

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ
УПРАВЛЕНИЕ ОБЩЕГО И ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОРИЛЬСКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СТАНЦИЯ ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ»**

*663300, Красноярский край, г. Норильск, ул. Набережная Урванцева, дом 35
тел/факс 46-18-39, cdutur_norilsk@mail.ru*

ПРИНЯТА (в новой редакции)

на заседании методического совета
МБУ ДО «СДЮТиЭ»
от «08» апреля 2025
протокол № 5

УТВЕРЖДЕНА

приказом директора
МБУ ДО «СДЮТиЭ»
№ 108 от «08» апреля 2025
_____ С.А. Гальченко

**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«НОВЫЙ ГОРИЗОНТ»**

Направленность:	туристско-краеведческая
Уровень:	стартовый
Возраст обучающихся:	8-15 лет
Срок реализации программы:	3 года
Составители:	Мороз Сергей Андреевич, педагог дополнительного образования МБУ ДО «СДЮТиЭ»

г. Норильск
2025

Структура программы

Раздел 1	Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы	3
1.1.	Пояснительная записка (общая характеристика программы)	3
1.2.	Цель и задачи программы	4
1.3.	Содержание программы	5
1.3.1.	Учебный план	5
1.3.2.	Содержание учебного плана	8
1.4.	Планируемые результаты	13
Раздел 2	Комплекс организационно-педагогических условий	14
2.1.	Календарный учебный график	14
2.2.	Условия реализации программы	14
2.3.	Формы аттестации и оценочные материалы	15
2.4.	Методические материалы	15
Раздел 3	Модуль «Рабочая программа воспитания»	17
	Список литературы	19

1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Пояснительная записка

При составлении программы использовались регламентирующие образовательную деятельность документы:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273–ФЗ (ред. от 28.12.2024) «Об образовании в Российской Федерации»:
 - статья 12. Образовательные программы;
 - статья 75. Дополнительное образование детей и взрослых;
- Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся»;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года, утвержденная распоряжением Правительства от 29.05.2015 г. № 996-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных программ (включая разноуровневые программы)»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.03.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».
- Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися. Минобрнауки и науки, ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения РФ № 09-3173 от 12.11.2015 г.

Направленность программы: туристско-краеведческая, реализуется в условиях Крайнего Севера.

Уровень программы: стартовый.

Актуальность программы. Положительные эмоции, по мнению психологов, являются могучими побудителями человеческой деятельности. Такой деятельностью в школьном возрасте являются туристские занятия, походы и т.д., которые мы рассматриваем как важное средство формирования личности ребенка.

Обладая специфическими особенностями занятия на природе, походы предоставляют детям с ОВЗ, а именно для детей с задержкой психического развития (ЗПР), возможность оперировать заключенными в их содержании

знаниями, способствуя, таким образом, уточнению, закреплению и обобщению полученных ранее знаний, и расширению кругозора.

Отличительными особенностями программы является организация совместных занятий детей с ОВЗ и детей, не имеющих особенностей по здоровью. Проведение таких занятий позволяет детям с ограниченными возможностями почувствовать себя полноценными людьми, такими же, как все окружающие, а здоровым детям по-другому взглянуть на некоторые человеческие ценности. Формирование у детей устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств туристско-краеведческой деятельности в организации здорового образа жизни.

Для детей с ЗПР были разработаны комплексы упражнений, направленные на постепенное освоение необходимых двигательных навыков, что в дальнейшем дает возможность перейти к более сложным элементам подготовки туриста. Тестовые нормативы двигательных качеств рассчитаны для детей с ЗПР и проводятся для учащихся в начале и конце учебного года в рамках тренировочного занятия с целью выявления динамики физического развития.

Адресат программы. Программа рассчитана на учащихся в возрасте 8–15 лет. Программа предполагает создание смешанных групп, в которые могут войти здоровые дети, так и указанные выше категории детей с ОВЗ. Общение детей разных возможностей позволяет развивать в них такое важное качество, как толерантность, способность к принятию и пониманию духовных и физических особенностей другого человека.

