

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАВКАЗСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
КАВКАЗСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании  
педагогического совета  
от 31.05.2023 г.  
Протокол № 4



Утверждаю  
Директор МБОУ ДО ДТ  
О.В. Боталова  
Приказ № 51-П/1  
М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

**«Добрыня»**

Уровень программы: ознакомительный  
Срок реализации программы: 1 год (72 часа)  
Возрастная категория: от 6 до 10 лет  
Состав группы: до 10 чел.  
Форма обучения: очная  
Вид программы: модифицированная  
Программа реализуется: на бюджетной основе  
ID-номер Программы в Навигаторе: **55849**

Автор: Омельченко Станислав Григорьевич,  
*педагог дополнительного образования*

ст. Кавказская, 2023 г.

**Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа разработана на основе нормативных документов:**

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»
3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025г»;
4. Приоритетный проект «Доступное дополнительное образование для детей» в редакции протокола от 30 ноября 2016 года №11;
5. Федеральный проект «Успех каждого ребёнка», утверждённый 07 декабря 2018 г.;
6. Приказ министерства просвещения РФ от 27.07.2022г. №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
7. Приказ Министерства образования и науки РФ от 15 апреля 2019 г. №170 «Об утверждении методики расчёта показателя национального проекта «Образование» «Доля детей в возрасте от 5 до 18 лет, охваченных дополнительным образованием»
8. Приказ министерства экономического развития РФ Федеральной службы Государственной статистики от 31 августа 2018 г. №534 "Об утверждении статистического инструментария для организации федерального статистического наблюдения за дополнительным образованием детей"
9. Приказ Министерства образования и науки РФ от 9 января 2014 г. № 2 «Об утверждении порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
10. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
11. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»(зарегистрирован Минюстом России 17 декабря 2021 г., регистрационный №66403);
12. Письмо Министерства образования и науки РФ по организации независимой оценки дополнительного образования детей" от 28 апреля 2017 года № ВК-1232/09

13. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ от 18.11.2015 г. Министерства образования и науки РФ

14. Распоряжение губернатора Краснодарского края от 11.08.2022 № 329-р «Об утверждении плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, 1 этап (2022-2024 годы) в Краснодарском крае».

15. Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий от 20 марта 2020 г. Министерство просвещения РФ;

16. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ, автор-составитель Рыбалёва И.А., канд. пед.наук, руководитель РМЦ Краснодарского края, 2020г.

## **1.Раздел 1 "Комплекс основных характеристик образования: объём, содержание, планируемые результаты"**

### **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Добрыня» составлена с учётом развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы.

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Добрыня» - **туристско-краеведческая**. Программа предназначена для формирования знаний об истории края, культурных ценностях предков, истории хозяйства, быта, взглядов, верований, традиций кубанцев и освоение окружающего мира средствами туризма.

Образовательная программа «Добрыня» предоставляет детям возможность получить первоначальные знания и умения в восточных единоборствах, испытать себя в экстремальных ситуациях во время походов, соревнований, закалить свой организм, развить основные навыки начальной туристической подготовки. Туристско-краеведческая работа имеет большое значение в жизни школьника. В течение обучения в коллективе формируется дружба, товарищество, взаимопомощь, вырабатываются самостоятельность, наблюдательность, быстрота реакции, логичность мышления. Неопытный ребенок, попав в сложную обстановку, не всегда может принять верное решение, действовать грамотно и осмотрительно. Физически хорошо подготовленный ребёнок, обладающий специальными знаниями сможет быстрее и правильнее разобраться в сложной обстановке. Сегодня, как никогда актуален вопрос о необходимости изменения своего отношения к жизни, к природе и обеспечения соответствующего воспитания и образования нового поколения.

**Актуальность** программы заключается потребности детей 6-10 лет познавать мир в путешествиях, походах и экскурсиях, в необходимости формирования патриотических чувств учащихся в современных условиях расширяющегося информационного пространства, в создании предпосылок исследовательской деятельности школьников в сочетании спортивного развития, краеведения и туризма, способствует формированию у ребенка представлений о дружбе, взаимодействии человека и окружающей среды, навыков здорового образа жизни, любви к родному краю.

**Новизна** программы состоит в её социальной ориентированности. Учащиеся начинают изучать историю своей малой Родины, учатся видеть и решать те проблемы, которые перед ними ставит социальная действительность, развивается и воспитывается чувство сопричастности к истории и современной жизни своего края, своей Родины.

Новизна программы заключается в том, что дети получают знания и умения ориентироваться в экстремальных ситуациях. Программа предполагает также во время прохождения тем по физической подготовке познакомиться с одним из видов единоборств- карате.

