

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Станция детского и юношеского туризма и экскурсий» города Кургана

ПРИНЯТА

Методическим советом
МБОУДО «СДЮТиЭ»
Протокол № 2

от « 24 » 03 2022 г.



Директор МБОУДО «СДЮТиЭ»
Ю.Р. Шамсутдинов

Приказ № 26

от « 20 » 04 2022 г.

**КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА**

(интенсив)

**туристско-краеведческой направленности
«Край, где Урал с Сибирью состыкован...»**

возраст учащихся: 11-14 лет

срок реализации: 48 час., 4 недели

Авторы: **Ласкавая Ирина Витальевна,**
педагог дополнительного образования
Папанова Ирина Ивановна,
педагог дополнительного образования
Папанова Юлия Михайловна,
педагог дополнительного образования,
методист
Шамсутдинов Юрий Робертович,
педагог дополнительного образования

Курган, 2022

«Край, где Урал с Сибирью состыкован...»: краткосрочная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа / Ласкавая И.В., Папанова И.И., Папанова Ю.М., Шамсутдинов Ю.Р.: МБОУДО «СДЮТиЭ». – Курган, 2022. – 40 с.

Авторы:

И.В. Ласкавая, педагог дополнительного образования
И.И. Папанова, педагог дополнительного образования
Ю.М. Папанова, педагог дополнительного образования, методист
Ю.Р. Шамсутдинов, педагог дополнительного образования

Рецензент:

О.Г. Фомина, заместитель директора по УВР
МБОУДО «СДЮТиЭ» города Кургана

Рассмотрено на методическом совете МБОУДО «СДЮТиЭ» города Кургана
Протокол № 3 от «24» марта 2022 г.
Руководитель МС Фомина Фомина О.Г. – зам. директора по УВР

СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ программы	4
1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ ...	5
1.1. Пояснительная записка.....	5
1.2. Цели и задачи программы.....	8
1.3. Планируемые результаты (личностные, метапредметные, предметные).....	9
1.4. Учебный план (рабочая программа).....	16
1.5. Содержание учебного материала программы.....	17
2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	
2.1. Календарный учебный график.....	25
2.2. Условия реализации программы.....	25
2.3. Формы аттестации/контроля.....	28
2.4. Оценочные материалы.....	28
2.5. Методические материалы.....	30
2.6. Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы «Край, где Урал с Сибирью состыкован...».....	37
2.7. Список литературы и источников (для педагога и учащихся).....	38
Приложения.....	

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Ф.И.О. авторов	Ласкавая Ирина Витальевна Папанова Ирина Ивановна Папанова Юлия Михайловна Шамсутдинов Юрий Робертович
Учреждение	Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Станция детского и юношеского туризма и экскурсий» города Кургана
Название программы	«Край, где Урал с Сибирью состыкован...»
Детские объединения	«Туризм», «Краеведение», «Спортивное ориентирование»,
Тип программы	краткосрочная дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа
Направленность	туристско-краеведческая
Образовательная область	туризм, краеведение, экология, спорт, здоровьесбережение
Вид программы	авторская
Возраст учащихся	11-14 лет
Срок обучения	июнь
Объем часов	48 часов
Уровень освоения программы	разноуровневая
Цель программы	создание условий для самореализации учащихся, формирования компетенций в области туризма, спортивного ориентирования, краеведения в летнее время.
С какого года реализуется программа	2022 г.

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Родство

*В Tobол роняя неба синеву,
Прошив реку узором тальниковым,
Лежит мой край, в котором я живу,
И где Урал с Сибирью состыкован.
К нему ли, к ней ли тот приписан дом,
Где чтут меня не праздным постояльцем?
Всю жизнь меня зовут сибиряком
И целый век зовут меня уральцем.
А кто же я в действительности есть?
Сильней всего к какому тянет краю?
Урал ли мне Сибири предпочесть,
Или Сибирь мне предпочесть Уралу?
На это я одно могу сказать,
Гордась родством, как верною любовью:
Урал с Сибирью мне – отец и мать –
Мне их друг другу не предпочитать,
А честь беречь и преданность сыновью.
(Пляхин Алексей Михайлович)*

Летние каникулы – это мечта каждого школьника! Лето – активная пора социализации учащихся, расширения личностного образовательного пространства, вовлечения детей в новые социальные связи, удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей. Именно поэтому обеспечение занятости школьников в период летних каникул является приоритетным направлением государственной политики в области образования детей и подростков.

Условия летнего оздоровительного отдыха детей в туристско-краеведческой направленности уникальны с точки зрения организации самостоятельной жизнедеятельности личности в свободное время. Летний отдых сегодня – это наилучшая пора для общения с природой, обогащения духовного мира и интеллекта ребёнка, постоянная смена впечатлений, встреча с позитивным неизвестным, поле для творческого развития учащихся.

Содержанием летнего отдыха должен стать активно организованный досуг детей, способствующий снятию физического и психологического напряжения детского организма.

Именно в дополнительном образовании ребенок заполняет свое свободное время полезными делами. Досуг, игры, развлечения, экскурсии, различные мероприятия в этой социальной среде побуждают ребенка к приобретению новых знаний, к серьёзным размышлениям, имеют познавательный характер.

Туризм – одна из популярнейших форм активного отдыха и досуга детей. Ежегодно миллионы туристов путешествуют по родной стране. Правильно организованное и умело проведенное путешествие расширяет кругозор туристов, формирует значимый социальный опыт, вырабатывает у детей такие ценные качества уважение к истории, культуре малой родины и большой страны, традициям своего народа, патриотизм, инициативу, настойчивость.

Участие в соревнованиях по туризму позволяет детям развить и повысить навыки туристско-спортивного мастерства, обучиться азам ориентирования на местности и попробовать свои силы в прохождении туристической полосы препятствий. Организация

разностороннего активного и полезного отдыха учащихся; сочетание краеведения и туризма способствует формированию у учащихся представлений о взаимодействии человека и окружающей среды, навыков здорового образа жизни.

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Станция детского и юношеского туризма и экскурсий» города Кургана каждый год для детей и подростков организует занятия, экскурсии, походы, учебно-тренировочные сборы и соревнования, в летнее каникулярное время, что доказывает готовность предложенной краткосрочной дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы к тиражированию.

Для организации занятости и оздоровления учащихся в это время разработана программа-интенсив «Край, где Урал с Сибирью состыкован...». При составлении программы учитывались возможности учреждения, уровень подготовки педагогического коллектива, пожелания и интересы детей и родителей, опыт прошлых лет.

Направленность программы по содержанию является туристско-краеведческой. Данная программа является примером интенсивного обучения, обеспечивает усвоение учебного материала за минимально возможный период времени при максимальной активизации усилий детей и педагогов. Предложенные формы работы дают возможность учащимся приобрести практический эмоционально и личностно значимый позитивный опыт взаимодействия с окружающим миром в природной и социальной среде. В ходе реализации программы учащиеся участвуют в туристской, спортивной, оздоровительной, краеведческой, здоровьесберегающей деятельности.

По форме организации содержания и процесса педагогической деятельности: комплексная, модульная.

По форме обучения: очная, интенсив. Программа-интенсив предполагает в ограниченный временной срок в летнее время формирование у обучающихся определенного уровня знаний, умений и социального опыта.

По возможности освоения учебного материала – программа разноуровневая, что позволит реализовать право каждого ребёнка на овладение компенсациями в индивидуальном темпе, объёме и уровне сложности, независимо от способностей и уровня общего развития.

По степени участия педагогов в процессе разработки программы – авторская.

Актуальность программе придает тот факт, что 2022 год в России объявлен «Годом культурного наследия народов России» (Указ Президента РФ от 30.12.2021 года № 745).

Основная идея программы состоит в интеграции общего и дополнительного образования, включении в ее содержание местного краеведческого материала. Отличительной особенностью данной программы является её практическая направленность, проведение экскурсии по Южному Зауралью и Уралу, организация практических занятий по туристско-краеведческой направленности, участие в соревновательной деятельности.

В туристских походах и экскурсиях становятся актуальными многие знания и умения, приобретенные на уроках природоведения, рисования, физкультуры, истории, литературы и т.д.

Межпредметный и ярко выраженный практико-ориентированный характер обучения по данной программе содействует формированию у учащихся навыков, отвечающих потребностям образования будущего.

В создании непрерывности в процессе обучения педагоги учреждения активно используют летний оздоровительный сезон, не только для отработки практических знаний, но и для эмоционально-нравственного развития, социализации, создания различных, коммуникативных способов общения, взаимодействия, сотрудничества.

Данная программа включена в программу воспитания учреждения и ориентирована на реализацию воспитательного потенциала дополнительного образования, направлена на

внедрение региональной модели воспитания (решение коллегии Департамента образования и науки Курганской области от 26.06.2020 г.), комплекса мер по реализации Региональной модели воспитания в образовательных организациях (приказ Департамента образования и наук Курганской области от 14.08.2020 г. №791), где определены принципы непрерывности и преемственности в воспитательной работе на разных уровнях уровнями образования.