В целом программа обеспечивает рациональную организацию образовательного процесса, необходимого для предотвращения перегрузки, перенапряжения и обеспечивает условия успешного обучения детей и подростков, сохранение их здоровья, развития личности, создание условий для развития индивидуальности, личной культуры, коммуникативных способностей ребёнка, через туристскую деятельность. Первый и второй год обучения занятия проходят по шесть часов в неделю; третий год обучения - девять часов в неделю.

Объем и сроки освоения программы. Программа рассчитана на 3 года обучения, первый и второй год по 216 часов, третий год обучения - 324 часа.

Форма обучения: очная.

Режим занятий: Продолжительность занятия - 45 минут. Теоретические и практические занятия проводятся 2-3 раза в неделю. Занятия можно проводить как на местности, так и в помещении, в зависимости от темы занятия, времени года и погодных условий.

1.2. Цель и задачи программы.

Рабочая программа своим предметным содержанием ориентируется на достижение следующей цели и задач.

Цель – совершенствование нравственного и физического воспитания учащихся средствами туризма, удовлетворение естественной потребности детей в познании окружающего мира, своего края.

Задачи:

Личностные:

- расширять кругозор;
- раскрывать физические качества;

- развивать волевые качества;
- развить организаторские и коммуникативные навыки, умение брать на себя ответственность, принимать решение.

Метапредметные:

- развивать физическую и психическую выносливость;
- воспитывать бережное отношение к природе;
- воспитывать привычку рационально использовать свободное время;
- развивать память и внимание;
- развивать физическую и психическую выносливость.

Предметные:

- формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, навыки безопасного поведения;
- способствовать самостоятельному приобретению умений и навыков у учащихся в работе с картой и компасом.

1.3. Содержание программы.

1.3.1. Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1. Массовый туризм, цели и задачи		63	4	59	
1.1.	Вводное занятие	2	2	-	Инструктаж
1.2.	Особенности туризма в Заполярье	2	2	-	Опрос, беседа
1.3.	Физическая подготовка	59	-	59	Контроль за правильным выполнением упражнений
2. Начальная туристская подготовка		144	38	106	
2.1.	Вводное занятие	2	2	-	Опрос, беседа
2.2.	Туристское снаряжение	10	4	6	Практические занятия
2.3.	Питание туриста	6	6	-	Опрос, беседа
2.4.	Обеспечение безопасности в походах на Севере	6	6	-	Опрос, беседа
2.5.	Лыжная подготовка	38	6	32	Практические занятия
2.6.	Привалы и ночлеги	8	2	6	Практические занятия
2.7.	Туристские слеты и соревнования	38	-	38	Подготовка и участие в соревнованиях
2.8.	Работа с веревкой, узлы	22	2	20	Практические

					занятия
2.9.	Способы ориентирования. Топографические знаки. Работа с компасом	8	4	4	
2.10.	Гигиена туриста	6	6	-	Опрос, беседа
3. Краеведческая работа в походе		9	9	-	
3.1.	Охрана природы	9	9	-	Опрос, тестирование
Итого:		216	51	165	

2 год обучения

№ п\п	Наименование тем и разделов	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1. Лыжный туризм, его особенности		81	11	70	
1.1.	Вводное занятие	3	3	-	Инструктаж
1.2.	Техника передвижения на лыжах	48	6	42	Практические занятия
1.3.	Преодоление препятствий	30	2	28	Практические занятия
2. Физическая подготовка		54	2	52	
2.1.	ОФП	42	-	42	Практические занятия
2.2.	Основы скалолазания	12	2	10	Практические занятия
3. Начальная туристская подготовка		63	25	38	
3.1.	Движение на различных формах рельефа	16	2	14	Практические занятия
3.2.	Техника и тактика движения в походе	8	5	3	Опрос, беседа
3.3.	Питание туриста	12	12	-	Опрос, беседа
3.4.	Привалы и ночлеги	9	-	9	Опрос, тестирование, практические занятия
3.5.	Обеспечение безопасности в походах на Севере	3	2	1	
3.6.	Туристское снаряжение	6	-	6	
3.7.	Организация и подготовка к походу	7	2	5	
3.8.	Подведение итогов похода	2	2	-	
4. Топография и ориентирование на местности		9	4	5	

4.1.	Способы ориентирования. Топографические знаки	4	4	-	Устное тестирование.
4.2.	Азимут	5	-	5	Практические занятия
5. Гигиена туриста. Первая помощь в походе		9	6	3	
5.1.	Основные приемы транспортировки пострадавшего участника похода	9	6	3	Опрос, беседа. Практические занятия
Итого:		216	48	168	

