

**Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец детского (юношеского) творчества Петродворцового района Санкт-Петербурга
«ПЕТЕРГОФ»**

ПРИНЯТА

Педагогическим советом
ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
Протокол № 1 от «22» января 2025 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 25/у от «22» января 2025 г.
Директор ДДЮТ «ПЕТЕРГОФ»
_____ В.А. Апраксимов

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00C9DF420E45C5C12E918B262C7A3C1870
Владелец: Апраксимов Владислав Анатольевич
Действителен: с 14.04.2026 до 08.07.2027

**Дополнительная общеразвивающая программа
«ВЕРШИНА»**

Срок освоения: 3 года
Возраст обучающихся: 10-17 лет

Разработчики:
Дерюгин Юрий Иванович,
Перетолчин Сергей Дмитриевич,
педагоги дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность и уровень освоения программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Вершина» (далее – программа) имеет туристско-краеведческую направленность и углубленный уровень освоения.

Актуальность программы

Программа соответствует государственной политике в области дополнительного образования, социальному заказу общества и ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей среднего и старшего школьного возраста и их родителей.

Занятия туризмом – это здоровый образ жизни, где есть движение, закаливание и непосредственное общение с природой, что способствует усвершенствованию навыков быстрой адаптации в любых условиях. Занятия туризмом способствуют развитию личных качеств, таких как самостоятельность, целеустремленность, ответственность, инициативность, смелость; коммуникативных навыков; ценностных ориентаций (здоровье, дружба, честность, ответственность). В процессе обучения ребенок начинает ценить природу и понимает важность ее сохранения. Совместное прохождение маршрута, жизнь в одном коллективе воспитывают чувство взаимопомощи, взаимовыручки, позволяют лучше познать самого себя. Равномерно распределенные во времени физические нагрузки способствуют укреплению здоровья туриста. Таким образом, туризм позволяет еще на шаг приблизиться к формированию гармонично развитой личности.

Адресат программы

Программа «Вершина» рассчитана на учащихся в возрасте от 10 до 17 лет, в объединение принимаются учащиеся, независимо от их гендерной принадлежности. У учащихся не должно быть медицинских противопоказаний для занятия туризмом, что должно быть подтверждено справкой от врача.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 972 часа за 3 года обучения, по 324 часа на каждом году обучения.

9 учебных часов в неделю, учет часов идет по накопительной системе, при этом в дни каникул осуществляются выходы в походы и учебно-тренировочные сборы по отдельному расписанию: 12-16 часов в месяц теоретических и практических занятий в учебном кабинете, спортивном зале, 16-20 часов в месяц практических занятий на местности, участия учащихся в районных, городских соревнованиях, учебно-тренировочных сборах, слетах, походах.

Цель программы: социализация, личностное и физическое развитие учащихся посредством овладения знаниями, умениями и навыками подготовки и организации туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:

Обучающие:

- формирование знаний о тактике и технике пешеходного, лыжного, горного и водного туризма
- формирование основных навыков прохождения дистанций пешеходного, лыжного, горного и водного туризма и преодоления препятствий;
- изучение культуры и природы России через туристские походы, посещение памятников истории;
- приобретение знаний и навыков оказания первой помощи пострадавшим и их эвакуации в условиях природной среды;
- знакомство с работой спасателя, тренера-преподавателя, инструктора детско-юношеского туризма, спортивного судьи;
- формирование умения ориентироваться по спортивной карте и на местности.

Развивающие:

- развитие физических способностей: выносливости, силы, ловкости, гибкости, быстроты,

координации;

- развитие способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации;
- развитие самостоятельности в познавательной деятельности на занятиях и в походах;
- содействие развитию навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками, младшими и взрослыми в разных ситуациях;

Воспитательные:

- формирование и развитие морально-волевых качеств личности – ответственности за себя и за других, инициативности, настойчивости, целеустремленности;
- воспитание бережного отношения к природе;
- формирование у учащихся интереса к походной жизни, совместной организации и прохождении маршрута;
- формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни;
- воспитание и развитие межличностных отношений (взаимопомощь, взаимовыручка, взаимоуважение).

Планируемые результаты программы

Планируется, что в результате освоения программы учащиеся должны достигнуть следующих результатов:

Предметные:

Учащиеся будут:

знать:

- тактику и технику различных видов туризма;
- туристские возможности и достопримечательности различных районов России;
- основы работы спасателя, тренера-преподавателя, инструктора детско-юношеского туризма, спортивного судьи;

уметь:

- ориентироваться по спортивной карте и на местности;
- владеть техникой и тактикой прохождения дистанций пешеходного, лыжного, горного, водного туризма и преодоления препятствий;
- организовывать и безопасно совершать туристские мероприятия;
- оказывать первую помощь пострадавшим в случае необходимости.

Метапредметные результаты:

У учащихся разовьются:

- физические способности: выносливость, сила, ловкость, гибкость, быстрота, координация;
- самостоятельность в познавательной деятельности;
- способность быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации.
- самостоятельность, трудовые и прикладные навыки на занятиях и в походах;
- навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками, младшими и взрослыми в разных ситуациях.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- **организационно-волевые качества:** морально-волевые качества личности – ответственность за себя и за других, инициативность, настойчивость, целеустремленность;
- **ориентационные качества:** устойчивый интерес к походной жизни, совместной организации и прохождении маршрута; потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни; бережное отношение к природе и экологическая культура;
- **поведенческие качества:** межличностные отношения (взаимопомощь, взаимовыручка, взаимоуважение).

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации

Дополнительная общеразвивающая программа «Вершина» реализуется на русском языке.

Форма обучения

Программа реализуется очно.

В случае невозможности реализации в полном запланированном объеме на текущий учебный год раздела программы «Лыжный туризм» по погодно-климатическим причинам, возможно уменьшение количества запланированного времени на данные тематические блоки и увеличение других разделов программы в течение учебного года по согласованию с администрацией образовательного учреждения, в котором реализуется программа.

Условия набора. Набор в группы на первый год обучения осуществляется на свободной основе по желанию учащихся. Противопоказанием для занятий может быть состояние здоровья, не совместимое с условиями реализации программы.

Условия формирования групп. Группы могут формироваться как разновозрастные, так и разновозрастные, при этом старшие ребята помогают младшим при организации и проведении похода, на занятиях и тренировках.

Возможность и условия зачисления в группы второго и последующих годов обучения

Дополнительный набор учащихся на второй и последующие годы обучения возможен на вакантное место при наличии туристских знаний и умений, высоких показателей физической подготовленности и способности к обучению на основе собеседования, включающего в себя и сдачу нормативов по общей физической подготовке, или при предоставлении справки о прохождении другой программы туристско-краеведческой направленности.

Наполняемость групп

Списочный состав групп формируется по норме наполняемости: на 1-м году обучения - не менее 15 человек; на 2-м году обучения – не менее 12 человек; на 3-м году обучения – не менее 10 человек.

Особенности организации образовательного процесса

Программа рассчитана на 3 года обучения. 1 год – начальная подготовка. 2 и 3 год – совершенствование и расширение знаний, умений и навыков на тренировках, в походах, на соревнованиях и слетах.

Данная программа включает в себя как туристско-краеведческую деятельность, так и элементы спортивного туризма. Туристско-краеведческая деятельность помогает детям лучше узнать свой родной край, глубже понять особенности его природы, истории и культуры, принять участие в созидательной деятельности. Спортивный туризм отличается тем, что на первое место ставится задача испытать, узнать себя. Основной целью спортивного туризма является движение и жизнь без благ цивилизации.