Ценность программы обусловлена тем, что регулярные занятия туристско-краеведческой деятельностью, выбор маршрута в соответствии с эстетическими, познавательными и культурными потребностями участников путешествия удовлетворяют социальный запрос детей и родителей, формируют у учащихся познавательную, социальную и двигательную активность, базовые навыки, Soft - компетенции, отвечающие потребностям 21 века.

Программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (в действующей редакции); Федеральный закон № 304-ФЗ от 31 июля 2020 г «О внесении изменений в ФЗ «Об образовании в РФ» по вопросам воспитания обучающихся» от 29.12.2012 г.; Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642); Концепции развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 4.09.2014 г. № 1726-р); Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», (Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018г. № 196); Национальный проект «Образование», Федеральный проект «Успех каждого ребенка»; 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 28.09.2020 г. № 28); Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 05.05.2018 № 298н); методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Минобрнауки России (Департамент государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи №09-3242 от 18.11.2015 г.); методическими рекомендациями по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Курганской области (письмо Департамента образования и науки Курганской области от 26.10.2021 г. исх.№ 08-05794/21 «О структурной модели дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы»); Уставом и Лицензией на осуществление образовательной деятельности, нормативными документами и локальными актами МБОУДО «СДЮТЭ» города Кургана

Педагогическая целесообразность программы основана на разнообразии форм познавательной, туристской и спортивной деятельности, способствует развитию ребенка, укреплению физических и духовных сил, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, пропагандирует здоровый образ жизни, воспитывает интерес к активным видам деятельности, развивает культурные ценности, воспитывает патриота своей Родины.

Адресат программы

Программа адресована учащимся с 11 до 14 лет.

Численный состав группы – 15 учащихся. Для обеспечения доступности дополнительного образования, при желании объединение могут посещать дети других возрастных категорий, тогда для них будут разработаны и реализованы индивидуальные образовательные маршруты (ИОМ) на основе алгоритма составления (Приложение 1).

ИОП - документ, дающий представление о содержании деятельности образовательного учреждения, направленной на реализацию индивидуальных целей обучения и воспитания и представляет собой текст, определяющий. Такие маршруты могут быть составлены и для детей с особыми образовательными возможностями (ОВЗ) и

потребностями (одаренные; дети, попавшие в трудную жизненную ситуацию; состоящие на различных видах учета).

Так как программа является программой-интенсив и предполагает в ограниченный временной срок в летнее время формирование знаний, умений и социального опыта, то реализация содержания предполагает освоение содержания всех 3 уровней сложности:

1. Ознакомительный – уровень предполагает удовлетворение познавательного интереса учащихся, расширение информированности о географическом положении Урала, обогащение навыками общения и умений совместной туристско-краеведческой деятельности.

2. Базовый - уровень предполагает развитие, личностное самоопределение и самореализацию, выявление и развитие у учащихся познавательных, физических и творческих способностей во время туристского похода и соревнований.

3. Углубленный – уровень предполагает развитие компетентности обучающихся по спортивному ориентированию, формирование навыков на уровне практического применения полученных знаний и умений на практике, в самостоятельной деятельности.

Разноуровневое содержание программы направлено на развитие и формирование:

– личностного потенциала учащегося с учетом возрастных особенностей и сенситивных периодов;

– свободного выбора деятельности, соответствующего индивидуальным возможностям и потребностям;

– оценки образовательных результатов на основании личностно-значимых ценностей каждого ребенка отдельно, не сравнивая с другими;

– формирование социального опыта учащихся, социальной мобильности, адаптации, ответственности;

– сотворческого характера стиля взаимоотношений педагога с учащимся «человек-человек».

Объем и сроки освоения программы

Программа «Край, где Урал с Сибирью состыкован...» рассчитана на 48 часов, 4 недели, период реализации июнь.

Режим занятий - ежедневно по 2 часа, продолжительность занятий – 40мин. x 10 мин. перерыв x 40мин.

1.2. Цель и задачи программы

Цель: создание условий для самореализации учащихся, формирования компетенций в области туризма, спортивного ориентирования, краеведения в летнее время.

Задачи:

Обучающие:

– обеспечить формирование знаний об истории, географическом положении и климатических особенностях Курганской, Свердловской и Челябинской областей, их флоре и фауне;

– сформировать базовые историко-культурные представления и гражданская идентичность (осознание себя гражданином России, жителем своего края);

– содействовать овладению опытом участия в туристских походах, с учётом индивидуальных потребностей и возможностей учащихся;

– повысить уровень общей и специальной физической, технической, тактической и психологической подготовки по спортивному ориентированию;

– сформировать навыки бесконфликтного взаимодействия с окружающей природной и социальной средой; содействовать приобретению практический опыт участия в оздоровительно-познавательных походах;

– добиться вместе с учащимися достижения стабильно высоких результатов на официальных спортивных соревнованиях; подготовке спортивного резерва Курганской области;

Воспитывающие:

– привить у учащихся интерес и сформировать мотивацию к освоению туристско-краеведческой деятельности;

– обеспечить эмоциональное благополучие, психологическое здоровье и содержательный досуг учащихся в каникулярное время;

– сформировать коммуникативную культуру личности учащихся, прививать навыки общения и взаимодействия в группе, команде;

– воспитывать чувство ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих, самостоятельность, инициативу, желание преодолевать трудности, социальную мобильность и ответственность;

– способствовать социализации, адаптации и самореализации ребенка в современном обществе;

– формировать ценностное отношение к спорту и своему здоровью и культуре здорового образа жизни;

– воспитывать социально-значимые качества личности (целеустремленность, настойчивость, ответственность, самостоятельность, уверенность в собственных силах и другие);

– воспитывать чувства патриотизма, гражданской сопричастности ко всему происходящему; прививать уважение к людям труда и результатам их деятельности;

Развивающие:

– развивать двигательную активность учащихся, координацию, гибкость, общую и специальную физическую выносливость, внимание, наблюдательность, воображение, мышление через систему упражнений и работу с картой.

– развивать умение думать, анализировать, исследовать, общаться.

1.3. Планируемые результаты

К окончанию обучения у учащихся будут сформированы следующие результаты:

Личностные:

– ценностное отношение к своему здоровью, родному краю, труду и его результатам;

– эмоционально-положительное отношение к себе, готовность открыто выразить и отстаивать свою позицию;

– познавательный интерес к занятиям спортивным ориентированием, туризмом и краеведением;

– потребность в собственном выборе интересной и познавательной деятельности;

– практический опыт участия в туристских походах, проживания в полевых условиях;

– ответственное отношение к выполнению своей части работы на занятии, в походе и учебно-тренировочных сборах;

– знания о потенциальных опасностях и умение действовать в экстремальной ситуации;

– потребность в систематическом участии в соревнованиях, физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;

– устойчивый учебно-познавательный интерес к новым знаниям, выраженный в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтения социального способа оценки успешности учения;

- умение строить межличностные отношения в образовательной и соревновательной деятельности; самоорганизация, саморегуляция и рефлексия;
- готовность к постоянному саморазвитию;
- осознание ценности природы и необходимости нести за нее ответственность;
- понимание необходимости соблюдения правил экологического поведения на природе;
- стремление к сохранению и укреплению своего здоровья;
- любовь к Родине, выраженная в интересе к природе, культуре, истории, в желании участвовать в делах по охране природных и культурных памятников;
- ориентация в социальных ролях и межличностных отношениях.

Метапредметные:

Универсальные учебные действия (УУД):

Познавательные УУД:

- умение применять теоретические знания на практике и в повседневной жизни;
- умение результативно мыслить и работать с информацией в современном мире.
- умение устанавливать причинно-следственные связи и зависимости между объектами, их положение в пространстве и времени;
- умение самостоятельно находить, выделять, систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать информацию;
- умение узнавать и различать изученные объекты и явления живой и неживой природы;
- умение использовать готовые модели (карты, схемы, условные знаки) для наблюдений, выявления признаков и свойств объектов;
- умение определять характер взаимоотношений человека с природой, находить примеры влияния этих отношений на природные объекты, на здоровье и безопасность человека;
- умение использовать знания, полученные в результате изучения материала разделов о природе и туризме, для укрепления и сохранения своего здоровья, осознанного выполнения режима дня; для оказания первой помощи при получении незначительных травм;
- умение работать с картой;
- умение различать государственную символику своего региона, города: описывать достопримечательности своего города и края;
- умение оценивать характер взаимоотношений людей в различных социальных группах (коллектив учащихся, семья, общество);
- соблюдать правила личной безопасности и безопасности окружающих;
- проявлять уважение и готовность выполнять совместно установленные договоренности и правила.