3 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			
		Всего	Теория	Практика	Формы аттестации/ контроля
1. Лыжный туризм, его особенности		108	12	96	
1.1.	Вводное занятие	3	3	-	Инструктаж
1.2.	Способы ориентирования на местности	22	3	19	Практические занятия, участие в соревнованиях
1.3.	Техника движения на лыжах, преодоление препятствий	83	6	77	Практические занятия, участие в соревнованиях
2. Физическая подготовка		108	9	99	
2.1.	ОФП	39	-	39	Подготовка и участие в соревнованиях
2.2.	Туристские слеты и соревнования	60	-	60	Подготовка и участие в соревнованиях
2.3.	Личная гигиена туриста	9	9	-	Опрос, беседа
3. Туристская подготовка		108	21	87	
3.1	Техника и тактика движения в походе	39	3	36	Практические занятия
3.2	Питание туриста, туристское снаряжение	9	9	-	Устное тестирование
3.3	Привалы и ночлеги	15	3	12	Практические занятия, ЗНМ, ПВД
3.4	Организация и подготовка к походу	33	3	30	
3.5	Основные приемы транспортировки	9	3	6	Устное тестирование.

	пострадавшего участника похода				Практические занятия
3.6	Подведение итогов похода	3	-	3	Опрос, беседа, отчет о походе
	Итого:	324	42	282	

1.3.2. Содержание учебно-тематического плана

1 год обучения

1. Лыжный туризм, его особенности

1.1. Вводное занятие.

Теория. История туристского движения в стране.

Основные этапы развития туристско-экскурсионного движения в стране, современная организационная структура туристского движения. Региональная зависимость развития отдельных видов туризма.

1.2. Особенности туризма в Заполярье.

Теория. Географическое положение. Формы рельефа на Таймыре. Его природные ресурсы и туристские возможности.

1.3. Физическая подготовка.

Практика. Выполнение различных комплексов упражнений: на растяжку (наклоны, выпады), на выносливость (челночный бег) на развитие координационных способностей (ОРУ на месте, в движении).

2. Начальная туристская подготовка.

2.1. Вводное занятие

Теория. Что такое спортивный туризм и его виды. Основные этапы развития туристско-краеведческого движения в стране.

2.2. Туристское снаряжение.

Теория. Назначение предметов личного, группового и специального туристского снаряжения. Способы его упаковки и транспортировки.

Практика. Правильный подбор снаряжения и умение пользоваться им в зависимости от вида туризма и района путешествия, времени года, сложности и продолжительности похода.

2.3. Питание туриста.

Теория. Варианты питания в однодневном походе. Понятие о продуктовой раскладке. Походное меню. Походные блюда.

2.4. Обеспечение безопасности в походах на Севере.

Теория. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Опасности зимнего похода.

Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Правила поведения при движении группы пешком и на лыжах. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

2.5. Лыжная подготовка.

Теория. Правильный подбор лыжного оборудования, виды креплений, условия хранения и подготовка оборудования перед занятием.

Практика. Отработка падений, подъемов на лыжах. Повороты на месте, виды подъемов, торможения на ровной поверхности. Занятия на местности. Участие в соревнованиях.

2.6. Привалы и ночлеги.

Теория. Виды палаток. Последовательность разбивки лагеря. Правила поведения в походе, палатке. Виды снаряжения, виды костров. Организация ночлегов в помещении.

Практика. Сборка, разборка различных видов палаток. Сбор и инвентаризация личного снаряжения. Тестирование. Беседа, опрос. Интерактивные игры: «Собрать рюкзак», «4 сезона».

2.7. Туристские слеты и соревнования.

Практика. Организация слетов и соревнований, их значение. Оборудование этапов соревнований. Порядок проведения, информация. Подведение итогов, награждение.

Личное и командное снаряжение участников.

Меры безопасности при проведении соревнований. Участие в соревнованиях.

2.8. Работка с веревкой, узлы.

Теория. Назначение веревок в туризме. Классификация веревок. Классификация узлов. Простейшая маркировка веревки. Назначение некоторых узлов и техника их вязания.