Программа предусматривает цикличность в разделах (темах) учебного плана, но при этом от года к году их содержание расширяется и усложняется по содержанию с учетом приобретаемого опыта и уровня освоения программы, согласно основному педагогическому принципу «от простого к сложному». Мотивацией к обучению становится: возможность самореализации в процессе туристской деятельности, участие в соревнованиях, фестивалях и слётах, познание окружающего мира. В походах и слётах приобретается опыт социального взаимодействия. В процессе реализации программы «Вершина» возможно объединение нескольких занятий в одно при организации выездных занятий, связанных с участием в соревнованиях, походах или проведении сборов.

Программа реализуется в течение учебного года, в том числе, в каникулярный период. Во время школьных каникул, по согласованию с обучающимися и родителями обучающихся, возможно совмещение проведения учебных походов и сборов с проведением учебных занятий. Практические занятия могут проходить в лесопарковых массивов городов Ломоносов, Петергоф, поселка Стрельна, в лесничествах Ленинградской области (районы: Приозерский, Выборгский, Тосненский, Ломоносовский, Всеволожский). На втором-третьем годах обучения возможны походы за пределы Ленинградской области. Допускается изменения (расширение, локализация) географии проведения

занятий по данной программе.

В случае невозможности реализации в полном запланированном объеме на текущий учебный год раздела программы «Лыжный туризм» по погодно-климатическим причинам, возможно уменьшение количества запланированного времени на данные тематические блоки и увеличение других разделов программы в течение учебного года по согласованию с администрацией образовательного учреждения, в котором реализуется программа.

При реализации программы могут предусматриваться как аудиторные, так и внеаудиторные занятия (с использованием, в том числе, дистанционных образовательных технологий и электронного обучения), что отражается в КТП, которые утверждаются на каждый год обучения для каждой учебной группы.

Формы проведения занятий

Занятия совмещают теоретическую и практическую подготовку. В помещении занятия проходят в формах: традиционных занятий, мини-соревнований, викторин, командных игр, творческих выставок, конкурсов, комбинированных занятий, тренингов, семинаров. Практические занятия служат для закрепления полученных теоретических знаний, применения навыков и умений по туризму, а так же расширяют кругозор ребят и дают возможность приложить знания, полученные в школе на уроках географии, биологии, математики, физики и астрономии для решения туристских задач.

Практические навыки и знания отрабатываются и совершенствуются в походах выходного дня, учебно-тренировочных сборах, степенных и категорийных походах, экспедициях, туристско-краеведческих путешествиях в течение всего учебного года и в летний период.

Туристская группа участвует в слетах, соревнованиях, конференциях, фестивалях, встречах, праздниках, играх и других видах мероприятий районного, городского, межрегионального и российского уровня. Участие в них дает возможность поближе познакомиться с миром туризма, почувствовать атмосферу туризма и служит хорошим стимулом для движения вперед, развития и спортивного роста.

Образовательный процесс по данной программе предполагает соотношение теоретических часов и практических занятий примерно 1/3, что дает возможность полностью реализовать поставленные цели и задачи.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- *фронтальная*: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.);
- *коллективная*: организация проблемно-поискового или творческого взаимодействия между всеми детьми одновременно (репетиция, создание стенгазеты и т.п.);
- *групповая*: организация работы (совместные действия, общение, взаимопомощь) в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения определенных задач; задание выполняется таким образом, чтобы был виден вклад каждого учащегося (группы могут выполнять одинаковые или разные задания, состав группы может меняться в зависимости от цели деятельности);
- *индивидуальная*: организуется при подготовке похода (у каждого своя должность), для коррекции пробелов в знаниях и отработки отдельных навыков.

Отдельные занятия могут проходить по звеньям (подгруппам, связкам) – работа хозгруппы, редколлегии при создании отчета о походе, команды на соревнованиях от 2 до 10 человек и т. п., и индивидуально - работа с докладчиками, штурманом, фотографом и т. п.

Кадровое обеспечение предполагает наличие квалифицированного педагога, имеющего туристский опыт, обладающего званием «инструктор детского и юношеского туризма», и физическим здоровьем для работы с учащимися в условиях природной среды.

Во время дальних выездов и выездов в пригородную часть Санкт-Петербурга с одним объединением учащихся работают два педагога.

Материально-техническое обеспечение

Примерный перечень материально-технического обеспечения программы:

Для освоения программы необходимо следующее оснащение.

Для образовательного процесса необходимы тренировочные полигоны: Большой боулдеринговый зал с навесными опорными точками, скалодромом и полкой для отработки навыков.

Малый боулдеринговый зал, с горизонтальным скалодромом и опорными точками. Учебный кабинет с наличием учебных парт, стульев и интерактивной доски для показа и изучения интерактивного материала. Тренировочный полигон для спортивного туризма (уличная территория). Для развития общей физической и специальной подготовки необходим тренажёрный зал.

Вид туризма	Техническое оснащение
Пеший туризм	Палатки различного типа (домик, полусфера, шатер, полубочка), топоры, пилы, котлы, костровое оборудование, газовые горелки и лампы; рюкзаки туристские; коврики теплоизоляционные; спальные мешки; аптечка: групповая, индивидуальная; носилки: жесткие, мягкие; GPS-навигатор. Топографические карты спортивного ориентирования Всеволожского района, пос. Лемболово, пос. Орехово, Ломоносовского района; атласы Ленинградской области М1:1000; ч\б карта Ломоносовского района; жидкостные компаса планшетные и пальчиковые; маркировочная лента; курвиметр; SFR-система. Веревка статическая 10мм, 8мм; шнур 6мм, 4мм; страховочная система скалолазная; карабины: автоматические, механические, скалолазные, вспомогательные; блоки: одинарные, двойные; зажимы; спусковые устройства типа «восьмерка», «гри-гри»; каски альпинистские.
Лыжный туризм	Снеговые лопаты; газовые горелки, лампы; туристская печь, зимние шатры: «Вьюга», «Зима-У»; топоры, пилы, костровое оборудование, лавинные щупы, лавинные шнуры; лыжи; анорак; бахилы; варежки-верхонки; термоса; саниволокуши. Туристские; крепления универсальные; палки лыжные; лавинные лопаты; веревка статическая 10мм, 8мм; шнур 6мм, 4мм; индивидуальная страховочная система скалолазная; карабины: автоматические, механические, скалолазные, вспомогательные; блоки: одинарные, двойные; зажимы; спусковые устройства типа «восьмерка», «гри-гри»; каски альпинистские; ледоруб. Топографические карты спортивного ориентирования Всеволожского района, пос. Лемболово, пос. Орехово, Ломоносовского района; атласы Ленинградской области М1:1000; ч\б карта Ломоносовского района; жидкостные компаса планшетные и пальчиковые; маркировочная лента; курвиметр; столик для ориентирования; SFR-система.
Горный туризм	Веревка статическая 10мм, 8мм; шнур 6мм, 4мм; индивидуальная страховочная система скалолазная; карабины: автоматические, механические, скалолазные, вспомогательные; блоки: одинарные, двойные; зажимы; спусковые устройства типа «восьмерка», «гри-гри»; каски альпинистские; ледоруб; полиспаст; носилки: жесткие, мягкие; кошки: мягкие, жесткие.
Водный туризм	Байдарки туристские двухместные разборные, спасательные жилеты, спасательные концы, каски водные, буйки туристские, гермоупаковки и гермомешки 80-100л, ремонтный набор для водных походов, катамаран туристский четырехместный разборный.