**Педагогическая целесообразность** программы состоит в развитии интереса к новому виду деятельности, расширении кругозора детей. Участие в походах, экскурсиях, спортивных соревнованиях расширяет кругозор, воспитывает любовь к Родине, приучает к систематическому труду, воспитывает инициативу и выдержку, повышает самооценку детей, способствует развитию партнёрских отношений со сверстниками, формирует социально ориентированные установки и жизненные смыслы. Пребывание на свежем воздухе, соблюдение четкого режима и постоянная физическая тренировка закаливают ребят, создаётся коллектив.

**Отличительные особенности** данной программы - организация оздоровительно-образовательной деятельности в сочетании с туристско-краеведческой. Она строится дифференцированно, с учетом индивидуальных возрастных и половых особенностей школьников и является личностно-ориентированной.

Отличительной чертой данной образовательной программы является формирование у учащихся патриотизма и здорового образа жизни, формирование навыков оказания самопомощи и взаимопомощи при овладении начальными навыками действий в экстремальных ситуациях.

По содержанию программа интегрирована: прослеживается взаимосвязь учебной и внеклассной деятельности по предметам: кубановедение, история, обществознание, что способствует более эффективному воспитанию гражданственности и патриотизма подрастающего поколения.

При условии введения режима «повышенной готовности» программа может быть реализована с применением электронного обучения, дистанционных технологий, при этом используются следующие формы дистанционных образовательных технологий:

- видеозанятия, лекции, мастер-классы;
- открытые электронные библиотеки, виртуальные музеи, выставки;
- тесты, викторины по изученным теоретическим темам;
- адресные дистанционные консультации.

В организации дистанционного обучения используются следующие платформы и сервисы: ZOOM, Skype, чаты в WhatsApp, сайт учреждения, электронная почта педагога, электронная почта родителей и учащихся.

В программе предусмотрена возможность участия детей с **особыми образовательными потребностями**: детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья; талантливых (одарённых, мотивированных) детей; детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

В программе предусмотрена возможность занятий **по индивидуальной образовательной траектории** при подготовке к конкурсным, соревновательным мероприятиям.

Возможна реализация данной программы в **сетевой форме**, которая предполагает для достижения целей и задач программы использование ресурсов нескольких образовательных организаций.

**Адресат программы.** Возраст обучающихся - **6-10 лет**, Туристско-краеведческое направление программы даёт возможность реализовать интересы детей согласно их возрастным особенностям. Каждое мероприятие – туристская прогулка, мини-соревнования, физические упражнения, экскурсия и прочие – предполагает общее оздоровительное, закаливающее воздействие на организм учащихся, развитие романтических чувств, реализацию стремления к самообразованию и самовоспитанию. В этом возрасте стремление к самостоятельности у детей возрастает многократно. Однако новые социальные роли, которые осваивает ребенок, сложно поддаются ему без родительской мудрости и поддержки. Однако агрессивные методы воспитания теперь имеют обратный эффект, воздействовать на поведение и жизнь ребенка нужно как можно мягче. Существует два самых действенных метода воспитания младших подростков: дружественные отношения и доверие. Важно, чтобы к началу пубертатного периода между родителями и ребенком был налажен теплый, надежный контакт. Необходимо поддерживать высокий уровень отношений, доверяя своему ребенку, предоставляя ему больше свободы.

После предварительного собеседования, с целью выявления творческих способностей ребенка, принимаются все желающие. Программа направлена на развитие у учащихся умения жить в полевых условиях и преодолении трудности походной жизни, на обучение экологически грамотному поведению в природе, на формирование потребности в ведении здорового образа жизни. Возрастные особенности подросткового возраста характеризуются чувством взрослости, развитием интереса к противоположному полу, пробуждением романтических чувств, стремлением к самообразованию и самовоспитанию, определением склонностей и профессиональных интересов.

## **2. Цель, задачи, уровень программы, объём и сроки**

<b>Цель программы</b>	Расширять и закреплять знания детей о природе, формировать эколого-туристские знания и умения природопользования, совершенствовать навыки безопасного поведения в природе, развивать физическую активность.
<b>Задачи:</b>	<p><b>Образовательные(предметные):</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-включение ребёнка в формирование первоначальных представлений, знаний и умений в туристической деятельности для укрепления физического, социального и психического здоровья, о позитивном влиянии туризма на физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное развитие ребенка,</li> <li>- формирование знаний, умений в области туризма, краеведения, оздоровления.</li> <li>- Обучение туристско-краеведческим и экологическим</li> </ul>