Практика. Вязка узлов, работа с веревкой. Применение узлов на практике. Участие в соревнованиях.

2.9. Способы ориентирования. Топографические знаки. Работа с компасом.

Теория. Определение сторон света без компаса – по солнцу и часам, по Полярной звезде и т.д.

Практика. Условные знаки на топографических и спортивных картах. Изображение рельефа на картах. Типичные формы рельефа и их изображение на картах. Характеристика местности по рельефу. Масштабные и немасштабные знаки. Цифровые и буквенные характеристики.

2.10. Гигиена туриста.

Теория. Гигиена туриста: профилактика потертостей, мозолей, инфекционных заболеваний.

3. Краеведческая работа в походе.

3.1. Охрана природы.

Теория. Правила защиты природы: утилизация мусора.

2 год обучения

1. Лыжный туризм, его особенности.

1.1. Вводное занятие.

Теория. Районы проведения туристских походов, их особенности с учетом климатических и географических условий. Лыжная подготовка в условиях полярной зимы. Техника безопасности при организации походов и занятий.

1.2. Техника передвижения на лыжах.

Теория. Виды лыжных техник, двушажный ход, одношажный ход, безшажный ход. Применение их на различных рельефах в походах.

Практика. Техника лыжного туризма. Приемы техники (траверсы, развороты на склоне, переправы). Занятия на местности. Участие в соревнованиях.

1.3. Преодоление препятствий.

Теория. Естественные препятствия, их характеристика. Движения по пересеченной местности с различными препятствиями.

Практика. Имитация движения по пересеченной местности с различными препятствиями: преодоление лесного завала, навесная переправа, переправа бабочка, параллельная переправа. Занятия на местности. Участие в соревнованиях.

2. Физическая подготовка.

2.1. Общая физическая подготовка.

Практика. Выполнение различных комплексов упражнений: на растяжку, на гибкость, на выносливость, на развитие вестибулярного аппарата. ОРУ на месте. Упражнения в движении, махи, выпады, скручивания, наклоны, прыжки.

2.2. Основы скалолазания.

Теория. Основы скалолазной подготовки; 11 правил скалолаза, технические приемы скалолазания. Понятие страховки.

Практика. Отработка полученных навыков на скалолазном стенде, прохождение трасс различного уровня сложности, участие в соревнованиях.

3. Начальная туристская подготовка.

3.1 Движение на различных формах рельефа.

Теория. Общая характеристика препятствий в походе. Режим движения. Темп. Обязанности первого и замыкающего в группе. Порядок движения группы. Режим дня: режим труда и отдыха в походе.

Практика. Правила поведения в походной группе. Порядок движения группы. Естественные препятствия, их характеристика. Движения по пересеченной местности с различными препятствиями.

3.2. Техника и тактика движения в походе.

Теория. Применение различных видов передвижения в походе, от чего зависит выбор стиля. Погодные условия, виды рельефа.

Практика. Выбор пешего стиля передвижения для группы, тактика передвижения, режим движения и отдыха. Отработка лыжных ходов. Подъемы «ёлочкой», «лесенкой», повороты.

3.3. Питание туриста.

Теория. Обязательные продукты для похода. Расчет продуктов в зависимости от уровня сложности похода. Варианты питания в походе. Понятие о продуктовой раскладке. Походное меню.

3.4. Привалы и ночлеги.

Практика. Планирование бивака. Выбор дерева для сруба, правила рубки. Размещение и установка палаток. Разведение костров. Типы костров. Хранение продуктов. Организация дежурства. Утилизация мусора. Выбор места для привала и бивака, требования к ним. Сворачивание бивака.

3.5. Обеспечение безопасности в походах на Севере.

Теория. Выполнение всех требований от занимаемой должности в походе, правильное обращение с туристским оборудованием в походе.

Практика. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Понятие о простейшей страховке, взаимопомощь.

3.6. Туристское снаряжение.

Практика. Обзор палаток. Виды палаток (зима, лето, двухслойные, трехслойные, вместимость и т.д.) Костровые принадлежности (печи, костровые тросики, розжиг, топливо для костра и т.д.). Состав ремонтного набора (все необходимые отвертки, запасная лыжа, крепление).

3.7. Организация и подготовка к походу.

