Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 578
Приморского района Санкт-Петербурга

«СОГЛАСОВАНА»
Заведующий ОДОД
ГБОУ школы № 578
Приморского района
Санкт-Петербурга
_____Д.В.Кузьмина
28.08.2020 г.

«РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА»
Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 578
Приморского района
Санкт-Петербурга
(протокол от 28.08.2020 г. № 6)

«УТВЕРЖДЕНА»
Приказом ГБОУ школы 578
Приморского района
Санкт-Петербурга
от 31.08.2020 г. № 315-Д
Директор Е.И.Зимина

ВНЕСЕНЫ ИЗМЕНЕНИЯ

«РАССМОТРЕНА и ПРИНЯТА»
Педагогическим Советом
ГБОУ школы № 578
Приморского района
Санкт-Петербурга
(протокол от 30.08.2022 г. № 15)

«УТВЕРЖДЕНА»
Приказом ГБОУ школы 578
Приморского района
Санкт-Петербурга
от 31.08.2022 г. № 215-Д
Директор Е.И.Зимина

Дополнительная общеразвивающая программа
физкультурно-спортивной направленности

«ЮНЫЕ ТУРИСТЫ»

Возраст учащихся от 11 до 14 лет

Срок реализации программы: 2 года

Разработчик программы:
Стрелкова Елена Петровна
Педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Направленность - физкультурно –спортивная.

Уровень усвоения - общекультурный.

Программа разработана на основе нормативно правовых документов:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Законом Санкт-Петербурга от 17.07 2013 № 461-83 «Об образовании в Санкт-Петербурге";
- Концепцией развития дополнительного образования детей, утвержденной Распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726- р;
- Порядком осуществления деятельности школьных спортивных клубов (в том числе в виде общественных объединений), не являющихся юридическими лицами, утвержденным приказом Министерства Просвещения РФ от 23.03.2020 №117;
- Порядком применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным Приказом Министерства образования и науки РФ от 23.08.2017 № 816;
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденным приказом Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018 № 196;
- Порядком осуществления деятельности школьных спортивных клубов и студенческих спортивных клубов, утвержденным Приказом Министерства образования и науки РФ от 13.09.2013 № 1065;
- Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы), направленными письмом Министерства образования и науки РФ от 18.11. 2015 г. N 09-3242 «О направлении информации»;
- Письмом Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 14.08.2020 г. № 03-28-6734/20-0-0 «О подготовке к началу нового 2020/2021 учебного года»;
- Письмом Минпросвещения России «О реализации курсов внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных технологий» (вместе с «Рекомендациями по реализации внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации дополнительных общеобразовательных программ с применением дистанционных образовательных технологий») от 07.05.2020 № ВБ-976/04;
- Письмом Минпровсещения России «О направлении рекомендаций» (вместе с «Рекомендациями по особенностям организации образовательного процесса во втором полугодии 2020/21 учебного года в условиях профилактики предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции в организациях, реализующих основные и дополнительные общеобразовательные программы», «Рекомендациями по созданию условий для повышения мотивации участников образовательных программ различных направленностей и организации внеурочной деятельности во втором полугодии 2020-2021 учебного года», «Рекомендациями по организации психолого-

педагогического сопровождения участников образовательных отношений во втором полугодии 2020-2021 учебного года») от 25.01.2021 № ТВ-92/03;

- Постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 13.03.2020 № 121 «О мерах по противодействию распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (C0V1D-19)»;

- Постановлением Главного Государственного санитарного врача РФ от 30.06.2020 г. № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

- Постановлением Главного Государственного санитарного врача РФ от 13.07.2020 г. № 20 «О мероприятиях по профилактике гриппа и острых респираторных вирусных инфекций, в том числе новой коронавирусной инфекции (COVID-19) в эпидемическом сезоне 2020-2021 годов»;

- Санитарными правилами (СП 2.4.3648-20), «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09. 2020 № 28;

- Санитарными правилами и нормами (СанПиН 1.2.3685-21), «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденными постановлением Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2;

- Распоряжением Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 01.03. 2017 г. № 617-Р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;

- Регламентом безопасной реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Отделении дополнительного образования детей Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 578 Приморского района Санкт-Петербурга, в том числе санитарно–гигиенической безопасности, в целях противодействия распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19);

- Уставом государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 578 Приморского района Санкт-Петербурга (далее – Образовательное учреждение) и другими локальными актами Образовательного учреждения.