	<p>навыкам.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Обучение основным правилам техники безопасности в походе.</li> <li>-Обучение выполнению технических условий по установке бивака.</li> <li>- Обучение основным техникам защиты в каратэ.</li> </ul> <p>Дать знания о снаряжении туриста и условиях похода.</p> <p><b>Личностные задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- способствовать развитию умения правильно определять свою самооценку;</li> <li>- научить сотрудничать с друзьями, уважать окружающих;</li> <li>- формировать навыки здорового образа жизни, укрепления здоровья, комфортного нахождения в природной среде в любых погодных условиях;</li> <li>- формирование умений слушать окружающих, следить за развитием нужной мысли, усидчивости, уверенности в себе, самоорганизовываться;</li> </ul> <p><b>Метапредметные задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- развивать любознательность в познании окружающего мира,</li> <li>- развивать здоровьесберегающие навыки,</li> <li>- развивать мотивацию к изучению туризма,</li> <li>- развивать самостоятельность, основы мировоззрения и нравственной позиции.</li> </ul>
Содержание программы	<p>Уровень программы "Добрыня" - <b>ознакомительный</b>. Программа направлена на создание условий для самореализации личности, социальной адаптации, оздоровления, раскрытие потенциала в процессе освоения туристско-краеведческой деятельности.</p> <p>Программа создаёт условия для интенсивной социальной адаптации детей и направлена на повышение психологической готовности ребёнка к включению и практическому погружению в образовательную деятельность по туристической и физической подготовке. За время обучения учащийся занимается по темам: Основы туризма. Краеведение. Экология. Здоровый образ жизни. Общая и специальная физическая подготовка.</p>
Реализация программы	<p>Для реализации программы создана интерактивная развивающая тематическая среда: игры, упражнения, наглядный материал, средства обучения (снаряжение защиты, палатки, шкерт и система страховки, коврики, рюкзаки) и носит программа ярко выраженный деятельностный характер.</p>

	<p>Реализация воспитательного потенциала программы основано на эффективных технологиях воспитания включенных в воспитательную программу МБОУ ДО ДДТ, позволяющих создать благоприятные условия и возможности для социально-позитивной социализации личности</p> <p><b>Цель программы воспитания МБОУ ДО ДДТ</b> - обеспечить системное педагогическое сопровождение личностного развития детей, создающее условия для реализации их субъективной позиции, формирование гражданских, патриотических и нравственных качеств, развития их способностей и одаренностей через реализацию воспитательного потенциала дополнительных общеобразовательных программ.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Способствование нравственному самоопределению ребёнка.</li> <li>-Сопровождение социального выбора ребенка.</li> <li>-Сопровождение профессионального выбора ребенка</li> <li>-Сопровождение овладения ребенком нормами общественной жизни и культуры.</li> </ul> <p>Реализация актуальных воспитательных практик в МБОУ ДО ДДТ отражена в календарном плане воспитательной работы и реализуется через воспитательные мероприятия в течение учебного года.</p>
Срок реализации, особенности организации	<p>Объём программы рассчитан на <b>1 год</b>.</p> <p>Общее количество часов в год -<b>72 часа</b>.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- предельная наполняемость групп – 10 человек,</li> <li>- в группе могут быть дети разного возраста и пола,</li> <li>- состав группы может меняться.</li> </ul> <p>Виды занятий - практические и теоретические: занятия-игры, занятия-рассказы, занятия-путешествия, экскурсии, походы, соревнования, занятия на местности, экспедиции.</p>
Режим занятий	<ul style="list-style-type: none"> <li>- продолжительность одного занятия – 40 минут.</li> <li>-в неделю <b>2 раза по 2 часа</b> или 1 занятие на местности осенью и весной в выходные дни (4-х часовое).</li> </ul>
Набор	Принимаются все желающие <b>от 6 до 10 лет</b> , не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
Форма проведения занятий	<p>Форма проведения занятия очная.</p> <p>Групповая форма с ярко выраженным индивидуальным подходом.</p> <p>В течение года могут в объединениях проводиться массовые мероприятия: игры, конкурсы, соревнования, походы, экспедиции и экскурсии.</p>

Образовательные технологии	Технологии личностно-ориентированного обучения, игровые, педагогика сотрудничества, заложенные в программу, дают возможность интерактивно познавать мир, общаться и сотрудничать с ровесниками и взрослыми.
Кадровые условия реализации программы	Реализовать программу "Добрыня" имеет право педагог, обладающий профессиональными знаниями (со средне-специальным или высшим педагогическим образованием), имеющим практические навыки организации интерактивной деятельности детей в сфере краеведения и туризма, спорта.
Результат обучения в количественном выражении	<b>Результатом обучения</b> является 60-100% точных ответов в области туризма, географических особенностей и культуры родного края не менее 50% учащихся; 60-100% выполнения нормативов ОФП не менее 50% учащихся. Переход не менее 50% учащихся на базовую программу «Мы-будущее России».

