

КОМИТЕТ ПО ДЕЛАМ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СТАНЦИЯ ЮНЫХ ТУРИСТОВ ГОРОДА ЧЕЛЯБИНСКА

**СОГЛАСОВАНО:**

Педагогический совет № 3

«31» мая 2022 год

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУДО  
«СЮТур г. Челябинска»

Кондратенков Ю.В.

«31» мая 2022 года



**Летняя краткосрочная дополнительная общеразвивающая  
программа физкультурно-спортивной направленности  
«Тренировочные сборы в рамках похода»**

Автор - составитель:  
Орган Павел Викторович  
педагог дополнительного образования  
МБУДО «СЮТур г. Челябинска»

Челябинск 2022

## ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

|  |   |
|--|---|
| <b>Учреждение</b>  | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Станции юных туристов г. Челябинска»  |
| <b>Полное название программы</b>   | «Тренировочные сборы в рамках похода»   |
| <b>Ф.И.О. , должность, категория</b>   | Орган Павел Викторович, педагог дополнительного образования   |
| <b>Сведения о программе</b>  |   |
| <b>Нормативная база</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>- ФЗ «Об образовании в РФ» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года (с изменениями 2019 года);</li> <li>- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;</li> <li>- СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей;</li> <li>- Устав МБУДО «СЮТур г. Челябинска»</li> </ul> |
| <b>Область применения</b>  | Дополнительное образование  |
| <b>Вид программы</b>   | Общеразвивающая краткосрочная   |
| <b>Тип программы</b>   | Модифицированная  |
| <b>Направленность программы</b>  | Физкультурно-спортивная   |
| <b>Форма обучения</b>  | Очная   |
| <b>Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности программы</b> | Комплексная   |
| <b>Уровень реализации программы</b>  | Ознакомительный   |
| <b>Уровень освоения содержания программы</b>   | Общекультурный  |
| <b>Возраст обучающихся</b>   | 12-21 лет   |
| <b>Продолжительность реализации программы</b>  | 4 дня   |
| <b>Рассмотрена на педагогическом совете</b>  | Протокол заседания педагогического совета МБУДО «СЮТур г. Челябинска»   |

## Содержание программы

| №  | Название раздела   | № страниц |
|--|--|-----------|
| <b>Раздел 1 Комплекс основных характеристик программы</b>      |  |           |
| 1.1  | Пояснительная записка  |           |
| 1.2  | Цель и задачи программы  |           |
| 1.3  | Содержание программы (учебно-тематический план и содержание учебно-тематического планирования) |           |
| 1.4  | Планируемые результаты   |           |
| <b>Раздел 2 Комплекс организационно-педагогических условий</b> |  |           |
| 2.1  | Календарный учебный график   |           |
| 2.2  | Учебный план   |           |
| 2.3  | Условия реализации программы   |           |
| 2.4  | Формы аттестации и оценочные материалы   |           |
| 2.5  | Методические и дидактические материалы   |           |
| 2.6  | Список литературы  |           |
| Приложение 1.  |  |           |
| Приложение 2.  |  |           |

## **1.Комплекс основных характеристик программы.**

### **1.1. Пояснительная записка.**

Связь человека с природой начинается с раннего детства. Природа оставляет глубокий след в душе человека, своим многообразием воздействует на наши чувства, вызывая удивление, восхищение и желание узнать тайны окружающего мира. Эти чувства необходимо сохранить в душе человека на всю жизнь. А это возможно лишь через непосредственное вовлечение детей и подростков к изучению тайн природы родного края, в научно исследовательскую деятельность, способную раскрыть суть экологических взаимосвязей между человеком и окружающей средой.

Данная рабочая программа ориентирована на развитие у обучающихся знаний об экологии своего географического района проживания и на формирование экологического сознания обучающихся через познание экологического состояния природы той местности, где они живут. А также улучшение уровня туристского мастерства в рамках похода, посредством отработки технических действий преодоления препятствий имеющихся в спортивном туризме (дисциплине –дистанции) в реальных походных условия условиях.

