

Администрация муниципального округа города Кировска
с подведомственной территорией Мурманской области

МУНИЦИПАЛЬНАЯ АВТОНОМНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА «ХИБИНЫ» ГОРОДА КИРОВСКА»

Принята на заседании
педагогического совета
от «15» мая 2025 г.
Протокол № 3

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОДО ЦДТ «Хибины»
Е.В. Караваева
«16» мая 2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ТУРИСТЁНОК»

Направленность: туристско – краеведческая
Уровень программы: стартовый
Возраст учащихся: 7-9 лет
Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор составитель:
Ялалова Луиза Рашитовна,
педагог дополнительного образования

г. Кировск
2025 г.

Оглавление

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ.....	3
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	5
1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	6
1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН.	6
1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА	6
1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ	8
II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	8
2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК	8
2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ	9
2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	10
2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ	10
2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	14
Памятка для юных путешественников	17
Как выбрать хорошее место для ночлега?	17
Конспект занятия «Заготовка дров. Типы костров»	17
Конспект занятия «Нетрадиционные способы разведения огня на природе. Природные помощники. Лайфхаки».....	18
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	20
Приложение 1.....	22
Календарный учебный график	22

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Обоснование необходимости. В последние годы в нашей стране большое внимание уделяется развитию туристско-краеведческой деятельности детей и подростков. Изучение программы туристско-краеведческой направленности младшими школьниками - первая ступенька к познанию обучающимися родного края, реализации интересов в изучении природного многообразия и историко-культурного наследия Кольского края, города Кировска. При освоении программы происходит формирование туристско-спортивных и краеведческих знаний, умений и навыков средствами дополнительного образования. Туризм - прекрасное и эффективное средство воспитания здорового и закаленного человека, средство расширения кругозора и обогащения духовной жизни людей. Предлагаемая дополнительная общеобразовательная программа поможет формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной среды. Туризм является важным средством гармоничного развития личности, способствует укреплению здоровья, позволяет позитивно влиять на формирование жизненно необходимых человеку умений и навыков, на развитие морально-волевых качеств. Занятия туризмом включают в себя разнообразные по форме и содержанию двигательные действия, выполняемые в естественных условиях коллективными усилиями.

Направленность программы - туристско-краеведческая.

Уровень программы – стартовый.

Тип программы: дополнительная общеразвивающая.

Настоящая программа разработана в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 г. N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 №09-3242 «О направлении информации» вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- «Методические рекомендации по разработке разноуровневых программ дополнительного образования ГАОУ ВО «МГПУ» АНО ДПО «Открытое образование»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской

Федерации от 28.01.2021 №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»;

– Положение о структуре, порядке разработки и утверждения, дополнительных общеразвивающих образовательных программ МАОДО «ЦДТ «Хибины» г. Кировска.

Актуальность данной программы обусловлена тем, что на данный момент нет подходящей программы, которая содержит в себе изучение разделов краеведение, спортивный туризм, ориентирование, этнография и навыки оказания первой помощи. Данные разделы программы заинтересуют младших школьников к изучению истории родного края, народов, населяющих Кольский полуостров, познанию окружающего мира, формированию культуры здорового образа жизни. Помимо этого, младшие школьники познакомятся с новым для них видом спорта – спортивный туризм, благодаря которому формируются важные морально-волевые и физические качества.

Отличительные особенности программы. Данная программа отличается от имеющихся программ туристско-краеведческой направленности тем, что направлена на учеников 1-2 класса для познания родного края через активную походную деятельность, тренировки и аудиторные занятия. Большая часть занятий будет проходить на свежем воздухе.

Новизна данной программы состоит в том, что:

- знакомство младших школьников с новым видом спорта – спортивный туризм.
- в программу включен региональный компонент: изучение родного края, через прогулки, походы и выездные мероприятия.
- будут применены здоровьесберегающие технологии, посредством проведения физкультминуток, релакс-часов, прогулок, однодневных походов.

Педагогическая целесообразность программы в том, что в ней содержится новая интересная деятельность, которая способствует мотивации к познавательной и спортивной деятельности.

Адресат программы - примерный портрет учащегося по данной программе:

Ученик 1-2 класса, 7-9 лет, загруженный учебной деятельностью, у которого наблюдается недостаток в двигательной и познавательной деятельности. Учащийся, у которого нет проблем со здоровьем. Данный возраст является периодом интенсивного развития и качественного преобразования познавательных процессов.

Объем программы – 144 часа.

Формы организации образовательного процесса

Групповые занятия в виде:

- мастер-классов.
- лекций
- тренировочных занятий
- выездные тематические занятия
- соревнования.
- походы.
- просмотр фильмов и презентаций
- экскурсия.

Возможно индивидуальное и дистанционное обучение.

Срок освоения программы – 1 год, 144 часа.

Режим занятий - 2 раза в неделю по 2 академических часа (45 минут). Практические занятия планируются с учетом вида деятельности, погодными условиями и

степенью подготовленности обучающихся. По продолжительности они могут составлять от 3 до 12 часов в день.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель - Формирование культуры здорового образа жизни и познавательной активности через занятия спортивным туризмом.