Необходимым условием программы является наличие у учащихся следующего **личного снаряжения**: одежда и обувь, предназначенная для активного отдыха в природной среде, туристская сидуха, фонарик, компас, кружка, ложка, миска, нож, предметы личной гигиены, желательно лыжи.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	0	-
2.	Пешеходный туризм	107	22	85	Зачет
3.	Лыжный туризм	92	20	72	Зачет
4.	Водный и горный туризм	116	20	96	Зачет
5.	Контрольные и итоговые занятия	7	1	6	Зачет
	Итого	324	65	259	

2 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов				Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика		
				В помещении	На местности	
1	Вводное занятие	2	1	1	0	Входной контроль
2	Водный туризм.	40	12	4	24	Зачет
3	Горный туризм.	48	8	8	32	Зачет
4	География и природа южных регионов России	16	8		8	Доклад
5	Лыжный туризм.	80	24		56	Зачет
6	Специальная физическая подготовка	104	8	48	48	Зачет
7	Подготовка к соревнованиям	30	6	8	16	Прохождение дистанции 3 класса сложности
8	Контрольные и итоговые занятия	4	2		2	Тест
	Итого:	324	69	69	186	

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

3 год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов				Форма контроля/ аттестации
		Всего	Теория	Практика		
				В помещении	На местности	
1.	Вводное занятие	2	1	1	0	Входной контроль
2.	Юный судья по виду спорта спортивный туризм	32	8	8	16	Судейство районных соревнований
3.	Младший инструктор детско- юношеского туризма	36	12	8	16	Практическое задание
4.	Юный спасатель	32	8	8	16	Проведение учебных поисково-спасательных работ
5.	Тренер-преподаватель по спортивному туризму	26	8	6	12	Практическое задание
6.	География и природа Алтая, Урала	14	2		12	Практическое задание
7.	Горный туризм. Углубленный уровень	58	10	20	28	Зачет
8.	Специальная физическая подготовка	86	8	30	48	Зачет
9.	Подготовка к соревнованиям	34	6	12	16	Прохождение дистанции 4 класса сложности
10.	Контрольные и итоговые занятия	4	2	0	2	Тест
	Итого:	324	65	93	166	

В рамках заданных часов программы в процессе реализации возможна вариативность.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

1 год обучения

Пояснительная записка

Рабочая программа первого года обучения разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «**Вершина**», по направленности является туристско-краеведческой, по уровню освоения – углубленной. Срок реализации – 3 года. Разработчик программы – Дерюгин Юрий Иванович. Программа скорректирована в 2025 году Перетолчиным Сергеем Дмитриевичем, педагогом дополнительного образования.

Программа «Вершина» адресована учащимся 10-17 лет.

Формы и режим занятий

Рабочая программа рассчитана на 324 учебных часа в год, 9 часов в неделю согласно календарному учебному графику.

Особенности первого года обучения

На первом году обучения используется чередование освоения базовых знаний, умений и навыков разных видов туризма, характерных для разных времен года Северо-Западного региона. Кроме того, используется чередование и сопоставление чисто соревновательных умений и навыков в туризме (дистанция) с умениями и навыками, необходимыми в автономном походе (маршрут).

Задачи первого года обучения:

Обучающие:

- формирование познавательного интереса к разнообразному миру туризма;
- формирование основных и необходимых знаний, умений и навыков в области пешеходного, лыжного, горного и водного туризма и спортивного ориентирования;
- формирование умений и навыков использования специального туристского снаряжения;
- формирование умений и навыков установки туристического лагеря (бивуака)
- формирование умений и навыков использования личной и командной страховки в туризме.

Развивающие:

- развитие самостоятельности, трудовых и прикладных навыков на занятиях и в походах;
- развитие физических способностей обучающихся на занятиях, на тренировочных выездах и в походах;
- развитие внимания, наблюдательности при ориентировании на местности, подготовке снаряжения, подготовке к учебно-тренировочным выездам, слетам;
- содействие развитию навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками для достижения конкретной цели;
- развитие кругозора в области разных видов туризма, географии маршрутов разных видов туризма.

Воспитательные:

- формирование интереса к здоровому и активному образу жизни;
- воспитание и развитие межличностных отношений (взаимопомощь, взаимовыручка, взаимоуважение);
- воспитание терпения, чувства личной ответственности; дисциплинированности, желания довести начатое дело до конца;
- воспитание чувства бережного отношения к природе;
- воспитание у учащихся интереса к походной жизни, совместной организации и прохождении маршрута.

Планируемые результаты по окончании первого года обучения:

Предметные:

По итогам освоения программы первого года обучения учащиеся должны:

знать:

- основы пешеходного, лыжного, горного и водного туризма;
- основы ориентирования по топографической и спортивной карте;
- основы личной и командной страховки в походах и на тренировках;
- общие сведения по районам Ленинградской области и ее географии;
- правила оказания первой помощи при типичных травмах в путешествии;

уметь:

- ставить туристский лагерь (бивуак);
- правильно использовать специальное туристское снаряжение;
- ориентироваться по топографической и спортивной карте;
- преодолевать естественные препятствия в пешем путешествии, с соблюдением правил личной и командной страховки.

Метапредметные результаты:

- формирование самостоятельности, трудовых и прикладных навыков, необходимых на занятиях и в походах;
- развитие внимания, наблюдательности при ориентировании на местности, подготовке снаряжения, подготовке к учебно-тренировочным выездам, слетам;
- развитие физических способностей учащихся на занятиях, на тренировочных выездах и в походах;
- развитие навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками;
- расширение кругозора в области разных видов туризма, географии маршрутов разных видов туризма.

Личностные результаты:

- будет сформирован познавательный интерес к разнообразному миру туризма, к здоровому и активному образу жизни;
- появятся навыки работы в команде;
- будут проявляться такие качества, как взаимопомощь, взаимовыручка, взаимоуважение, бережное отношение к природе;
- получат положительное развитие такие качества личности, как терпение, чувство личной ответственности; дисциплинированность, желание довести начатое дело до конца.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Первый год обучения

1. Вводное занятие

Теория:

Ознакомление с содержанием программы. Режим проведения занятий. Планирование содержания учебного года: занятия, массовые и конкурсные мероприятия. Входная диагностика: анкетирование на тему «Мое представление о туризме» (выявление знаний и представлений о видах туризма, формах проведения туристских мероприятий, снаряжении туриста, походе, спортивных туристских соревнованиях, и т.д.). Основные положения инструкции по технике безопасности на занятиях в образовательном учреждении и правила поведения в общественных местах обучающихся. Правила поведения участников в путешествиях.

2. Пешеходный туризм

Теория:

История возникновения туризма в России, первые путешественники. Основные понятия туризма. Виды туризма: пеший, водный, горный, лыжный, вело-, мото-, спелео- и конный туризм. Особенности пешего, водного, горного, лыжного туризма. Понятие дистанции и маршрута в туризме. Соревнования в разных видах туризма. Поход и соревнования.

Понятие ориентирования. Основные термины в ориентировании. Карта, компас. Стороны света. Способы ориентирования по компасу и по местным признакам. Понятие азимута. Основы спортивного ориентирования (СО). Виды карт. Условные обозначения на топографической карте. Масштаб и его виды. Расчет расстояния на карте. Основные ориентиры на местности: искусственные строения, водоемы, ЛЭП, просеки, рельеф. Ориентирование в полевых условиях с компасом и картой, без компаса и карты.

Понятия и перечень личного, группового, специального снаряжения. Специфика снаряжения в разных видах туризма. Снаряжение в пешем, водном, лыжном, горном туризме. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др.

Понятие личной и командной страховки. Страховка при преодолении локальных препятствий. Страховочная система. Виды веревок, используемых в пешем и горном туризме, их назначение. Основные и вспомогательные веревки. Основные показатели и характеристики веревок. Использование веревок при страховке. Отличие страховки в пешем, водном, лыжном, горном туризме. Страховка в походе и страховка на соревнованиях. Страховочно-спусковые устройства. Личная самостраховка. Командная страховка.

Карабины: виды, назначение, правильное использование. Работа со снаряжением на время. Узлы: грепвайн, булинь, штык. Использование веревок при прохождении препятствий, при страховке. Узлы: проводник, полуторный проводник, прямой.

Общие сведения по районам Ленинградской области и ее географии. Виды туризма, распространенные в Ленобласти. Районы, в которых традиционно проводятся туристические слёты, УТС, соревнования по ориентированию, соревнования по пешеходному туризму, КТМ. Наиболее популярные туристические маршруты.