Актуальность

Последние годы в Приморском районе Санкт – Петербурга увеличилось количество районных и муниципальных мероприятий, в которых школы обязуют участвовать. Это муниципальные туристские слеты, районные туры игры Зарница, различные туристские слеты ОУ избирательных округов, различные военно-полевые сборы. Они включают в себя туристские элементы: туристский быт, питание в тур. походе, ориентирование и топографию, технику пешеходного туризма. При этом в большинстве школ нет специалистов по этому направлению, поэтому преподавателям ОБЖ и физкультуры приходится вывозить неподготовленные команды, что сказывается на безопасности и на результатах соревнований. Относительно небольшое количество детей, вовлеченных в туристскую деятельность (далее ТД), обусловлено отсутствием традиции районных соревнований и малым количеством ставок педагогов доп. образования туристского направления в Приморском районе в

целом. В связи с этим возникло противоречие между потребностью школ в подготовленных командах и отсутствием возможности подготовить их самостоятельно на базе школы.

Отличительные особенности данной программы в том, что она адаптирована под изменившиеся потребности школ: увеличено количество практических занятий относительно теоретических, сокращено общее количество часов, что позволяет снизить нагрузку на учащихся, изначально не вовлеченных в туристскую деятельность и не планирующих дальнейшее обучение в туристской секции для совершения сложных спортивных многодневных походов. Программа составлена на основе опроса педагогов школ, администраций учебных заведений и организаторов районных туристских мероприятий.

Программа адресована учащимся 6-8 классов, которые хотят вести активный образ жизни, участвовать в туристских и спортивных мероприятиях города и района.

Объем и срок реализации: программа на 2 года обучения , 4 часа в неделю, 144 часа в год.

Цели данной программы:

--формирование интереса к здоровому образу жизни и занятиям спорта

--формирование учащихся начальных знаний, умений и навыков по туризму.

-- популяризация туристско-краеведческой деятельности среди не вовлеченных в деятельность подростков района.

Задачи:

воспитательные:

- формирование общественной активной личности
- воспитать чувство товарищества, чувство личной ответственности
- воспитать нравственные качества по отношению к окружающим /доброжелательность, терпимость
- приобщить ребенка к здоровому образу жизни

развивающие:

-- развить физические данные

– развить внимание, наблюдение, память, мышление

обучающие:

– обучить навыкам первоначальной туристской подготовки

– обучить навыкам пешего, водного, лыжного туризма

– дать систему знаний и умений по участию в туристских соревнованиях и походах

Условия реализации программы

– **условия набора в коллектив**: принимаются все желающие, изъявившие желание участвовать в туристских и спортивных мероприятиях и обучатся этому на теоретических занятиях в классе. В процессе занятий, возможно, возникнет ситуация, что учащемуся будет трудно участвовать в мероприятиях коллектива. Тогда в коллектив принимаются новые учащиеся после первого полугодия или первого года обучения. Формирование группы первого года обучения с 1 по 10 сентября.

-- **условия формирования групп**: формируются группы одновозрастные, для участия в соре

-- условия обеспечения образовательного процесса

Программа рассчитана на два года обучения с прогнозируемым результатом на каждом уровне для детей 11 – 16 лет. Время, отведенное на обучение:

на первом году обучении - 144 часа. (4 часов в неделю, включая 2 часа теоретических занятий и 1-н 8-и часовой выезд в месяц).

на втором году обучения – 144 часа. (4 часов в неделю, включая 2 часа теоретических занятий и 1-н 8-и часовой выезд в месяц).