Задачи:

Образовательные:

- приобретение знаний о спортивном туризме, ориентировании, родном крае.
- формирование представлений об оказании первой помощи.
- приобретение навыков работы со специальным альпинистским снаряжением.
- приобретение навыков ориентирования в пространстве и на местности.
- приобретение опыта в передвижении по туристским маршрутам.
- научиться вязать туристские узлы.
- научиться ориентироваться по карте.

Воспитательные:

- формирование положительного и бережного отношения к природе и окружающей среде.
- развитие личностных качеств: терпение, воли, чувство товарищества, уважения к товарищам и соперникам, доброты, командного духа.
- формирование культуры здорового образа жизни.
- воспитывать патриотизм, любовь к малой родине.

Развивающие:

- развитие физических качеств: быстроты, выносливости, силы.
- развитие умений ориентироваться по карте и компасу.
- развитие познавательного интереса к естественным и гуманитарным наукам.
- развитие мотивации к познавательной деятельности.
- развитие мотивации к соревновательной деятельности.
- развитие памяти, воображения, пространственного мышления, внимания.
- развитие умения работать в паре, в команде.

1.3. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1.3.1 УЧЕБНЫЙ ПЛАН.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	2	0	2	Входящая диагностика.
2	Раздел I. Спортивный туризм.	60	24	36	Соревнования, упражнения, эстафеты. Промежуточный контроль
3	Раздел II. Ориентирование.	36	14	22	Соревнования, зачет. Промежуточный контроль
4	Раздел III. Краеведение.	22	10	12	Конкурсы, тесты, опросы, интеллектуальные игры. Промежуточный контроль
5	Раздел IV. Походная подготовка.	24	8	16	Упражнения, эстафеты, тесты. Итоговая диагностика
ИТОГО		144	56	88	

1.3.2 СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛНА

Вводное занятие. Входящая аттестация. Игры на знакомство. Ознакомление с планом работы объединения. Инструктажи.

Раздел I. Спортивный туризм. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Знакомство с специальным альпинистским снаряжением: индивидуальная страховочная система, карабины, жумар, «восьмерка», страховочно-спасательная веревка. Упражнения на быстрое надевание страховочной системы, перешелкивание карабинов, эстафеты. Технические приемы спортивного туризма: виды переправ, подъёмы, спуски, маятники и их прохождение в индивидуальном порядке. Прохождение технических приёмов спортивного туризма в связке (2 человека) и в группе. Бухтовка веревки, упражнения на правильное и скоростное бухтование веревки. Прохождение дистанции пешеходная, лыжная, спортивного туризма 1 и 2 класса. Общеефизическая и специальная подготовка в спортивном туризме. Вязание туристских узлов. Участие в соревнованиях по спортивному туризму, вязанию узлов, в туристских слётах.

Раздел II. Спортивное ориентирование. Что такое компас и карта. Определение азимута на заданный объект, по градусам. Ориентирование в лабиринте. Ориентирование на местности. Спортивное ориентирование в лесу. Условные знаки, и их определение. Чтение карты. Масштаб и легенда карты. Топография. Топографический диктант.

Раздел III. Краеведение. Мурманская область как субъект Российской Федерации. Достопримечательности Мурманской области. Исследователи Хибинских тундр. Минералы Кольского полуострова. Флора и фауна Мурманской области. Растительность

Мурманской области. Гидрография Мурманской области. Топонимы Мурманской области. Русский Север или народы, населяющие Мурманскую область. Составление кроссворда на изученные темы. Проведение интеллектуальной игры краеведческой тематики.

Раздел IV. Походная подготовка. Личное и групповое туристское снаряжение.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практические занятия по теме:

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колючих и режущих предметов.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Организация ночлегов в помещении.

Практические занятия по теме:

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

Подготовка к походу, путешествию

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода. Подготовка личного и общественного снаряжения.

1.4. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные.

- Обучающиеся знают изучаемый предмет.
- Способность обучающихся к самообразованию, самоопределению.
- Сформированность мотивации к обучению, познавательной и спортивной деятельности.
- Обучающиеся понимают значимость получаемых знаний и умений.
- Умеют определять для себя актуальные направления изучаемого предмета.

Метапредметные.

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками; работать индивидуально и в группе.
- Умение применять полученные знания на других учебных предметах в школе: окружающий мир, краеведение, география, физическая культура.
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.
- Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные.

- Знают что такое спортивный туризм, спортивное ориентирование.
- Имеют базовые знания о родном крае.
- Знают и умеют пользоваться специальным альпинистским и туристским снаряжением.
- Знают и умеют ориентироваться в пространстве, в городе, в лесу, на открытой местности.
- Умеют передвигаться по различным формам рельефа и видам снежного покрова.
- Имеют представление о навыках оказания первой помощи.
- Могут участвовать в соревнованиях по спортивному туризму.
- Знают и умеют применять туристские узлы в практической деятельности.

II. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

2.1 КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных часов на 2025-2026 учебный год: 144 часа.

Занятия по программе проводятся с сентября по 31 мая 2026 учебного года, включая каникулярное время, кроме зимних каникул (праздничные дни) и дополнительных каникул в связи с неблагоприятной эпидемиологической обстановкой.

Календарный учебный график - **Приложение 1.**

2.2. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Прием осуществляется по результатам итоговой диагностики программы «Паутинки открытый» и желающих учеников 1-2 класса. Занятия проводятся по группам. Группа формируется в составе от 12 до 15 обучающихся.