Теория. Определение цели и района похода. Изучение карт. Разработка маршрута. Распределение обязанностей в группе. Правила переноски некоторого снаряжения

Практика. Подгонка и осмотр снаряжения. Укладка рюкзака. Упаковка и переноска продуктов. Опробование снаряжения на небольшой прогулке.

3.8. Подведение итогов похода.

Теория. Подготовка фотоотчета или презентации после похода.

4. Топография и ориентирование на местности.

4.1. Способы ориентирования. Топографические знаки.

Теория. Определение сторон света по компасу, по Полярной звезде, при помощи карт.

4.2. Азимут.

Практика. Способы измерения расстояний на местности и по карте. Курвиметр. Измерение расстояний шагами. Глазомерная съемка. Определение расстояния во время движения. Оценка пройденных пунктов, обозначенных на мини-карте.

5. Гигиена туриста. Первая помощь в походе.

5.1. Основные приемы транспортировки пострадавшего участника похода.

Теория. Зависимость способа транспортировки от характера и места повреждения, от состояния пострадавшего, сезона, от количества участников спасательных работ.

Практика. Транспортировка на руках, на спине, на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на бухте веревки, на шестах со штормовками. Сооружение носилок из шестов или лыж, курток и другого походного снаряжения. Способы переноски пострадавшего при различных травмах.

3 год обучения

1. Лыжный туризм, его особенности.

1.1. Вводное занятие.

Теория. Районы проведения туристских походов, их особенности с учетом климатических и географических условий. Лыжная подготовка в условиях полярной зимы. Техника безопасности при организации походов и занятий.

1.2. Способы ориентирования на местности.

Теория. Ориентирование по местным предметам. Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой, людьми; по растительности.

Практика. Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты. Поведение членов группы в случае потери ориентировки, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники. Действия отдельного члена группы в случае потери им ориентировки.

1.3. Техника движения на лыжах, преодоление препятствий.

Теория. Правила применения техник при возникновении различных препятствий, таких как, лесной завал, большой угол преодолеваемой горки и т.д.

Практика. Передвижение на лыжах по равнинной и пересеченной местности, имитационные упражнения преодоления природных препятствий. Организация движения в группе. Разведка местности по маршруту.

2. Физическая подготовка.

2.1. Общая физическая подготовка.

Практика. Упражнения на развитие силы, скорости, выносливости, координации движений и гибкости. Подвижные игры, спортивные игры, эстафеты. Упражнения в парах и с собственным весом, статические (планка, глубокий присед, и т.д.).

2.2. Туристские слеты и соревнования.

Практика. Виды соревнований, командные, личные. Разбор этапов. Отработка техники и тактики прохождения этапов. Участие в соревнованиях и слетах. Помощь в подготовке и организации мероприятий.

2.3. Личная гигиена туриста.

Теория. Личная гигиена при занятиях туризмом. Гигиена одежды и обуви. Гигиена в походе. Подбор одежды и обуви для походов, уход за ними. Применение средств личной гигиены в походах.

3. Туристская подготовка.

3.1 Техника и тактика движения в походе.

Теория. Техника лыжного и пешеходного туризма. Одношажный, двушажный ходы.

Практика. Движение по снежникам. Оценка состояния снежного покрова. Выбор времени дня прохождения снежного участка и выбор безопасного пути передвижения. Отработка техники движения и преодоления препятствия. Организация движения в группе.

3.2 Питание туриста, туристское снаряжение.

Теория. Значение разнообразия и высокой калорийности набора продуктов и правильной организации питания на маршруте. Составление продуктовой раскладки. Личное и групповое снаряжение, основные требования к нему: легкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность.

3.3. Привалы и ночлеги.

Теория. Требования к месту привала и бивака. Меры, принимаемые при природных катаклизмах (сильный ветер, снегопад, возникновения «молока» во время движения группы).

Практика. Бивак дневной и ночной, для дневок.

Выбор места для привала и ночлега. Организация работы по устройству лагеря. Определение места для забора воды, умывания, туалет. Утилизация отходов. Противопожарные меры.

3.4. Организация и подготовка к походу.

Теория. Формирование туристской группы. Распределение обязанностей в группе. Походная документация. Комплектование личного и группового снаряжения. Составление плана подготовки похода.

Практика. Обязанности участников похода. Подбор группы. Должности в группе постоянные и временные.