Регулятивные УУД:

- умение адекватно оценивать свое самочувствие;
- умение ответственно относиться к выполнению своей части работы на занятиях, в походе и учебно-тренировочных сборах;
- умение оценивать свои возможности (самооценка);
- умение осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результатов;
- умение определять способы действий в рамках предложенных условий;
- умение самостоятельно организовывать свою работу;
- умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

- умение анализировать и выбрать правильное решение в экстремальной ситуации;
- умение координировать действия в сотрудничестве;
- умение планировать свою деятельность и принимать участие в соревнованиях;
- навыки критически мыслить, слушать других и отстаивать при необходимости свое мнение;
- навыки взаимно и самоконтроля, оценки и самооценки, рефлексии.

Коммуникативные УУД:

- умение общаться и сотрудничать со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми;
- навыки бесконфликтного взаимодействия с окружающей природной и социальной средой;
- умение слушать и слышать других людей.
- учитывать разные мнения и интересы, обосновывать собственную позицию;
- оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
- умение разрешать конфликты на основе учёта интересов и позиций всех участников;
- умение вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем.

Предметные:

учащиеся узнают:

- о способах выживания и соблюдении правил безопасности в чрезвычайных ситуациях;
- о технике ориентирования и значении техники для достижения высших результатов.
- об индивидуальных особенностях физического развития, физической подготовленности, о функциональных особенностях организма.
- об основах безопасности при проведении занятий в на местности;
- о личном и групповом снаряжении;
- о видах костров;
- о правилах движения в походе;
- о правилах безопасности в туристских походах и в повседневной жизни;
- о понятиях: «топографическая карта», «масштаб»;
- об условных знаках спортивных карт;
- о компасе и его устройстве;
- специфических особенностях подготовки к туристским походам;
- о мерах личной безопасности в криминогенной обстановке;
- о физиологических закономерностях формирования двигательных навыков;
- о значении планирования как основы управления процесса тренировки;
- о принципах планирования дистанций по спортивному ориентированию;
- об особенностях бега по сильно пересеченной местности; разновидностях рельефа и его изображение на картах;
- о положительных и отрицательных сторонах движения в «паровозе»;
- о типах нервной деятельности;
- о зависимости тренировочного процесса от психических особенностей учащихся;
- о туристских узлах и способах их применения;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения в различных изменяющихся, вариативных условиях;

- требования к оформлению старта, финишу, контрольных пунктов;
- специфические особенности кроссового бега;
- особенности основных и тренировочных стартов;
- зависимость качества ориентирования от скорости бега;
- психологические особенности личности и типы высшей нервной деятельности;

учащиеся научатся:

- находить выход из аварийных, экстремальных ситуаций;
- соблюдать меры личной гигиены;
- правильно пользоваться компасом;
- определять стороны горизонта по местным предметам и по компасу;
- определять направление выхода в случае потери ориентировки;
- применять правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте, на дорогах, на соревнованиях и походах;
- оказать первую доврачебную помощь;
- составлять и соблюдать режим дня;
- читать масштаб карты; расшифровывать основные знаки спортивных карт;
- вязать туристские узлы (прямой, шкотовый, брамшкотовый, академический);
- выполнять общеразвивающие упражнения для мышц шеи, плечевого пояса, спины, живота, ног;
- выполнять беговые упражнения в различных зонах интенсивности тренировочных нагрузок;
- выполнять планирование и постановку дистанции;
- корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- решать проблемы по мере их поступления;
- пробегать отдельные участки дистанции по неполным картам;
- выполнять тактические действия на маркированной трассе, на дистанциях в заданном направлении и «выборе», эстафетном ориентировании;
- выполнять приемы самооценки поступков и действий;
- производить анализ технических и тактических ошибок при прохождении учебных и соревновательных дистанций.

учащиеся приобретут опыт:

- выполнения нормативов спортивных разрядов;
- участия в однодневном походе и получают знак «Первый поход».

Критерии оценки результатов и способы их проверки:

- 1) Повышение уровня физического развития:
 - выполнения контрольных нормативов (100%) – протокол результатов;
 - совершение похода на знак «Первый поход» (50%) – маршрутный лист;
 - выполнение спортивных разрядов по туризму и спортивному ориентированию.
- 2) Повышение специальной подготовки ориентировщика:
 - увеличение количества победителей и призеров по спортивному ориентированию и туризму – протокол результатов, квалификационная книжка;
 - приобретение опыта участия в соревнованиях – протокол результатов, квалификационная книжка;
 - анкеты достижений учащихся – портфолио, квалификационная книжка, спортивный дневник.
- 3) Владение способами выживания в природной среде и навыками безопасного поведения в социуме:
 - привитие культуры здорового образа жизни, развитие личных качеств, необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных

ситуациях, ценностного отношения к своему здоровью (100%) – протокол результатов соревнований, справка мероприятий, вакцинация от клещевого энцефалита;

– обучение учащихся умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления (100%) – протокол результатов квестов, организационно-моделирующих игр;

– организация оздоровительных мероприятий в каникулярное время (100%) – отчеты, аналитические справки.

4) Создание комфортного морально-психологического климата:

– тестирование (анализ результатов).

– коллективные тренинги;

– удовлетворенность всех участников образовательной деятельности (мониторинг)

5) Приобретение опыта взаимодействия, адаптация к социальным изменениям и приобщение к общечеловеческим ценностям – сплоченность коллектива.

6) Готовность всех участников образовательной деятельности к постоянному саморазвитию:

– готовность к непрерывному повышению квалификации и инновационной деятельности (педагоги) - удостоверение;

– инициативность, активность (родители) - отзывы;

– принятие нестандартных решений (учащиеся) – анализ результатов;

– активное участие в планировании работы объединения (учащиеся) – самоанализ, дневник ориентировщика.

**1.4. Рабочая программа
Учебный план**

№ п/п	Название раздела, темы	Всего часов	Количество часов		Форма текущего контроля/ промежуточной аттестации
			Теория	Практика	
I. Модуль «Край, в котором я живу»					
1.	Вводное занятие	2	1	1	Диагностика
2.	История возникновения Голубых озёр в Курганской области	2	1	1	Викторина
3.	Флора и фауна Голубых озёр	2	1	1	Анализ работы педагогом
4.	История основания посёлка Северка в Свердловской области	1	1		Описательный рассказ
5.	Жемчужина Свердловской области – озеро Песчаное	1		1	Наблюдение
6.	Граница по Уралу – «Европа-Азия»	2	1	1	Анализ работы педагогом
7.	Чебаркуль – озёрный край	2	1	1	Описательный рассказ
II. Модуль «Дорогу осилит идущий»					
8.	Туризм как образ жизни	2	2		Викторина
9.	Туристский поход в северную часть Голубых озёр	2		2	Взаимоконтроль
10.	Организация туристского лагеря на севере Голубых озёр	2		2	Конкурс на организацию лучшего бивака
11.	Мероприятия по туризму и спортивному ориентированию на территории зоны отдыха Голубые озёра	2		2	Протокол результатов
12.	Туристский поход на «Чертово городище»	2		2	Наблюдение, взаимоконтроль
13.	Экскурсия по поселку Северка	2		2	Наблюдение
14.	Экскурсия по озеру Песчаное	2		2	Описательный рассказ
15.	Экскурсия по городу Чебаркуль	2		2	Описательный рассказ
16.	Туристский поход по Чебаркульским озёрам	2		2	Наблюдение, взаимоконтроль
III. «С компасом к победе»					
17.	Спортивное ориентирование как военно-прикладной вид спорта	2	2		Викторина

18.	Условные знаки спортивных карт Голубых озёр	2		2	Топографический диктант
19.	Ориентирование в лесном массиве Голубых озёр по компасу и карте	2		2	Протокол результатов
20.	Изучение рельефа местности Голубых озёр	2		2	Протокол результатов
21.	Масштаб. Измерение расстояния по рельефной карте	2		2	Тест
22.	Бег по пересеченной местности с картой	2		2	Тест
23.	Всероссийские соревнования по спортивному ориентированию «Урал»	2		2	Протокол результатов
24.	Совершенствование электронной отметки на контрольном пункте	2		2	Тест
25.	Чемпионат и Первенство Уральского федерального округа по спортивному ориентированию	2		2	Протокол результатов
Итого:		48	10	38	

Содержание учебного материала программы

№ п/п	Тема Программы	Количество часов			Содержание	Методы	Оборудование, материалы	Знания, умения, навыки	Контроль знаний
		теория	практика	Всего					
I. Модуль «Край, в котором я живу»									
1.	Вводное занятие	1	1	2	<i>Теория.</i> Введение в образовательную программу. Техника безопасности и правила поведения в на занятиях. <i>Практика.</i> Первичная диагностика	Беседа Практикум	Диагностический материал	Знать ТБ и правила поведения на занятиях	Диагностика
2.	История возникно-	1	1	2	<i>Теория.</i> История	Беседа	Раздаточный	Знать исто-	Викторина

