www.youtube.com/watch?v=wHUwMNbtgDg
https://www.youtube.com/watch?v=9H7ee_GSe2c
https://docs.cntd.ru/document/456071792
https://edelweiss-dolina.ru/2019/06/kak-razrabotat-turisticheskij-marshrut/
https://childage.ru/obuchenie-i-obrazovanie/nachalnaya-shkola/testyi-po-pdd-dlya-shkolnikov-s-otvetami.html

**Электронные образовательные ресурсы:**

1. Регламент группы спортивных дисциплин «дистанции пешеходные»: [Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL: http://tmmoscow.ru/norm_doc/reg_play/regplay_2019_pedestrian_25042019.pdf. (Дата обращения: 25.06.2019).
2. Регламент по спортивному туризму Туристско-спортивные мероприятия, связанные с прохождением туристских маршрутов: [Электронный ресурс] // Федерация спортивного туризма в России. URL: http://www.tssr.ru/files/materials/1641/2008%CF%E5%F7%E0%F2%FC%D0%E5%E3%EB%E0%EC%E5%ED%F2%20%EC%E0%F0%F8%F0%F3%F22%2B.p df. (Дата обращения: 25.06.2019). 3. Условия соревнований в дисциплине «контрольно-туристский

маршрут»: [Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL: http://tmmoscow.ru/news/mos2019/Sutur_pesh_BV_usl_KTM.pdf. (Дата обращения: 25.06.2019).

3.Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная - группа» (длинная): [Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL: http://tmmoscow.ru/news/mos2019/Sutur_pesh_BV_usl_gr_2kl.pdf. (Дата обращения: 25.06.2019).

4.Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная» (короткая) [Электронный ресурс] // Туризм спортивный. URL: http://tmmoscow.ru/news/mos2019/Sutur_pesh_BV_usl_lich_2kl.pdf

**Литература для детей и родителей:**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М.: изд-во ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алексеев А.А. Спортивный туризм в СССР и России (к истории развития). - М.: ООО "САМ Полиграфист", 2015. - 468 с., ил.
3. Бардин К.В.. Азбука туризма. – М., 1981.
4. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. – М.: «Вокруг света», 1994.
5. Игры детей мира. Популярное пособие для родителей и педагогов / Сост. Т.И. Линго
6. Кодыш Э.Н.. Туристические слеты и соревнования. – М., 1984.
7. Константинов Ю.С. «Словарь юного туризма».
8. Крайнева И.Н. «Узлы: Простые, забавные, сложные. 152 модели на все случаи жизни» СПб.: ИЧП "Кристалл", АОЗТ "Невский клуб", 1997. - 240 с., илл.
9. Культура и традиции, 1995.- 384 с., илл.
10. М.В Душин, В.Н.Куров. - Ярославль: "Академия развития", 1998. –176 с., ил. - (Серия:"Потехе час")
11. Остапец А.А.. В походе юные. – М., 1978.
12. Поломис К. Дети на отдыхе/ К. Поломис, З. Махитки - Пер. с чешского. - М.:
13. Т.Барышникова, обложка Л. Амбросовой и П.Хвостовой «Игры на воздухе» - СПб.: Кристалл, Корона принт, 1998г. - 288 с., ил.
14. Штюрмер Ю.А. «Краткий справочник туриста», - М., 1985.
15. Юньев И.С. «Краеведение и туризм».- М., 1994