Распределение обязанностей. Разработка маршрута похода. Составление плана-графика движения. Отчет о походе.

3.5. Основные приемы транспортировки пострадавшего участника похода.

Теория. Транспортировка пострадавшего подручными средствами. Наложение повязок на места травмы.

Практика. Имобилизация (обездвиживание) пострадавшего подручными средствами или специальными. Положение пострадавшего при транспортировке.

Различные способы транспортировки: на руках, на импровизированных носилках, при помощи наплечных лямок. Изготовление носилок из шестов и веревок, одежды, волокуш из лыж.

3.6. Подведение итогов похода.

Практика. Составление анализа с фотографиями после похода. Оформление отчета о походе о совершенном походе.

1.4. Планируемые результаты.

Планируемые результаты по итогам первого года обучения.

предметными

- иметь понятия о видах туризма;
- знать и соблюдать технику безопасности на занятиях;
- уметь правильно укладывать рюкзак для прогулки;
- знать назначение личного и группового снаряжения;
- знать основы топографии;
- знать основные узлы;
- уметь передвигаться на лыжах по простому рельефу.

метапредметными

- развить мотивацию к познанию родного города, края;
- повысить активность и ответственность за выполняемые поручения;

личностные

- получить навыки командной работы;
- приобрести навыки здорового образа жизни;
- улучшить физические показатели;

Планируемые результаты по итогам второго года обучения.

предметными

- изучить основную часть топографических знаков;
- иметь представление о спортивных и топографических картах;
- уметь составить продуктивную раскладку для степенного похода;
- уметь правильно укладывать рюкзак для степенного похода;
- уметь верно, технически и тактически преодолевать препятствия;
- уверенно передвигаться на лыжах по простому рельефу;
- знать основные приемы при транспортировке пострадавшего;
- знать требования к личному и групповому снаряжению;

метапредметными

- проявлять активный интерес к занятиям спортивным туризмом;
- развить ловкость и координацию;

личностные

- бережно относиться к природе родного края;
- быть отзывчивыми, помогать товарищам по команде.

Планируемые результаты по итогам третьего года обучения.

предметными

- знать состав личного и группового снаряжения для выхода в многодневный поход;
- уметь составить продуктивную раскладку в многодневный поход;
- уверенно пользоваться спортивными и топографическими картами;

- уметь правильно укладывать рюкзак для многодневного похода;
- уметь ориентироваться на местности;
- уметь преодолевать полосу препятствий;
- уверенно передвигаться на лыжах по сложному рельефу с препятствиями;
- уметь обрабатывать сведения, собранные в походе, писать отчет о походе.

метапредметными

- сформировать пространственное мышление при работе с картами на местности.

- развить самостоятельность при решении проблемных задач (походных, соревновательных).

- развить интерес к занятиям спортивным туризмом.

личностные

- сформировать сознательное отношение к порученному делу.

- воспитать отзывчивость и доброту.

- сформировать навыки командной работы.

2. Комплекс организационно-педагогических условий.

2.1. Календарный учебный график.

Режим организации занятий по данной дополнительной общеобразовательной программе определяется календарным учебным графиком.

№ п/п	Год обучения	Дата начала занятий	Количество учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки промежуточной, итоговой аттестации
1	2	01.09.2025	36	216	3 раза в неделю	апрель-май
2	2	01.09.2025	36	216	2 раза в неделю	апрель-май
3	3	01.09.2025	36	324	3 раза в неделю	апрель-май

2.2. Условия реализации программы.

Материально-техническое обеспечение. Учреждение владеет специально оборудованным для занятий спортивным залом, спортивно-оздоровительным комплексом «Оганер», где проводится лыжная подготовка и практические занятия на местности. Материальные ресурсы организации включают в себя достаточное количество спортивного снаряжения для обеспечения образовательного процесса.

Для успешной реализации программы необходимо снаряжение:

- страховочные системы;
- комплекты специального снаряжения;
- веревки различного диаметра;
- страховочные петли;

- снаряжение для походной деятельности (рюкзаки, палатки, спальные мешки, котелки, костровые принадлежности);
- спортивный инвентарь (мячи, скакалки, гимнастические палки);
- снаряжение для спортивного ориентирования (карты, компаса).
- часы судейские;
- аптечка;
- высокотехнологическое оборудование (компьютер, проектор, экран для проектора, аудиосистема).