Группа не менее 15 человек на первом году обучения, не менее 12 человек на втором году обучения.

На занятия допускаются подростки 11-16 лет, допущенные по состоянию здоровья до участия в туристских мероприятиях.

Пространственно – временное обеспечение

Занятия объединений учащихся проводятся:

- На базе образовательных учреждений;
- В парках города и в области;
- В условиях природной среды на территории Ленинградской области во время проведения выездных практических занятий.

Материальное обеспечение

Приобретение необходимого для занятий личного снаряжения по предоставляемым педагогами спискам является заботой учащихся и их родителей. Групповое снаряжение и специальное личное снаряжение может предоставляться туристским отделом ДДТ. (Приложение 8)

Учебно–методическое обеспечение

Учебно – методический комплекс (используемый в процессе реализации настоящей программы) включает в себя:

- Нормативные документы, определяющие формы туристско – краеведческой деятельности учащихся,
- Постоянно корректируемый список литературы по проблемам детско – юношеского туризма, снабженный комментариями наиболее фундаментальных изданий,
- Видеотеку,
- Специально оборудованные учебные полигоны: по технике пешеходного туризма и ориентированию,
- Наглядный материал для теоретических занятий,
- Наборы практических заданий по темам,
- Специальное оборудование для практических занятий.

внованиях определённого уровня.1год обучения 15 чел.

2 год обучения 12чел

Допускается дополнительный набор при проверке физических возможностей учащегося на 2 год.

Формы проведения занятий:

--Традиционные

Теоретические занятия в виде лекции, беседы, тестирования, самостоятельной работе, зачеты. Практические занятия тренировки на лыжах, тренировки по ОФП, тренировки на тренажёрах, тренировки на лодках. Участие в соревнования : по бегу, ориентированию, лыжные соревнования, турпоход по паркам, экспедиция по маршруту, практические занятия с туристским снаряжения

-- **Групповая*:*** организация работ в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач. Задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);

--**Индивидуальная*:*** организуется для работы с одаренными детьми, капитанами команды и для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков;

Материально-техническое оснащение программы:

– класс школы, спортивная площадка школы, спортивный зал. Оборудование: лыжи на каждого учащегося, тренажеры, лодки на группу, палатки на группу, компаса на группу, туристская аптечка на группу, карты топографические и спортивные на каждого учащегося, тесты по разным направлениям для каждого учащегося.

Формы и методы обучения.

Предполагаются следующие виды занятий: теоретические лекции, семинары и занятия в спортзале, а также полевые учебно-тренировочные выезды (далее УТВ).

Определяющей формой организации образовательного процесса по данной программе являются практические занятия.

Образовательный процесс строится так, чтобы учащиеся могли закрепить теоретические знания на практике, участвуя в соревнованиях, конкурсах и слетах.

Основными факторами организации образовательного процесса являются:

- Лекции, в том числе с использованием технических средств обучения (ТСО);
- Практические занятия в помещении.
- Тренировочные выезды.
- Конкурсы, игры;
- Соревнования и слеты.

Формы промежуточной и итоговой аттестации.

Участие в тематических межгрупповых соревнованиях туристского отдела, а также участие в туристско-краеведческих мероприятиях района.

С целью диагностики достижений учащихся и коррекции образовательного процесса регулярно применяются следующие методы:

- Тестирование, анкетирование, контрольные выезды;
- Участие в тематических играх, конкурсах, соревнованиях и проведение анализа индивидуальной и групповой результативности учащихся;

Достигаемый уровень образованности учащихся.

Достижением целей программы является освоение знаний, умений и навыков по начальной туристской подготовке.

Планируемые результаты

Предметные результаты.

1) понимание роли и значения спортивного ориентирования в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению этих знаний ;
3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
4) освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах;
5) обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

Личностные результаты.

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности

долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
3) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
4) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
5) развитие морального сознания и формирование нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

6) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
7) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
8) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Метапредметные результаты

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и спортивной деятельности, развивать мотивы и интересы своей спортивной деятельности;
2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и спортивных задач;
3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
8) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
9) формирование и развитие экологического мышления.