Правила оказания первой помощи. Алгоритм действия при возникновении травмы или заболевания участника путешествия. Оказание первой помощи при типичных травмах в путешествии. Наложение повязок, жгутов, шин.

Правила проведения пешеходных маршрутов. Планирование похода. Классификация спортивных пешеходных маршрутов. Квалификационные препятствия на пешем маршруте. Отчет о походе. Перечень должностей в группе. Роль и действия каждого. Дежурство в походе. Основные правила составления меню похода, продуктовая раскладка.

Практика:

Участие в туристском слете «Осенние старты». Подготовка группового снаряжения. Формирование групповой аптечки.

Надевание страховочной системы. Работа со страховочно-спусковым устройством «восьмерка». Страховка репшнуром на основной веревке. Узел Пруссика. Отработка навыков личной и командной страховки.

Работа с компасом. Определение азимута. Игры на определение азимута. Ориентирование по компасу с нахождением предметов или КП в спортивном зале и/или на улице. Отработка навыков ориентирования в походе, спортивного ориентирования. Движение по маршруту с нахождением заданных точек. Прохождение дистанции спортивного ориентирования.

Тренировка по СО (без использования компасов). Участие в соревнованиях по ориентированию.

Укладка рюкзака. Установка палатки. Натягивание тента.

Установка бивуака. Разведение костра при любых погодных условиях без розжига. Поиск и спиливание сухого дерева (сушины), правила заготовки дров. Приготовление еды на костре. Преодоление этапов болото, ромб, бабочка. Преодоление водных препятствий по бревну, маятником, с перилами, на равновесие. Движение по маршруту. Движение по пересеченной местности. Организация обеда в середине ходового дня. Дежурство в походе. Участие в соревнованиях слета по ТПТ и др.

Преодоление локальных препятствий: спуск, подъем, склон, переправа, навесная переправа. Страховка при преодолении локальных препятствий.

3. Лыжный туризм

Теория:

Особенности туризма зимой. Лыжный туризм. Правила проведения лыжных маршрутов.

Тактика прохождения лыжного маршрута.

Организация зимнего бивуака в полевых условиях. Специальное групповое снаряжение в зимнем путешествии. Особенности личного зимнего снаряжения. Наиболее распространенные опасности и травмы в зимнем путешествии. Способы эвакуации пострадавшего в лыжном походе.

Техника безопасности в лыжных походах. Влияние низких температур на организм человека. Особенности одежды и обуви. Первая помощь при типичных травмах в зимних путешествиях. Примеры лыжных маршрутов в Ленобласти и в других областях России. Хибины – традиционный район проведения лыжных походов. Правила поведения на лавиноопасных склонах. Признаки лавиноопасных склонов. Принципы поиска пострадавшего в лавине. Извлечение пострадавшего из лавины.

Тактика движения туристской группы в лыжном походе. Тактика прохождения подъемов, спусков. Знаки международной аварийной сигнализации. Планирование лыжного похода. Выбор района, планирование нитки маршрута, график движения. Питание в лыжном походе, особенности, примеры продуктовых раскладок. Формы проведения соревнований на лыжных дистанциях. Традиционные ежегодные соревнования.

Особенности зимнего ориентирования. Снаряжение для зимнего ориентирования. Ориентирование на лыжах и без лыж. Движение по маршруту ориентирования в зимний период. Правила работы с нагревательными и обогревательными приборами. Пожаробезопасность в зимнем шатре при эксплуатации обогревательных и осветительных приборов: печки, газовых ламп, свечек. Оказание первой помощи при ожогах и обморожениях.

Практика:

Прохождение навесной переправы. Установка шатровой палатки. Установка походной печки. Сбор личного и группового снаряжения для лыжного похода. Правильная подборка лыж, палок и креплений. Отработка навыков оказания первой помощи при ожогах и обморожениях. Вязание носилок. Изготовление волокуш. Учебно-тренировочный выезд: основы лыжной техники. Разведение костра в вырытой яме. Разведение костра на висячей сетке. Отработка спусков и подъемов на лыжах.

Движение по маршруту. Движение по пересеченной местности. Тропежка. Организация обеда на маршруте.

Изготовление аварийных укрытий для ночлега в пешем, водном, горном, лыжном походах. Организация костра для ночлега. Прохождение лавиноопасного склона. Прохождение тонкого льда на лыжах. Прохождение типовых технических этапов соревнований по лыжному туризму. Движение по маршруту на лыжах с элементами ориентирования. Ориентирование в зимнем лесу без лыж.

Контрольное мероприятие по основам лыжного туризма: преодоления естественных препятствий на лыжном маршруте, установка лагеря в зимнем путешествии (проходит по принципу «зачет-незачет»).

4. Водный и горный туризм

Теория:

Особенности горного туризма. Обзор районов для проведения горных походов. Техника безопасности в горах и на скалах. Перечень и распределение должностей в горном походе. Карты и навигационное оборудование, используемые в горах. Специфика ориентирования в горном походе.

Правила проведения горных маршрутов. Тактика прохождения горного маршрута. Препятствия на горном маршруте. Перечень, особенности, виды, формообразование горного рельефа, способы передвижения по горному рельефу.

Личное и командное снаряжение, используемое в горном походе. Способы организации личной и командной страховки.

Разбор наиболее частых случаев оказания первой помощи в горном походе. Возникновение аварийных ситуаций в горном походе. Аптечка в горном походе.

Особенности водного туризма. Обзор Ленинградской области и примыкающих к ней субъектов РФ с точки зрения проведения водных походов. Особенности личного и командного снаряжения в водном походе. Виды плавательных средств, их конструкция, назначение. Правила поведения на воде. Обеспечение безопасности при преодолении водных препятствий. Личные спасательные средства.

Аптечка в водном походе. Оказание первой помощи утопающему.

Особенности планирования водного похода: выбор района, нитка маршрута, распределение обязанностей внутри группы, продукты для питания. Прохождение опасных участков в водном походе. Повороты и развороты на туристских плавательных средствах. Команды при выполнении технических приемов на плавательных средствах. Переворот судна, действия экипажа. Движение группой на нескольких судах. Повторение пройденного материала в соответствии с планируемым участием в КТМ, походе.

Практика:

Ремонт снаряжения и оборудования в походных условиях. Ремонтные работы личного и группового снаряжения. Организация навесной переправы через реку. Организация подъема по склону. Организация спуска по склону.

Подготовка индивидуальной страховочной системы для спортивной дистанции. Прохождение типовых технических этапов соревнований по пешеходному туризму. Командная работа при организации переправ. Командная работа при преодолении склонов. Вязание узлов. Организация вертикальных спусков, подъемов. Вязание узлов. Установка палаток без кольев, натягивание тента без использования деревьев. Выбор места под установку палатки. Использование дополнительных оттяжек. Особые требования к выбору места для установки лагеря. Передвижение группы по заданному маршруту. Постановка лагеря и организация обеда в условиях, приближенных к реальным условиям в горах. Отработка командной страховки при преодолении крутых склонов.

Вязание носилок и транспортировка пострадавшего в горном походе. Отработка прохождения типичных этапов соревнований по технике пешеходного туризма.

Комплектование ремонтного набора и аптечки. Подготовка группового водного снаряжения. Подготовка и ремонт плавательных средств. Сборка, разборка плавсредств (байдарки и/или катамарана). Ремонт плавательного средства. Практикум по подготовке нестационарного мероприятия. Учебный сбор на местности.

Тактика преодоления препятствий на пешеходных маршрутах и дистанциях. Ролевое взаимодействие участников группы при выполнении технических приемов на локальных препятствиях. Маневрирование плавсредств на воде. Движение группой на открытых участках. Отработка команд при выполнении технических приемов. Повторение умений и навыков в соответствии с планируемым участием в КТМ, походе. Зачет по оказанию первой помощи в походе.

Контрольное мероприятие по основам водного туризма (или основам горного туризма, на усмотрение педагога, проходит по принципу «зачет-незачет»).