Информационное обеспечение: имеется учебная литература, необходимая для подготовки к занятиям.

Кадровое обеспечение: программа может реализовываться педагогами дополнительного образования, имеющими опыт в туристско-краеведческой деятельности.

При привлечении к работе с несовершеннолетними в качестве руководителей туристских походов, экспедиций с обучающимися, обязательно прохождение обучения по дополнительным программам (например, «Инструктор детско-юношеского туризма», «Руководитель 1-2-дневных походов с учащимися»).

2.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Для данной группы обучающихся основной формой аттестации является участие в соревнованиях на муниципальном уровне. В основном, это участие в соревнованиях МБУ ДО «СДЮТиЭ», которые предполагают контрольные срезы по всем разделам учебной программы.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы:

- Аттестация по итогам теоретического курса проводится в форме тестирования (промежуточное и итоговое).
- Практические задания, тестирования.

Оценочные материалы.

Проводя анализ полученных результатов обучения детей с ОВЗ, педагог сравнивает динамику показателей самого ребенка с теми, которые он демонстрировал в самом начале занятий. Педагог достигнет положительного результата, если дети с удовольствием встречаются с педагогом, испытывают положительные эмоции от занятий и общения с педагогом, если прослеживается интерес к познавательной деятельности, дети справляются с более объемной и сложной информацией по теме занятий, чем раньше, способны заинтересованно работать более длительное время, могут анализировать свою работу и радоваться своим удачам.

Процесс контроля в работе с каждым ребенком очень индивидуален и зависит от конкретных психических и физических особенностей ребенка. Педагог применяет контроль в виде беседы, рассказа обучающегося, проведения тестирования (Приложение 2.), в основном - в виде практических работ. А также педагог отталкивается от отзывов родителей об улучшении психологического климата в семье, улучшении взаимоотношений подростка и родителей.

2.4. Методические материалы.

Образовательная программа строится на основе дидактических принципов: доступности, постепенности. Большое значение в работе с детьми с ЗПР имеет

степень владения психологическими знаниями, умение определить индивидуальную модель взаимодействия с ребенком, его возможности и потребности. Программа скорректирована с учетом интеллектуальных, физических возможностей ребёнка, разработаны дидактическое и методическое сопровождение программы, что особенно важно в работе с детьми ОВЗ в категории ЗПР. Ребенку необходимо осознать свои возможности и определиться: «это я делаю, это я могу», а также принять помощь взрослого человека в саморазвитии и самообразовании. Ребёнок не ограничен во времени, он в своем темпе может усваивать материал в соответствии со своим уровнем развития и способностями. Работа с ребенком строится не с учетом возраста, а с учетом того, на каком уровне развития он находится.

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

- календарно-тематический план;
- методические сборники и литература по данному направлению;
- методические разработки по спортивному туризму;
- схемы и таблицы для учебных занятий;
- схемы вязания узлов;
- нормативные документы по спортивному туризму (правила соревнований, разрядные квалификационные требования).

Формы и виды занятий. Данная программа предполагает применение различных форм и методов обучения:

- тренировки и практические занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия;
- изучение природных объектов родного края с целью их рационального использования и сохранения.

Педагогические технологии. При реализации программы «Новый горизонт» используются различные виды педагогических технологий: педагогика сотрудничества, игровое обучение, исследовательская деятельность, технологии групповой деятельности, коллективный и индивидуальный способы обучения, дифференцированный подход.

На занятиях применяются здоровьесберегающие технологии: физическая активность воспитанников, смена видов деятельности и преподавания на занятии.

Особенности организации образовательного процесса: при необходимости возможно применение дистанционных технологий. Информационно-коммуникационные технологии на занятиях используются для организации образовательного процесса, дают массу новых возможностей для организации тематических занятий, значительно повышают наглядность представления материала и качество его усвоения.

Средства организации деятельности в условиях применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий: средства онлайн-взаимодействия (сервисы, рекомендованные Министерством просвещения РФ), облачные хранилища для размещения материалов (Яндекс-диск и др.).

3. Модуль «Рабочая программа воспитания».