### 3. Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
I.	Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения во время занятий. Знакомство с программой.	2	2	-	Наблюдение
II.	Основы туризма.	10	4	6	Опрос, наблюдение
III.	Экология	10	4	6	Опрос
IV.	Краеведение.	10	4	6	Тестирование
V.	Здоровый образ жизни.	10	4	6	Наблюдение, опрос
VI.	Общая и специальная физическая подготовка.	28	4	24	Упражнения, соревнования
VII.	Итоговое занятие.	2	-	2	Турнир
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>	

### 4. Содержание учебного плана

**I. Вводное занятие (2 часа):** Теория. Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе. Туризм-средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития

самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Техника безопасности на занятиях в классе, спортивном зале, на прогулке.

## **II. Основы туризма (10 часов)**

*Теория:* Туристские путешествия, история развития туризма. Личное и групповое туристское снаряжение. Организация туристского быта. Подготовка к походу. Туристские должности в группе. Питание в туристском походе. Правила движения в походе. Преодоление препятствий. Обеспечение безопасности в походе, на соревнованиях и тренировочных занятиях. Как появилась жизнь на Земле. Знакомство с глобусом. Необычные виды туризма (конный, на воздушном шаре).

*Практика:* Укладывание рюкзака. Организация привала. Определение сторон света по компасу. Игры на прилегающей территории. Участие в природоохранных делах (очистка территории от мусора). Правила движения в походе. Преодоление препятствий. Обеспечение безопасности в походе, на соревнованиях и тренировочных занятиях.

## **III. Экология (10 часов)**

*Теория:* Почему растения зелёные. Растения родного края и их разнообразие. Разнообразие животных, птиц и рыб края. Охраняемые территории – зачем они нужны. «Красная книга» - что это. Растения-враги и друзья. Ты и лес!

*Практика:* растения родного края. Изучаем следы животных. Правила отдыха на природе.

## **IV. Краеведение (10 часов)**

*Теория:* Родной край, природные особенности, история. Знаменитые люди края. Памятники истории и культуры края, музеи. Семья– люди, которые живут вместе? Родословная. Тайна имени.

*Практика:* Экскурсия в музей в родной станице. Изучаем глобус. Рисунки «Моя семья». «Путешествия» по карте.

## **V. Здоровый образ жизни (10 часов)**

*Теория:* Профилактика заболеваний и травматизма. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Как устроен наш организм.

*Практика:* Личная гигиена. Выполнение комплекса физических упражнений для утренней зарядки. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего. Учимся правильно дышать и следить за осанкой.

## **VI. Общая и специальная физическая подготовка (28 часа)**

*Теория:* Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Общая и специальная физическая подготовка, приёмы самозащиты.

*Практика:* Врачебный контроль и самоконтроль. Общая и специальная физическая подготовка, обучение различным приёмам самозащиты. Подвижные игры, эстафеты.

## **VII. Итоговое занятие (2 часа). Подведение итогов.**

### **5. Планируемые результаты.**

Появление у учащегося интереса к туризму.

### **Образовательные (предметные) результаты:**

- учащиеся имеют знания и умения в области пешеходного туризма, ориентирования, краеведения.

Ребёнок знает:

1. Характерные признаки различных видов туризма.
2. Правила питания туриста, о гигиене туриста.
3. Особенности физической подготовки.

Ребёнок имеет представление о нормах и правилах поведения в природе, об окружающем пространстве туриста (ядовитые и несъедобные растения и грибы; лекарственные растения; дикие животные), о снаряжении туриста и условиях похода.

### **Личностные результаты. Учащийся:**

- умеет правильно определять свою самооценку;
- сотрудничать с друзьями, уважать окружающих;
- имеет представления о этических и эстетических нормах.
- умеет слушать, следить за развитием нужной мысли, усидчив, уверен в себе, умеет слушать окружающих, самоорганизовываться;
- проявляет любознательность в познании окружающего мира, понимает пользу походов и экскурсий, роль зелёных растений в укреплении здоровья, высокую значимость здорового образа жизни, приобретает физические навыки, необходимые для выносливости;
- умеет правильно вести себя, знает основы этикета.

### **Метапредметные результаты. У учащихся:**

- развита мотивация к изучению туризма,
- развита мотивация к самостоятельности,
- развиты основы мировоззрения и нравственной позиции, сформированы умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата.

**Раздел 2 "Комплекс организационно-педагогических условий,  
включающий форму аттестации"**

**6. Календарный учебный график**

Дата начала и окончания учебного периода	___ сентября 2023г.	до 31 мая 2024г.
Количество учебных недель	36	
Место проведения занятия		
Время проведения занятия	1 группа	2 группа
Перемены - 10 минут		
	3 группа	4 группа
Форма занятий	Групповая	
Сроки контрольных процедур	Начальная диагностика (сентябрь-октябрь), текущая диагностика (январь-февраль), итоговая диагностика (май)	
Сроки выездов, экскурсий, походов...	сентябрь, октябрь, апрель, май	
Участие в мероприятиях по программе воспитания МБОУ ДО ДДТ	Участие в мероприятиях календарного плана воспитательной работы МБОУ ДО ДДТ (в течение года)	
Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, конкурсах, фестивалях, праздниках)	<ul style="list-style-type: none"> <li>* Посещение музея</li> <li>* Экскурсии к памятникам, достопримечательностям.</li> <li>* Соревнования по каратэ.</li> <li>* Походы выходного дня.</li> <li><u>Работа с родителями.</u></li> <li align="right">*индивидуальные консультации, беседы.</li> </ul>	

