

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 87  
Петроградского района Санкт-Петербурга**

РАЗРАБОТАНА и ПРИНЯТА

На заседании Педагогического совета  
ГБОУ СОШ №87  
Петроградского района  
Санкт-Петербурга  
Протокол от 31.08.2018 № 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор Государственного бюджетного  
общеобразовательного учреждения  
средней общеобразовательной школы №  
87 Петроградского района Санкт-Петербурга

Муляр И.В.

Приказ № 143 от 31.08.2018



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Спортивный туризм»**

Разработчик:  
Закацولا Андрей Геннадьевич  
Педагог дополнительного образования

Санкт-Петербург  
2018 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Направленность программы** – туристско-краеведческая.

Концептуальный подход к составлению данной общеобразовательной программы состоит в *развитии личности, формировании творческой индивидуальности* на основе туристско-спортивной и краеведческой деятельности.

Программа предусматривает приобретение учащимися основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентировании на местности, ведении краеведческих и экологических наблюдений, оказании первой медицинской помощи. В ходе освоения программы учащиеся получают возможность принять участие в туристских соревнованиях районного, городского, всероссийского уровня и в летних походах, в которых юные путешественники находят практическое применение полученным в течение обучения знаниям и умениям.

Программа опирается на основные тенденции развития образования, изложенные в таких основополагающих документах, как Федеральный закон Российской Федерации №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012, Национальная доктрина образования в Российской Федерации до 2025 года. Постановление Правительства РФ от 4.10.2000 г. №751, Концепция развития дополнительного образования (№1726-Р), Стратегия развития и воспитания в РФ до 2015 года (№996-Р), Об образовании в Санкт-Петербурге // Закон Санкт-Петербурга от 17.07.2013 года № 461-83, Концепция духовно-нравственного развития и воспитания России в сфере общего образования, Стратегия развития системы образования Санкт-Петербурга на 2011-2020 гг. «Петербургская школа 2020» 2010 г., Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам // Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008.

**Уровень освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:** базовый

**Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:**

Данная программа предлагает ребятам познакомиться с миром детско-юношеского и взрослого туризма, попробовать себя в роли настоящего путешественника и исследователя. Кроме хорошей физической подготовки, туристские путешествия развивают у учащихся волевые качества, такие как целеустремлённость, выносливость и хладнокровие. Имея опыт туристских путешествий, учащиеся в повседневной жизни легко адаптируются к изменяющейся ситуации, благодаря походной смекалке быстрее находят выход из сложной ситуации.

Приобщаясь к культуре отечественного туризма, впитывая традиции многих поколений российских и советских путешественников, юные туристы обретают для себя достойные примеры патриотизма и самоотверженности, благородства и верности своему делу.

**Отличительные особенности дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы:**

Туристская работа с учащимися весьма разнообразна и предоставляет педагогу широкий выбор форм занятий, причём как в кабинете (викторины, тесты, исторические экскурсии в прошлое посещаемых объектов, подготовка отчётов о совершённых путешествиях), так и на выезде (соревнования по ориентированию и туристской технике, освоение полевого походного быта, отработка движения группой и, конечно, сами туристские походы). В ходе этих занятий учащиеся расширяют кругозор, получают непосредственное представление об исторических и природных памятниках родного края, осваивают большое количество специальных туристских навыков: узлы, организация переправ и страховки, разведение костра в сложных условиях, ориентирование по картам разного масштаба.

Однако, наибольшую педагогическую ценность имеет социализация учащихся в процессе формирования туристской походной группы. Работоспособность команды зависит от каждого участника, а вместе они образуют живой организм, по сути, небольшое сообщество людей,

связанных друг с другом своими обязанностями, к которым относится и приготовление еды на всех участников выезда, и постановка лагеря, и заготовка дров, и прокладывание оптимального маршрута для всей команды. Оказываясь в нестандартных условиях дальнего туристского путешествия ребятам неизбежно приходится взаимодействовать в компактном туристском социуме, находить друг к другу подход, договариваться без ссор и обид. В “схоженной” походной группе все участники со всей наглядностью убеждаются в необходимости дисциплины и взаимного уважения, обеспечивающих комфортную атмосферу в группе, а значит, и безопасность.

### **Адресат программы.**

Мальчики (юноши) и девочки (девушки) 8-17 лет, пришедшие на занятия на добровольной основе и не имеющие противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом. Учащиеся должны иметь желание заниматься туризмом, наличие специальных знаний, умений и навыков приветствуется, но не является обязательным.

**Объем и срок реализации программы:** 648 часов; 3 года обучения

### **Цель программы :**

Формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепления здоровья учащихся, организация здорового досуга и формирование знаний, умений, навыков в области спортивного туризма, необходимых для участия в многодневных путешествиях, посредством реализации данной программы дополнительного образования.