	вения Голубых озёр в Курганской области				возникновения Голубых озёр. Изучение местности Голубых озёр. <i>Практика.</i> Составление схемы движения вокруг Голубых озер	Практикум Игра	материал	рию возник-новения Голу-бых озёр	
3.	Флора и фауна Го-лубых озёр	1	1	2	<i>Теория.</i> Животный мир. Богатства растительного мира. Изобилие подводного мира. <i>Практика.</i> Создание гербария	Беседа Практикум	Презентация, картографический материал	Иметь пред-ставление о животном, растительном и подводном мирах Голубых озер	Анализ работы педагогом
4.	История основания посёлка Северка в Свердловской области	1		1	История основания посёлка. Основательница графиня Маргарита Имшенецкая	Беседа	Иллюстрации, фото, интернет-источники	Знать история основания посёлка Северка	Описательный рассказ
5.	Жемчужина Свердловской области – озеро Песчаное		1	1	Составление перечня достопримечательностей озера Песчаное: северские скалы, соколиный камень, скала каменная чаша	Практикум	Интернет-источники	Знать досто-примечатель-ности озера Песчаное. Уметь расска-зывать о них	Наблюдение
6.	Граница по Уралу – «Европа-Азия»	1	1	2	<i>Теория.</i> Граница по Уралу – «Европа-Азия» - водораздел Уральских гор. Основатель теории Татищев В.Н. <i>Практика.</i> Определение своего месторасположения	Беседа Практикум	Раздаточный материал	Знать про гра-ницу «Европа-Азия», прохо-дящую на Урале	Анализ работы педагогом

7.	Чебаркуль – озёрный край	1	1	2	<i>Теория.</i> Озёра Чебаркульского района. Их флора и фауна. Развития туризма и отдыха на озёрах. <i>Практика.</i> Составление списка озер района	Беседа Практикум	Картографический материал, интернет-источники	Знать озёра Чебаркульского района. Иметь представление о животном, растительном и подводном мирах района. Уметь рассказать об озёрах и рекреации	Описательный рассказ
II. Модуль «Дорогу осилит идущий»									
8.	Туризм как образ жизни	2		2	Примеры туристских маршрутов по Южному Зауралью, Среднему и Южному Уралу	Беседа	Презентация, видеоматериал, иллюстрации, фото, карты	Знать туристские маршруты по Южному Зауралью, Среднему и Южному Уралу	Викторина
9.	Туристский поход в северную часть Голубых озёр		2	2	Пеший поход организационной группы в северную часть Голубых озёр	Практикум	Карты, спортивное и туристское снаряжение	Знать основные правила движения группы на маршруте. Уметь преодолевать сложные участки	Взаимоконтроль
10.	Организация туристского лагеря на севере Голубых		2	2	Организация бивака. Постановка палаток. Разведение костра. Организа-	Практикум	Тенты, палатки, дрова, топоры, пилы, продукты	Знать требования к месту бивака в	Конкурс на организацию лучшего

	озёр				ция питания в походе		питания, раздаточный материал	летних условиях. Уметь устанавливать палатки и тенты. Знать способы добычи и сохранения огня. Уметь разводить костёр. Знать нормы закладки про- дуктов. Уметь составлять меню, списка продуктов	бивака
11.	Мероприятия по туризму и спортивному ориентированию на территории зоны отдыха Голубые озёра		2	2	Полоса препятствий по туризму. Маркированная дистанция по спортивному ориентированию	Практикум	Спортивное снаряжение для туризма и спортивного ориентирования. Полоса препятствий по туризму. Маркированная дистанция по спортивному ориентированию	Уметь владеть навыками по туризму и спортивному ориентированию	Протокол результатов
12.	Туристский поход на «Чертово		2	2	Отработка навыков горного похода	Практикум Экскурсия	Карты, спортивное и туристское	Знать основные правила	Наблюдение, взаимоконтроль

	городище»						снаряжение	движения группы на маршруте. Уметь преодолевать сложные участки	ь
13.	Экскурсия по поселку Северка		2	2	Посещение исторических мест посёлка Северка	Экскурсия	Иллюстрации, фото	Знать исторические места посёлка Северка. Уметь рассказать о них	Наблюдение
14.	Экскурсия по озёру Песчаное		2	2	Изучение флоры и фауны Среднего Урала	Экскурсия	Фотоаппарат	Иметь представление о животном, растительном и подводном многообразии Среднего Урала	Фотоотчет
15.	Экскурсия по городу Чебаркуль		2	2	Посещение исторических мест города Чебаркуль	Экскурсия	Картографический материал, фотоаппарат	Знать исторические места города Чебаркуль. Уметь рассказать о них	Фотоотчет
16.	Туристский поход по Чебаркульским озёрам		2	2	Пеший поход организационной группы по Чебаркульским озёрам	Практикум Экскурсия	Карты, спортивное и туристское снаряжение	Знать основные правила движения группы на маршруте.	Наблюдение, взаимоконтроль

								Иметь представление о животном, растительном и подводном мирах	
III. «С компасом к победе»									
17.	Спортивное ориентирование как военно-прикладной вид спорта	2		2	История развития спортивного ориентирования. Виды и способы ориентирования	Беседа	Презентация, видеоматериал, иллюстрации, фото, карты	Знать историю спортивного ориентирования. Виды и способы ориентирования	Викторина
18.	Условные знаки и спортивных карт Голубых озёр		2	2	Изучение на местности групп условных спортивных знаков	Практикум	Картографический материал	Знать группы условных спортивных знаков. Уметь пользоваться ими	Топографический диктант
19.	Ориентирование в лесном массиве Голубых озёр по компасу и карте		2	2	Бег по направлению с компасом. Ориентирование по дистанции «бабочка» по спортивной карте Голубых озёр	Практикум	Оборудование и снаряжение по спортивному ориентированию, карты	Уметь ориентироваться по направлению с компасом. Уметь ориентироваться по дистанции «бабочка»	Протокол Результатов
20.	Изучение рельефа		2	2	Бег по рельефной карте	Практикум	Оборудование и	Уметь	Протокол

	местности Голубых озёр						снаряжение по спортивному ориентированию, карты	ориентироваться по белой карте	результатов
21.	Масштаб. Измерение расстояния по рельефной карте		2	2	Изучение различного масштаба в горных условиях. Бег по траверсу	Практикум	Оборудование и снаряжение по спортивному ориентированию, карты	Знать виды масштабов. Уметь измерять расстояние по карте в горных условиях. Иметь представление о беге по траверсу	Тест
22.	Бег по пересеченной местности с картой		2	2	Азимутальный бег по пересеченной местности	Практикум	Оборудование и снаряжение по спортивному ориентированию, карты	Знать об азимутальном беге. Уметь ориентироваться по азимуту на пересеченной местности	Тест
23.	Всероссийские соревнования по спортивному ориентированию «Урал»		2	2	Отработка навыков ориентирования в горных условиях и выполнение спортивных разрядов	Соревнования	Снаряжение по спортивному ориентированию, карты	Совершенство вание навыки по спортивному ориентированию в горных условиях	Протокол результатов
24.	Совершенствование электронной отметки на кон-		2	2	Скоростная отметка: приход и уход с контрольного пункта	Практикум	Оборудование и снаряжение по спортивному ори-	Иметь представление о скоростной	Тест

	трольном пункте						ентированию, карты	отметке. Совершенство вание навыков прихода и ухода с контрольного пункта	
25.	Чемпионат и Пер- венство Ураль- ского федераль- ного округа по спортивному ори- ентированию		2	2	Отработка навыков ори- ентирования и выпол- нение спортивных разря- дов	Соревнован ия	Снаряжение по спортивному ори- ентированию, карты	Совершенство вание навыки по спортивному ориентирован ию	Протокол результатов
Итого:		10	38	48					

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель	4 недели
Начало занятий	с 01.06.2022 г.
Окончание занятий	по 28.06.2022 г.
Промежуточная аттестация	выполнение нормативов спортивных разрядов, присвоение знака «Первый поход» по итогам запланированных мероприятий

2.2. Условия реализации программы

Доступность дополнительной общеразвивающей программы «Край, где Урал с Сибирью состыкован...» обеспечивается тем, что в детское объединение могут записаться все желающие.

Режим занятий: ежедневно по 2 часа, объем часов – 48.

Материально-техническое обеспечение:

- полигон для проведения занятий на местности;
- помещение и (или) пространство туристского бивака, оборудованное для теоретических и практических занятий;
- картографический материал;
- компаса;
- компостеры;
- курвиметр;
- мячи;
- призмы;
- секундомеры (электронные, механические);
- спортивная площадка для проведения занятий;
- туристическое снаряжение (палатка, спальник, туристический коврик, рюкзак, фонарь налобный) и костровое оборудование для проживания в полевых условиях.
- условные знаки спортивных и топографических карт, легенды;
- фотоаппарат и (или) личные средства фотофиксации, интернет связи.