		Тема занятия	Количество часов			Примечание
	группа		Всего	Теория	Практика	
	группа					

1		<b>Вводное занятие. Техника безопасности. Правила поведения во время занятий. Знакомство с программой.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>		
		<b>Основы туризма.</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
2		Турист-исследователь, путешественник, краевед. Земля-наш общий ДОМ!	2	1	1	
3		Личное и групповое туристское снаряжение.	2	1	1	
4		Организация туристского быта. Правила поведения на природе. Собираемся в поход. Рюкзак.	2	1	1	
5		Палатка. Виды палаток. Костёр. Виды костров. Пожарная безопасность. Правила поведения в чрезвычайных ситуациях.	2	1	1	
6		Правила поведения и передвижения в походе. Преодоление препятствий. Организация бивака.	2		2	
		<b>Экология</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
7		Мир растений и животных	2	1	1	
8		Охраняемые территории – зачем они нужны. «Красная книга»	2	2		
9		Растения -враги и друзья.	2	1	1	
10		Охрана природы-охрана здоровья!	2		2	
11		Ты и лес!	2		2	
		<b>Краеведение</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
12		Родина моя-Россия! Символы нашего государства, края (флаг, герб, гимн)	2	2		
13		Моя семья. Листая старый фотоальбом В этом доме я живу.	2		2	
14		Родной край, природные особенности, история. Карта -лучший друг туриста.	2	1	1	
15		Природа родного края. Животный и растительный мир.	2	1	1	
16		Памятники истории и культуры родного края. Музеи края	2		2	
		<b>Здоровый образ жизни.</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	
17		Кто я такой? Как я устроен. Помогу себе сам.	2	1	1	
18		Если хочешь быть здоров...Личная	2	2		

		гигиена и профилактика заболеваний.				
19		Походная аптечка туриста и её состав.	2	1	1	
20		Доврачебная помощь. Помощь при различных травмах.	2		2	
21		Физическая культура и утренняя гимнастика.	2		2	
		<b>Общая и специальная физическая подготовка.</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>	
22		Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	2	2		
23		Врачебный контроль и самоконтроль.	2	2		
24		Общая физическая подготовка. Разминка и её значение в тренировочном процессе.	2		2	
25		Общая физическая подготовка. Подвижные игры.	2		2	
26		Общая физическая подготовка. Эстафета.	2		2	
27		Специальная физическая подготовка. Приемы защиты руками.	2		2	
28		Специальная физическая подготовка. Приемы защиты руками.	2		2	
29		Специальная физическая подготовка. Приемы защиты руками.	2		2	
30		Специальная физическая подготовка. Приёмы защиты ногами.	2		2	
31		Специальная физическая подготовка. Приемы защиты ногами.	2		2	
32		Специальная физическая подготовка. Приёмы защиты ногами.	2		2	
33		Специальная физическая подготовка. Приёмы руками и ногами.	2		2	
34		Специальная физическая подготовка. Приёмы защиты руками и ногами.	2		2	
35		Соревнования.	2		2	
36		<b>Итоговое занятие.</b> Подведение итогов года.	<b>2</b>		<b>2</b>	
		Итого:	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>50</b>	

### 7. Условия реализации программы

**Материально-техническое обеспечение:** наличие тренировочной площадки на территории учреждения, кабинета с 10-ю посадочными местами,

освещение кабинета и возможность проветривания его должно удовлетворять требованиям СанПиНа. В кабинете должна быть доска для работы мелом, полки для демонстрации наглядных пособий, центр кабинета свободен и служит для проведения игр, физкультминуток, коллективных творческих игр-тренингов.

**Перечень оборудования, инструментов и материалов.** Туристические действия изучаются на наглядных пособиях демонстрационного, иллюстрационного, раздаточного характера, таких как туристическое снаряжение (личное и групповое снаряжение), туристический бивак, веревка или шкерты (для обучения вязания узлов), план и карта (для ориентирования на местности), книги по краеведению (История заселения и освоения территории станицы Кавказской), спортивный инвентарь (скакалки, коврики).

Наименование	Количество ( на группу)
палатки	2 шт.
коврики	10 шт.
Спальные мешки	10 шт.
рюкзаки	10 шт.
топографическая карта Кавказского района масштаба 1:100000	1 шт.
компас	2 шт.
верёвка основная 100 метров	1 шт.
карабин	10 шт.
рисунки-схемы вязания узлов	1 шт.
спортивные часы с секундомером	1 шт.
скакалки	10 шт.