### **Задачи:**

#### ***Обучающие:***

Теоретические знания:

1. Ознакомить - с историей появления спортивного туризма в мире и с историей спортивного туризма в России
2. Ознакомить с основами личной гигиены в туристском походе
3. Ознакомить с типами, видами и формами туризма
4. Ознакомить с основами топографии и технике ориентирования на местности
5. Ознакомить с техникой и тактикой водного, лыжного и пешего туризма

Практические знания:

1. Обучить топографии и технике ориентирования на местности
2. Обучить навыкам оказания первой медицинской помощи
3. Обучить методам работы с верёвками
4. Обучить технике страховки
5. Обучение учащихся специальным туристским навыкам

#### ***Развивающие:***

1. Развивать общую физическую подготовку
2. Развивать познавательные способности через влияние спортивного туризма на психические процессы, задействованные во время выездов, сборов, спортивных походов и соревнований.
3. Развивать конструктивные способности через овладение техникой спортивного туризма по инструкции педагога (словесное описание и демонстрация действий), по памяти, по схемам.
4. Формировать трудовые навыки

#### ***Воспитательные:***

1. Развивать коммуникативные способности
2. Стимулировать развитие волевых и нравственных качеств, определяющих формирование личности ребёнка
3. Научить добиваться поставленной цели
4. Прививать культурные навыки поведения.

## **Условия реализации программы.**

### ***Условия набора в коллектив.***

В группы принимаются дети, на добровольной основе. При поступлении в объединение дети должны предоставить медицинскую справку, о состоянии здоровья и письменное заявление родителей.

1-й год обучения: набор в секцию осуществляется посредством медицинского допуска врача, и достижения 8-ми летнего возраста занимающимися.

2-й и 3-й год обучения: допускаются к занятиям учащиеся, достигшие 9-ти летнего возраста и, которые занимались по программе 1-ого года обучения, имеющие медицинский допуск врача. Также допускаются школьники, не обучавшиеся по программе 1-ого года, но у которых общая и специальная физическая подготовка соответствует нормативным требованиям данной программы

### ***Условия формирования групп.***

Группы формируются в начале учебного года, группы могут быть одновозрастные и разновозрастные, все группы смешанные по гендерному признаку. 1-й год обучения: набор в секцию осуществляется посредством медицинского допуска врача, и достижения 8-ми летнего возраста занимающимися.

2-й и 3-й год обучения: допускаются к занятиям учащиеся, достигшие 9-ти летнего возраста и, которые занимались по программе 1-ого года обучения, имеющие медицинский допуск врача. Также допускаются школьники, не обучавшиеся по программе 1-ого года, но у которых общая и специальная физическая подготовка соответствует нормативным требованиям данной программы

### ***Количество детей в группе.***

Списочный состав группы формируется по нормам наполняемости групп объединений дополнительного образования детей

1 год обучения - наполняемость групп по 15 человек

2 год обучения - наполняемость групп по 12 человек

3 год обучения - наполняемость групп по 10 человек

### ***Особенности организации образовательного процесса.***

Образовательный процесс имеет три этапа: подготовительный, основной и заключительный.

На первом (подготовительном этапе) образовательного процесса определяются цель и конкретные задачи, планируются и подбираются методы воздействия с учетом основной задачи, возраста детей и концепции воспитания (на современном этапе – это концепция личностно-ориентированного подхода, предполагающего соблюдение воспитателем Декларации прав ребенка).

На втором (основном этапе) осуществляется педагогическое взаимодействие ребенка и педагога, ведется постоянный оперативный контроль за промежуточными результатами.

На третьем (заключительном) этапе проводится анализ результатов и установление причин образования недостатков в обучении.

Практические занятия строятся по принципу «от простого к сложному» и предполагают постепенное расширение и углубление знаний, развитие навыков и умений. Необходимо создавать особую атмосферу заинтересованности, увлеченности детей посредством использования в образовательном процессе интерактивных форм и методов.

Неотъемлемой частью является индивидуальный подход к каждому ребенку.

Важной частью обучения является участие обучающихся в соревнованиях конкурсах, конференциях туристско-краеведческой направленности.

### ***Формы проведения занятий.***

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе являются выездные практические занятия. Главная задача педагога – дать учащимся основы туризма, ориентирования, краеведения, экологии, знакомство с проведением туристских соревнований (в качестве участников). Образовательный процесс строится так, чтобы

учащиеся могли закрепить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях, конкурсах и слетах.

Основными формами организации образовательного процесса являются:

- лекции, в том числе с использованием ТСО (технических средств обучения);
- практические занятия в помещении
- тренировочные выезды, сборы.
- конкурсы; игры;
- соревнования и слеты
- походы
- экскурсии
- самостоятельная работа учащихся (работа с картой и специальной литературой, проведение простейших наблюдений).

### ***Формы организации деятельности детей на занятии.***

Фронтальная (со всеми учащимися одновременно)- теоретические занятия по технике безопасности, теоретические занятия, лекции и беседы по разделам программы, практические занятия по разделам программы.