Условия реализации программы:

Ресурсное обеспечение развития детского туризма состоит из рекреационных ресурсов (природные ресурсы, историко-культурные, инфраструктура туризма), объектов социально-культурного обеспечения и уровня социально-экономического развития г. Кировска.

Детская туристская база, расположенная в микрорайоне Кукисвумчорр, является местом проведения практических занятий и учебных сборов по программам туристской направленности.

Кабинет военно-прикладной подготовки с необходимым оборудованием: столы и стулья, экран, проектор, компьютер.

Для демонстрации и выполнения учащимися практических заданий (презентаций, докладов, учебных фильмов) установлен компьютер, подключенный к сети интернет, оснащенный всеми необходимыми программами, имеющими лицензию; оформлены информационные стелы,

учебная литература.

Для организации туристской работы в учебном объединении в наличии имеются: палатки, тенты, палатки хозяйствственные, палатка – шатер, спальные мешки, туристические коврики, газовые горелки, мультигорелки, рюкзаки, сани – волокуши; само надувавшиеся коврики; навигатор, компасы, рации, портативные радиостанции; фонари налобные; тренога, костровое оборудование, котелки, термосы; альпинистские веревки, каски, карабины, спусковые устройства, биперы, лавинные лопаты, щупы, жумары, ледорубы и т.д.; туристские лыжи, снегоступы; велосипеды спортивные; зимние костюмы, штормовые костюмы; скалодром с зацепами; бинокль; аптечки, рем. наборы, манекены для отработки навыков сердечно-легочной реанимации.

Материально-техническое оборудование:

- Индивидуальная страховочная система (верх и низ) - 15 штук.
- Альпинистские карабины с байонентной муфтой или Twist-lock - 45 штук.
- Спусковое устройство «Восьмёрка» - 15 штук.
- Устройство для подъёма по веревке «Жумар» - 15 штук.
- Компас - 15 штук.
- Трек-ролик - 15 штук.
- Блокировка для ИСС 6 метров (страховочно-спасательная веревка) - 15 штук.
- Страховочно-спасательная веревка Коломна или Remera - 100 метров.
- Слэклайн.
- Репшнур 6 мм - 45 метров.
- Альпинистская каска Vento - 15 штук.
- Туристский рюкзак - 5 шт.
- Спальный мешок - 1 шт.
- Коврик - 5 шт.

Методическое и дидактическое обеспечение:

- Методические разработки и рекомендации к практическим занятиям.
- Развивающие и диагностические материалы: тестовые задания, игры и викторины.
- Топографические карты и карты спортивного ориентирования.

- Карты-схемы вязания узлов.
- Учебная литература по родному краю и краеведению Мурманской области.

Материалы:

- Бинты, жгуты, жерди.
- Бумага, фломастеры.

2.3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

В течение всего периода обучения педагог ведет индивидуальное наблюдение за развитием каждого обучаемого. Контроль результатов развития обучающихся проводится три раза в год.

Входящая диагностика осуществляется в начале учебного года с 16-20 сентября 2024 года, при поступлении обучающегося в учебное объединение, в виде устного опроса, беседы.

Промежуточный контроль осуществляется в середине учебного года с 23–27 декабря 2024 года, в виде тестирования,

Итоговая диагностика проводится в конце учебного года с 19-23 мая 2025 года, в виде сдачи нормативов по спортивному туризму и ориентированию, и общему теоретическому тестированию.

Формы оценки качества знаний - сдача зачетов (теоретическая и практическая часть).

Результативность обучения по модулям программы определяется средствами бесед, устных и письменных опросов, тестов, сдачи нормативов и прохождения дистанции и оценивается по уровням освоения – «высший», «средний», «низкий».

2.4. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Описание материала: предлагаемый материал предназначен для педагогов дополнительного образования детских объединений туристско-краеведческой направленности. Данный материал можно использовать для актуализации основных понятий в туризме, ориентировании у учащихся учебных объединений первого года обучения.

Тестовые задания.

1. О каком виде спорта идет речь?
«Походы по маршрутам определенной категории сложности, а также участие в чемпионатах по этим походам и в соревнованиях по технике преодоления естественных препятствий»

а) спортивное ориентирование б) спортивный туризм в) походный спорт

2. На какие части тела надеваются представленные ниже страховочные системы:

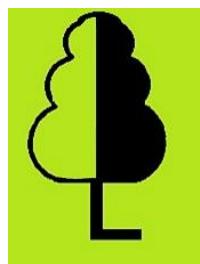


а). _____

б). _____

в). _____

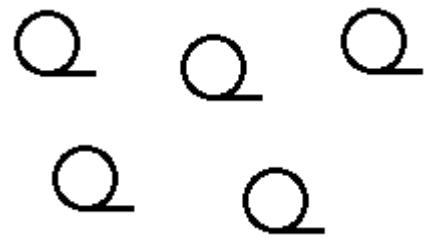
3. Топограф перепутал некоторые подписи к знакам. Напишите верные:



а). редкий лес



б). родник

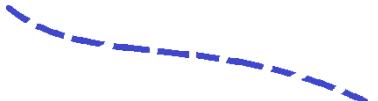


в). тропа

— — — — —

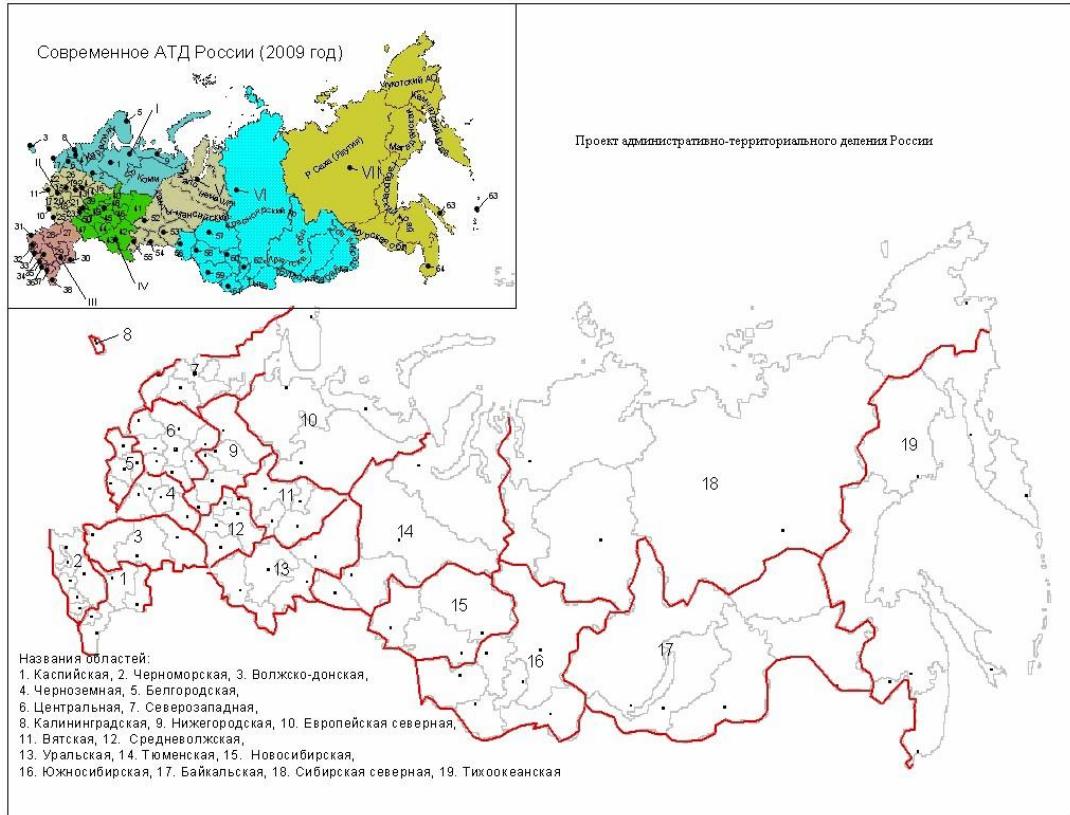


г). ограда



е). пересыхающая река

4. В каком административном районе России мы живем?



Ответ: _____

5. Гигиена это:

6. К какому направлению спортивного туризма относятся соревнования, проводимые в спортивных залах:

- а). группа дисциплин «маршрут» б). группа дисциплин «дистанция»

7. Для преодоления каких препятствий используют вертикальные веревочные перила:

- | | | |
|-----------|-----------|-------------|
| а). река | в). скалы | д). болото |
| б). склон | г). овраг | е). бурелом |

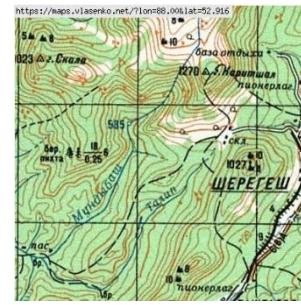
8. Распределите наименование носителей информации о местности в соответствии с изображениями:



a). _____



6). _____



B). _____



Γ). _____

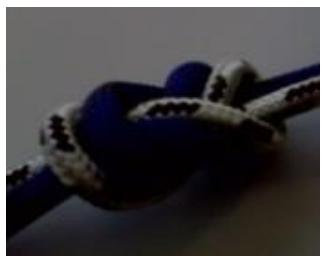
Варианты: Топографическая карта, спортивная карта, космический фотоснимок, орографическая схема. \

9. Под какими цифрами находятся следующие узлы:

- а). серединный проводник: _____

б). штык: _____

в). грепвайн: _____



1



2



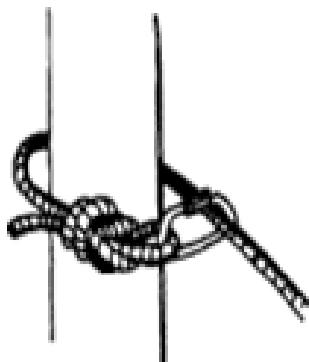
3



4



5



6



7



8

10. Определите тип палатки по конструкции:



a). _____



б). _____



в). _____

г). _____

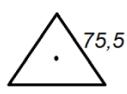
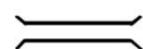
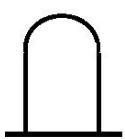
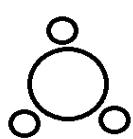
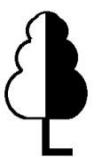
11. Какое количество участников команды может одновременно находиться на вертикальных перилах?