**Приложение №1.**

**Календарно-учебный график**

| № | Месяц | Число | Время | Форма занятия | Кол-во часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| **Модуль 1. Ориентирование в природной и городской среде.** | | | | | | | | |
| 1. | | | | | 2 | Введение.<br>Туризм и его особенности. | | Опрос, наблюдение |
| 2. | | | | | 2 | Туризм и его особенности. Природа родного края. Его история. | | Опрос, наблюдение |
| 3. | | | | | 2 | Краеведческая работа в горном походе. | | Опрос, наблюдение |
| 4. | | | | | 2 | Пешеходный туризм. Бивак и бивачные работы в горной местности. Питание в горном походе. | | Опрос, наблюдение |
| 5. | | | | | 2 | Пешеходный туризм. Бивак и бивачные работы в горной местности. Питание в горном походе. | | Опрос, наблюдение |
| 6. | | | | | 2 | Бивак и бивачные работы в горной местности. | | Опрос, наблюдение |
| 7. | | | | | 2 | Устройство всех туристических палаток. | | Опрос, наблюдение |
| 8. | | | | | 2 | Графики дежурств на биваках. | | Опрос, наблюдение |
| 9. | | | | | 2 | Типы Костров. | | Опрос, наблюдение |
| 10. | | | | | 2 | Питание в походе и правильный подбор продуктов. | | Опрос, наблюдение |
| 11. | | | | | 2 | Правильный сбор рюкзака и укладка. | | Опрос, наблюдение |
| 12. | | | | | 2 | Общие положения. Обязанности водителей, пешеходов, пассажиров. | | Опрос, наблюдение |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 13. | | | | | 2 | Общие положения. Обязанности водителей, пешеходов, пассажиров. | | Опрос, наблюдение |
| 14. | | | | | 2 | Дорожные знаки и их группы. Предупреждающие знаки. наки приоритета. | | Опрос, наблюдение |
| 15. | | | | | 2 | Дорожная разметка. Запрещающие знаки. Предписывающие знаки. Информационные знаки и знаки сервиса | | Опрос, наблюдение |
| 16. | | | | | 2 | Дорожная разметка. Сигналы светофора и регулировка. Вертикальная и горизонтальная дорожная разметка. | | Опрос, наблюдение |
| 17. | | | | | 2 | Значение сигналов светофора | | Опрос, наблюдение |
| 18. | | | | | 2 | Движение в жилых зонах Значение сигналов регулировщика | | Опрос, наблюдение |
| 19. | | | | | 2 | Движение через железнодорожные пути Знаки, обозначающие жилую зону | | Опрос, наблюдение |
| 20. | | | | | 2 | Перевозка людей Движение пешеходов. | | Опрос, наблюдение |
| 21. | | | | | 2 | Поведение участников и очевидцев ДТП Пересечение ж/д путей | | Опрос, наблюдение |
| 22. | | | | | 2 | Когда и как можно переезжать ж/д путей. Типы костров и их назначение. Костровое оборудование. Выбор и заготовка топлива. | | Опрос, наблюдение |
| 23. | | | | | 2 | Питание в походе. Примерный набор продуктов питания для туристского похода. | | Опрос, наблюдение |
| 24. | | | | | 2 | При запрещающем сигнале светофора. Правила перехода ж/д переезда | | Опрос, наблюдение |
| 25. | | | | | 2 | ППД при перевозке людей. | | Опрос, наблюдение |
| 26. | | | | | 2 | ППД при перевозке людей. | | Опрос, наблюдение |
| 27. | | | | | 2 | Правильное поведение при ДПТ. Поведение участников и очевидцев ДТП | | Опрос, наблюдение |
| 28. | | | | | 2 | Приемы оказания пострадавшим первой доврачебной помощи | | Опрос, |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | при ДТП | | наблюдение |
| 29. | | | | | 2 | Дорожные «ловушки» | | Опрос, наблюдение |
| 30. | | | | | 2 | Питание в экскурсии и правильный подбор продуктов. | | Опрос, наблюдение |
| 31. | | | | | 2 | Правильный сбор рюкзака и укладка. | | Опрос, наблюдение |
| 32. | | | | | 2 | Опасности в городе. Проведение прогулки с группой с отработкой навыков преодоления препятствий. | | Опрос, наблюдение |
| 33. | | | | | 2 | Правильное преодоление маршрута все видов. | | Опрос, наблюдение |
| 34. | | | | | 2 | Проведение прогулки. | | Опрос, наблюдение |
| 35. | | | | | 2 | Компас и правильное использование компаса. | | Опрос, наблюдение |
| 36. | | | | | 2 | Пользование компасом в походе. Определение сторон горизонта по небесным светилам, местным признакам. | | Опрос, наблюдение |
| 37. | | | | | 2 | Азимут. Курвиметр. Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута.<br>Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов). | | Опрос, наблюдение |
| 38. | | | | | 2 | Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо. | | Опрос, наблюдение |
| 39. | | | | | 2 | Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. | | Опрос, наблюдение |
| 40. | | | | | 2 | Пользование линейными и числовыми масштабами. Топографические знаки. | | Опрос, наблюдение |
| 41. | | | | | 2 | Диктант. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. | | Опрос, наблюдение |
| 42. | | | | | 2 | Топографический диктант. Разбор топографического диктанта. | | Опрос, наблюдение |
| 43. | | | | | 2 | Чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. | | Опрос, наблюдение |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 44. | | | | | 2 | Разбор топографического диктанта. | | Опрос, наблюдение |
| 45. | | | | | 2 | Технологии в туризме. | | Опрос, наблюдение |
| 46. | | | | | 2 | Карты. Чтение карты и составление маршрута с помощью гаджетов. | | Опрос, наблюдение |
| 47. | | | | | 2 | Разбор маршрутов. | | Опрос, наблюдение |
| 48. | | | | | 2 | Разбор примеров составленных маршрутов (с применением ссылок, которые предлагает педагог). | | Опрос, наблюдение |
| 49. | | | | | 2 | Применение приложений: AllTrails, Komoot, AlpineQuest, ViewRanger и другие. | | Опрос, наблюдение |
| 50. | | | | | 2 | Как помощью Cooqle карт, Яндекс карт находить объекты, строить прямые и кольцевые маршруты. | | Опрос, наблюдение |
| 51. | | | | | 2 | Навыки. Обучение практическим навыкам и демонстрация приобретенных навыков, умений, навыков. | | Опрос, наблюдение |
| 52. | | | | | 2 | **Итоговое занятие по модулю: Презентация выбранных маршрутов.** | | Опрос, наблюдение |
| **Модуль 2. Пешеходный туризм** | | | | | | | | |
| 53. | | | | | 2 | Закон об охране природы. Животные и растения ЧР, которые занесены в Красную книгу. | | Опрос, наблюдение |
| 54. | | | | | 2 | Презентация класса по маршрутам | | Опрос, наблюдение |
| 55. | | | | | 2 | Лекарственные травы, которые можно использовать в походе. | | Опрос, наблюдение |
| 56. | | | | | 2 | Использование карт и карточек с изображением флоры и фауны родного края. | | Опрос, наблюдение |
| 57. | | | | | 2 | Гидрография края. | | Опрос, наблюдение |
| 58. | | | | | 2 | Исследование воды и рек. | | Опрос, наблюдение |
| 59. | | | | | 2 | Несложные исследования почвы. Наблюдение за погодой. | | Опрос, наблюдение |

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 60. | | | | | 2 | Топографические знаки. | | Опрос, наблюдение |
| 61. | | | | | 2 | Составление календаря погоды. | | Опрос, наблюдение |
| 62. | | | | | 2 | Доврачебная помощь пострадавшему. | | Опрос, наблюдение |
| 63. | | | | | 2 | Проведение несложных исследований почвенных проб, взятых в различных местах. Составление календаря погоды. | | Опрос, наблюдение |
| 64. | | | | | 2 | Проведение несложных исследований почвенных проб, взятых в различных местах. Составление календаря погоды. | | Опрос, наблюдение |
| 65. | | | | | 2 | Личная гигиена туриста. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Купание в походе. | | Опрос, наблюдение |
| 66. | | | | | 2 | Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Самоконтроль туриста. | | Опрос, наблюдение |
| 67. | | | | | 2 | Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего. | | Опрос, наблюдение |
| 68. | | | | | 2 | Набор лекарств в походной аптечке. Отработка навыков оказания первой доврачебной помощи. Отработка навыков транспортировки пострадавшего. | | Опрос, наблюдение |
| 69. | | | | | 2 | Повторение плохо усвоенных топографических знаков. Упражнения и задачи на масштаб. | | Опрос, наблюдение |
| 70. | | | | | 2 | Итоговое занятие с демонстрацией приобретенных знаний, умений, навыков. | | Опрос, наблюдение |
| 71. | | | | | 4 | Поход выходного дня. | | |

**Приложение №2.**

**Оценочные и методические материалы**

**Тест 1.** Правила гигиены в многодневном походе. За каждый правильный ответ – 1 балл. (Правильные ответы выделены жирным шрифтом)
1. Для защиты голеностопного сустава в пешеходном походе применяются…
А. Бахилы Б. Фонарики **В. Резиновые сапоги**
2. Перед едой следует…
А. Проголодаться Б. Почистить зубы **В. Вымыть руки**
3. Одежду в пешеходном походе следует подбирать так, чтобы…
А. Было красиво Б. Не вспотеть **В. Не замерзнуть**
4. В конце ходового дня следует…
А. Почистить рюкзак Б. Помыться **В. Сделать доклад командиру группы**
5. Для защиты от дождя в личное снаряжение входит
А. Кусок полиэтилена 1,5х2м **Б. Накидка от дождя** В. Зонтик
6. Для обеззараживания воды в походе может применяться
А. Марганцовка Б. Спирт **В. Йод**
7.Для обработки легких ран применяется…
А. Йод Б. Зеленка **В. Перекись водорода**
8. Какую воду можно пить на маршруте?
А. Любую **Б. Только родниковую** В. Кипяченную газированную
9. Если вы чувствуете, что натираете мозоль на ноге, вы
А. Потерпите до ближайшего большого привала Б. Немедленно сообщите руководителю группы **В. Немедленно сообщите медику группы**
10. Посуду в походе нужно…
А. Не мыть, потому что в походе-все стерильно!
Б. Хранить в тканевом мешочке, а не в полиэтиленовом
**В. Мыть после каждого приема пищи**
11. Выберите верное правило для похода:
А. Группа должна пользоваться одним полотенцем на всю группу
Б. В группе должна быть одна зубная паста на всех
**В. У каждого участника похода должны быть: полотенце, зубная щетка**
Количество баллов: _____
Подпись судьи: _____