Групповая (в малых группах, в парах)- практические занятия по разделам программы, рефлексия.

Индивидуальная (отдельно с каждым учащимся) – рефлексия, коррекция ошибок, темы требующие индивидуального подхода, мониторинги.

### ***Материально-техническое оснащение программы***

1. Для степенных и категорийных походов, походов выходного дня, соревнований и учебно – тренировочных сборов (группа 15 человек) – групповое снаряжение:

- палатка (5 шт.),
- тент костровой (2 шт.),
- лопата (1 шт.),
- двуручная пила (1 шт.),
- топор (1 шт.),
- маркированная лента (100 м.),
- костровое оборудование: (котлы (3 шт. по 5л.), половник (2 шт.), доски для резки продуктов (2 шт.), ножи кухонные (2 шт.), тросик костровой (2 шт.), крючки для котлов (10 шт.), стол (полиэтиленовый),
- топографические карты местности (в зависимости от маршрута)
- карты для спортивного ориентирования (в зависимости от дистанции)
- планшеты для карт (25 шт.)
- компаса (15 шт.),
- фонарь (5 шт.)
- ремонтный набор для зимних мероприятий (2 комплекта)
- ремонтный набор для осеннее – весенних и летних мероприятий (2 комплекта)
- усы самостиховки (15 шт.)
- карабин (45 шт.)
- жумар (15 шт.)
- спусковое устройство, типа восьмёрка (15 шт.)
- верёвки туристские (100м. х 10мм – 3 шт., 50м х 10мм – 3 шт, 100м. х 6мм. – 1 шт)
- шатёр туристский зимний (1 шт.)
- печка туристская (1 шт.)

2. Для степенных и категорийных походов, походов выходного дня, соревнований и учебно – тренировочных сборов – личное снаряжение (на каждого занимающегося):

- рюкзак туристский (1 шт.)
- спальник (зимний – 1 шт, летний – 1 шт.)
- коврик туристский (1 шт.)
- сидушка туристская (1 шт.)

- обвязка туристская (1 шт.)
- каска (1 шт.)
- жилет спасательный (1 шт.)
- усы самостраховки (2 шт.)
- карабин (3 шт)
- спусковое устройство, типа восьмёрка (1 шт.)
- жумар (1 шт)
- бахилы туристские (1 пара)
- лыжи туристские (1 комплект)
- аптечка медицинская

### 3.Список лекарственных препаратов для аптечки первой помощи (на группу 15 человек)

- Бинты (обыкновенные, стерильные)
- Жгут
- Эластичные бинты
- Медицинские шины Крамера
- Перекись водорода,
- Зеленка,
- Йод,
- Спрей от ожогов «Олазол»,
- Нашатырный спирт,
- Медицинская гигиеническая вата,
- Деревянные стерильные палочки,
- Лейкопластырь (бактерицидный, обыкновенный),
- Активированный уголь,
- Салфетки стерильные.

Всё снаряжение должно иметь сертификат качества и результаты тестирования.

Список инвентаря может быть расширен или изменен в зависимости от длительности похода, времени года, особенностей района путешествия, маршрута, характера естественных препятствий и способов их преодоления.

**Кадровое обеспечение:** дипломированный специалист по спортивному туризму.

### **Планируемые результаты освоения программы.**

#### Личностные результаты освоения программы:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского «общества»;
- формирование навыков собственной культуры здорового и безопасного образа жизни;
- понимание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- готовность к саморазвитию и дальнейшему самообразованию в сфере физической культуры и здорового образа жизни;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- соблюдение норм и правил, принятых в спортивном сообществе;

- овладение навыками сотрудничества со взрослыми людьми и сверстниками;
- уважительное отношение к иному мнению;
- оказание бескорыстной помощи окружающим;
- способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

#### Метапредметные результаты освоения программы:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить для себя новые задачи;
  - умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
  - самостоятельно оценивать уровень сложности заданий (упражнений) в соответствии с возможностями своего организма;
  - умение работать в команде: находить компромиссы и общие решения, разрешать конфликты; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение, умение вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности;
  - умение самостоятельно искать, анализировать и отбирать необходимую информацию
  - умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
  - восприятие спортивного соревнования как культурно- массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.
  - характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
  - находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
  - общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- Обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий туризма;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
  - управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;