а). вся команда

б). 1 участник.

в). 2 участника.

12. Найдите ошибочное указание на главную точку фигуры топографического немасштабного знака:



1.

2.

3.

4.

5.

6.

7.

8.

13. Ниже приведены стадии опасного состояния, приводящего к заболеваемости и травматизму. Определите это состояние.

- усталость, не прекращающаяся после 5—7 часов отдыха
- постоянные болезни
- головные боли
- безуспешные попытки заснуть (особенно в раннее время)
- раздражительность, снижение внимания, памяти, способности концентрации, эмоциональный сдвиг
- повышение давления

2.5. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

1. Наглядные пособия

- «Узлы», «Макеты узлов»;
- плакаты по ориентированию, топографии, медицине;
- плакаты, иллюстрирующие технику безопасности;
- комплекс правил по технике безопасности;
- экскурсионные маршруты по Хибинским тундрям;

2. Географические и топографические карты Хибинских тундр, Мурманской области

3. Подборка статей эколого-краеведческой тематики из СМИ.
4. Подборка видео материала для проведения экскурсий.
5. Подборка подвижных игр на природе.
6. Снаряжение и оборудование для походов на группу в 15 человек.

Оснащение образовательного процесса:

- наличие квалифицированных педагогов, имеющих опыт проведения туристских походов, соревнований, экскурсий.
- наличие дидактического материала (карты, схемы, плакаты).
- подведение итогов по каждой теме или разделу (тесты, вопросники, практические задания)

Формы занятий:

- теоретическое занятие: лекция, беседа, игра, просмотр учебных фильмов.
- практическое занятие: поход, экскурсия, прогулка.

Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса:

В процессе работы с детьми используются:

- *словесные методы*: объяснение нового материала, рассуждение, беседы, обсуждение прохождения дистанции, инструктаж.
 - *наглядные методы обучения*: демонстрация, показ, наблюдение;
 - *практические методы*: упражнения для общефизической и специальной физической подготовки, эстафеты, соревнования.
 - *игровые методики*: дидактические, познавательные игры на развитие внимания, памяти, воображения, пространственного мышления.
- а также *методы психологического воздействия*: убеждение, внушение.

Современные образовательные технологии, применяемые при реализации программы:

- Информационно-коммуникационная технология. В последние годы всё чаще поднимается вопрос о применении новых информационных технологий в образовании. Это не только новые технические средства, но и новые формы и методы преподавания, новый подход к процессу обучения. Внедрение ИКТ в педагогический процесс повышает авторитет педагога в коллективе, так как преподавание ведется на современном, более высоком уровне. В последние 3 года информационно-коммуникационная технология стала востребованной, в связи с переходом на дистанционное обучение.

- Технология критического мышления. Конструктивную основу «технологии критического мышления» составляет базовая модель трех стадий организации учебного процесса:

1) На этапе вызова из памяти «вызываются», актуализируются имеющиеся знания и представления об изучаемом, формируется личный интерес, определяются цели рассмотрения той или иной темы.

2) На стадии осмыслиения (или реализации смысла), как правило, обучающийся вступает в контакт с новой информацией. Происходит ее систематизация. Ученик получает возможность задуматься о природе изучаемого объекта, учится формулировать вопросы по мере соотнесения старой и новой информации. Происходит формирование собственной позиции. Очень важно, что уже на этом этапе с помощью ряда приемов уже можно самостоятельно отслеживать процесс понимания материала.

3) Этап размышления (рефлексии) характеризуется тем, что учащиеся закрепляют новые знания и активно перестраивают собственные первичные представления с тем, чтобы включить в них новые понятия.

В ходе работы в рамках этой модели обучающиеся овладевают различными способами интегрирования информации, участвуя в выработке собственное мнение на

основе осмыслиения различного опыта, идей и представлений, строят умозаключения и логические цепи доказательств, выражают свои мысли ясно, уверенно и корректно по отношению к окружающим. Основные методические приемы развития критического мышления: Прием «Кластер», учебно-мозговой штурм, интеллектуальная разминка, эссе, приём «Корзина идей», да – нет, приём «Перекрёстная дискуссия».

– Игровые технологии (Пидкастый П.И., Эльконин Д.Б.). Используются для активизации и интенсификации деятельности учащихся с первых занятий для развития физических качеств, чувства восприятия, образной фантазии, эмоционального раскрытия, развития мелкой моторики, сплочения команды обучающихся.

– Здоровьесберегающие технологии. Обеспечение школьнику возможности сохранения здоровья за период обучения в школе, формирование у него необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни и применение полученных знаний в повседневной жизни. Через занятия, обучающиеся восполняют дефицит двигательной активности.

– Технология интегрированного обучения. Интегрированное обучение подразумевает занятий с широким использованием межпредметных связей.

– Традиционная технология. Заключается в том, что занятие проходит по единому годовому плану и расписанию, состав группы не меняется, занятие проходит в строго отведённое время.

– Гуманно-личностная технология (Ш.А. Амонашвили) лежит в основе взаимоотношений педагога с учащимися, развитии их личностного потенциала, создании поддерживающего и мотивирующего микроклимата на занятиях.

Памятка для юных путешественников Как выбрать хорошее место для ночлега?

Правило №1: Безопасность превыше всего!