**Результативность**
Обучающийся ответил на 5 вопросов из 11 (0-5 Низкий уровень баллов)
Обучающийся ответил на 9 вопросов из 11 (6-9 Средний уровень баллов)
Обучающийся ответил на 10 и более вопросов (10-11 Высокий уровень баллов)

**Карточка 1. Должности в походе**
Прочитайте информацию на карточках и найдите для каждой свою пару – для каждой должности в походе ее характеристику. За каждый правильный ответ – 2 балла.
2. Командир
Выбирает место для костра. Убирает дёрн, поливает его водой. Перед уходом с привала разравнивает политые водой угли и золу, возвращает дерн на свое место и поливает водой
3. Ответственный за питание
Отвечает за поисково-краеведческую работу, изучает природные, исторические, культурные ценности района похода 7

4. Ответственный за снаряжение
Отвечает за составление сметы похода, распределяет средства по расходным статьям, изучает информацию по транспорту, закупает проездные билеты или заказывает транспорт
5. Санитар (медик)
Работает с компасом и картой, помогает ориентироваться на маршруте, фиксирует в блокноте этапы прохождения группы. Его записи используются для составления отчета о прохождении маршрута
6. Костровой
Он выбирается из состава команды. Является помощником руководителя группы. Следит за выполнением обязанностей среди участников похода, следит за выполнением графика движения
8. Ремонтных дел мастер
Его работа связана с тем, чтобы запечатлеть самые интересные и захватывающие моменты, собрать материал для составления отчета о походе
7. Краевед, летописец
Составляет меню похода, закупает продукты, распределяет продукты по рюкзакам участников. Ведет учет продуктов. По мере расхода продуктов занимается их перераспределением среди участников.
8. Фотограф
Комплектует набор инструментов для ремонта группового и личного снаряжения, осуществляет ремонт группового снаряжения, контролирует его исправность.
9.Штурман, хронометрист
Следит за личной и общественной гигиеной, выбирает место для забора питьевой воды. С привала уходит последним, убедившись, что мусор убран и уничтожены все следы пребывания группы

Казначей, транспортник
Распределяет снаряжение среди участников, следит за его сохранностью и своевременным ремонтом. При уходе с привала контролирует, чтобы участники не оставили снаряжение.

**Игра: «Собираемся в первый поход»**
1. Цель.
Проверка знаний по разделу «Снаряжение» по следующим темам: сбор рюкзака, личное и групповое снаряжение, сушка одежды и обуви в полевых условиях, состав ремонтного набора у учащихся первого года обучения в игровой форме.
2. Участники.
В мероприятии принимают участие команды по два-три человека. Возможный вариант проведения личный, среди учащихся одного кружка.
3.Проведение конкурсов.
Участники рассаживаются за столами командами. Конкурсы не должны занимать много времени, в основном 2- 4 мин. Победителем считается команда, набравшая наибольшее количество баллов. Командам могут быть начислены штрафные баллы за мусор, шум.
4. Конкурсная программа.
Содержание конкурсов. «Сложи рюкзак» Учащимся на выбор предоставляется разнообразное снаряжение и задаются условия похода.
Задание: выбрать необходимое снаряжение, исходя из условий похода, и правильно уложить рюкзак. «Зимой в поход». Из предложенного списка выбрать необходимое личное снаряжение, исходя из условий похода (Приложение 1, 1а). «Ремнабор» Тест на знание состава ремнабора (приложение 2, 2а) «Мое или наше»
Разбить предоставляемый список снаряжения на два списка – личное и групповое снаряжение (приложение 3, 3а).
«Ноги мои ножки» Перечислить требования к походной обуви.

«Собери комплект» С завязанными глазами собрать в специальные мешочки умывально-гигиенические принадлежности и набор личной посуды. «Незаконченное предложение» Закончить предложения:
«Я съел кашу, вымыл миску и убрал ее в …».
«Мы собирались домой и …….. веревки».
«Валька взял …… и снял котелок с костра».
«Ложась спать, я снял кроссовки и положил их …».
«Отрезав кусочек хлеба, я положил буханку…»

**Приложение к игре «Собираемся в первый поход»**
Команда _____

**«Зимой в поход»**
Выберите необходимые предметы личного снаряжения (зачеркните ненужное)
Аптечка Лыжи Фонарик Веревки Лавинная лопата КЛМН Котлы Кеды Шорты Топор Коврик Варежки Плавки Бахилы Джинсы Сидушка Полиэтилен для дров Шерстяные носки Теплая куртка Свечи Свитер Тушенка Костровой тент Чайник Домкрат Половник Мыло Сухое горючее Открывашка Средство от комаров

Трафарет (правильные ответы)
«Зимой в поход»
Аптечка Лыжи Фонарик КЛМН Коврик Варежки Бахилы Сидушка Шерстяные носки Теплая куртка Свечи Свитер Мыло Сухое горючее

**Приложение 2 к игре «Собираемся в первый поход»**
Команда _____

«Собери ремнабор» для пешеходного похода выходного дня в летнее время
Выберите необходимые предметы (зачеркните ненужное)
калькулятор плоскогубцы барометр компас рубанок фастекс сварочный аппарат отвертка весы верстак молоток наперсток кувалда проволока пуговицы топор лампочки степлер микроскоп паяльник иголки нитки в ассортименте изолента газовая лампа ножницы микрометр рулетка

Правильные ответы (трафарет)
«Собери ремнабор»
плоскогубцы фастекс отвертка молоток наперсток проволока пуговицы лампочки иголки нитки в ассортименте изолента ножницы
Команда _____

**«Мое или наше»**
Выберите в один столбец личное снаряжение, а в другой групповое.
Печка. Лыжи. Шатер. Лавинная лопата. Кружка. Ремнабор. Веревки. Хозяйственный набор. Котлы. Кеды. Карабины. Коврик. Топор. Таганок. Плавки. Бахилы. Сидушка. Пила. Пуховка.
Полиэтилен для дров. Байдарка. Свечи. Свитер. Костровой тент. Спички. Половник. Часы. Открывашка. Фонарик. Рюкзак. Сухое горючее. Велосипедки.

Правильные ответы «Мое или наше»
Групповое снаряжение Печка Шатер Ремнабор Веревки Котлы Карабины Топор Таганок Пила Костровой тент Хозяйственный набор Открывашка Лавинная лопата Половник Байдарка Полиэтилен для дров

Личное снаряжение Лыжи Спички Кружка Пуховка Кеды Коврик Фонарик Бахилы Плавки Свитер Свечи Сидушка Рюкзак Сухое горючее Часы Велосипедки
По итогам конкурса команда получает грамоты.