#### Предметные результаты освоения программы:

- формирование первоначальных представлений о значении туризма для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня,утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры...);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- получение учащимися следующих навыков и знаний: туристские узлы и техника работы с верёвками, навыки ориентирования по карте и без неё, практическая и теоретическая информированность о современном туристском снаряжении и актуальных туристских маршрутах по регионам России;
- получение учащимися опыта участия в городских и районных туристских соревнованиях, а также в соревнованиях по спортивному ориентированию:
- получение учащимися опыта участия в категорийных туристских маршрутах.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 –ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Техника безопасности в туризме.</b>	2	1	1	Устный зачёт
2	<b>Гигиена и самоконтроль в туристских походах.</b>	4	3	1	Устный зачёт Ролевая игра
3	<b>Виды туризма.</b>	6	5	1	Устный зачёт
4	<b>Ориентирование при помощи карты и компаса.</b>	35	5	30	Компьютерное тестирование Письменный зачёт Прохождение компьютерного квеста по разделу ориентирование Участие в соревнованиях по спортивному и туристскому ориентированию
5	<b>Организация бивуака и питания в туристском походе.</b>	20	10	10	Устный зачёт Самостоятельная работа (разработать план питания группы в походе)
6	<b>Личное и групповое снаряжение для пешеходных походов.</b>	5	2	3	Устный зачёт Ролевая игра «Мы возьмём с собой в поход»
7	<b>Степенные и категорийные походы, походы выходного дня, соревнования, учебно – тренировочные сборы</b>	72		72	Самоанализ занимающихся роста своих знаний, умений и навыков. Написание отчёта о путешествиях
<b>Всего:</b>		<b>144</b>	<b>26</b>	<b>118</b>	



## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 2 –ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Техника безопасности в туризме.</b>	2	1	1	Устный зачёт
2	<b>Медицинская подготовка и оказание первой доврачебной помощи.</b>	6	2	4	Устный зачёт Практическая работа (оказание первой медицинской помощи)
3	<b>Ориентирование без карты и компаса.</b>	20	4	16	Устный зачёт Самостоятельная работа (математический расчёт расстояний на местности) Участие в туристских соревнованиях по ориентированию
4	<b>Работа с верёвками</b>	12	4	8	Сдача контрольных нормативов
5	<b>Техника и тактика в туристском походе.</b>	32	4	28	Устный зачёт
6	<b>Степенные и категорийные походы, походы выходного дня, соревнования, учебно – тренировочные сборы.</b>	144		144	Самоанализ занимающихся роста своих знаний, умений и навыков Написание отчёта о путешествиях
<b>Всего:</b>		<b>216</b>	<b>15</b>	<b>201</b>	

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 3 –ГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел	Количество часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	<b>Техника безопасности в туризме.</b>	2	1	1	Устный зачёт
2	<b>Организация страховки</b>	14	7	7	Устный зачёт Практическая работа (имитация/выполнение организация страховки по заданию педагога)
3	<b>Техника преодоления естественных препятствий.</b>	10	2	8	Устный зачёт Практическая работа (преодоление естественных препятствий)
4	<b>Особенности туристских походов в зимнее время года.</b>	24	12	12	Устный зачёт Ролевая игра
5	<b>Техника и тактика водных походов</b>	22	4	18	Устный зачёт
6	<b>Степенные и категорийные походы, походы выходного дня, соревнования, учебно – тренировочные сборы.</b>	216		216	Самоанализ занимающихся роста своих знаний, умений и навыков Написание отчёта о путешествиях
<b>Всего:</b>		<b>288</b>	<b>26</b>	<b>262</b>	

## КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Спортивный туризм»

на 2018-2019 учебный год

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	-	-	-	36 аудиторных занятий (+ выездные мероприятия)	144	1 раз в неделю по 2 часа (2 часа в неделю) + 72 часа в год по накопительной системе
2 год	7.09.2017	24.05.2017	36	35 аудиторных занятий (+ выездные мероприятия)	216	1 раз в неделю по 2 часа (2 часа в неделю) +144 часа в год по накопительной системе
3 год	-	-	-	-	288	1 раз в неделю по 2 часа (2 часа в неделю) + 216 часов в год по накопительной системе

# ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

## 1.1 ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Спортивный туризм» используют следующие виды контроля: входной, текущий, промежуточный и итоговый контроль.

*Входной контроль* - оценка стартового уровня образовательных возможностей учащихся при поступлении в объединение через собеседование. Проводится в сентябре.

*Текущий контроль* – оценка уровня и качества освоения программы; осуществляется на занятиях в течение всего уч. года. Основной способ контроля – педагогическое наблюдение.

*Промежуточный контроль* - предусмотрен 2 раза в год (декабрь и май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и повышения их физических качеств, исключения симптомов перетренированности и ухудшения здоровья

*Итоговый контроль* проводится в конце обучения по программе.

### **Формы контроля.**

Педагогическое наблюдение, устный и письменный опрос, выполнение практических заданий педагога, анализ на каждом занятии педагогом и учащимися качества выполнения работ и приобретенных навыков общения, конкурс, анализ участия коллектива и каждого учащегося в мероприятиях, анализ подготовки и участия воспитанников в мероприятиях, оценка судей соревнований, членов жюри.