Место должно быть ровным, без глубоких ям и острых камней — тогда спать будет удобно и никто не упадет ночью.

Проверь, чтобы рядом не было опасных животных, змей или насекомых.

Избегайте мест около водоемов с быстрым течением или глубокими участками воды.

Правило №2: Удобство и комфорт

Найдите участок, защищенный от ветра деревьями или кустами — там будет теплее и уютнее.

Лучше остановиться недалеко от реки или ручья, чтобы легко набрать воду для питья и приготовления пищи.

Подбери сухое место подальше от болот и сырых участков земли.

Правило №3: Бережём природу!

Постарайся ставить палатку вдали от тропинок и дорог, чтобы сохранить лес красивым и чистым.

Собирайте мусор, оставленный предыдущими туристами, и увозите его с собой.

Огонь разводите только в специально оборудованных местах или пользуйтесь печкой-грелкой.

Что брать с собой обязательно?

Палатку, спальный мешок и коврик-подстилку.

Фонарь и запас батареек.

Компас и карту местности.

Ножик и кружку-кастрюльку для готовки еды.

Конспект занятия «Заготовка дров. Типы костров»

Цель занятия: Формирование практических навыков заготовки дров и разведения различных типов костров среди учащихся младших классов.

Основные задачи:

- Познакомить детей с правилами безопасной заготовки дров.
- Ознакомить с основными видами костров и их назначением.
- Развивать умение самостоятельно выбирать подходящий вид костра в зависимости от ситуации.
- Воспитывать бережное отношение к природе и уважение к традициям выживания в походных условиях.

Ход занятия:

1. Организационный этап

Приветствие, проверка готовности группы к занятию.

Вопросы для обсуждения:— Кто из вас бывал в походе? Чем занимались взрослые, пока дети играли?— Знаете ли вы, зачем нужны дрова и почему важно уметь правильно развести костёр?

2. Теоретическая часть

Заготовка дров

Объяснить детям важность выбора сухих ветвей деревьев для заготовления дров.

Почему сухие ветки лучше влажных?

Обсудить правила безопасности при работе с топором и ножиком:

Куда смотреть при рубке дерева?

Какие меры предосторожности соблюдать при переноске инструмента?

Практическое задание: демонстрация правильного обращения с инструментом (безопасная поза, правильное хватание).

Типы костров

Объяснение и демонстрация трёх основных видов костров:

Вид костра	Назначение
Шалаш	Быстро горящий огонь для быстрого нагрева воды и освещения лагеря. Сложить древесину наподобие шалаша.
Колодец	Используется для длительного горения, обеспечивает равномерное пламя и жар. Дрова укладываются квадратом друг над другом.
Звёздочка	Экономичный вариант, подходит для медленного горения. Несколько поленьев располагаются радиально, медленно подкладываясь внутрь.

Практическое задание: обучающиеся разбиваются на команды и каждая команда выбирает один из видов костра для сборки.

3. Закрепление материала

Игра-викторина: педагог показывает картинку вида костра, дети называют его название и назначение.

4. Итоги занятия

Подведение итогов, обсуждение полученных знаний, оценка активности каждого ребёнка.

Домашнее задание: Написать небольшой рассказ о своём опыте пребывания в лагере/походе, упомянув моменты, связанные с разведением огня и заготовкой дров.

Материалы и оборудование:

Набор инструментов (топоры, ножики);

Сухие ветви и небольшие брёвна;

Иллюстрации разных видов костров;

Карточки с вопросами викторины.

Таким образом, занятие направлено на формирование необходимых туристических навыков и развитие понимания важности безопасного поведения в природных условиях.

Конспект занятия «Нетрадиционные способы разведения огня на природе.

Природные помощники. Лайфхаки»

Цели занятия: познакомить школьников с нестандартными способами добывания огня;

развить практические навыки ориентирования и выживания в природной среде; воспитать интерес к познанию природы и самостоятельному решению проблем.

Задачи занятия:

- показать школьникам различные природные материалы, способные заменить традиционные средства зажигания;
- научить способам добывания огня с использованием минимума ресурсов;
- формировать чувство ответственности за безопасность в экстремальных ситуациях.

Оборудование и материалы:

- Учебник или презентация с изображениями природных материалов и способов добывания огня.

- Демонстрационные образцы природного топлива и приспособлений для добывания огня.

- Полевые принадлежности (увеличительные стекла, камни кремния, веревки,

металлические пластины и др.).

Структура занятия:

И. Организационная часть

Приветствие участников, знакомство с темой занятия.

II. Основная часть

1. Постановка проблемы

Обсуждение вопроса: что делать, если обычные средства разжига огня отсутствуют? Можно ли обойтись собственными силами и природой?

2. Методические рекомендации по использованию природных материалов

Показ иллюстраций и образцов натуральных источников огня:

Камни (кремень + металл), трут (грибы-трутовики, шерсть животного происхождения)

Использование солнечных лучей (часы со стеклом, увеличительное стекло, линза камеры телефона)

Трение (метод палочки-костры, метод двух деревянных брусков)

Демонстрация методов (можно организовать мини-практику):

Розжиг огнем с помощью увеличительного стекла (солнечные лучи фокусируются на сухом труте).

Использование метода огненного шнуря (изготовление из растительного волокна).