**Тема «Питание»**

**Конкурсная программа «Завтрак туриста»**
1. Цель.
Проверка знаний по разделу «Питание» по следующим темам: составление меню, упаковка и хранение продуктов, приготовление пищи в полевых условиях. Развитие навыков совместной деятельности, необходимых для совершения туристского путешествия.
2. Участники. Состав команды – 2-3 человека.
3.Проведение конкурсов.
Участники рассаживаются за столами командами. Конкурсы не должны занимать много времени, в основном 2- 4 мин. На задание – тесты контрольное время 1 мин. Вечер начинается с представления домашнего задания, как визитной карточки команды. Командам могут быть начислены штрафные баллы за мусор, шум.
4. Подведение итогов.
Победителем считается команда, набравшая наибольшее количество баллов. В проведение игры принимают участие педагоги – руководители объединений, чьи команды принимают участие в игре. Задача педагогов – в процессе игры определить степень активности каждого учащегося, степень эффективности его взаимодействия с другими учащимися (степень коммуникативности). По итогам игры педагог может принять зачет у членов руководимого им объединения.
5. Конкурсная программа.
Содержание конкурсов.
«Домашнее задание» В качестве домашнего задания команда предоставляет жюри меню и рецепт приготовления туристского обеда из лесных припасов.
«Сластена» Участник каждой команды определяет на вкус количество ложек сахара в чае.
«Свари ужин» Участник каждой команды визуально определяет сыпучие продукты.
«Завтрак не проснувшись» Участник каждой команды определяет на ощупь продукты, находящиеся в завязанном матерчатом мешочке.
«Слабо?» Участник каждой команды определяет на ощупь количество горошин находящихся в завязанном матерчатом мешочке.
«Официант» Пронести по кругу или определенной траектории, поднос с наполненной водой посудой. Побеждает тот, кто прольет меньше воды.
«По-братски» Участник каждой команды должен определить, в каких емкостях (кружка, миска, котел, стакан, тарелка) находится одинаковое количество воды. «Дежурные» Побеждает тот из участников, кто отрежет самый тонкий кусочек от буханки хлеба.
«Мерная кружка» От участников конкурса требуется разлить определенный объем жидкости (воды) по определенным емкостям (кружкам), так, чтобы в каждой кружке оказалось одинаковое количество воды. Для большей остроты ощущений участникам можно завязать глаза.
Команда _____

**«Как Петя и Вася в поход собирались»**
Весь июнь Петя и Вася катались на велосипедах, купались и играли на заднем дворе в солдатиков, но все это стало потихоньку надоедать. И вот однажды, в первую неделю июля, Пете в голову пришла гениальная идея – «Вася» - вскричал он – «Завтра мы идем в поход». На чердаке ребята нашли старую залатанную палатку и пару банок консервов, слегка вздувшихся, «ну да ладно», решил они - «в походе и такая сойдет…». У мамы Вася выпросил большую эмалированную кастрюлю – варить кашу, а Петя одолжил у бабушки

чайник. Чай ребята насыпали в спичечный коробок, а соль и сахар в кулечки из газеты. Васин папа принес из холодильника пельмени – «сварите на обед, только не забудьте подложить перец и лаврушки». У тети Сони – соседки, которая кур разводит, взяли килограмм пшена на ужин, долго спорив, хватит или попросить еще? Кинули в карман рюкзака пачку масла, как говорится – «кашу маслом не испортишь…». Вася взял любимую фарфоровую чашку и тарелку с голубой каемкой, а Петя позаимствовал у дедушки – боевого генерала в отставке большую алюминиевую кружку и такую же замечательную миску. «Ну вот, кажется, ничего не забыли» - решили ребята и отправились в поход…

Команда _____

**Тест. Съедобные грибы**

Не съедобные грибы зачеркнуть.

Мухомор Сыроежка Белый гриб Подберезовик Моховик Сатанинский гриб Подосиновик Желчный гриб Волнушка Дубовик Груздь перечный Груздь черный Масленок Волнушка Перечный гриб Поганка ГорькушкаСерушка

Приложение 2а.

Трафарет

Тест. Съедобные грибы

Сыроежка Белый гриб Подберезовик Моховик Подосиновик Волнушка Груздь перечный Груздь черный Масленок Волнушка ГорькушкаСерушка

Команда _____

**«Собери аптечку» для пешеходного похода 1 категории сложности в летнее время**

Выберите 15 необходимых медикаментов (зачеркните ненужное)

| | | |
|---|---|---|
| хлорид натрия туалетная | бинт стерильный | цитрамон |
| Пантенол | мыло | сульфадиметоксинмет |
| перманганат кальция | жгут | фурупупсин |
| Альбуцид | зелень бриллиантовая | раствор аммиака |
| хлорид натрия | туалетная бумага | пиносол |
| ацетилсалициловая к-та | помада гигиеническая | стрингулез |
| Пинцет | пудра | педикулез |
| Отит | стрептокалл | ватин прошивной |
| перекись водорода | Пластырь | спирт этиловый |
| ацетон | скотч | спирт метиловый |
| Троксемазин | но-шпа | валокордин |

Правильные ответы (трафарет)

**«Собери аптечку» (закрасьте прямоугольники с правильными ответами)**

| | | |
|---|---|---|
| хлорид натрия туалетная | бинт стерильный | цитрамон |
| пантенол | мыло | сульфадиметоксинмет |
| перманганат кальция | жгут | фурупупсин |
| альбуцид | зелень бриллиантовая | раствор аммиака |
| хлорид натрия | туалетная бумага | пиносол |
| ацетилсалициловая к-та | помада гигиеническая | стрингулез |
| пинцет | пудра | педикулез |
| отит | стрептокалл | ватин прошивной |
| перекись водорода | пластырь | спирт этиловый |
| ацетон | скотч | спирт метиловый |
| троксемазин | но-шпа | валокордин |

**Тесты: по Правилам ПДД в городской среде.**

✍ Вариант 1

Вопрос 1. Кто такие участники дорожного движения? Варианты ответов: А) водители транспортных средств Б) пешеходы В) пассажиры Г) все перечисленные категории.

Вопрос 2. Соблюдать правила дорожного движения нужно? Варианты ответов: А) в темное время суток **Б) всегда** В) когда вблизи находится регулировщик или инспектор ГИБДД Г) когда на это есть настроение.

Вопрос 3. Где находится родина первого в мире светофора? Варианты ответов: А) в Голландии Б) в России В) в Англии Г) в Италии.

Вопрос 4. Сколько сигналов имеет светофор для пешеходов? Варианты ответов: А) один Б) два В) три Г) ни одного.

Вопрос 5. Что означает красный сигнал светофора? Варианты ответов: А) движение всем участникам дорожного движения начинать нельзя: пешеходам и автотранспортным средствам Б) можно начинать движение пешеходам и автотранспортным средствам В) можно начинать движение автотранспортным средствам и нельзя пешеходам Г) можно начинать движение пешеходам и нельзя автотранспортным средствам.

Вопрос 6. Что означает зеленый сигнал светофора? Варианты ответов: А) движение всем участникам дорожного движения начинать нельзя: пешеходам и автотранспортным средствам Б) можно начинать движение пешеходам и автотранспортным средствам В) можно начинать движение автотранспортным средствам и нельзя пешеходам Г) можно начинать движение пешеходам и нельзя автотранспортным средствам.