5. Контрольные и итоговые занятия

Теория:

Подведение итогов учебного года.

Практика:

Контрольное занятие: проверка знаний и умений основ ориентирования (проходит по принципу «зачет-незачет»).

Итоговое занятие (с элементами ориентирования на местности) по основам техники пешеходного туризма: умение преодоления естественных препятствий в пешем путешествии, с соблюдением правил личной и командной страховки; вязание узлов (проходит по принципу «зачет-незачет»).

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

2 год обучения

Пояснительная записка

Рабочая программа второго года обучения разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «**Вершина**», по направленности является туристско-краеведческой, по уровню освоения – углубленной. Срок реализации – 3 года. Разработчик программы – Дерюгин Юрий Иванович. Программа скорректирована в 2025 году Перетолчиным Сергеем Дмитриевичем, педагогом дополнительного образования.

Программа «Вершина» адресована учащимся 10-17 лет.

Формы и режим занятий

Рабочая программа рассчитана на 324 учебных часа в год, 9 часов в неделю согласно календарному учебному графику.

Базовыми результатами на втором году обучения являются: самостоятельность в действиях во время совершения туристского похода и элементы взаимопомощи у обучающихся; понимание общественной значимости совершаемых дел; осознание необходимости соблюдения принципа «не навреди» во взаимоотношениях с природой и с людьми; достаточный уровень коллективных действий; достаточный уровень коммуникативности во взаимоотношениях с обучающимися и педагогами; понимание необходимости физических упражнений для разностороннего развития личности и достижения хороших спортивных результатов.

Задачи второго года обучения:

Обучающие:

- углубление знаний в области пешеходного туризма;
- обучение базовым знаниям, умениям и навыкам в области водного туризма;
- обучение базовым знаниям, умениям и навыкам в области горного туризма;
- формирование основ техники лыжного туризма;
- изучение культуры и природы России через туристские походы, посещение памятников истории;
- формирование навыков и умений, необходимых для успешного прохождения дистанции 1 и 2 класса по спортивному туризму, дистанции городских соревнований по спортивному ориентированию.

Развивающие:

- развитие физических способностей учащихся на занятиях, на тренировочных выездах и в походах;
- расширение общекультурного кругозора через самостоятельную познавательную деятельность, путешествия;
- развитие самостоятельности на занятиях и в походах;
- содействие развитию навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками для достижения конкретной цели.

Воспитательные:

- формирование интереса к здоровому и активному образу жизни;
- воспитание и развитие межличностных отношений (взаимопомощь, взаимовыручка, взаимоуважение);
- формирование экологической культуры;
- способствовать освоению способов физического саморазвития;
- развитие морально-волевых и профессионально важных качеств.

Планируемые результаты по окончании второго года обучения:

Предметные результаты:

К концу второго года обучения учащиеся:

- углубят знания в области пешеходного туризма;

- будут владеть базовыми знаниями и навыками в области водного туризма;
- будут владеть базовыми знаниями и навыками в области горного туризма;
- овладеют техникой лыжного туризма;
- овладеют знаниями географии и природы Юга России;
- будут успешно участвовать в соревнованиях по спортивному туризму на дистанции 1 и 2 класса, городских соревнованиях по ориентированию.

Метапредметные результаты:

- повышение уровня физической подготовки, развитие скоростных навыков, ловкости, выносливости, силы;
- расширение кругозора в области разных видов туризма, географии маршрутов разных видов туризма;
- владение навыками самостоятельной познавательной деятельности;
- развитие навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками для достижения конкретной цели.

Личностные результаты:

- повысят уровень коммуникативной культуры;
- будут следовать нормам экологической культуры;
- освоют способы физического саморазвития;
- будут проявлять морально-волевые и профессионально важные качества при подготовке и прохождении туристских маршрутов.

СОДЕРЖАНИЕ

Второй год обучения

1. Вводное занятие

Теория:

Различные виды соревнований: на маршрутах и дистанциях, в природной среде и на искусственном рельефе. Инструкции по безопасности. Обсуждение летнего сезона. Знакомство с планом работы объединения на учебный год.

Практика: входной контроль.

2. Водный туризм

Теория:

История водного туризма. Безопасность в водных походах. Виды судов. Специальное групповое и личное снаряжение водного туризма. Ориентирование в водном походе. Первая помощь в водном походе. Препятствия в водном походе. Подготовка к водному походу. Особенности структуры отчета о водном походе.

Практика:

Отработка техники водного туризма. Правильный гребок. Посадка на судно. Распределение груза. Организация челнока. Тактика командных действий. Подготовка к водному походу, подготовка материалов для отчета. Зачет.

3. Горный туризм

Теория:

Место горного туризма в общей системе самостоятельного туризма. История развития горного туризма и альпинизма. Специфика горного туризма.

Виды снаряжения. Групповое и личное снаряжение. Бивачное снаряжение (палатки, спальные мешки, теплоизоляционные подстилки, влагоизоляция, кухонные, очаговые принадлежности). Одежда, обувь туриста. Снаряжение для обеспечения безопасности: ледоруб (альпеншток), основная и вспомогательная веревки, репшнуры, карабины, солнцезащитные очки. Выбор снаряжения, уход за ним в походе, сушка, ремонт, консервация. Ремонтный набор.

Правила проведения горных маршрутов. Тактика прохождения горного маршрута. Классификация спортивных горных маршрутов.

Виды страховки (самостраховка, взаимная страховка, страховка спутника, групповая).

Обязанности туриста во время страховки. Узлы, применяемые в горном туризме ("проводник", "булинь", "прямой", "схватывающий", "стрема", "беседка", "брамшкотовый"). Их назначение и применение. Приемы страховки в зависимости от характера маршрута (страховка через плечо, сидя, через поясницу, выступ, крюк, ледоруб, комбинированная страховка). Преодоление препятствий на скальном массиве.

Техника скалолазания. Способы переправ через реки.

Регламент соревнований на горных дистанциях. Типовые этапы по горному туризму.

Практика:

Оказание первой помощи в походах. Зачет.

Знакомство со снаряжением для походов по горной местности. Вязка узлов, применяемых в горном туризме (в помещении); отработка страховки и само страховки (на местности). Отработка темпа и тактики движения, преодоление подъема и прохождение спуска. Ходьба по снегу, использование ледоруба, альпенштока для страховки, преодоление лавиноопасных мест. Преодоление горной реки. Прохождение типовых технических этапов соревнований по горному туризму. Зачет.

4. География и природа Юга России

Теория:

История региона. Народы, населяющие территорию региона. Физическая география региона.

Гордый Кавказ. Древняя история, сказки легенды.

Таврида. Древняя история, сказки легенды.

Практика:

Поиск информации о культурных достопримечательностях. Поиск информации об уникальных природных объектах. Посещение тематических выставок. Анализ походных отчетов. Разработка и защита маршрута будущего путешествия.

5. Лыжный туризм

Теория:

Основы движения на лыжах. История лыжного туризма. Безопасность в лыжных походах. Специальное групповое и личное снаряжение лыжного туризма. Особенности питания в лыжном походе. Препятствия в лыжном походе. Ориентирование в лыжном походе. Первая помощь в лыжном походе. Зимний полевой быт. Подготовка к лыжному походу.

Практика:

Отработка техники лыжного туризма. Попеременный и одновременный способы ходьбы на лыжах (одношажный, двушажный, четырехшажный, бесшажный, коньковый). Катание с гор. Спуски и подъемы на склонах различной крутизны. Повороты и торможение во время спусков. Разучивание приемов падения в экстренных ситуациях.

Прокладывание лыжни. Подъем, спуск без лыж. Подъем, спуск на лыжах зигзагом, лесенкой. Спуск с торможением. Спуск с поворотом. Спуск по бугристому склону. Траверс склона на лыжах.