Учебно-методическое обеспечение:

- расписание занятий;
- дополнительная общеразвивающая программа «Край, где Урал с Сибирью состыкован...»;
- учебный график контроля;
- технологии, программы, пособия, карты, схемы, дидактический и архивный материал, методические разработки и рекомендации, инструкции, специальная литература по туристской, краеведческой, исследовательской деятельности и спортивному ориентированию, психологии, физиологии, гигиене в бумажном варианте и на электронных носителях, а также интернет источники.

Кадровое обеспечение: педагоги дополнительного образования, прошедшие обучение по дополнительной профессиональной программе «Организация, содержание и формы туристско-краеведческой работы в образовательном учреждении».

Формы организации деятельности: по группам, индивидуально или всем составом объединения.

Форма обучения: очная.

Формы организации образовательного процесса:

- беседы;
- викторины;
- групповые, индивидуальные теоретические и практические занятия;
- игры;
- интеллектуальные игры;
- конкурсы;
- соревнования;
- творческие работы;
- тестирование и контроль;
- туристские походы;
- учебно-тренировочные сборы;
- фестивали;
- экскурсия;
- эстафета.

Формы организации учебного занятия: беседа; конкурс; встреча с интересными людьми; круглый стол; «мозговой штурм»; поход; наблюдение; экскурсия; тренировка; соревнование (чемпионат, первенство); практическое занятие; эстафета; игры (деловые, имитационно-моделирующие, ролевые, организационно-деятельностные).

Основные технологии и методы реализации программы:

- здоровьесберегающие технологии;
- технологии индивидуального и группового обучения;
- технология индивидуализации обучения;
- игровые технологии;
- технологии коллективного взаимообучения;
- коммуникативные технологии;
- технология парного обучения;
- технология разноуровневого обучения;
- технологии традиционного обучения.

В процессе обучения и воспитания используют следующие **методы** обучения:

- игровой;
- наглядный;
- методы организации деятельности и формирования опыта поведения (упражнение, поручение, воспитывающие ситуации);
- практический;
- репродуктивный;
- словесный;
- соревновательный;
- методы стимулирования (соревнование, поощрение, наказание);
- частично-поисковый;
- методы формирования сознания личности (рассказ, объяснение, разъяснение, беседа, инструктаж, доклад, пример и другие).

При разработке программы были учтены основные принципы образования:

Принцип вариативности предполагает формирование учащимися способностей к адекватному принятию решений в ситуациях выбора, развитие у учащихся вариативного мышления, то есть понимания возможности различных вариантов решения проблемы, формирование способностей к систематическому перебору вариантов и выбору оптимального варианта.

Принцип выбора предусматривает создание условий постоянного выбора цели, содержания, форм и способов организации образовательного процесса.

Принцип доверия и поддержки предполагает решительный отказ от авторитарного стиля обучения (вера в ребёнка, доверие к нему, поддержка его устремлений к самореализации и самоутверждению).

Принцип доступности и индивидуализации основывается на необходимости строить обучение и воспитание в соответствии с возможностями воспитуемых, учитывая особенности возраста, пола, уровень предварительной подготовленности, а также и индивидуальные различия физических и духовных способностей.

Принцип деятельности заключается в том, что учащийся, получая знания не в готовом виде, а, добывает их сам, что способствует успешному формированию общекультурных и деятельностных способностей, умений и навыков.

Принцип завершенности процесса обучения основан на достижении максимального усвоения материала.

Принцип индивидуальности означает создание условий для формирования индивидуальности личности учащихся и педагога.

Принцип креативности предполагает максимальную ориентацию на творческое начало в учебной деятельности учащихся, приобретение ими собственного опыта творческой деятельности.

Принцип минимакса заключается в том, что у учащихся появляется возможность освоения содержания образования на максимальном для него уровне и обеспечивается его усвоение на уровне социально безопасного минимума (государственного стандарта знаний).

Принцип «Множественности методов» позволяет использовать несколько методов и форм оценивания в рамках одного диагностического среза с целью достижения более объективных результатов.

Принцип модульной организации позволяет постепенно погружать учащегося в довольно сложное содержание.

Принцип наглядности предполагает обучение, которое проводится на конкретных образцах, воспринимаемых учащимися с помощью зрительных, моторных и тактических ощущений.

Принцип научности предусматривает раскрытие причинно-следственных связей между предметами, явлениями, процессами, событиями, а также обязательное включение в содержание образования только актуальной и современной информации, отвечающей современному уровню развития науки.

Принцип непрерывности означает преемственность между всеми ступенями и этапами обучения на уровне технологии, содержания и методик с учетом возрастных психологических особенностей развития детей.

Принцип прочности подразумевает основательное изучение материала, при котором учащиеся всегда могут воспроизвести его в памяти или воспользоваться им как в учебных, так и в практических целях.

Принцип психологической комфортности предполагает снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса, создание на занятии доброжелательной атмосферы, ориентированной на реализацию идей педагогики сотрудничества, развитие диалоговых форм общения.

Принцип развивающего и воспитывающего обучения предполагает формирование в процессе обучения базовой культуры личности: нравственной, правовой, эстетической, физической, культуры труда и жизнедеятельности, общения.

Принцип самоактуальности предполагает побудить и поддержать стремление учащихся к проявлению и развитию своих природных и социально приобретённых способностей.

Принцип систематичности и последовательности предусматривает формирование знаний, умений и навыков в системе и определенном порядке, при котором каждый элемент учебного материала связан логически с другими, последующее опирается на предыдущее и готовит к освоению нового.

Принцип сознательности и активности предполагает усвоения процесса учащимися знаний и умений, в результате осуществления активной практической и познавательной деятельности.

Принцип связи теории с практикой ориентирует педагога на необходимость гармоничной связи научных знаний и практики повседневной жизни, а также предупреждение недостатков, которые могут проявиться при отрыве теории от практики.

Принцип целостности предполагает формирование учащимися обобщенного системного представления о мире (природе, обществе, самом себе, социокультурном мире и мире деятельности) о роли и месте каждой науки в системе наук.

2.3 Формы текущего контроля / промежуточной аттестации

Аттестацией по итогам успешного освоения дополнительной общеразвивающей программы «Край, где Урал с Сибирью состыкован...» является выполнение нормативов спортивных разрядов, знака «Первый поход».

Текущий контроль успеваемости учащихся проводится в следующих формах: викторина, анализ работы педагогом, наблюдение, описательный рассказ, взаимоконтроль, конкурс, протокол результатов, диктант, тестирование, фотоотчет.

Критерии оценки результативности аттестации:

высокий уровень – учащийся освоил практически весь объём знаний 100-80%, предусмотренных программой за конкретный период, выполнение нормативов спортивных разрядов и (или) знака «Первый поход» ;

средний уровень – объём усвоенных знаний составляет 79-50;

низкий уровень – учащийся овладел менее чем 49% объёма знаний.

2.4 Оценочные материалы

Туристский поход на знак «Первый поход». Необходимо принять участие в однодневном походе и протяженностью не менее 5 км.

Комплексное упражнение на силу. В положении лежа на спине руки за голову производится сгибание и разгибание туловища в течение 30 секунд. Затем необходимо перевернуться и принять положение – упор лежа. В течение 30 секунд выполняется сгибание и разгибание рук. В итоге результат двух этих упражнений суммируется.

Бег 30 метров с ходу. Упражнение выполняется с высокого старта на дорожке стадиона. Для тестирования необходимо привлечь одного помощника. На беговой дорожке отмеряется отрезок 30 метров. Для того, чтобы набрать скорость нужно не менее 40, но не более 45 метров (2-3 беговых шага). Судья дает отмашку флажком в тот момент, когда тестируемый пробегает отметку начала 30 метров. В протокол заносится лучший результат из 2-х попыток.

Бег в подъем 200 метров. Для тестирования выбирается ровный склон длиной 240-250 метров, имеющий крутизну 9-10 градусов. Бег начинается с выведения общего центра массы вперед наклоном туловища. Бег выполняется с акцентированным подъемом бедра до 80-90 градусов по отношению к туловищу. При отталкивании, движение ноги

направлено вниз под себя с упругой постановкой на переднюю часть ступни, при этом энергично работают руками.

Бег со склона 200 метров. Определяются скоростные качества и техника бега со спусков. При тестировании необходимо держаться собранно. Постановка стопы осуществляется с пятки на носок. Руки почти не работают, поэтому для увеличения скорости бега можно свободно их «уронить» и наклониться больше вперед.

Пятиминутный бег с учетом пройденного расстояния. Тестируется уровень специальной выносливости. Бег проводится на 400 метровой дорожке стадиона. Дорожка размечается через каждые 10 метров. Результат фиксируется с точностью до 1 метра.