Важно: подчеркнуть необходимость соблюдения правил пожарной безопасности и охраны окружающей среды.

3. Правила личной безопасности при разведении огня

Запрещено экспериментировать вблизи зданий, лесов и сухой травы.

Обязательно иметь рядом источник воды или песок для тушения возможного пожара.

Проверять направление ветра перед созданием открытого огня.

III. Заключительная часть

Проведение обобщающей игры («Что бы сделал ты?»), в которой учащиеся делятся своими идеями по добыче огня в критической ситуации.

Оценивание участия учеников и обратная связь от преподавателя.

Литературные и дополнительные ресурсы:

Книги и пособия по выживанию на природе (например, серии книг о путешествиях и приключениях).

Онлайн-ресурсы с инструкциями по созданию импровизированных устройств для разведения огня.

Выводы: Учащиеся научились различным приемам альтернативного получения огня, познакомились с новыми материалами, получили представление о правилах безопасности при эксплуатации природных ресурсов. Занятие способствует развитию творческих способностей и навыков самостоятельного решения бытовых ситуаций.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для педагогов.

1. Краеведение для обучающихся. Электронный ресурс: <https://ecopatity.jimdofree.com/%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%8F%D0%BC%D0%BA%D0%BD%D0%B8%D0%B3%D0%B8-%D0%B4%D0%B5%D1%82%D1%8F%D0%BC%D0%BA%D1%80%D0%B0%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE-%D1%81%D0%BE%D0%BB%D0%BD%D1%86%D0%B0/>
 2. Моя академия туризма. Электронный ресурс: <https://www.youtube.com/@user-cr5qd1uj8l/videos>
 3. Мастер –классы от Севастопольского центра туризма, краеведения, спорта и экскурсий. Электронный ресурс: <https://www.youtube.com/watch?v=6OTob21TobA>
 4. Нормативные документы по спортивному туризму. Электронный ресурс: <http://www.tmmoscow.ru/index.php?go=Pages&in=cat&id=1>
 5. Обучающие материалы по спортивному ориентированию. Электронный ресурс: <https://orient-games.ru/product/obuchayushchie-i-kontrolnye-testy-po-sportivnomu-orientirovaniyu-t-v-morgunova/>
 6. Первая помощь. Учебное пособие для лиц, обязанных или имеющих право оказывать первую помощь. Авторы: Дежурный Л.И., Шойгу Ю.С. Москва 2018 г. Электронный ресурс: <https://media.75.ru/minobr/documents/58656/posobie-po-okazaniyu-pervoy-pomoschi.pdf>
 7. Сборник обучающих тестов и практических заданий по виду спорта «Спортивный туризм». Электронный ресурс: <https://307226.selcdn.ru/turcenter-prod/unauth/2159dc/99f9bfc7600065a517858d9bad304191fad98920.pdf>
 8. Тесты по теме «Спортивный туризм». Электронный ресурс: <https://onlinetestpad.com/ru/tests/sports-tourism>
 9. Топографическое лото, учебно-методическое пособие. Автор Пахомов С. П., консультант к.м.с. Шумилов В. Н., Всеволожск, 2021. <https://ddut.vsevobr.ru/upload/2022/04/20220408232620-61-77548049362509a95c6f968.33644809.pdf>

10. Школьный туризм дело государственное. Ярошенко В.В., 2019. Электронный ресурс: http://tyr-zo.narod.ru/liter/t_delo/t_delo.html
11. Этнография для детей. Электронный ресурс: <https://www.booksite.ru/folk/1.html>

Литература для обучающихся.

1. Игра условные знаки топографических карт. Электронный ресурс: <https://learningapps.org/watch?v=p7j4nkxen20>.
2. История туризма. Электронный ресурс: <https://www.youtube.com/watch?v=-NprtBqSYw4>
3. Как вязать туристские узлы. Электронный ресурс: <https://svastour.ru/articles/raznoe/rasskazy/turisticheskie-uzly.html>
Симулятор спортивного ориентирования. Электронный ресурс: <https://orient-murman.ru/index.php/2011-01-03-12-09-22/120-catching-features->
4. Узлы для туризма. Электронный ресурс: <https://zatumanom.ru/site/articles/uzly-dlya-turizma/>.

Литература для родителей.

1. Оказание первой помощи. Учебное пособие. Электронный ресурс: https://mariamama.ru/storage/editor/1-e_metodicheskoe_posobie_po_pervoy_pomoschi_detyam.pdf

Приложение 1.
Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	Аудиторная(теоретическая)	2	Вводное занятие	МАОДО ЦДТ «Хибины», Кют, городской парк, место согласно маршрутному листу.	Входящая аттестация. Тестирование, сдача нормативов
2		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный.		Упражнения, опрос.
3		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Знакомство с специальным альпинистским снаряжением: индивидуальная страховочная система, карабины, жумар, «восьмерка», страховочно-спасательная веревка.		Упражнения, опрос.
4		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Работа с специальным альпинистским снаряжением: индивидуальная страховочная система, карабины, жумар, «восьмерка», страховочно-спасательная веревка.		Эстафеты, соревнование.
5		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм, прохождение этапов по веревке.		Эстафеты, соревнование.
6		Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапов.		Эстафеты, соревнование.
7		Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапов.		Наблюдение, соревнование.
8		Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапов.		Наблюдение, соревнование.