Вопрос 7. Что означает желтый сигнал светофора? Варианты ответов: А) движение всем участникам дорожного движения начинать нельзя: пешеходам и автотранспортным средствам Б) можно начинать движение пешеходам и автотранспортным средствам В) можно начинать движение автотранспортным средствам и нельзя пешеходам Г) можно начинать движение пешеходам и нельзя автотранспортным средствам.

Вопрос 8. Если светофор не исправен, кто регулирует движение на проезжей части? Варианты ответов: А) инспектор ГИБДД Б) регулировщик В) полицейский Г) дорожный рабочий

Вопрос 9. Какой инструмент использует регулировщик для регулирования движения на проезжей части? Варианты ответов: А) рупор Б) рацию В) жезл Г) палочку.

Вопрос 10. Какого элемента дороги не существует? Варианты ответов: А) парапет Б) бордюр В) тротуар Г) обочина.

✍ Вариант 2

Вопрос 1. При отсутствии тротуаров как пешеходы передвигаются по обочине проезжей части? Варианты ответов: А) по ходу движения автотранспорта Б) навстречу движения автотранспорта В) по бордюру Г) как угодно.

Вопрос 2. Какой дорожный знак, установленный у дороги возле школы, позволяет безопасно пересекать проезжую часть? Варианты ответов: А) знак «Осторожно, дети» Б) знак «Пешеходный переход» В) знак «Движение прямо» Г) знак «Проезд запрещен».

Вопрос 3. Дорожный знак «Пешеходный переход» относится к группе: Варианты ответов: А) предупреждающих Б) запрещающих В) информационных Г) знаков приоритета.

Вопрос 4. Пешеходные переходы бывают: Варианты ответов: А) наземными Б) подземными В) надземные В) ответы А и Б верны Г) ответы Б и В верны Д) все ответы верны Е) нет верных ответов.

Вопрос 5. Пешеход собирается переходить улицу. Сколько раз ему нужно посмотреть вправо и влево, чтобы перейти на другую сторону проезжей части? Варианты ответов: А) достаточно одного раза Б) достаточно двух раз В) сколько требуется, чтобы убедиться – опасности нет Г) можно вообще не смотреть, если переходить улицу по пешеходному переходу.

Вопрос 6. Что делать пешеходу, который не успел перейти дорогу на зеленый свет светофора Варианты ответов: А) нужно продолжить движение, пока он не перейдет улицу Б) нужно вернуться назад В) остановиться на островке безопасности и подождать нужного сигнала Г) как можно быстрее перебежать дорогу.

Вопрос 7. Пассажир – это: Варианты ответов: А) человек, который ходит пешком Б) человек, который управляет транспортным средством В) человек, который находится в транспортном средстве кроме водителя Г) все ответы не верны.

Вопрос 8. Общественный транспорт – это: Варианты ответов: А) троллейбус, автомобиль, грузовик Б) автобус, троллейбус, трамвай В) трамвай, поезд, электричка Г) самолет, пароход, паровоз.

Вопрос 9. В какие игры можно играть на проезжей части? Варианты ответов: А) в малоподвижные Б) в настольные В) в напольные Г) ни в какие.

Вопрос 10. Как называется транспорт для перевозки людей? Варианты ответов: А) личный Б) общий В) общественный Г) частный.

§Тесты по ПДД для школьников среднего звена Знания школьников среднего звена отличаются более глубокими познаниями и осмыслением вопроса по данной теме. Дети уже могут запоминать и различать разные виды дорожных знаков, умеют правильно реагировать на неординарные ситуации на проезжей части и прочее. Поэтому и тесты для оценки их подготовленности по правилам дорожного движения. Ниже приведем ряд тестов, позволяющих педагогам составить различные вариации учебных карточек по ПДД для школьников среднего звена.

✍Вариант 1

Вопрос 1. На картинке изображена некоторая ситуация. Как поступить пешеходу? Варианты ответов: А) уступить место автотранспортному средству Б) перейти дорогу перед автомобилем В) автомобилист обязан пропустить пешехода.

Вопрос 2. На картинке изображена некоторая ситуация. Как пешеходам следует переходить проезжую часть? Варианты ответов: А) в любом месте, еде есть пешеходный переход Б) перед и за регулировщиком В) переходить проезжую часть запрещено.

Вопрос 3. На картинке изображена некоторая ситуация. С какой стороны от регулировшика можно переходить проезжую часть? Варианты ответов: А) переходить дорогу запрещено Б) перед и за регулировщиком В) в любом месте по «зебре».

Вопрос 4. На картинке изображена некоторая ситуация. Когда можно переходить дорогу без помощи подземного перехода? Варианты ответов: А) если нет движущегося автотранспорта Б) если пешеходы очень торопятся В) только по подземному переходу и никак иначе Г) по своему усмотрению.

Вопрос 5. В каком месте следует ожидать общественный транспорт? Варианты ответов: А) на обочине дороги Б) на остановке, при необходимости можно выходить на проезжую часть, чтобы посмотреть, не приближается ли транспорт В) на остановке, выходить на проезжую часть нельзя Г) в любом удобном для пешехода месте.

Вопрос 6. Разрешено ли пешеходам пересекать проезжую часть в зоне видимости светофора? Варианты ответов: А) да Б) нет В) только если нет движущегося автотранспорта.

Вопрос 7. Как правильно обходить трамвай? Варианты ответов: А) только сзади Б) только спереди В) по ближайшему пешеходному переходу Г) без разницы, все ответы верны.

Вопрос 8. На картинке изображен дорожный знак. Что он означает? Варианты ответов: А) движение пешеходов запрещено Б) движение пешеходов разрешено В) пешеходный переход.

Вопрос 9. Если отсутствует пешеходный переход, в каком месте пешеходы могут пересекать проезжую часть? Варианты ответов: А) в участках проезжей части, где мало автомобилей, под прямым углом к бордюру Б) на перекрестках В) без разницы, оба ответы верны.

Вопрос 10. На картинке изображена ситуация. В каком участке проезжей части пешеходам разрешается переходить дорогу? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В) 3 Г) 4 Д) 5

✍Вариант 2

Вопрос 1. Как правильно перейти проезжую часть, если поблизости отсутствует пешеходный переход? Варианты ответов: А) идти вдоль обочины до ближайшего светофора Б) оценить ситуацию и при отсутствии движущегося автотранспорта перейти дорогу В) нужно остановиться, посмотреть налево, затем направо, затем еще раз налево, и только убедившись в своей безопасности со всех сторон, начинать переход через проезжую часть Г) только если на проезжей части отсутствует автотранспорт.

Вопрос 2. Как правильно обходить троллейбус? Варианты ответов: А) только сзади Б) только спереди В) по ближайшему пешеходному переходу Г) без разницы, все ответы верны.

Вопрос 3. На картинке изображена ситуация. Какой дорожный знак следует разместить в этом случае? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В)

3 Вопрос 4. Сколько человек одновременно может ехать на велосипеде? Варианты ответов: А) один Б) два В) три Г) сколько поместится Д) один или два при наличии велокресла.