Бег 1000 метров. Бег на выносливость проводится по беговой дорожке стадиона или любой ровной местности. Испытание выполняется из положения высокого старта. Группа участников выстраивается за 3 метра до стартовой линии. Помощник стартера называет участника, тот называет свой номер. По команде «На старт!» участники занимают свои места перед линией старта. После команды «Марш!» они начинают бег. При беге участникам запрещается наступать на линию бровки с левой стороны, что приведет к сокращению дистанции. Результат фиксируется секундомером в минутах и секундах с точностью до 0,1 секунды.

Оперативное мышление. Оценивается при помощи правильности выбора пути движения между контрольными пунктами, то есть определяется возможность планировать, прогнозировать и принимать решение в условиях жесткого дефицита времени. На специально разработанных таблицах представлены фрагменты спортивной карты, на которых нанесен отрезок дистанции между двумя контрольными пунктами. Таблицы могут разрабатываться педагогом, при этом варианты выбираются заведомо неравнозначно и наносятся на карту фломастером или авторучкой. Для каждого отрезка дистанции предлагается три варианта пути движения. Необходимо выбрать лучший вариант. Всего предлагается 10 таблиц с различными по длине и сложности участками дистанции. На выполнение задания дается 2 минуты, тестирование может проводиться как в спокойном состоянии, так и после физической нагрузки. Оценивается количество правильных ответов.

Скорость отметки на КП. Можно тестировать как во время прохождения дистанции, так и на специально оборудованном контрольном пункте.

Мониторинг образовательных результатов:

<i>Сформированность умений и навыков</i>		
<u>Высокий уровень</u> <i>(3 балла)</i> владеет умениями, навыками и умеет правильно их использовать	<u>Средний уровень</u> <i>(2 балла)</i> выполняет отдельные умения, навыки и умеет правильно их использовать	<u>Низкий уровень</u> <i>(1 балл)</i> слабо сформированы умения, при их использовании испытывает затруднения
<i>Глубина и широта знаний по содержанию программы</i>		
<u>Высокий</u> <i>(3 балла)</i> имеет широкий кругозор знаний по содержанию программы, владеет определенными понятиями, свободно использует технические обороты, пользуется дополнительным материалом	<u>Средний</u> <i>(2 балла)</i> имеет неполные знания по содержанию программы, оперирует специальными терминами, не использует дополнительную литературу	<u>Низкий</u> <i>(1 балл)</i> недостаточны знания по содержанию программы, знает отдельные определения
<i>Позиция активности и устойчивого интереса к деятельности</i>		
<u>Высокий</u>	<u>Средний</u>	<u>Низкий</u>

(3 балла) проявляет активный интерес к деятельности, стремится к самостоятельной творческой активности	(2 балла) проявляет интерес к деятельности, настойчив в достижении цели, проявляет активность только на определенные темы или на определенных этапах работы	(1 балл) присутствует на занятиях, не активен, выполняет задания только по четким инструкциям, указаниям педагога
<i>Разнообразие творческих достижений</i>		
<u>Высокий</u> (3 балла) регулярно принимает участие в конкурсах, соревнованиях различного уровня	<u>Средний</u> (2 балла) участвует в конкурсах, соревнованиях внутри учреждения	<u>Низкий</u> (1 балл) редко участвует в конкурсах, соревнованиях внутри учреждения
<i>Развитие познавательных способностей</i>		
<u>Высокий</u> (3 балла) точность, полнота восприятия цвета, формы, величины, хорошее развитие мелкой моторики рук; обладает содержательной, выразительной речью, умеет четко отвечать на поставленные вопросы, обладает творческим воображением, устойчивое внимание	<u>Средний</u> (2 балла) воспринимает четко формы и величины, но недостаточно развита мелкая моторика рук, репродуктивное воображение с элементами творчества; знает ответы на вопрос, но не может оформить мысль, не всегда может сконцентрировать внимание	<u>Низкий</u> (1 балл) не всегда может соотнести размер и форму, мелкая моторика рук развита слабо, воображение репродуктивное

2.5. Методические материалы

Основные термины, используемые в программе

Азимут	это угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на север и на ориентир.
Бивак (или бивуак)	место стоянки и отдыха туристической группы, расположенное, как правило, рядом с водным источником.
Горизонталь	линия на географической карте, соединяющая точки местности с одной и той же высотой относительно уровня моря (Мирового океана) и дающая представление о рельефе земной поверхности.
Групповое снаряжение	снаряжение, которое используется всей группой.
Зелёнка	термин, обозначающий обширную растительность, на карте показываемый зеленым цветом.
Контрольный пункт (КП)	треугольная призма, расположенная на дистанции, обозначающая на местности соответствующее обозначение в карте.
Легенда	перечень используемых на карте условных знаков и объяснения к ним.
Личное снаряжение	это все то, что необходимо лично каждому туристу для совершения похода.

Масштаб	отношение длины отрезков на чертеже, плане, аэрофотоснимке или карте к длинам соответствующих этим отрезкам на местности.
Материально-технические условия	совокупность требований к обеспечению образовательного процесса оборудованием, помещениями и иными видами имущества.
Перевал	точка на горном хребте, подходящая для перехода.
Поход	прохождение нового или известного маршрута по населенной или ненаселенной местности со спортивной, тренировочной, учебной и тому подобной целью.
Показатели физической подготовленности	под показателями физической подготовленности подразумеваются факторы, определяющие способность к ориентировочному бегу (выносливость, сила, быстрота, гибкость, амплитуда движений, а также владение координацией движений в процессе выполнения соревновательного упражнения).
Радиальный поход	поход к какой-либо достопримечательности или интересному месту, который совершается налегке, так как вещи туристов остаются в лагере.
Режим дня	сочетание нагрузок с отдыхом для восстановления сил, соблюдение режима дня, правильное и своевременное питание, закаливание.
Самооценка	одна из форм оценочных процедур личности самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей.
Сечение рельефа	разница высот между точками, лежащими на соседних горизонталях одного склона.
Спортивное ориентирование	вид спорта, в котором участники при помощи карты и компаса должны пройти контрольные пункты, расположенные на местности.
Спортивная карта	это крупномасштабная специальная карта, предназначенная для спортивного ориентирования и выполненная в условных знаках, специальное содержание которой составляет показ проходимости местности и информативность изображения объектов. Спортивная карта – это атрибут, сопровождающий ориентировщика, помогающий ему максимально реализовать свое мастерство на предлагаемой дистанции.
Спортивный компас	это прибор, указывающий направление географического или магнитного меридиана. С помощью компаса определяют направление пути и направление на ориентиры.
Спортивная подготовка	это многоплановая деятельность, направленная не только на подготовку высококвалифицированного спортсмена, но и на воспитание гармоничной личности.
Способности	качества личности, определяющие успешность овладения определенной деятельностью. Различают элементарные, сложные, общие, частные, потенциальные и актуальные способности.
Социализация	совокупность взаимосвязанных процессов усвоения и воспроизводства индивидом необходимого и достаточного для полноценного включения в общественную жизнь социокультурного опыта.
Социальный опыт учащегося	опыт, приобретенный учащимся в ходе взаимодействия с окружающим миром, включая опыт по осознанию своих

	социальных позиций и социальных коммуникаций, позволяющий одновременно осознавать и действовать в той или иной сфере.
Талант	высшая степень способностей личности к определенной деятельности, ее одаренности, когда они достигают черт характера.
Тренировка	это процесс целенаправленного формирования качеств спортсмена, обуславливающих эффективность и результативность соревновательной деятельности.
Траверс	передвижение по горному склону без изменения высоты.
Туристское снаряжение	предметы и материалы для передвижения и организации быта в походных условиях.
Условные знаки	система символических графических обозначений, применяемая для изображения на картах различных объектов и явлений, их качественных и количественных характеристик.
Условия, необходимые для реализации образовательной программы	совокупность факторов, оказывающих влияние на эффективность и результативность образовательной программы.
Успешность	уровень социальных достижений, признаваемый достойным в данной стране и культуре в сочетании с самоощущением человека, проявленным в результате высокой самооценки собственных достижений (личностных, социальных, финансовых, профессиональных и других).
Учебно-методическое обеспечение образовательной программы	совокупность требований, перечень необходимой учебной и методической литературы, информационных баз, иных ресурсов, необходимых для эффективного и качественного образовательного процесса в рамках основной образовательной программы.
Физическая подготовка спортсмена	это процесс воспитания физических качеств – выносливости, силы, скорости, ловкости, гибкости, координационных способностей. В спортивном ориентировании, как и в других видах спорта, различают общую и специальную физическую подготовку.
Экскурсия	(в переводе с латинского означает поездка) – коллективное или индивидуальное посещение достопримечательных мест, музеев и тому подобное под руководством экскурсовода.

2.6. Методическое обеспечение дополнительной общеразвивающей программы «Край, где Урал с Сибирью состыкован...»