Обустройство лагеря в зимних условиях. Ориентирование в зимних условиях. Подготовка к лыжному походу. Совершение степенного лыжного похода по Ленинградской области, Карелии. Написание отчета о походе. Зачет.

6. Специальная физическая подготовка

Теория:

Особенности специальной физической подготовки (СФП) для различных видов туризма.

Практика:

Тренировка и воспитание выносливости. Тренировка силы.

Бег по сильнопересеченной местности. Командные игры. Марш-броски. Интервальный бег. Фартлек. Бег в «кривом ритме». Бег по снегу. Упражнения с резиновыми жгутами для развития верхнего пояса. Упражнения на развитие мышц спины. Упражнения на развитие эластичности связок и суставов. Зачет.

7. Подготовка к соревнованиям

Теория: Технические и тактические приемы для прохождения дистанции 1 класса сложности. Настрой перед стартом. Правильная разминка. Комплекс индивидуальных упражнений. Разбор ошибок при прохождении дистанции.

Практика: Прохождение навесной переправы. Подъем с использованием зажима. Спуск по перилам. Прохождение параллельной переправы, переправы по бревну. Подъем по скалодрому. Участие в соревнованиях по скалолазанию.

8. Контрольные и итоговые занятия

Теория:

Подведение итогов первого полугодия и учебного года.

Практика:

Проверка приобретенных умений и навыков. Тестирование, контрольное задание.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

3 год обучения

Пояснительная записка

Рабочая программа третьего года обучения разработана на основе дополнительной общеразвивающей программы «**Вершина**», по направленности является туристско-краеведческой, по уровню освоения – углубленной. Срок реализации – 3 года. Разработчик программы – Дерюгин Юрий Иванович. Программа скорректирована в 2025 году Перетолчиным Сергеем Дмитриевичем, педагогом дополнительного образования.

Программа «Вершина» адресована учащимся 10-17 лет.

Формы и режим занятий

Рабочая программа рассчитана на 324 учебных часа в год, 9 часов в неделю согласно календарному учебному графику.

Особенности третьего года обучения

Базовыми результатами на третьем году обучения являются: ответственность за свои действия; самостоятельность и взаимопомощь на занятиях, соревнованиях и в учебно-тренировочном походе; понимание мира природы как целостного организма, стремление соблюдать нормы экологического и общественного поведения; стремление разрешать конфликты на основе диалога; согласованное выполнение коллективных действий; оптимальный уровень коммуникативности; стремление к здоровому образу жизни, физическому совершенствованию и росту спортивного мастерства.

Задачи третьего года обучения

Обучающие:

- знакомство с работой спасателя, тренера-преподавателя, инструктора детско-юношеского туризма, спортивного судьи;
- расширение знаний о географии и природе регионов России (Алтай, Урал);
- совершенствование навыков пешеходного, горного, лыжного, водного туризма;
- обучение навыкам и умениям, необходимым для успешного прохождения дистанции 3 и 4 класса по спортивному туризму.

Развивающие:

- развитие физических способностей: выносливости, силы, ловкости, гибкости, быстроты, координации;
- развитие способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации;
- развитие самостоятельности на занятиях и в походах;
- развитие навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками, младшими и взрослыми в разных ситуациях;
- формирование навыков самостоятельной познавательной деятельности.

Воспитательные:

- развитие морально-волевых качеств личности – ответственности за себя и за других, инициативности, настойчивости, целеустремленности;
- формирование экологической культуры;
- формирование у учащихся устойчивого интереса к походной жизни, совместной организации и прохождении маршрута;
- формирование потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни;
- воспитание и развитие межличностных отношений (взаимопомощь, взаимовыручка, взаимоуважение).

Планируемые результаты по окончании третьего года обучения:

Предметные:

К концу третьего года обучения учащиеся:

- познакомятся с работой спасателя, тренера-преподавателя, инструктора детско-юношеского туризма, спортивного судьи;
- расширят знания о географии и природе регионов России (Алтай, Урал);
- усовершенствуют навыки пешеходного, горного, лыжного, водного туризма;
- приобретут навыки и умения необходимые для успешного прохождения дистанции 3 и 4 класса, городских соревнований по ориентированию.

Метапредметные результаты:

У учащихся разовьются:

- физические способности: выносливость, сила, ловкость, гибкость, быстрота, координация;
- навыки самостоятельности в познавательной деятельности;
- способность быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации.
- самостоятельность, трудовые и прикладные навыки на занятиях и в походах;
- навыки конструктивного взаимодействия со сверстниками, младшими и взрослыми в разных ситуациях.

Личностные результаты:

У учащихся будут сформированы:

- **организационно-волевые качества:** морально-волевые качества личности – ответственность за себя и за других, инициативность, настойчивость, целеустремленность;
- **ориентационные качества:** устойчивый интерес к походной жизни, совместной организации и прохождении маршрута; потребность в регулярных занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни; бережное отношение к природе и экологическая культура;
- **поведенческие качества:** межличностные отношения (взаимопомощь, взаимовыручка, взаимоуважение).

СОДЕРЖАНИЕ третий год обучения

1. Вводное занятие

Теория:

Инструкции по безопасности. Итоги прошедшего летнего сезона. Цели и задачи учебного года.

Практика:

Входной контроль.

2. Юный судья по виду спорта спортивный туризм

Теория:

Судейские категории. Безопасность на соревнованиях. Квалификационные требования для судей по спортивному туризму. Нормативные документы по спорту. Судейские должности. Разрядные требования. Штрафные системы. Правила по спортивному туризму и регламенты по видам.

Практика:

Судейство этапа районных и городских соревнований. Расчет ранга соревнований и класса дистанций. Вычисление процента от результата победителя. Постановка этапа на районных соревнованиях. Работа в секретариате.

3. Младший инструктор детско-юношеского туризма

Теория:

Нормативные документы. Правила безопасности при совершении туристских мероприятий. Структура занятия. Основы обучения. Отчетная документация. Оформление походной

документации. Личная подготовка инструктора к занятиям и походам. Основы психологии туристской группы. Права и обязанности инструктора.

Практика:

Написание инструкторской части отчета о походе. Подготовка и проведение практического и теоретического занятия.

4. Юный спасатель

Теория:

Нормативные документы. Права и обязанности спасателей. Безопасность при проведении поисково-спасательных работ. Статус спасателя. Ограничения при оказании первой помощи. Углубление знаний по первой помощи. Классификация ЧС. Техническое оснащение спасателей. ЧС в природной среде. Поисково-спасательные работы в природной среде. Психологическая подготовка.

Практика:

Практикум по первой помощи, учебные поисково-спасательные работы.

5. Тренер-преподаватель по спортивному туризму

Теория:

Нормативные документы. Правила безопасности на соревнованиях и при проведении тренировок. Правила вида спорта спортивный туризм. Цикл тренировок. Основы физиологии спортсмена. Комплекс СФП и ОФП.

Практика:

Составление цикла тренировок. Проведение тренировок. Разработка комплекса специальных упражнений.

6. География и природа Алтая, Урала

Теория:

История региона. Народы, населяющие территорию региона. Физическая география региона. Мистический Алтай, сказки легенды, религия коренных жителей. Промышленный Урал, история, современное состояние, проблемы экологии.

Практика:

Поиск информации о культурных достопримечательностях. Поиск информации об уникальных природных объектах. Посещение тематических выставок. Анализ походных отчетов. Разработка и защита маршрута, будущего путешествия.

7. Горный туризм. Углубленный уровень

Теория:

Горообразование и ледники. Безопасность в горах. Техника передвижения по ледникам, осыпям, гребням. Тактика совершения горного похода. Спасательные работы в горах. Заболевания, связанные с пребыванием в высокогорной местности и их профилактика. Организация станций и промежуточных точек страховки. Подготовка к горному походу.