9	Октябрь	Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивное ориентирование. Что такое карта и компас.		Тестирование, сдача нормативов
10		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивное ориентирование. Топознаки.		Тестирование, сдача нормативов
11		Практическое занятие на местности	2	Спортивное ориентирование. Ориентирование по карте.		Соревнование.
12		Практическое занятие на местности	2	Спортивное ориентирование. Ориентирование по карте.		Соревнование.
13		Аудиторная(теоретическая)	2	Спортивное ориентирование. Топознаки.		Тестирование.
14		Аудиторная(теоретическая)	2	Спортивное ориентирование. Топографический диктант		Тестирование.
15		Аудиторная(теоретическая)	2	Спортивное ориентирование. Определение азимута.		Опрос, тестирование.
16		Аудиторная(теоретическая)	2	Спортивное ориентирование. Работа с картой.		Соревнование, тестирование.
17		Аудиторная(теоретическая)	2	Спортивное ориентирование. Ориентирование по карте.		Соревнование, тестирование.
18	Ноябрь	Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Этап подъем, снаряжение жумар.		Тестирование, сдача нормативов
19		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Этап спуск, снаряжение восьмерка.		
20		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапов подъем и спуск.		
21		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапов подъем и спуск.		

22	Декабрь	Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Перестежка, эстафета карабинов.		Тестирование, сдача нормативов
23		Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение туристских этапов.		
24		Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение туристских этапов.		
25		Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение туристских этапов.		
26		Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение туристских этапов.		
27	Декабрь	Аудиторная(теоретическая)	2	Спортивное ориентирование. Компас. Карта.		Тестирование, сдача нормативов
28		Практическое занятие на местности	2	Ориентирование на местности. Ориентиры.		
29		Практическое занятие на местности	2	Спортивное ориентирование. Топознаки.		
30		Практическое занятие на местности	2	Спортивное ориентирование. Топографический диктант.		
31		Аудиторная(теоретическая)	2	Спортивный туризм. История туризма, снаряжения, туристских компаний.		
32		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение туристской полосы препятствий.		
33		Аудиторная(теоретическая)/Практическое	2	Спортивный туризм. Прохождение		

		занятие на местности		туристской полосы препятствий.		
34		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение туристской полосы препятствий.		
35	Январь	Аудиторная(теоретическая)/	2	Краеведение. История родного края.		Тестирование, сдача нормативов
36		Аудиторная(теоретическая)/	2	Краеведение. История города Кировска.		
37		Аудиторная(теоретическая)/	2	Краеведение. Горные массивы Мурманской области		
38		Аудиторная(теоретическая)/	2	Краеведение. Народы Кольского полуострова.		
39		Аудиторная(теоретическая)/	2	Краеведение. Саамы.		
40	Февраль	Практическое занятие	2	Краеведение. Поморы.		Тестирование, сдача нормативов. Соревнования.
41		Практическое занятие	2	Краеведение. Горнодобывающая промышленность Мурманской области.		
42		Практическое занятие	2	Краеведение. Минералы Кольского полуострова.		
43		Практическое занятие	2	Краеведение. Достопримечательности Мурманской области.		
44		Практическое занятие	2	Краеведение. Достопримечательности Кировска.		
45		Практическое занятие на местности	2	Ориентирование. Сличение карты с местностью.		
46		Практическое занятие на местности	2	Ориентирование. Сличение карты с местностью.		

47	Март	Практическое занятие на местности	2	Ориентирование. Сличение карты с местностью.	Тестирование, сдача нормативов. Соревнования.	
48		Практическое занятие на местности	2	Ориентирование. Сличение карты с местностью.		
49		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Что такое переправа.		
50		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапа Переправа.		
51		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапа подъем.		
52		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапа спуск.		
53		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапов подъем и спуск спортивным способом.		
54		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение этапов подъем и спуск спортивным способом.		
55		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Работа с личным снаряжением.		
56		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Работа с командным снаряжением.		
57	Апрель	Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение дистанции пешеходная.	Тестирование, сдача нормативов. Соревнования.	
58		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Спортивный туризм. Прохождение дистанции пешеходная.		
59		Практическое занятие на местности	2	Прогулка по городу.		

60	Май	Практическое занятие на местности	2	Ориентирование с картой города.	МАОДО ЦДТ «Хибины», Кют, городской парк, место согласно маршрутному листу.	Тестирование, сдача нормативов. Практический экзамен.
61		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Походная подготовка. Туристский рюкзак.		
62		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Походная подготовка. Что такое спальный мешок?		
63		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Походная подготовка. Что такое палатка?		
64		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Походная подготовка. Что такое бивуак и какое снаряжение нужно.		
65		Практическое занятие на местности.	2	Походная подготовка. Как поставить туристский лагерь		
66	Май	Практическое занятие на местности.	2	Установка палатки.		
67		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Навыки ориентирования в лесу.		
68		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Походная подготовка. Собери рюкзак.		
69		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Походная подготовка. Собери обед.		
70		Аудиторная(теоретическая)/Практическое занятие на местности	2	Походная подготовка. Преодоление препятствий.		
71		Практическое занятие на местности.	2	Туристский поход.		
72		Практическое занятие на местности.	2	Туристский поход.		

ИТОГО	144		
-------	-----	--	--