Вопрос 5. Как правильно обходить трамвай? Варианты ответов: А) только сзади Б) только спереди В) по ближайшему пешеходному переходу Г) без разницы, все ответы верны

Вопрос 6. На картинке изображен дорожный знак. Что он означает? Варианты ответов: А) движение запрещено Б) осторожно, идет стройка В) въезд запрещен для автотранспортных средств, для пешеходов движение разрешено.

Вопрос 7. Какой из дорожных знаков означает «пешеходную дорожку? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В) 3 Г) 4

Вопрос 8. Какой из дорожных знаков означает «пешеходный переход»? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В) 3 Г) 4

Вопрос 9. На картинке изображен дорожный знак. Что он означает? Варианты ответов: А) пешеходный переход Б) движение пешеходов запрещено В) переходная дорожка.

Вопрос 10. На картинке изображена ситуация. Какой дорожный знак следует разместить в этом случае? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В) 3 Г) 4

§ Тесты по ПДД для школьников старшего звена Тестовые задания для старшеклассников базируются не столько на умении вести себя на проезжей части, сколько на знании знаков дорожного движения.

Для изучения учебного материала педагогам рекомендуется использовать брошюры и методические указания по правилам дорожного движения в школе. Оценку уровня знаний школьников старшего звена можно осуществлять по следующим вопросам тестов.

Вопрос 1. На картинке изображены дорожные знаки. Какой из них означает, что движение для пешеходов запрещено? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В)

3 Вопрос 2. На картинке изображены дорожные знаки. Какой из них означает стоянку автотранспортных средств? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В) 3 Г)

4 Вопрос 3. На картинке изображены дорожные знаки. Какой из них означает пешеходный переход? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В) 3 Д) 4

Вопрос 4. На картинке изображены дорожные знаки. Какой из них означает запрет на движение велосипедов? Варианты ответов: А) 1 Б) 2 В) 3

Вопрос 5. На картинке изображен дорожный знак. Что он означает? Варианты ответов: А) подземный переход Б) надземный переход В) выход из подземного перехода Д) вход в здание по лестнице.

Вопрос 6. На картинке изображена некоторая ситуация. Как пешеходам не следует переходить проезжую часть? Варианты ответов: А) в любом месте, еде есть пешеходный переход Б) перед и за регулировщиком В) все ответы верны Г) правильных ответов нет.

Вопрос 7. На картинке изображена некоторая ситуация. С какой стороны от регулировщика запрещено переходить проезжую часть? Варианты ответов: А) перед и за регулировщиком Б) в любом месте по «зебре».

Вопрос 8. На картинке изображен дорожный знак. К какой группе знаков он относится? Варианты ответов: А) Запрещающий Б) Предупреждающий В) Знаки приоритета.

Вопрос 9. Как правильно обходить трамвай? Варианты ответов: А) только сзади Б) только спереди В) по ближайшему пешеходному переходу Г) без разницы, все ответы верны.

Вопрос 10. Как правильно обходить троллейбус и автобус? Варианты ответов: А) только сзади Б) только спереди В) по ближайшему пешеходному переходу Г) без разницы, все ответы верны

**Приложение №3**

**Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств ( возрастная группа до 8 лет )**

| № п/п | Нормативы; испытания. | | 8 лет | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | выс | сред | низ |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | М | 7,4 | 7,0 | 6,8 |
| | | Д | 7,6 | 7,2 | 7,0 |
| 2 | Смешанное передвижение на 1000 м (без учета времени) | М | + | + | + |
| | | Д | + | + | + |
| 3 | Метание теннисного мяча в цель, дистанция 6 м (количество попаданий из 5 бросков) | М | 4 | 3 | 2 |
| | | Д | 3 | 2 | 1 |
| 4 | Прыжок в длину с места (см) | М | 120 | 110 | 100 |
| | | Д | 100 | 90 | 85 |
| 5 | Подтягивания из виса на высокой перекладине(кол-во раз) | М | 3 | 2 | 1 |
| 6 | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз/мин) | М | 24 | 21 | 17 |
| | | Д | 21 | 18 | 15 |
| | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | М | +2 | +1 | -1 |
| | | Д | +4 | +3 | +1 |

+ - без учёта времени

**Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств ( возрастная группа от 9 до 10 лет включительно)**

| № п/п | Нормативы; испытания. | | 9-10 лет | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | выс | сред | низ |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | М | 6,2 | 6,7 | 6,9 |
| | | Д | 5,8 | 6,9 | 7,0 |
| 2 | Бег 1000 м (мин, сек.) | М | + | + | + |
| | | Д | + | + | + |
| 3 | Прыжок в длину с места (см) | М | 128 | 118 | 108 |
| | | Д | 118 | 108 | 98 |
| 4 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | М | +6 | +3 | +1 |
| | | Д | +8 | +4 | +2 |
| 5 | Бег 60 м. (сек.). | М | 12,3 | 12,7 | 13,1 |
| | | Д | 12,5 | 12,9 | 13,2 |
| 6 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | М | 4 | 3 | 2 |
| 7 | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин) | М | 30 | 24 | 20 |
| | | Д | 24 | 20 | 18 |
| 8 | Метание теннисного мяча в цель дистанция 6 м (кол-во попаданий из 5 бросков) | М | 4 | 3 | 2 |
| | | Д | 4 | 3 | 2 |

+ - без учёта времени

**Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств ( возрастная группа от 11 до 12 лет включительно)**

| № п/п | Нормативы; испытания. | | 11-12 лет | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | выс | сред | низ |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | М | 6,0 | 6,4 | 6,5 |
| | | Д | 6,1 | 6,5 | 6,8 |
| 2 | Бег 1500 м (мин, сек.) | М | + | + | + |
| | | Д | + | + | + |
| 3 | Прыжок в длину с места (см) | М | 140 | 130 | 118 |
| | | Д | 128 | 118 | 108 |
| 4 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | М | +7 | +4 | +3 |
| | | Д | +10 | +6 | +4 |
| 5 | Бег 60 м. (сек.). | М | 12,0 | 12,5 | 13,0 |
| | | Д | 12,3 | 12,7 | 13,1 |
| 6 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | М | 4 | 3 | 2 |
| 7 | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин) | М | 30 | 25 | 20 |
| | | Д | 25 | 20 | 18 |
| 8 | Метание теннисного мяча в цель дистанция 6 м (кол-во попаданий из 10 бросков) | М | 8 | 6 | 4 |
| | | Д | 8 | 6 | 4 |