Цель программы: создание благоприятного микроклимата в смешанных (инклюзивных) группах посредством включения всех учащихся в совместную продуктивную воспитательную деятельность.

Задачи программы:

- привить социальные навыки учащимся: толерантность, способность к принятию и пониманию духовных и физических особенностей другого человека;
- развивать психологическую выносливость по отношению к педагогу, товарищам по объединению: умение жить в коллективе, сочетать свои интересы и желания с интересами и желаниями других;
- воспитать чувство бережного отношения к природе;
- привить учащимся культуру поведения в социуме через привлечение к культурным и социально направленным мероприятиям;
- приобщить учащихся к ведению здорового образа жизни.

Приоритетные направления деятельности.

1. Человек и другие люди, общество. Уважение к себе и другому человеку, доброжелательное отношение к людям.
2. Человек и его здоровье. Здоровый образ жизни с раннего возраста.
3. Человек и природа. Сохранение и бережное отношение к животному и растительному миру.
4. Взаимодействие с родителями.
5. Социальная адаптация в окружающей действительности.

Формы и методы воспитательной работы.

Викторины, спортивные мероприятия, конкурсы, экскурсии по памятным местам, совместные мероприятия с родителями, походы выходного дня, экологические рейды.

Планируемые результаты воспитательной работы:

- формирование стабильных, дружественных взаимоотношений в группе между учащимися;
- динамика положительного взаимодействия между учащимися и педагогом;
- развитие чувства коллективизма при совместном участии в различных мероприятиях: командные соревнования, походы выходного дня и др.;
- формирование экологического сознания детей в окружающем мире, чувства бережного отношения к животным и растениям;
- умение рационально использовать свое свободное время, посещая различные культурные и социально направленные мероприятия.

Календарный план воспитательной работы С.А. Мороза, педагога дополнительного образования

№ п/п	Название мероприятия	Форма проведения	Сроки проведения
1	Поход выходного дня	ПВД	сентябрь 2025, октябрь 2025, апрель 2026, май 2026
2	Волонтерство на восхождении на г.	волонтерство	сентябрь 2025

	Сокол		
3	Волонтерство на мероприятиях СДЮТЭ	волонтерство	в течение года
4	Посещение музеев города, памятных и исторических объектов	экскурсия	ноябрь 2025, апрель 2026
5	Мероприятия к календарным и памятным датам: 23 февраля - День защитника Отечества, 9 Мая - День Победы, 15 февраля - День воинов-интернационалистов	экскурсия, участие в акции, военном параде	февраль 2026 апрель-май 2026
6	«Новый год на чердаке Деда Мороза»	Новогоднее праздничное мероприятие. Новогодние конкурсы, поздравления к Новому году	конец декабря 2025

Список литературы

1. Багаутдинов Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальных классов. М. «Турист» 1992 – 71 с.
2. Борякова, Н.Ю. Проблема психолого-педагогического сопровождения детей с задержкой психического развития в инклюзивной образовательной среде 2015.
3. Бургасова, Н.Е., Танцюра С.Ю. Модернизация системы обучения детей с ОВЗ в условиях инклюзии 2014.
4. Вахлис К.И. Спутник туриста. – Киев: «Здоровье», 1991.
5. Завьялов В.Н., Гоголев М.И., Мордвинов В.С. Медико-санитарная подготовка учащихся: Учеб. для 10 кл. сред. шк. - М.: Просвещение, 1990.
6. Конева И. А. К проблеме интеграции подростков с задержкой психического развития в среду нормально развивающихся сверстников 2015.
7. Коротков И. Зимний пионерский лагерь. М. «Молодая гвардия» 1977.
8. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. – М.: Профиздат, 1987.

Электронные ресурсы:

1. www.tssr.ru Федерация спортивного туризма России;
2. www.mountain.ru - крупнейший российский ресурс, посвященный горам;
3. www.8848.ru – вся видеотека горных документальных фильмов;
4. www.risk.ru - журнал о горах, экспедициях, проектах, людях;
5. www.extremal.ru - объединенный туристский сервер России;
6. www.skitalets.ru - сервер для туристов и путешественников;
7. <https://infourok.ru/rabochaya-programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya/>
8. <https://nsportal.ru/shkola/raznoe/library/2012/04/17/yunyy-turist-ekolog/>