Большое значение для учащихся имеют итоговые туристские походы, являющиеся неотъемлемой частью обучения по программе «Юный турист». Именно в зачётном путешествии проверяются навыки и знания учащихся, техника и тактика туризма, умение взаимодействовать с участниками коллектива.

### **Формы выявления результатов.**

Педагогическое наблюдение, анкетирование, конкурсы, соревнования, опрос.

### **Формы предъявления результатов.**

Выступления на конкурсах отчётов, соревнования, праздники, открытые занятия, стенд-газеты.

### **Формы фиксации результатов**

- Информационная карта №1 «Определение уровня личностного развития учащихся»
- Информационная карта №2 «Определение уровня сформированности метапредметных умений учащихся»
- Информационная карта №3 «Определение уровня сформированности предметных умений и навыков учащихся»

*Диагностика уровня личностного развития* проводится по параметрам и критериям, представленным в таблице «Определение уровня развития личностных результатов учащихся»

### **Диагностика уровня личностного развития учащихся**

	Параметры	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
--	-----------	---------------------	----------------------	-------	----------------------------------

Л1	<b>Терпение/выдержка</b> (организационно-волевое качество)	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	- <i>низкий уровень</i> (терпения хватает меньше чем на ½ занятия) - <i>средний уровень</i> (терпения хватает больше чем на ½ занятия) - <i>высокий уровень</i> (терпения хватает на все занятие)	0-1 2-3 4-5	Наблюдение
Л2	<b>Самоконтроль</b> (организационно-волевое качество)	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия).	- <i>низкий уровень</i> (ребенок постоянно находится под воздействием контроля извне); - <i>средний уровень</i> (периодически контролирует себя сам); - <i>высокий уровень</i> (постоянно контролирует себя сам)	0-1 2-3 4-5	Наблюдение
Л3	<b>Интерес к занятиям в детском объединении</b> (ориентационное качество)	Осознанное участие ребенка в освоении дополнительной общеобразовательной программы	- <i>низкий уровень</i> (интерес к занятиям продиктован ребенку извне); - <i>средний уровень</i> (интерес лишь периодически поддерживается самим ребенком); - <i>высокий уровень</i> (интерес постоянно поддерживается ребенком самостоятельно)	0-1 2-3 4-5	Тестирование Анкетирование Беседа
Л4	<b>Самооценка</b> (ориентационное качество)	Способность оценивать себя адекватно реальным достижениям	- <i>низкий уровень</i> (завышенная оценка себя по результатам достижений); - <i>средний уровень</i> (заниженная оценка себя по результатам достижений); - <i>высокий уровень</i> (нормальная оценка себя по результатам достижений)	0-1 2-3 4-5	Анкетирование
Л5	<b>Социальная адаптация</b>	Способность взаимодействовать с социальной средой, анализировать текущие социальные ситуации	- <i>низкий уровень</i> (с трудом анализирует социальные ситуации, всегда с помощью родителей и педагога); - <i>средний уровень</i> (способен взаимодействовать с социальной средой и анализировать текущие социальные ситуации, но иногда с помощью родителей и педагога) - <i>высокий уровень</i> (легко взаимодействует с социальной средой, самостоятельно анализирует текущие ситуации)	0-1 2-3 4-5	Наблюдение

Диагностика уровня сформированности метапредметных умений проводится по параметрам и критериям, представленным в таблице «Определение уровня сформированности метапредметных умений и навыков учащихся»

#### Диагностика уровня сформированности метапредметных умений учащихся

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
--	------------	---------------------	----------------------	-------	----------------------------------

М1	Умение пользоваться компьютерными источниками информации	Самостоятельность в пользовании компьютерными источниками информации	<p>- <b>низкий уровень</b> умений (учащийся испытывает серьезные затруднения при пользовании компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</p> <p>- <b>средний уровень</b> (работает с компьютерными источниками информации с помощью педагога или родителей);</p> <p>- <b>высокий уровень</b> (работает с компьютерными источниками информации, не испытывает особых трудностей)</p>	0-1  2-3  4-5	Наблюдение
М2	Умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Способность бесконфликтно и эффективно взаимодействовать в решении совместной коллективной задачи	<p>- <b>низкий уровень</b> умений (учащийся испытывает затруднения при взаимодействии с членами коллектива при решении творческой задачи);</p> <p>- <b>средний уровень</b> (учащийся понимает свою функцию и роль в совместной деятельности, но выполняет её, прибегая к помощи педагога);</p> <p>- <b>высокий уровень</b> (учащийся бесконфликтно и продуктивно действует в соответствии со своей функцией и ролью)</p>	0-1  2-3  4-5	Наблюдение
М3	Умение слушать и слышать педагога и друг друга	Адекватность восприятия информации	<p>- <b>низкий уровень</b> умений (учащийся испытывает затруднения при восприятии информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога);</p> <p>- <b>средний уровень</b> (воспринимает информацию, но иногда требуется корректировка восприятия педагогом);</p> <p>- <b>высокий уровень</b> (самостоятельно и адекватно воспринимает информацию)</p>	0-1  2-3  4-5	Наблюдение
М4	Умение выступать перед аудиторией	Свобода самовыражения при исполнении номера и выступлении на сцене	<p>- <b>низкий уровень</b> умений (учащийся испытывает неуверенность при подаче номера);</p> <p>- <b>средний уровень</b> (исполняет уверенно, но не проявляет личностного отношения к материалу);</p> <p>- <b>высокий уровень</b> (внутренняя свобода и раскрепощенность при подаче номера)</p>	0-1  2-3  4-5	Исследовательская работа Проект Выступление
М5	Умение аккуратно выполнять работу (учебно-организационные навыки)	Аккуратность и ответственность в работе	<p>- удовлетворительно</p> <p>- хорошо</p> <p>- отлично</p>	0-1  2-3  4-5	Наблюдение