Летняя краткосрочная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Тренировочные сборы в рамках похода» относится к **физкультурно-спортивной направленности**, по функциональному предназначению – познавательно - спортивная; по форме организации – групповая, является модифицированной, реализуется в период летних каникул.

Эта программа полностью удовлетворяет потребности детей в физическом, коммуникационном, эмоциональном, экологическом и духовном развитии.

**Актуальность программы.** Данная программа «Тренировочные сборы в рамках похода» построена с учетом досуговых предпочтений подростков, создает оптимальные условия для реализации потребностей в самосовершенствовании, само актуализации и творческого взаимодействия

детского коллектива.

**Новизна программы** заключается в гармоничном сочетании физкультурно-оздоровительной, творческо-познавательной, духовно-нравственной и гражданско-патриотической деятельности обучающихся посредством приобщения школьников к получению новых знаний, приобретению навыков и жизненного опыта в условиях экспедиции.

**Отличительной особенностью программы** от программ данной направленности является разноплановая деятельность, объединяющая различные направления оздоровления, улучшения физической формы, отдыха и воспитания детей.

## **1.2. Цель и задачи программы**

**Общая:** всестороннее развитие творческого потенциала личности каждого учащегося средствами туризма и краеведения.

**Специальная:** подготовка юных туристов, обладающих необходимым комплексом знаний, умений, навыков, для их использования в различных формах активного туризма и жизнеобеспечения в природной среде.

Задачи дополнительной общеобразовательной программы.

**Общие:**

1. Вовлечение, как можно большего числа, учащихся к занятиям туризмом и краеведением.
2. Расширение, углубление и дополнение базовых знаний учащихся по предметам.
3. Раскрытие потенциальных способностей каждого учащегося и создание условий для самореализации в максимально комфортной обстановке.
4. Развитие социального опыта и адаптация личности ребёнка к жизни в коллективе и современном обществе.

**Специальные:**



|      |   |               |           |           |           |                                    |                                 |
|------|---|---------------|-----------|-----------|-----------|------------------------------------|---------------------------------|
| 1.   | <b>Вводное занятие:</b><br>Знакомство с группой. Правила поведения в палаточном лагере. Режим дня. Распределение обязанностей в группе. | <b>18.07</b>  | 2         | 2         | -         | беседа                             | Опрос                           |
| 2.   | <b>Инструктаж по ТБ.</b>  |               | 2         | 1         | 1         | беседа                             | опрос                           |
| 3.   | <b>Тематические занятия:</b>  |               |           |           |           | Беседа, демонстрация               | Опрос, наблюдение               |
| 3.1  | Снаряжение для СТ   |               | 3         | 2         | 1         |                                    |                                 |
| 3.2  | Подготовка этапов   | <b>20.07</b>  | 4         | 0         | 4         | Беседа, демонстрация               | Опрос, наблюдение               |
| 3.3. | Техника лазания на естественном рельефе   |               | 4         | 1         | 3         | Беседа, демонстрация<br>тренировка | Наблюдение                      |
| 3.4. | Отработка техники преодоления этапов  | <b>21.07.</b> | 4         | 1         | 3         | Беседа, демонстрация<br>тренировка | Наблюдение                      |
| 3.5. | Изучение способов преодоления этапов  |               | 4         | 2         | 2         | Беседа, демонстрация<br>тренировка | Наблюдение                      |
| 3.6. | Посещение горы, знакомство с местными достопримечательными местами  | <b>22.07</b>  | 5         | 1         | 4         | Радиальный выход                   | Наблюдение                      |
| 3.7. | Скальные районы Урала   |               | 4         | 4         |           | Лекция                             | опрос                           |
| 3.8. | Работа с верёвками, узлы<br>Заключительное занятие:<br>Минисоревнования   | <b>23.07</b>  | 4         |           | 4         | Соревнование по дисциплинам<br>СТ  | Наблюдение<br>Подведение итогов |
| 4.   | <b>ИТОГО:</b>   |               | <b>36</b> | <b>14</b> | <b>22</b> |                                    |                                 |

### **Содержание учебного плана:**

Раздел 1. Вводное занятие. Знакомство с группой. Правила поведения в палаточном лагере в условиях экспедиции. Режим дня. Распределение обязанностей в группе. Краткая беседа о программе экспедиции.