+ - без учёта времени

**Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств ( возрастная группа от 13 до 15 лет включительно)**

| № п/п | Нормативы; испытания. | | 13-15 лет | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | выс | сред | низ |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | М | 5,6 | 6,0 | 6,2 |
| | | Д | 6,0 | 6,2 | 6,5 |
| 2 | Бег 2000 м (мин, сек.) | М | + | + | + |
| | | Д | + | + | + |
| 3 | Прыжок в длину с места (см) | М | 150 | 140 | 130 |
| | | Д | 140 | 130 | 120 |
| 4 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | М | +10 | +5 | +4 |
| | | Д | +12 | +8 | +5 |
| 5 | Бег 60 м. (сек.). | М | 11,9 | 12,3 | 12,8 |
| | | Д | 12,2 | 12,6 | 13,0 |
| 6 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | М | 8 | 6 | 4 |
| 7 | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин) | М | 35 | 30 | 25 |
| | | Д | 27 | 22 | 20 |
| 8 | Метание теннисного мяча в цель дистанция 6 м (кол-во попаданий из 10 бросков) | М | 8 | 7 | 5 |
| | | Д | 8 | 7 | 5 |

+ - без учёта времени

**Учебные нормативы и испытания по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств ( возрастная группа от 16 до 18 лет включительно)**

| № п/п | Нормативы; испытания. | | 16-18 лет | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | выс | сред | низ |
| 1 | Бег 30 м (сек.) | М | 5,4 | 5,8 | 6,2 |
| | | Д | 6,0 | 6,2 | 6,4 |
| 2 | Бег 2000 м (мин, сек.) | М | + | + | + |
| | | Д | + | + | + |
| 3 | Прыжок в длину с места (см) | М | 160 | 150 | 140 |
| | | Д | 150 | 140 | 130 |
| 4 | Наклон вперед из положения сидя на полу с прямыми ногами (см) | М | +12 | +8 | +6 |
| | | Д | +14 | +10 | +6 |
| 5 | Бег 60 м. (сек.). | М | 11,7 | 12,1 | 12,5 |
| | | Д | 12,0 | 12,4 | 12,8 |
| 6 | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | М | 10 | 8 | 6 |
| 7 | Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 мин) | М | 40 | 32 | 28 |
| | | Д | 30 | 25 | 20 |
| 8 | Метание теннисного мяча в цель дистанция 6 м (кол-во попаданий из 10 бросков) | М | 9 | 7 | 6 |
| | | Д | 9 | 7 | 6 |

+ - без учёта времени

**Приложение №4**

Протокол результатов тестирования обучающихся
ГБУ ДО «Республиканский детско-юношеский центр физического воспитания, спорта и туризма»
за 2023-2024 учебный год

| № п/п | Ф.И.О. | Результат тестирования (количество баллов) | Низкий | Средний | Высокий |
|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |
| | | | | | |

**Педагог _____ _____**

**Таблица оценки результатов обучающихся по волейболу**
**ГБУ ДО «Республиканский детско-юношеский центр физического воспитания, спорта и туризма» за 2023-2024 учебный год**

| № п/п | Ф.И.О. | ***Общая физическая подготовленность*** | | | | | | | | | | | | | | Оценка результатов | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Бег на 1000 м (мин, с) | | Прыжок в длину с места (см) | | Поднимание туловища из положения лежа | | Метание тен. мяча в цель дист. 6 м (кол-во попад. из 10 бросков) | | Бег 30 м (сек.) | | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз)) | | Наклон вперед из положения сидя (см) | | 3 | 4 | 5 |
| | | **Рез-т** | | **Рез-т** | | **Рез-т** | | **Рез-т** | | **Рез-т** | | **Рез-т** | | **Рез-т** | | Низкий | Средний | Высокий |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

**Педагог _____ _____**

*Приложение*

**План**
**воспитательной работы**

План воспитательной работы строится с учетом Федерального закона от 29.12.2012 г. № 273 ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р), Плана мероприятий по ее реализации в 2021-2025 гг. (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 12.11.2020 г. № 2945-р), Стратегии национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 г. № 400) и Единой концепции духовно-нравственного воспитания и развития подрастающего поколения Чеченской Республики.

**Цель воспитания** обучающихся в организации дополнительного образования на 2023-2024 учебный год: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно-нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.

**Задачи воспитания** обучающихся в организации дополнительного образования:

- усвоение ими знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие личностных отношений к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных и социальных отношений, применения полученных знаний; достижение личностных результатов освоения дополнительных общеобразовательных программ;
- воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентация на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности.

**Личностные результаты** освоения обучающимися дополнительных общеобразовательных программ включают осознание российской гражданской идентичности, сформированность ценностей самостоятельности и инициативы, готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению, наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности, сформированность внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