Диагностика уровня сформированности предметных умений проводится по параметрам и критериям, представленным в таблице «Определение уровня сформированности предметных умений и навыков учащихся»

### Диагностика уровня сформированности умений и навыков учащихся в предметной области

	Показатели	Критерии оценивания	Степень выраженности	Баллы	Формы выявления результативности
1	Теоретические знания (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие теоретических знаний ребенка программным требованиям	- <b>низкий уровень</b> (ребенок овладел менее чем ½ объема знаний, предусмотренных программой); - <b>средний уровень</b> (объем усвоенных знаний составляет более ½); - <b>высокий уровень</b> (ребенок освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой за конкретный период)	0-1 2-3 4-5	Наблюдение, тестирование, контрольный опрос и др.
2	Владение специальной терминологией по тематике программы	Осмысленность и правильность использования специальной терминологии	- <b>низкий уровень</b> (ребенок, как правило, избегает употреблять специальные термины); - <b>средний уровень</b> (ребенок сочетает специальную терминологию с бытовой); - <b>высокий уровень</b> (специальные термины употребляет осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	0-1 2-3 4-5	Собеседование, наблюдение, тестирование и др.
3	Практические умения и навыки, предусмотренные программой (по основным разделам учебного плана программы)	Соответствие практических умений и навыков программным требованиям	- <b>низкий уровень</b> (ребенок овладел менее чем ½ предусмотренных умений и навыков); - <b>средний уровень</b> (объем усвоенных умений и навыков составляет более ½); - <b>высокий уровень</b> (ребенок овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой за конкретный период)	0-1 2-3 4-5	Контрольное задание Контрольное занятие (экзамен, зачет) Выставка Соревнование Презентация работы и др.
4	Творческие навыки (творческое отношение к делу и умение воплотить его в готовом продукте)	Креативность в выполнении заданий	- <b>низкий уровень</b> (ребенок в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания педагога); - <b>средний уровень</b> (выполняет в основном задания на основе образца); - <b>высокий уровень</b> (выполняет практические задания с элементами творчества)	0-1 2-3 4-5	Контрольное задание

Итоги заносятся в сводную информационно-диагностическую карту освоения программы.

### Сводная информационно-диагностическая карта освоения ДОП «Спортивный туризм»

Дополнительная общеобразовательная программа: «Спортивный туризм»

Педагог дополнительного образования \_\_\_\_\_

Группа и год обучения: \_\_\_\_\_

Дата заполнения: \_\_\_\_\_

п/ п	ФИО учащихся	Показатели														Общий сумма рный балл	Уровень освоения	
		Личностные результаты					Метапредметн ые результаты					Предметны е результаты						
		Л1	Л 2	Л 3	Л 4	Л 5	М 1	М 2	М 3	М 4	М5	П 1	П 2	П 3	П 4			П5

**Оценки по каждому показателю: от 0 до 5 баллов**

**-низкий уровень: от 0 до 24**

**-средний уровень: от 25 до 49**

**-высокий уровень от 50 до 75**

#### Диагностика

#### освоения и развитие навыков необходимых для ориентирования на местности при помощи карты и компаса

Данная методика предназначена для определение уровня освоения и развитие навыков необходимых для ориентирования на местности при помощи карты и компаса. Методика состоит из контрольных теоретических тестов пяти уровней сложности, что позволяет определить на каком этапе освоение материала находится тот или иной занимающийся.

В тесте 1 уровня сложности 13 вопросов, в тестах 2-5 уровня сложности по 15 вопросов.

Принцип работы с тестом 1 уровня основан на выборе правильного ответа из нескольких предложенных. На первом листе написаны вопросы, на 2-м и 3-м листах – практические задания к ним. Отвечать следует на специальном листе для ответов. Время выполнения задания 20 минут.