Данная программа является основным компонентом цифрового методического кейса, в состав которого так же входят: учебная и специальная литературы, обеспечивающая образовательный процесс; учебные материалы (карты, атласы, схемы, дидактический материал); авторские разработки, методики и другое, позволяющие учащимся эффективно осваивать материал (Приложения).

№ п/п	Содержание занятий	Материал, используемый для подготовки к занятиям
1.	Модуль «Край, в котором я живу»	<p>Бабушкина, О.Ю. Южное Зауралье в годы Великой Отечественной войны [Текст]: хрестоматия / авт.-сост. О.Ю.Бабушкина. Курган: ГАОУ ДПО ИРОСТ, 2012.</p> <p>Бардин К.В. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий) [Текст]: пособие для учителей, руководителей турист. походов со школьниками / К.В. Бардин. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1981. – 205 с., ил.</p> <p>Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. «Памятка спасателя» [Текст]: руководство к действиям спасателей в оказании первой медицинской помощи / под. ред. заместителя начальника медицинского управления МЧС России по делам гражданской обороны и ликвидации последствий стихийных бедствий Шаховца В.В. – М.: Медицина спасения – ГАЛЮ, 1995.</p> <p>Вопросы экологии Зауралья [Текст]: краеведческий сборник / Курган, 1995.</p> <p>Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учебник для институтов и техникумов физической культуры / В.И.</p> <p>Диханова Л.Г. Туристы в путь! [Текст]: метод. сборник-пособие / Л.Г. Диханова, Л.А. Горбачева. – Екатеринбург, 1998.</p> <p>Епанчинов, А.В. Лекарственные травы Урала и Зауралья [Текст] / А.В. Епанчинов. – Курган, 1992.</p> <p>Завьялова, А.Г. Азбука экологии [Текст] / А.Г. Завьялова, Н.И. Науменко, Н.П. Несговорова, Л.П. Салеева. – Курган: Парус-М, 1993.</p> <p>Инструкции по ОТ при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций ИОТ 014-21.</p> <p>Инструкции по ОТ для учащихся при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций ИОТ 035-21.</p> <p>Ляшенко С.В. Школа юного краеведа [Текст]: материалы к занятиям / С.В. Ляшенко. – Волгоград: Учитель, 2007.</p> <p>Приложение 1. Методические материалы для педагогов и учащихся «Техника безопасности в походе».</p> <p>Приложение 3. Методические рекомендации для педагогов «Подготовка юного туриста в каникулярное время».</p> <p>Музей под открытым небом. Экскурсии по Кургану XIX – начала XX вв.: [Текст]: методическое</p>

		<p>пособие / ИПКиПРО Курганской области. – Курган, 2005. – 92 с. Стрижев, А. Календарь русской природы [Текст] / А.Стрижев. – М.: Московский рабочий, 1973 Энциклопедия по безопасности школьника [Текст] / под общ. ред. В.А. Пучков. – М.: Альтаир Паблишинг, 2013. – 288 с.</p>
2-3.	<p>Модули «Дорогу осилит идущий», «С компасом к победе»</p>	<p>Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учеб. пособие для пед. вузов / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов. – М.: Академия, 2007. – 381 с. Приложение 4. «Виды укрытий, сделанные из подручных материалов». Дьяков А.С. Спортивное ориентирование [Текст]: учебно-методич. пособие / А.С. Дьяков, А.Ю. Яговкин. – Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. – 20 с. Жихарев А.М. Собираемся в поход [Текст]: пособие для учителей и учащихся / А.М. Жихарев. – Ярославль: Академия развития, 2004. – 191 с. Инструкции по ОТ при перевозке учащихся автомобильным транспортом ИОТ 015-21. Инструкции по ОТ при проведении занятий по спортивным и подвижным играм ИОТ 018-21. Инструкции по ОТ и технике безопасности для учащихся при проведении занятий по спортивным и подвижным играм ИОТ 036-21. Приложение 14. Инструкция «Легенды контрольных пунктов». Казанцев С.А. Спортивное ориентирование. Физкультурно-спортивное совершенствование [Текст]: учебно-методическое пособие / С.А. Казанцев. – СПб.: Национальный гос. ун-т физ. культуры спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, 2010. – 60. Приложение 2. Конспект занятия «Автономное существование человека в полевых условиях». Приложение 6. Конспект занятия: «Как избежать попадания в экстремальную ситуацию во время похода». Приложение 5. Конспект занятия «Ориентирование на местности по солнцу, луне, звездам, местным предметам». Приложение 11. Конспект занятия «Ориентирование на местности с помощью компаса». Кузин В.В. 500 игр и эстафет [Текст]: пособие / науч. ред. В.В. Кузин, С.А. Полиевский. – М.: Физическая культура и спорт, 2000. – 303 с. Огородников Б.И. Подготовка спортсменов-ориентировщиков [Текст]: учеб. пособие / Б.И. Огородников, А.Н. Кирчо, Л.А. Крохин. – М.: Физическая культура и спорт, 1978. – 112 с. Приложение 7. Методические материалы для педагогов и учащихся «Костры и костровое хозяйство». Приложение 17. Методика «Психологическая атмосфера в коллективе». Огородников С.Б. Сборник задач и упражнений по спортивному ориентированию [Текст]: учебно-методическое пособие / С.Б. Огородников, А.Л. Моисеенков, Е.С. Приймак. – М.: Физическая культура и спорт, 1980. – 72 с.</p>

		<p>Приказ Департамента образования и науки Курганской области от 15.09.2016 года № 1406 «Об утверждении Положения о системе поощрения в детском туризме на территории Курганской области».</p> <p>Приказ Минобрнауки РФ от 13.07.1992 № 293 «Об утверждении нормативных документов по туристско-краеведческой деятельности» (вместе с «Инструкцией по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися общеобразовательных школ и профессиональных училищ, воспитанниками детских домов и школ-интернатов, студентами педагогических училищ Российской Федерации», «Примерным положением о лагере юных туристов», «Положением о значке «Юный турист»»).</p> <p>Приложение 12. Технологическая карта «Измерение расстояний по карте».</p> <p>Приложение 16. Технологическая карта «Чтение спортивной карты».</p> <p>Приложение 10. «Техническая, тактическая и психологическая подготовка».</p> <p>Приложение 13. «Условные знаки и символные легенды контрольных пунктов».</p> <p>Приложение 15. «Упражнения и диагностические задания для подготовки спортсмена-ориентировщика».</p> <p>Приложение 9. «Упражнения и игры для развития скоростной и силовой выносливости учащихся».</p> <p>Приложение 8. «Поход выходного дня по Голубым озёрам».</p> <p>Фурман Ю.Н., Гринь Л.В., Должко Ф.Н. Методика обучения чтению карты спортсменов-ориентировщиков на этапе начальной подготовки [Текст]: / Ю.Н. Фурман, Л.В. Гринь, Ф.Н. Должко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 2. – С. 124-127.</p> <p>Штыкова Е.В. Топография и ориентирование на местности [Текст]: учебное пособие / Е.В. Штыкова, В.Н. Агальцов. – Омск: Издательство СибГУФК, 2008. – 52 с.</p>
--	--	---

2.7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ

Нормативно-правовое обеспечение программы

1. Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642).
2. Конвенция о правах ребёнка [Текст]: Конвенция ООН. – М.: ИНФРА-М, 2003. – 24 с.
3. Конституция Российской Федерации [Текст]: офиц. текст. – М.: Приор, 2001. – 32 с.
4. Концепция развития дополнительного образования детей, утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р.
5. Концепции развития системы дополнительного образования детей и молодежи в Курганской области от 17.06.2015 г.
6. Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (Минобрнауки России, Департамент государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи № 09-3242 от 18.11.2015 г.).
7. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 г. № 196).
8. Правила вида спорта «Спортивное ориентирование», утверждены Приказом Министерства спорта РФ от 03.05.2017 г. № 403.
9. Правила вида спорта «Спортивный туризм», утверждены Приказом Минспорта России от 22.07.2013 г. № 571.
10. Приказ Департамента образования и науки Курганской области от 15.09.2016 года № 1406 «Об утверждении Положения о системе поощрения в детском туризме на территории Курганской области».
11. Приказ Минобрнауки РСФСР от 13.07.1992 № 293 «Об утверждении нормативных документов по туристско-краеведческой деятельности» (вместе с «Инструкцией по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися общеобразовательных школ и профессиональных училищ, воспитанниками детских домов и школ-интернатов, студентами педагогических училищ Российской Федерации», «Примерным положением о лагере юных туристов», «Положением о значке «Юный турист»»).
12. Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда России от 05.05.2018 № 298н).
13. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму, утвержден Президиумом ФСТР протокол № 6 от 28.03.2015 г.
14. СанПиН 2.4. 3648-20 (Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. № 28).
15. Федерального закона «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (в действующей редакции).
16. Федеральный закон «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» от 24.11.1996 г. № 132-ФЗ.