**Информационное обеспечение**

видеоисточники–документальный фильм «Мир туризма и путешествий». презентации: "Узлы", "Туризм как мир", "Туристическая баллада", "Костер и его особенности", "Бивак из подручных средств", "Тропа", "По маршруту туриста", "Летний туризм", "Зимний туризм", "Забавный компас", "Солнце в зените", "Лечебные травы", "Интересные места".

**Цифровые образовательные ресурсы(интернет-источники):**

- 1.ИнтерГУ.ru - Интернет-государство учителей [www.intergu.ru](http://www.intergu.ru)
- 2.Международная ассоциация «Развивающее обучение» - МАРО [www.maro.newmail.ru](http://www.maro.newmail.ru)
3. Сайт Центра системно-деятельности педагогики «Школа 2000...» [www.sch2000.ru](http://www.sch2000.ru)
4. Сайт издательства «Вентана-Граф» [www.vgf.ru](http://www.vgf.ru)
5. Сайт издательства «Академкнига/Учебник» [www.akademkniga.ru](http://www.akademkniga.ru)
6. Российский портал открытого образования <http://www.opennet.edu.ru>

7. Федеральный портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>

8. Сайт Министерства образования и науки РФ <http://www.mon.gov.ru>

**Кадровое обеспечение.** Реализовать программу "Добрыня" имеет право педагог, обладающий профессиональными знаниями (со средне-специальным или высшим педагогическим образованием), имеющим практические навыки организации интерактивной деятельности детей в сфере краеведения, туризма и спорта.

### **8.Формы аттестации**

Оценка образовательных результатов учащихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Добрыня» осуществляется в порядке, установленном локальным нормативным актом "Положение о внутренней итоговой аттестации освоения дополнительных общеобразовательных программ учащимися объединений муниципальной бюджетной образовательной организации дополнительного образования Дома детского творчества муниципального образования Кавказский район".  
Формой отслеживания и фиксации образовательных результатов учащихся является протокол внутренней итоговой аттестации, составленный педагогом.

### **9.Оценочные материалы**

Пакет диагностических методик: диагностическая карта освоения образовательного маршрута по общеобразовательной общеразвивающей программе "Добрыня".

#### **Критерии оценки ЗУН:**

##### **Высокий уровень:**

- ребенок выполняет самостоятельно, без напоминаний все требования техники безопасности и правила поведения на занятии,
- соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений на занятиях туризмом, выполняет аккуратно и правильно задание, не допускает ошибок при ответах,
- умеет самостоятельно дополнять, анализировать, фантазировать, внимательно слушает, умеет сосредоточиться на выполнении задания,
- на 60-100% выполняет нормативы ОФП
- умеет коллективно работать, помогает друзьям,
- соблюдает правила этики и эстетики.

##### **Средний уровень:**

- выполняет все требования техники безопасности и правила поведения на занятии,
- соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений на занятиях туризмом, выполняет аккуратно и правильно задание, может допускать незначительные ошибки при ответах,
- умеет дополнять, анализировать, фантазировать,
- внимательно слушает, сомневается при выполнении задания,

- выполняет задание не достаточно аккуратно, медленно.
- умеет коллективно работать только в соревновательной форме,
- соблюдает правила этики и эстетики, но излишне эмоционален
- на 30-60% выполняет нормативы ОФП

### **Низкий уровень:**

- ребенок не выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения на занятии, не соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений на занятиях туризмом,
- не умеет самостоятельно дополнять, анализировать, фантазировать,
- невнимательно слушает, не сосредотачивается при выполнении задания,
- выполняет задание неаккуратно, отвечает не обдумывая,
- умеет работать только индивидуально, друзьям работать не помогает,
- не соблюдает правила этики и эстетики
- нормативы ОФП выполняет ниже , чем на 30%

## **10. Методические материалы.**

### **Методы обучения:**

- \*Словесный (беседа, рассказ, сообщение, объяснение, диалог).
- \*Наблюдения (зарисовки, записи, фотографирование).
- \*Исследования (знакомство с библиотечным фондом и электронными носителями).
- \*Практическая работа (упражнения, зарисовки, схемы, чертежи).
- \*Наглядный (образцы, таблицы, схемы, раздаточный материал)
- \*Обучение успехом (поощрения, открытые занятия для родителей).
- \*Игровой (путешествия, конкурсы, соревнования, праздники, ролевые и деловые игры и др.).
- \*Убеждения (пример, самоанализ, анализ практической деятельности).

Содержание программы определяет оптимальную и рациональную систему подачи и усвоения знаний, соблюден принцип «от простого к сложному» и принцип расширения областей знаний.