В тестах 2-5 уровня сложности вопросы и задания охватывают те же темы, что и в первом с постепенным усложнением. Ответы пишутся уже непосредственно на листе с контрольным тестом, содержащим вопросы, задания и фрагменты карт. При выполнении не рекомендуется использовать линейку и компас. В тестах указано время для ответа на каждый вопрос отдельно. Вопросы может читать тренер, регулируя хронометраж ответов.

Занимающиеся проходят тестирования раз в пол года, если занимающийся успешно справляется в тестом 1 уровня, ему предлагается пройти тест 2 уровня и т.д., пока тренер не сможет точно определить на каком уровне овладения материалом находится тот или иной занимающийся.

Обработка результатов происходит следующим способом: идёт сравнительный анализ результатов тестирования занимающихся.



## Диагностика освоения техники вязки спортивных туристских узлов

Данная методика предназначена для определения уровня освоения занимающимися техники и скорости вязки основных туристских узлов. А так же на определение понимания занимающимися назначения того или иного туристского узла. Первая часть этой методики практическая, вторая теоретическая. Только так соединив воедино можно определить уровень освоения занимающимися данной темы.

Практическая часть состоит из трёх заданий, выполняющихся последовательно.

Теоретическая часть состоит из 10 вопросов, на которые занимающиеся отвечают в произвольной форме.

Занимающиеся проходят тестирование в начале и конце учебного года (для занимающихся 2-го и старше годов обучения) и в конце года занимающиеся 1 года обучения. Перед началом тестирования педагог объясняет детям цель данного мероприятия.

Обработка результатов происходит следующим способом: идёт сравнительный анализ результатов тестирования группы в начале и конце учебного года.

### Практическая часть

№	Знания, умения, навыки	Тест
1	Соотношение названия и внешнего вида узлов	Перед занимающимися лежат макеты узлов и карточки с их названиями. Занимающимся следует соотнести название узлов с их реальным видом (правильное соотношение без учёта времени)
2	Техника вязки узлов	Перед занимающимися лежат карточки рубашками вверх с названиями узлов (1 карточка 1 узел), занимающиеся вытаскивая по одной карточке вяжут тот узел, название которого написано в карточке (правильная техника вязки узлов без учёта времени)
3	Скорость вязки узлов	Перед занимающимися лежат карточки рубашками вверх с названиями узлов (1 карточка 5 узлов), занимающиеся вытаскивают карточку, переворачивают её и смотрят, что на ней написано. По команде «Марш» начинают вязать узлы, названия которых написаны в карточке, как только все узлы завязаны, занимающийся поднимает руку вверх и время останавливается (время, затраченное на выполнение упражнения).

## Теоретическая часть

1. Перечислите все виды туристских узлов, которые вы знаете и их назначение?

---

---

---

---

---

2. Какой узел следует использовать для блокировки страховочной системы?

---

---

3. В каких случаях вы будете использовать узел «прусика»?

---

---

4. Какой узел вяжется на концах усов самостраховки?

---

---

5. В каких случаях используется узел «булинь»?

---

---

6. Каким узлом вы будете закреплять пострадавшего на носилках в области груди и бёдер?

---

---

7. Какой узел вы будете вязать на конце верёвки для того, что бы закрепить на конце верёвки карабин?

---

---

8. Перечислите узлы, после которых в обязательном порядке следует вязать контрольные узлы и почему?

---

---

---

---

---

9. Каким узлом вы будете привязывать тент от дождя к дереву?

---

---

10. Какой узел вы будете использовать для сопровождения на навесной переправе?

---

---

Ф.И.О. \_\_\_\_\_

Дата прохождения тестирования \_\_\_\_\_

## 1.2.МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Учебно – методический комплекс программы состоит из четырёх компонентов:

- 1.Нормативно – правовая база
- 2.Учебные и методические пособия для педагога и учащихся (информационная база)
- 3.Система средств обучения
- 4.Система средств контроля результативности обучения

**I.Нормативно – правовая база** – включает в себя нормативную документацию необходимую педагогу для работы в образовательном учреждении:

- 1.Конвенция о правах ребёнка (Утверждённая Генеральной ассамблеей ООН 20.11.1989)
- 2.Конституция Российской Федерации
- 3.Закон об образовании № 273 от 29.12.2012
- 4.Федеральный закон о дополнительном образовании
- 5.Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение правительства от 4 сентября 2014 г. №1726-р)
- 6.Приказ № 1008 от 29 августа 2013 г. «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- 7.Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 №09-3242)
- 8.Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (Распоряжение Комитета по образованию № 617-р от 01.03.2017)
- 9.СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организации дополнительного образования детей»
- 10.Распоряжение КО СПб от 10.05.2016 № 14.06-р «Об утверждении отраслевых технологических регламентов оказания государственных услуг в сфере дополнительного образования»
- 11.Устав ГБОУ СОШ № 87 Петроградского района Санкт-Петербурга
- 12.Должностная инструкция педагога дополнительного образования
- 13.Положение об ОДОД ГБОУ СОШ № 87 Петроградского района
- 14.Инструкции по охране труда

**II. Учебные и методические пособия для педагога и учащихся (информационная база)**– включают в себя списки литературы и интернет-источников, необходимые для работы педагога и учащихся.