Литература для педагогов

1. Бабушкина, О.Ю. Южное Зауралье в годы Великой Отечественной войны [Текст]: хрестоматия / авт.-сост. О.Ю.Бабушкина. Курган: ГАОУ ДПО ИРОСТ, 2012.
2. Бардин К.В. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий) [Текст]: пособие для учителей, руководителей турист. походов со школьниками / К.В. Бардин. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Просвещение, 1981. – 205 с., ил.
3. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. «Памятка спасателя» [Текст]: руководство к действиям спасателей в оказании первой медицинской помощи / под. ред. заместителя

начальника медицинского управления МЧС России по делам гражданской обороны и ликвидации последствий стихийных бедствий Шаховца В.В. – М.: Медицина спасения – ГАЛО, 1995.

4. Вопросы экологии Зауралья [Текст]: краеведческий сборник / Курган, 1995.

5. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учебник для институтов и техникумов физической культуры / В.И.

6. Дьяков А.С. Спортивное ориентирование [Текст]: учебно-методич. пособие / А.С. Дьяков, А.Ю. Яговкин. – Екатеринбург: ГОУ ВПО УГТУ-УПИ, 2004. – 20 с.

7. Казанцев С.А. Спортивное ориентирование. Физкультурно-спортивное совершенствование [Текст]: учебно-методическое пособие / С.А. Казанцев. – СПб.: Национальный гос. ун-т физ. культуры спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта, 2010. – 60.

8. Ляшенко С.В. Школа юного краеведа [Текст]: материалы к занятиям / С.В. Ляшенко. – Волгоград: Учитель, 2007.

9. Музей под открытым небом. Экскурсии по Кургану XIX – начала XX вв.: [Текст]: методическое пособие / ИПКиПРО Курганской области. – Курган, 2005. – 92 с.

10. Огородников Б.И. Подготовка спортсменов-ориентировщиков [Текст]: учеб. пособие / Б.И. Огородников, А.Н. Кирчо, Л.А. Крохин. – М.: Физическая культура и спорт, 1978. – 112 с.

11. Стрижев, А. Календарь русской природы [Текст] / А.Стрижев. – М.: Московский рабочий, 1973.

12. Фурман Ю.Н., Гринь Л.В., Должко Ф.Н. Методика обучения чтению карты спортсменов-ориентировщиков на этапе начальной подготовки [Текст]: / Ю.Н. Фурман, Л.В. Гринь, Ф.Н. Должко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 2. – С. 124-127.

13. Штыкова Е.В. Топография и ориентирование на местности [Текст]: учебное пособие / Е.В. Штыкова, В.Н. Агальцов. – Омск: Издательство СибГУФК, 2008. – 52 с.

14. Энциклопедия по безопасности школьника [Текст] / под общ. ред. В.А. Пучков. – М.: Альтаир Паблишинг, 2013. – 288 с.

Литература для учащихся

1. Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учеб. пособие для пед. вузов / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов. – М.: Академия, 2007. – 381 с.

2. Диханова Л.Г. Туристы в путь! [Текст]: метод. сборник-пособие / Л.Г. Диханова, Л.А. Горбачева. – Екатеринбург, 1998.

3. Епанчинов, А.В. Лекарственные травы Урала и Зауралья [Текст] / А.В. Епанчинов. – Курган, 1992.

4. Жихарев А.М. Собираемся в поход [Текст]: пособие для учителей и учащихся / А.М. Жихарев. – Ярославль: Академия развития, 2004. – 191 с.

5. Завьялова, А.Г. Азбука экологии [Текст] / А.Г. Завьялова, Н.И. Науменко, Н.П. Несговорова, Л.П. Салеева. – Курган: Парус-М, 1993.

6. Кузин В.В. 500 игр и эстафет [Текст]: пособие / науч. ред. В.В. Кузин, С.А. Полиевский. – М.: Физическая культура и спорт, 2000. – 303 с.

7. Огородников С.Б. Сборник задач и упражнений по спортивному ориентированию [Текст]: учебно-методическое пособие / С.Б. Огородников, А.Л. Моисеенков, Е.С. Приймак. – М.: Физическая культура и спорт, 1980. – 72 с.

Интернет источники

1. Абросимова Н.А. Рабочая тетрадь по основам топографической и технико-тактической подготовке спортсменов ориентировщиков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.orient-murman.ru/index.php/book/47-2010-12-29-11-00-46/172--2006-2010-.html>. – Загл. с экрана (экр.).

2. Курбанов Р.А. Топографическая подготовка туриста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://nsportal.ru/shkola/dopolnitelnoe-obrazovanie/library/2012/06/15/topograficheskaya-podgotovka-turista>. – Загл. с экрана (экр.).

3. Физическое воспитание и физкультурно-оздоровительная работа в школе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://window.edu.ru/resource/492/53492/files/school_phis3.pdf. – Загл. с экрана (экр.).

Адреса порталов и сайтов в помощь педагогам дополнительного образования

1. Журнал «Здоровье детей» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://zdd.1september.ru>. – Загл. с экрана (экр.).

2. Журнал «Спорт в школе» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://spo.1september.ru>. – Загл. с экрана (экр.).

3. «Записки леопарда» – авторский блог о путешествиях по дикой природе [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://leopard-fil.ru>, <http://sterntrek.com>. – Загл. с экрана (экр.).

4. Научная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.elibrary.ru>. – Загл. с экрана (экр.).

5. Официальный сайт «Федерация спортивного ориентирования России» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://rufso.ru>. – Загл. с экрана (экр.).

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Индивидуальный образовательный маршрут (ИОМ) - это программа образовательной деятельности обучающегося, составленная на основе его интересов и образовательного запроса, обеспечивающая условия для раскрытия и развития всех способностей и дарований ребенка с целью их последующей реализации в учебной и профессиональной деятельности, фиксирующая образовательные цели и результаты

Алгоритм составления ИОП:

1. Определение образовательных потребностей и возможностей ученика.
2. Изучение учебного плана и учебной программы.
3. Постановка целей и задач.
4. Определение продолжительности обучения по программе.
5. Прогнозирование ожидаемого результата.
6. Составление технологической карты.
7. Определение содержания индивидуальной программы.
8. Выбор форм и видов контроля.
9. Определение возможностей корректировки программы

ИОП - документ, дающий представление о содержании деятельности образовательного учреждения, направленной на реализацию индивидуальных целей обучения и воспитания и представляет собой текст, определяющий:

- цель и задачи образовательной программы;
- адресность образовательной программы;
- пояснительную записку;
- описание организационно-педагогических условий, педагогических технологий, применяемых для реализации образовательной программы, процедуры выбора и изменения ИОМ/ИОТ;
- систему форм аттестации, контроля и учета достижений обучающихся;
- описание планируемых результатов освоения программы, в том числе образовательные продукты;
- учебно-тематический план (может делиться на инвариантную и вариативную части);

- содержание образовательной программы (темы в соответствии с УТП, количество часов, деление на теорию и практику, формы аттестации);
информационные источники (оформляют в соответствии с ГОСТом)

Содержательную основу обучения по индивидуальным образовательным программам составляют учебные модули (учебный материал, указания по его изучению, время выполнения каждого задания, способы контроля и отчётности).

Структура учебно-тематического плана ИОП

№ п/п	Дата	Тема	Кол. час.	Форма занятия	Форма контроля	Образовательный продукт	Самооценка	Д/з	Отметка о выполнении

Аттестация по ИОП:

1. Текущий контроль
2. Самодиагностика (н-р, тестирование достижений)
3. Итоговая аттестация
4. Формирование «портфолио»

(находятся на отдельном электронном носителе)

Приложение 2. Методические материалы для педагогов и учащихся «Техника безопасности в походе».

Приложение 3. Конспект занятия «Автономное существование человека в полевых условиях».

Приложение 4. Методические рекомендации для педагогов «Подготовка юного туриста в каникулярное время».

Приложение 5. «Виды укрытий, сделанные из подручных материалов».

Приложение 6. Конспект занятия «Как избежать попадания в экстремальную ситуацию во время похода».

Приложение 7. Методические материалы для педагогов и учащихся «Костры и костровое хозяйство».

Приложение 8. «Поход выходного дня по Голубым озёрам».

Приложение 9. «Упражнения и игры для развития скоростной и силовой выносливости учащихся».

Приложение 10. «Техническая, тактическая и психологическая подготовка».

Приложение 11. Конспект занятия «Ориентирование на местности с помощью компаса».

Приложение 12. Технологическая карта «Измерение расстояний по карте».

Приложение 13. Условные знаки и символные легенды контрольных пунктов.

Приложение 14. Инструкция «Легенды контрольных пунктов».

Приложение 15. «Упражнения и диагностические задания для подготовки спортсмена-ориентировщика».

Приложение 16. Технологическая карта «Чтение спортивной карты».

Приложение 17. Методика «Психологическая атмосфера в коллективе».