2. Инструктаж по ТБ. Инструктаж по охране окружающей среды. Бережное отношение к природе и фауне. Поведение участников экспедиции в условиях палаточного лагеря.

Раздел 3. Тематические занятия.

Тема №3.1. Снаряжение для Спортивного туризма.

Тема №3.2. Наведение этапов.

Тема №3.3. Техника лазания на естественном рельефе.

Тема №3.4. Отработка техники преодоления этапов.

Тема №3.5. Изучение способов преодоления этапов.

Тема №3.6. Посещение горы, знакомство с местными достопримечательностями.

Тема №3.7. Скальные районы Урала.

Тема №3.8. Работа с верёвками, узлы  
Заключительное занятие: Мини соревнования.

### **Планируемые результаты реализации программы.**

*Предметные результаты:*

обучающиеся будут знать

- правила охраны труда, поведения на занятиях и в повседневной жизни;
- познакомятся с понятиями и терминами в области вида спорта «Спортивный туризм»;
- обучающиеся освоят соответствующие возрасту, полу и уровню подготовленности тренировочные и соревновательные нагрузки.

*Личностные:*

- начнет развиваться творческое мышление;
- сформируется потребность к здоровому образу жизни.

*Мета предметные:*

- начнет формироваться коммуникабельность, чувство коллективизма, взаимопомощи и взаимовыручки.
- появится интерес к спортивной деятельности.



## **КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО – ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.**

### ***Материально – техническое обеспечение***

*Перечень оборудования, инструментов, материалов, необходимых для работы:*

- Палатки -6 шт.;
- Туристские коврики;
- Бивуачное снаряжение;
- Тент костровой;
- Тент -2 шт.
- Костровое снаряжение;
- Топор, пила;
- Верёвка основная статика 85 м.;
- Верёвка динамика 50 м.;
- Навески тросовые, верёвочные;
- Карабины, оттяжки, спусковое устройство;
- Каски;
- Страховочные системы;
- Настольные игры;
- Мяч волейбольный;
- Наглядные пособия (альбомы, цветные фломастеры и карандаши, иллюстрации).

### **Форма аттестации.**

Контроль за освоением дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой «Тренировочные сборы в рамках похода» предусматривает ведение текущего контроля. Данная программа краткосрочная: поэтому итоговая аттестация обучающихся не предусматривается.

Форма отслеживания результатов усвоения программы предполагает:

- педагогическое наблюдение — при выполнении практических приемов обучающимися;
- педагогический мониторинг - проверка терминологии и усвоение практических навыков работы, ведение журнала учета.

### **Методические материалы.**

Обучение по данной программе предполагает использование различных методов и приемов обучения. Объяснительно – иллюстративный метод (беседа, рассказ, практическая работа (групповая и индивидуальная, самостоятельная работа обучающихся). Репродуктивный метод (повторение, замедленный показ). Выбор методов обучения зависит от темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в тесном взаимодействии при создании положительной мотивации, актуализации интереса.

Краткосрочная летняя дополнительная образовательная программа предусматривает вариативность использования некоторых педагогических технологий:

- традиционных (технология личностно-ориентированного и развивающего обучения);
- современных технологий: здоровье сберегающие, информационные.

При организации мероприятий используются следующие методы обучения:

- беседы с элементами разнообразной тематики (исторические, познавательные);
- конкурсы (спортивные, развлекательные);
- подвижные игры;
- спортивные соревнования в игровой форме (общеразвивающие, эстафеты).

В процессе обучения рекомендуется использовать технологии, позволяющие кроме обучения, развития ребенка, формировать его личностные качества, убеждения и жизненную позицию.