Практика:

Отработка техники горного туризма. Движение на передних зубьях кошек. Рубка ступеней. Применение ледобуров. Забивание крючьев и швеллеров. Установка эксцентриков, копперхедов, фрэндов, гекс. Подъем, траверс, спуск на кошках по крутому настовому (ледовому) склону со страховкой. Организация станций и промежуточных точек страховки. Подготовка к горному походу.

8. Специальная физическая подготовка

Теория:

Индивидуальный комплекс упражнений.

Практика:

Специальные упражнения, способствующие развитию мышц ног, плечевого пояса, мышц рук, гибкости и подвижности суставов. Составление индивидуального комплекса упражнений. Эстафеты с переноской тяжелых предметов. Переправа по бревну через овраг, ручей, канаву; переправа по качающемуся бревну. Подъем по гимнастической лестнице, стенке, в том числе без помощи ног; подъем по крутым склонам оврагов, берегов ручьев. Марш-бросок.

9. Подготовка к соревнованиям

Теория:

Технические и тактические приемы для прохождения дистанции 4 класса сложности. Психологическая подготовка спортсмена. Комплекс индивидуальных упражнений. Разбор ошибок при прохождении дистанции.

Практика:

Прохождение крутонаклонной переправы с использованием зажима. Организация наклонных переправ. Организация переправ через водную преграду. Организация подъема, спуска с верхней командной страховкой. Подъем с организацией на личной дистанции. Прохождение блоков этапов.

10. Контрольные и итоговые занятия.

Теория:

Подведение итогов освоения программы. Обсуждение планов на будущее.

Практика:

Проверка приобретенных умений и навыков. Тестирование, контрольное задание.

ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Применяемые педагогические методики и технологии

На занятиях по программе «Вершина» используются такие образовательные технологии, как:

- *Групповые технологии*: одновременная работа со всей группой, работа в парах, групповая работа на принципах дифференциации. Способствует развитию коммуникативных и организационных умений, рефлексии.

- *Информационные технологии*. Педагог использует компьютер на занятиях как наглядное пособие (показ презентаций, фильмов, фотографий и т.д.), интернет-технологии для поиска и сбора информации учащимися, в том числе для подготовки к походам и соревнованиям и на этапе отчета о проведенных мероприятиях, компьютерные программы для набора текста, создания графических объектов, моделирования, программирования и т.д. Способствует развитию информационной культуры, созданию условий для саморазвития с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

- *Здоровьесберегающие технологии*. На занятиях обеспечивается двигательная активность и физическая подготовка учащихся. Деятельность на занятиях строится таким образом, чтобы предупредить переутомление учащихся путем смены видов деятельности, чередования периодов напряженной работы и расслабления, восстановления после напряженной работы. Занятия способствуют формированию ответственности учащихся за свое здоровье, ориентацию их на здоровый образ жизни.

Используемые методы:

№ п/п	Группы методов	Методы	На что направлен
1.	Словесные методы	Рассказ, беседа, лекция, сообщение, доклад, изложение материала, информирование, инструктаж	Формирование теоретических знаний
2.	Наглядные методы	Демонстрация, иллюстрации, карты, таблицы, диаграммы, фильмы, видео, мастер-классы	Развитие наблюдательности, стимуляция внимания к изучаемым вопросам, яркое воздействие на эмоциональную сферу человека
3.	Практические методы	Практическая деятельность, тренинги, участие в соревнованиях	Развитие умения применять на практике полученные знания, совершенствовать некоторые навыки
4.	Дедуктивные методы	Экскурсии, путешествия, ознакомление с литературой и выявление конкретных вопросов	Развитие умений проанализировать явление, работу, фактический материал. Умение выделить главное и второстепенное.
5.	Методы самостоятельной работы	Выполнение заданий, работ без непосредственного участия взрослых: - с литературой; - с использованием информационных технологий; - занятия по увлечению; - передача знаний другим	Для развития самостоятельной деятельности, умения самостоятельно трудиться, передать свои знания другим.
6.	Игровые методы	Спортивные командные игры, шуточные игры	Развитие командного духа, углубление чувственных восприятий, многообразие впечатлений.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКС

Дидактические материалы:

- Компьютерные презентации:
 - «Водный туризм».
 - «Пешеходный туризм».
 - «Горный туризм».
 - «Лыжный туризм».
 - «Туризм – это путешествия».
 - «Введение в медицину автономных условий».
 - «Азимутальный ход».
 - «Рюкзак».
 - «Узлы в туризме».
 - «Технические требования к снаряжению».
 - «Формы горного рельефа».
 - «О вкусной и здоровой пище».
 - «Питание в походе» и другие.
- Стенды:
 - «Туристские узлы».
 - «Страховка и работа с веревкой».
- Карты «Природные зоны России», «Хибины» и другие.
- Видеофильмы «Горы мира», «Пять вершин России: Юдычвумчорр», «Хребет» и другие.
- Видеозаписи соревнований, походов, слётов.
- Фотоотчёты пройденных походов.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Список литературы для педагогов

1. Детско-юношеский туризм: виды, организация, образовательный потенциал. : учебное-пособие / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; сост. А. М. Макарский, А. А. Соколова, Д. В. Петров, Н. В. Лебедева. – Санкт-Петербург : ДТДиМ Колпинского района, 2018. – 128 с. – ISBN 978-5-9500945-2-1
2. Методика проведения в учреждениях системы образования народных традиционных праздников и игр / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; сост. Н. Е. Самсонова, А. А. Соколова, Л. А. Бирюкова , О. А. Корженко. – Санкт-Петербург : ДТДиМ Колпинского района, 2018. – 199 с.
3. Познание Родины: актуальные практики детско-юношеского туризма и краеведения. : учебное-пособие / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; под ред. Н. Е. Самсонова, А. М. Макарский, А. А. Соколова. – Санкт-Петербург : ЛОИРО, 2019. – 378 с.
4. Соколова, А. А. Технологии сетевого взаимодействия в детско-юношеском туризме и краеведении / А. А. Соколова, Н. Е. Самсонова. – Санкт-Петербург : ДТДиМ Колпинского района, 2022. – 90 с. – ISBN 978-5-6047854-2-3.
5. Туризм от «А» до «Я». Термины и определения: словарь / ФГБОУ ДО Федеральный центр Детско-Юношеского Туризма и Краеведения ; под общ. ред. Ю.С. Константинова. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2020. – 124 с. – ISBN 978-5-00166-228-0
6. Ходили мы походами. Невыдуманные рассказы о туризме: сборник / ФГБОУ ДО «Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей» Центр детско-юношеского туризма и краеведения ; автор-составитель Ю.С. Константинов. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2021. – 288 с.
7. Школьный познавательный туризм: традиции и инновации. : учебное-пособие / Дворец творчества детей и молодежи Колпинского района Санкт-Петербурга ; авторы-составители: С. В. Бочкарев, А. С. Лесков, Г. А. Лескова, А. М. Макарский, В. Л. Погодина. – Санкт-Петербург : Ленинградский областной институт развития образования, 2023. – 468 с. – ISBN 978-5-6050305-2-2

Список литературы для учащихся и их родителей

1. Туризм от «А» до «Я». Термины и определения: словарь / ФГБОУ ДО Федеральный центр Детско-Юношеского Туризма и Краеведения ; под общ. ред. Ю.С. Константинова. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2020. – 124 с. – ISBN 978-5-00166-228-0

2. Ходили мы походами. Невыдуманные рассказы о туризме: сборник / ФГБОУ ДО «Федеральный центр дополнительного образования и организации отдыха и оздоровления детей» Центр детско-юношеского туризма и краеведения ; автор-составитель Ю.С. Константинов. – Москва : ООО «Сам Полиграфист», 2021. – 288 с.