### **Образовательные технологии**

**технологии игровые** – одни из основных технологий программы «Добрыня», они являются проникающими во все иные технологии школьного воспитания, так как основным видом школьной деятельности – является игра. В нее включаются последовательно:

1. игры и упражнения, формирующие умение выделять основные, характерные признаки предметов, сравнивать, сопоставлять их
2. группы игр на обобщение предметов по определенным признакам
3. группы игр, в процессе которых у школьников развивается умение отличать реальные явления от нереальных
4. группы игр, воспитывающих умение владеть собой, быстроту реакции на слово, фонематический слух, смекалку и др.,

**технологии личностно-ориентированного обучения** - ставят в центр всей системы школьного образования личность ребенка, обеспечение комфортных

условий в семье и школьном учреждении, бесконфликтных и безопасных условий ее развития, реализация имеющихся природных потенциалов ребёнка.

**педагогика сотрудничества**, заложенная в программу «Добрыня», дает возможность детям интерактивно познавать мир, общаться и сотрудничать с ровесниками и взрослыми.

Программа построена на основе следующих принципов:

\* *Дифференцированного подхода.*

Ведется совместная деятельность педагога и ребенка, основанная на началах сотрудничества. Учитывается индивидуальность каждого ребенка.

Системность подхода к решению теоретических и практических вопросов различных составляющих дифференцированного обучения.

Обучение ведется последовательно «от простого к сложному»

\* *Учета возрастных особенностей.* Подбираются формы, методы, приемы соответственно возраста детей.

\* *Наглядности.* При обучении используется красочный демонстрационный и раздаточный материал.

\* *Доступности и креативности.* Каждый ребенок подводится к самоанализу и самооценке.

\* *Единства развивающей и диагностирующей функций.* Применяемые технологии обучения соответствуют его содержанию. Переход от первого уровня усвоения знаний ко второму и последующим осуществляется с обязательной фиксацией фактов усвоения: тесты, диагностика, контрольные занятия, проводятся занятия обобщения и закрепления. Применяются в практической работе аналогии, сравнения, сопоставления, позволяющие проанализировать степень овладения детьми содержания образовательной программы, оценить их интеллектуальное творчество.

\* *Связь теории с практикой.* Каждый блок программы заканчивается повторением и обобщением пройденного материала, где учащиеся на практике могут показать свои знания.

\* *Принцип воспитания в процессе деятельности.*

Поощрение активности детей, чередование их деятельности с отдыхом, требовательное отношение к недостаткам деятельности.

**Формы организации учебных занятий** - занятия-игры, занятия-рассказы, занятия-путешествия, занятия по изучению топографии и ориентированию на местности, экскурсии, походы, соревнования, занятия на местности, экспедиции.

**Тематика и формы методических материалов по программе:**

Каждое занятие имеет свое название, каждое занятие - это разнообразие форм, методов и приемов учения и общения.

- **Вводное занятие.** Знакомство с программой, задачами объединения, целями и задачами работы объединения. Беседа о роли значения туризма в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе, в пропаганде активного и здорового образа жизни.

- **Основы туризма.** Объяснение и практические занятия в виде соревнований, тестов, бесед, игр, изучения литературы, анализа следующих тем: "Способы укладки в рюкзак личного снаряжения. Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека). Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения. Удобная одежда и обувь в походе. Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Наиболее часто применяемые в туристских походах продукты и блюда, их калорийность, стоимость, вес. Замена обедов перекусами. Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Закупка, расфасовка и затаривание продуктов питания. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре."

- **Экология.** Удивительный мир растений и животных. Из чего состоят растения. Почему они зелёные. Разнообразие растений в связи с почвенно-климатическими условиями. Виды млекопитающих, пресмыкающихся, земноводных, рыб, птиц, насекомых. Развитие животных до и после рождения. Охраняемые территории, зачем они нужны. «Красная книга» просит о помощи: редкие и исчезающие виды растений и животных. Правильно ли мы делаем - осушение болот, вырубка леса, возведение плотин, городские свалки... - причины вымирания растительного и животного мира. Растения- враги и друзья: лекарственные растения, съедобные грибы и ягоды, ядовитые грибы и растения. Правила поведения в лесу. Убираем мусор - бережём природу.

- **Краеведение.** Организация экскурсий, встреч, просмотр презентаций по темам: "История Кавказского района. Станица Кавказская и ее окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности станицы Кавказской и его окрестностей. Охрана природы. Географическое положение, рельеф и климат Кавказского района. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Практические работы с картами атласа Краснодарского края. "Моя страна-Россия (вехи истории, символика государства).

Характеристика понятий «глобус», «земной шар», «вселенная». Формируем представление о семье, как о людях, которые живут вместе. Учимся составлять летопись своей семьи. Изучаем растительный и животный мир Кавказского района. Родной край, природные особенности, история.