Особенности образовательного процесса

В соответствии с «Регламентом безопасной реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ в Отделении дополнительного образования детей Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 578 Приморского района Санкт-Петербурга, в том числе санитарно–гигиенической безопасности, в целях противодействия распространению в Санкт-Петербурге новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» **образовательный процесс в 2021-2022 учебном году** по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юные туристы» **может быть организован в следующих формах:**
- очная аудиторная (теоретические и практические занятия),
- внеаудиторная (самостоятельная работа) учащихся по заданию педагога,
- обучение с использованием дистанционных образовательных технологий и (или) электронного обучения (ДОТ и (или) ЭО) (практические, теоретические занятия преимущественно для 2, 3 годов обучения) на платформах Zoom, VK, в WhatsApp,Viber

<u>При очной аудиторной форме организации образовательного процесса:</u>
Теоретические, практические, комбинированные занятия.
<u>При внеаудиторной форме организации образовательного процесса:</u>

Творческие, проектные работы, тестирование, работа с электронными образовательными ресурсами, просмотр видеолекций, видеозанятий.
При обучении с использованием дистанционных образовательных технологий и (или) электронного обучения: теоретические и практические занятия,консультации, беседы, лекции, семинары,выступления, концерты, праздники, конкурсы различных уровней, творческие лаборатории, мастер-классы, диспуты, литературные гостиные, творческие отчеты в он-лайн режиме.
Связь с педагогом осуществляется посредством телефонной связи, электронной посты педагога strelkova2007@mail.ru и группы объединения в социальной сети ВКонтакте.
Очные аудиторные занятия проводятся в группе или по подгруппам, сформированным из одного класса.
Все занятия проводятся по расписанию, утвержденному для групп и/или подгрупп с учетом периодов санитарной обработки помещений.
Практические занятия проводятся максимально на открытом воздухе.

Учебный план

Учебный план 1 года обучения «Юные туристы»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Вводное занятие.**	**2**	2	-	Наблюдение
2.	**Полевой туристский быт. Обеспечение безопасности.**	**12**	4	8	Тест. Тур. слёт
3.	**Ориентирование и топография.**	**32**	10	22	Тест. Соревнование
4.	**Медицинская подготовка юного туриста.**	**8**	8	-	Тест
5.	**Техника пешеходного и лыжного туризма.**	**76**	4	72	Поход. Соревнование
6.	**Общая физическая подготовка**	**10**	-	10	Кросс.
7.	**Итоговое занятие, соревнования по ориентированию**	**4**	-	4	Итоговое тестирование
		144	**28**	**116**	

Учебный план 2 года обучения «Юные туристы»

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Вводное занятие.**	**2**	2		Наблюдение
2.	**Туристское снаряжение.**	**2**	2		Тест.
3.	**Полевой туристский быт. Обеспечение безопасности в походе.**	**10**	2	8	Проверка на практике. Тур. слет.
4.	**Ориентирование и топография.**	**38**	6	32	Тест. Соревнование
5.	**Медицинская подготовка юного туриста.**	**12**	4	8	Тест. Наблюдение

6.	**Тактика и техника пешеходного туризма.**	**28**	8	20	Поход. Соревнование
7.	**Тактика и техника лыжного туризма.**	**32**	2	30	Соревнование
8.	**Тактика и техника водного туризма.**	**10**	2	8	Беседа. Соревнования
9.	**Общая физическая подготовка**	**8**		8	Кросс.
10.	**Итоговое занятие**	**2**	2		Итоговое тестирование
	Итого:	**144**	**30**	**114**	

Календарный учебный график

реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юные туристы»

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	11.09	31.05	36	45	144	1 раз в неделю 2ч. 1раз в месяц 8 ч.
2 год	01.09	31.05	36	45	144	1 раза в неделю по 2 ч. 1 раз в месяц 8ч.