### Список литературы:

1. Ануфриков М. И. Спутник альпиниста. М. “ФиС”, 1970 г.
2. Власов А. А. “Турист”. М. “ФиС”, 1974 г.
3. Волков В.М. Восстановительные процессы в спорте. – М.: ФиС, 1977.
4. Гиссен Л. Д. Психология и психогигиена в спорте. – М.: ФиС, 1973.
5. Готовцев П. Я., Дубровский В. И. Спортсменам о восстановлении. – М., 1981.
6. Гурвич Л.М. “Следопыт”. М. “ФиС”, 1976 г.
7. Гуревич Н. А. Круговая тренировка при развитии физических качеств. – Минск: Высшая школа, 1995.
8. Директор Л. Б. “Снаряжение для горного туризма”. М. Профиздат, 1987 г.
9. Закацولا А.Г. Методическое руководство по основам скалолазания. Школа № 87, 2005 г.
10. Захаров П. П. “Инструктору альпинизма”. М. “ФиС, 1982 г.”
11. Колесников А.А. “Туристское снаряжение”. М.- Профиздат, 1968 г..
13. Малкин В. Р. Управление психологической подготовкой в спорте. – Екатеринбург: Изд-во Уральского университета, 2001.
14. «Туристская игротека» под редакцией Ю. С. Константинова М. «ВЛАДОС» 2000.
- 15.Бардин К.В. Азбука туризма. Пособие для руководителей туристских походов в школе. М., 1973.

- 16.Берман А.Е. Юный турист. М., 1977.
- 17.Ганопольский В.И. Времена года, или Приглашение к путешествию. Мн., 1981.
- 18.Ганопольский В.И. Уроки туризма: Пособие для учителей. Мн.,1998.
- 19.Водный туризм. М., 1990.
- 20.Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы. М., 1988.
- 21.Школа альпинизма. Начальная подготовка. М., 1989.
- 22.Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристическая топография. М., 1985.
- 23.Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., 1988.
- 24.Питание в туристском походе. М., 1986.
- 25.Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. М., 1983.
- 26.Елаховский С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах. М., 1981.
- 27.Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. М., 1985.

### **III. Система средств обучения** – материалы используемые педагогом для проведения занятий.

1. Рабочие программы по годам обучения
2. Учебные планы по годам обучения
3. Календарно –тематическое планирование
4. Методики эффективных и экономичных способов овладения жизненно важными умениями и навыками
5. Методические рекомендации по выполнению самостоятельных работ
6. Методика составления индивидуальных программ физического самовоспитания и занятия с оздоровительной, рекреационной и восстановительной направленностью
7. Технологии развивающего обучения
- 8.Игровые технологии
- 9.Информационно – коммуникативные технологии
- 10.Здоровьесберегающие технологии
- 11.Электронные образовательные ресурсы:  
-компьютерные презентации, разработанные педагогом, по темам программы  
-банк видеоматериалов
- 12.Информационные материалы к темам программы  
-плакаты -раздаточные материалы по темам программы

### **IV. Система средств контроля и результативности обучения**-представляет собой различные виды анкетирования, самостоятельных работ и мониторинга.

1. Мониторинг «Определение уровня сформированности предметных умений и навыков учащихся»
2. Диагностика освоения и развитие навыков необходимых для ориентирования на местности при помощи карты и компаса
3. Диагностика освоения техники вязки спортивных туристских узлов
4. Темы устных опросов (зачётов) «Техника безопасности в зале», « Гигиена туриста» «Типы, виды и формы туризма», «Личное и групповое снаряжение» «Питание в походе» «Первая доврачебная помощь» «Ориентирование в лесу», «Техника и тактика туризма», «Страховка» «Особенности туризма в зимнее время года» «Водный туризм»
- 5.Самостоятельные работы по темам «Меню туриста» «Отчёты о пройденных маршрутах», «Алгоритм оказания первой доврачебной помощи» «Математика и ориентирование»
- 6.Практические работы «Страховка в условиях природной среды», «Преодоление естественных препятствий»
- 7.Мониторинг «Определение уровня личностного развития учащихся»
- 8.Мониторинг «Определение уровня сформированности метапредметных умений учащихся»
- Мониторинг «Определение уровня сформированности предметных умений и навыков учащихся»
- 9.Анкета для родителей «Степень удовлетворённости спектром и качеством дополнительного образования в ОДОД ГБОУ СОШ № 87 Петроградского района г.Санкт-Петербурга»
- 10.Положения о конкурсах, соревнованиях и фестивалях
- 11.Мониторинг социальной и физической активности учащихся (участие в различных творческих и спортивных мероприятиях учебного учреждения и района)