- **Здоровый образ жизни.** Беседы, практические занятия, тестирование, опрос по темам: "Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Нормы нагрузок в путешествии. Самоконтроль в походе и на экскурсии. Признаки заболеваний и травм. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Походная медицинская аптечка, умение оказание первой доврачебной медицинской помощи, правильная транспортировка пострадавшего".

- **Общая и специальная физическая подготовка.** Обсуждение роли и значения специальной физической подготовки для роста спортивного мастерства туриста. Место специальной физической подготовки на различных этапах процесса тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Изучение и отработка приемов каратэ. Отработка навыков из легкой атлетики. Проведение спортивных игр: футбол, баскетбол, волейбол. Выполнение нормативов.

- **Итоговое занятие.** Проводится в виде игр, конкурсов, викторин, анкет, бесед. Проводится наблюдение уровня развития знаний, умений и навыков детей.

**Дидактические материалы.** «Топознаки» - раздаточные материалы, предназначенные для обучения и самообучения школьников топографическим знакам, «Туристические узлы» могут использоваться для проверки знаний, карточки с изображенными узлов, необходимых для обучения правильного завязыванию узлов, и выполнению заданий по определению узла, тесты "Следы животных» (картинки со следами животных), распознавание и классификация животных в природе, «Карта - схема» в виде карт необходимых для составления полной карты выполняемой группой учащихся на местности .

#### **Алгоритм учебного занятия**

1. речёвка - организационный настрой на занятие,

2. принятие решений о теме занятия, игра - вступление /стоя, можно в виде физкультминутки/,
3. работа с наглядным материалом, объяснение, беседа, мини лекция,
4. беседа, индивидуальный опрос,
5. игра - конкурс,
6. подведение итогов занятия,
7. заключительный этап занятия: подведение итогов, уборка рабочего места.

Для развития двигательного аппарата ребят каждое занятие содержит увлекательные физкультминутки: «Вперёд четыре шага», «Бегут, бегут со двора», «А часы идут, идут», «Хлоп-хлоп», «Бабочка», «Под кроватью черный кот», «Едем-едем мы домой», «Бегал по двору щеночек», «Будем прыгать и скакать», «Ванька-встанька», «Будем прыгать, как лягушка» упражнения на равновесие и устойчивость, упражнения для глаз, пальчиков, ног, рук, дыхания.

## 11. Список литературы.

### Литература для педагога

- Самойленко А.А. Теория, методика и практика детско-юношеского туризма – М: Издательство КСЭИ Краснодар, 2011 г.<http://docplayer.ru/33518121-Teoriya-i-metodika-detsko-yunosheskogo-sporta.html>
- Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 2006 г.<https://libking.ru/books/home-/home-cooking/576377-aleksey-alekseev-pitanie-v-turistskom-pohode.html>
- Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. – М.: Физкультура и спорт, 2001 г. <http://oren-orient.narod.ru/map/karta/index.htm>
- Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. – М.: Профиздат, 2005 г.<http://www.pada-read.com/?book=54402>
- Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 2007 г.[https://knigogid.ru/books/192525-medicinskiy-spravochnik-turista/toread?update\\_page](https://knigogid.ru/books/192525-medicinskiy-spravochnik-turista/toread?update_page)
- Михайлов Л.А. Основы безопасности жизнедеятельности: Методика обучения: 5-6 классы: Пособие для учителя: Изд-во РГПУ им. Герцена; Изд-во «СОЮЗ», 2001.<http://docplayer.ru/36020129-Bezopasnost-zhiznedeyatelnosti-pod-redakciey-l-a-mihaylova.html>
- Туристская игротека: Учеб.метод. Пособие. / Под ред. Ю.С.Константинова.- М.: ВЛАДОС, 2000.<https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/meropriyatia/mietodichieskaia-razrabotka-turistichieskaia-ighrotieka-v-ramkakh-shkol-nogho-dnia-zdorov-ia>

### Литература для детей

- Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 2006 г.
- Горшенёв К.А. Путешествия по Краснодарскому краю.М.: Физкультура и спорт, 2003.<https://kk.convdocs.org/docs/index-149994.html>
- Иванов И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел.М.: Педагогика, 2000.
- Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 2007.[https://knigogid.ru/books/192525-medicinskiy-spravochnik-turista/toread?update\\_page](https://knigogid.ru/books/192525-medicinskiy-spravochnik-turista/toread?update_page)
- Куликов В.М. Походная туристская игротека. М., 2004.<http://tyr-zo.narod.ru/met/kylikov.html>

### Литература для родителей

1. Багаутдинова Ф. Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. М., ЦДЮТиК, 2002.<https://top-bal.ru/turizm/41540/index.html>
2. Балабанов И. В. Однодневные походы. М: Издатель И. В.Балабанов,2003  
<https://yugohod.ru/category/odnodnevnye-pohody/>
3. Гранильщикова Ю.В. Семейный туризм Москва Профиздат , 1983