| № п/п | Наименование мероприятий | Вид документа | Контингент | Сроки проведения | Ответственные |
|---|---|---|---|---|---|
| ***1. Духовно-нравственное воспитание (реализация ЕКДНВ)*** | | | | | |
| 1.1 | Беседа «Воспитание детей – воспитание нации» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 26-27.09.2023 г. | Педагоги ДО |
| 1.2 | Беседы, посвященные Дню рождения пророка Мухаммада (с.а.в.) | Методическая разработка беседы; Справка о проведенной беседе | обучающиеся и педагоги | 02-07.10.2023 г. | Педагоги ДО |
| 1.3 | Беседа «День почитания шейха Эвлия - устаза Кунта-Хаджи Кишиева» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 25-29.12.2023 г. | Педагоги ДО |
| 1.4 | Беседа на тему: «Шен мохк а, шен къам а дезар» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 14.02.2024 г. | Педагоги ДО |
| 1.5 | Беседа на тему «8 марта – Международный женский день» | Методическая разработка беседы; Справка о проведенной беседе | обучающиеся и педагоги | 05-07.03.2024 г. | Педагоги ДО |
| 1.6 | Круглый стол: «Духовные традиции чеченской семьи, семейные традиции чеченцев», приуроченный к Международному дню семьи. | Методическая разработка; Справка о проведенном круглом столе | обучающиеся | 14.05.2024 г. | Педагоги ДО |
| ***2. Гражданско-патриотическое воспитание*** | | | | | |
| 2.1 | Круглый стол «Коррупция – правовая проблема» | Справка о проведенном круглом столе | обучающиеся | 07-08.12.2023 г. | Педагоги ДО |
| 2.2 | Беседа на тему «День памяти жертв Холокоста» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 28.01.2024 г. | Педагоги ДО |
| 2.3 | Беседа «Защитники Отечества», приуроченная ко Дню защитника Отечества | Методическая разработка беседы, положение | обучающиеся | 19-22.02.2024 г. | Педагоги ДО |
| 2.4 | Беседа на тему: «Конституция – гарант нашего будущего», посвящённая Дню Конституции Чеченской Республики | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся и педагоги | 19-22.03.2024 г. | Педагоги ДО |
| 2.5 | Беседа «Ваша Победа в наших сердцах!», приуроченная ко Дню Победы | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 1-9.05.2024 г. | Педагоги ДО |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 2.6 | Беседа «Память пылающих лет…», приуроченная ко Дню памяти и скорби – день начала Великой Отечественной войны | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 22.06.2024 г. | Педагоги ДО |
| ***3. Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма*** | | | | | |
| 3.1 | Беседа «Как вести себя на водных объектах в зимний период». | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 23-26.12.2023 г. | Педагоги ДО |
| 3.2 | Информационная беседа «Ответственность за нарушение ПДД». | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 28-29.03.2024 г. | Педагоги ДО |
| 3.3 | Беседы по объединениям «Как вести себя на водных объектах в летний период» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 18-22.05.2024 г. | Педагоги ДО |
| ***4. Работа по профилактике правонарушений и безнадзорности*** | | | | | |
| 4.1 | Беседы с приглашением представителей правоохранительных органов и комитета по антитеррору | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | В течение года | Педагоги ДО |
| 4.2 | Профилактическая беседа «Экстремизм и терроризм – угроза всего человечества» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 02-06.10.2023 г. | Педагоги ДО |
| 4.3 | Беседы и открытые занятия «Правонарушения среди подростков» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 15.12.2023 г. | Педагоги ДО |
| 4.4 | Беседа по профилактике и борьбе с употреблением наркотиков, пьянством, алкоголизмом и табакокурением | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 30.01.2024 г. | Педагоги ДО |
| 4.5 | Беседы «Стресс в жизни человека. Способы борьбы со стрессом», «Способы саморегуляции эмоционального состояния» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 06-07.02.2024 г. | Педагоги ДО |
| 4.6 | Беседа по профилактике токсикомании, наркомании, злоупотребления алкоголем и психоактивными веществами, защите прав несовершеннолетних и др. актуальным вопросам | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | В течение года | Педагоги ДО |
| 4.7 | Беседа на темы: - «Территория мрака»; «Здоровая Россия - общее дело» | Методическая разработка; Справка о проведенной беседе | обучающиеся | 13-14.05.2024 г. | Педагоги ДО |
| ***5. Трудовое воспитание*** | | | | | |
| 5.1 | Уборка территории учреждения. Подготовка к | Справка | обучающиеся | Август 2023 г. | Педагоги ДО |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | новому учебному году | | и педагоги | | |
| 5.2 | Операция «Уют». Озеленение учебных кабинетов | Справка | обучающиеся и педагоги | Сентябрь 2023 г. | Педагоги ДО |
| 5.3 | Подготовка к весне - очистка прилегающего парка от опавшей листвы, побелка деревьев | Справка | обучающиеся и педагоги | Март 2024 г. | Педагоги ДО |
| 5.4 | «Чистота-залог здоровья» - экологический месячник по уборке территории организации, посадке кустарников, деревьев, цветов. | Справка | обучающиеся и педагоги | Апрель 2024 г. | Педагоги ДО |
| ***6. Взаимодействие с родителями*** | | | | | |
| 6.1 | Родительское собрание «Как воспитать ребёнка успешным» | Протокол | обучающиеся и их родители | Сентябрь 2023 г. | Педагоги ДО |
| 6.2 | Родительское собрание по итогам первого полугодия: Анонимное анкетирование «Удовлетворённость родителей дополнительным образованием» | Протокол, анкеты | обучающиеся и их родители | Декабрь 2023 г. | Педагоги ДО |
| 6.3 | Родительское собрание по итогам 2023-2024 учебного года. Организация отдыха и оздоровление детей в летний каникулярный период | Протокол | обучающиеся и их родители | Май 2024 г. | Педагоги ДО |
| ***7. Физическое воспитание*** | | | | | |
| 7.1 | Соревнования по настольному теннису, приуроченные ко Дню народного единства | Справка об участии | обучающиеся | Ноябрь 2023 г. | Педагоги ДО |
| 7.2 | Соревнования по баскетболу, приуроченные ко Дню Конституции Российской Федерации | Справка об участии | обучающиеся | Декабрь 2023 г. | Педагоги ДО |
| 7.3. | Соревнования по волейболу, приуроченные ко Дню Конституции Чеченской Республики | Справка об участии | обучающиеся | Март 2024 г. | Педагоги ДО |
| 7.4 | Соревнования по мини-футболу приуроченные ко Дню Победы | Справка об участии | обучающиеся | Май 2024 г. | Педагоги ДО |
| 7.5 | Всероссийская открытая летняя Спартакиада среди обучающихся организаций дополнительного образования физкультурно-спортивной направленности | Справка об участии | обучающиеся | Май-июнь 2024 г. | Педагоги ДО |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 7.6 | Всероссийский конкурс профессионального мастерства среди педагогических работников, осуществляющих обучение детей по дополнительным общеобразовательным программам в области физической культуры и спорта | Справка об участии | педагоги | Апрель 2024 г. | Педагоги ДО |
| ***8. Туристско-краеведческое воспитание*** | | | | | |
| 8.1 | Региональный этап Всероссийского туристского слета педагогов | Справка об участии | педагоги | 14-20 августа 2023 года | Педагоги ДО |
| 8.2 | ***Региональный этап Всероссийского конкурса школьных музеев Российской Федерации в 2023 году*** | Справка об участии | обучающиеся | До 30 сентября 2023 года | Педагоги ДО |
| 8.3 | Всемирный день туризма (водный поход, велопоход, пешеходный поход) | Справка об участии | обучающиеся и педагоги | 27.09.2023 г. | Педагоги ДО |
| 8.4 | Региональный этап Всероссийского конкурса обучающихся на знание государственных и региональных символов и атрибутов Российской Федерации | Справка об участии | обучающиеся | 18-30.09.2023 г. | Педагоги ДО |
| 8.5. | Республиканские соревнования по спортивному велоориентированию, посвящённые 71-летию Президента Российской Федерации В.В. Путина | Справка об участии | обучающиеся и педагоги | 07.10.2023 г. | Педагоги ДО |
| 8.6 | Региональный этап Всероссийского конкурса «Отечество: история, культура, природа, этнос» | Справка об участии | обучающиеся и педагоги | Ноябрь-декабрь 2023 г. | Педагоги ДО |
| 8.7 | Республиканские соревнования по горному туризму «Горная вершина», приуроченные ко Дню Конституции РФ | Справка об участии | обучающиеся | 12.12.2023 г. | Педагоги ДО |
| 8.8 | Военно-спортивные соревнования «Служу России», приуроченные ко Дню Защитника Отечества | Справка об участии | обучающиеся | До 24.02.2024 г. | Педагоги ДО |
| 8.9 | Республиканские соревнования по пешеходному туризму с элементами спортивного ориентирования | Справка об участии | обучающиеся | Март 2024 г. | Педагоги ДО |

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| 8.10 | Региональный этап Всероссийских соревнований «Школа безопасности» | Справка об участии | обучающиеся | Апрель 2024 г. | Педагоги ДО |
| 8.11 | Автопробег «Дорогой Подвига и Славы», посвященный 77-ой годовщине Победы в Великой Отечественной войне | Справка об участии | обучающиеся | Май 2024 г. | Педагоги ДО |
| 8.12 | Соревнования по спортивному туризму «Родины верные сыны» | Справка об участии | обучающиеся | До 10 мая 2024 г. | Педагоги ДО |
| 8.13 | Республиканский слёт юных туристов, приуроченный к 73-й годовщине со дня рождения Первого Президента Чеченской Республики, Героя России Ахмат-Хаджи Кадырова | Справка об участии | обучающиеся и педагоги | Июль 2024 г. | Педагоги ДО |