Интернет-источники

1. Городская станция юных туристов "БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ" : Региональный центр детско-юношеского туризма в Санкт-Петербурге : официальный сайт : [сайт]. – Санкт-Петербург, 2023. – URL: <https://sutur.balticbereg.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

2. Интернет-библиотека туристических отчетов и описаний "Активный туризм" при библиотеке Мошкова : сервер : сайт. – URL: <http://turizm.lib.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

3. Информация по мероприятиям туристско-краеведческого отдела ДДЮТ "ПЕТЕРГОФ" : официальный сайт. – Санкт-Петербург, г. Петергоф. – URL: <https://sites.google.com/view/info-tko> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

4. Материалы Колпинских чтений по краеведению и туризму : официальный сайт. – Санкт-Петербург. – URL: http://rc-dtdm.spb.ru/?page_id=3037# – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

5. Научно-методический журнал Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения : официальный сайт. – Москва, 2017-2023. – URL: <https://madytk.ru/editions/vestnik-akademii/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

6. Питание в туристском походе. Алексеев А.А. : сайт. – Москва, 2011-2023. – URL: <https://www.rulit.me/books/pitanie-v-turistskom-pohode-read-420059-1.html> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

7. Туристско-краеведческий отдел ДДЮТ "ПЕТЕРГОФ" : [сообщество в социальной сети «ВКонтакте»]. – Санкт-Петербург, 2010-2023. – URL: <https://vk.com/sktur> – Режим доступа: для зарегистрированных пользователей. – Текст : электронный

8. Федерация спортивного туризма России : официальный сайт. – URL: <https://tssr.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

9. Центр детско-юношеского туризма, краеведения и организации отдыха и оздоровления детей Федерального центра дополнительного образования : официальный сайт. – Москва. – URL: <https://fcdtk.ru/> – Режим доступа: свободный. – Текст : электронный

СИСТЕМА СРЕДСТВ КОНТРОЛЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ ОБУЧЕНИЯ

Для отслеживания результативности деятельности по программе проводятся: входная диагностика, входной, промежуточный и итоговый контроль.

Входная диагностика проводится на начальном этапе формирования коллектива (сентябрь первого года обучения) с целью изучения отношения ребенка к выбранной деятельности и его способностей в этой области, личностных качеств ребенка в форме собеседования.

Входной контроль в форме собеседования проводится для детей, которые принимаются в учебную группу на вакантные места.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня и качества освоения учебного материала в области обучения, развития и воспитания в форме выполнения практических зачетов или тестирования.

Промежуточная аттестация проводится в конце полугодия, а также 1 и 2 года обучения в целях изучения динамики освоения предметного содержания и личностного развития в форме зачета.

Итоговый контроль (итоговое оценивание) проводится по завершению всего периода обучения в конце 3 года обучения для оценки уровня и качества освоения учащимися программы. Итоговый контроль проводится в форме зачета.

Возможные формы и средства *выявления результатов*: соревнования; походы и слёты; беседа; опрос; педагогическое наблюдение; анкетирование; анализ выступлений и участия в мероприятиях.

Возможные средства и формы *фиксации* результатов по программе: благодарности; видеозаписи; грамоты, дипломы; отзывы (детей и родителей); протоколы соревнований; статьи в прессе; тесты; фотоотчеты и т.п.

Возможные средства и формы *предъявления* результатов по программе: карта результативности образовательного процесса по программе «Вершина»; информационная карта участия и результативности учащихся в мероприятиях; видеозаписи; фотоотчеты и т.п.

Диагностические материалы для зачетов 1-го года обучения

Топография и ориентирование

Фамилия, имя учащегося	Проверяемые знания и навыки						Сумма баллов
	Определение масштаба карты	Измерение расстояния на карте	Работа с компасом, определение азимута	Ориентирование карты	Организация переправы по бревну маятником	Условные обозначения спортивных карт	

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Основы туристской подготовки

Фамилия, имя учащегося	Проверяемые знания и навыки						Сумма баллов
	Знание туристских должностей	Знание типов костров	Разведение костра	Установка палатки	Укладка туристического рюкзака	Обустройство бивуака	

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Оказание первой помощи

Фамилия, имя учащегося	Проверяемые навыки						Сумма баллов
	Личная гигиена туриста	Знание медикаментов туристской групповой аптечки	Помощь при ушибах, ссадинах, потертостях	Первая помощь при ранах, кровотечениях	Первая помощь при ожогах	Первая помощь при обморожениях	

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Техника лыжного туризма

Фамилия, имя учащегося	Проверяемые знания и навыки						Сумма баллов
	Установка зимнего шатра и палки	Личное снаряжение туриста-лыжника	Групповое снаряжение в лыжных походах	Подъем по склону 3-мя способами	Спуск по склону	Основы лавинной безопасности	

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Техника водного туризма

Фамилия, имя учащегося	Проверяемые навыки						Сумма баллов
	Сборка/разборка байдарки	Укладывание снаряжения в байдарку	Посадка/высадка в байдарку	Проверка знаний правил безопасности	Простейшие маневры на байдарке	Проверка теоретических знаний	

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Зачет по технике пешеходного туризма

Назначение: определение умения преодолевать естественные препятствия в пешем походе.

Оборудование: поставленная дистанция по пешеходному туризму в спортивном зале с техническими этапами, имитирующими естественные препятствия, и другими тематическими этапами.

Процедура: поочередное прохождение дистанции по технике пешеходного туризма. Учащимся предложено за определенное (контрольное) время (20 минут):

- 1) пройти техническую дистанцию по обозначенному коридору и направлению;
- 2) преодолеть технические этапы и/или выполнить задания на этапах;
- 3) до истечения контрольного времени завершить прохождение всей дистанции.

Бланк фиксации результатов «Зачет по технике пешеходного туризма»

Фамилия, имя учащегося	Выполняемые действия						Сумма баллов
	Прохождение навесной переправы с восстановлением перил	Организация переправы по болоту	Организация спуска по склону	Подъем по склону	Организация переправы по бревну маятником	Время на дистанции, мин	

Обработка: за каждое правильно выполненное действие – зачет – выставляется 1 балл.

Уровни оценки результатов и примерные их характеристики:

1-2 балла – «низкий»: учащийся владеет первичными умениями и знаниями преодоления препятствий в пешем походе, но допускает ошибки в выполнении технических приемов

3-4 балла – «средний»: учащийся грамотно преодолевает препятствия возможные в пешем походе, но допускает незначительные ошибки при выполнении технических приемов

5-6 баллов – «высокий»: учащийся отлично владеет навыками безопасного движения в пешем походе, грамотно выполняет технические приемы при преодолении препятствий

Диагностические материалы для зачетов 2-го и 3-го года обучения

Оказание первой помощи

Фамилия, имя учащегося	Проверяемые навыки						Сумма баллов
	Личная гигиена туриста	Знание медикаментов туристской групповой аптечки	Помощь при ушибах, ссадинах, потертостях	Первая помощь при ранах, кровотечениях	Первая помощь при ожогах	Первая помощь при обморожениях	

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Техника лыжного туризма

Фамилия, имя учащегося	Проверяемые знания и навыки						Сумма баллов
	Установка зимнего штра и пелки	Личное снаряжение туриста-лыжника	Групповое снаряжение в лыжных походах	Подъем по склону 3-мя способами	Спуск по склону	Основы лавинной безопасности	

Оценка параметров по системе «зачет/незачет» («+» – зачет, «—» – незачет):

0 – 1 зачет – низкий уровень

2 – 3 зачета – средний уровень

4 – 5 зачетов – высокий уровень

Зачет по технике пешеходного туризма

Назначение: определение умения преодолевать естественные препятствия в пешем походе, на соревнованиях по пешеходному туризму, проверка базовых знаний и навыков.

Оборудование: поставленная дистанция по пешеходному туризму на пересеченной местности (длина 0,2-0,5 км) с техническими этапами, имитирующими естественные препятствия.

Процедура: поочередное прохождение дистанции по технике пешеходного туризма. Учащимся предложено за определенное (контрольное) время (30 минут):

- 1) пройти техническую дистанцию по обозначенному коридору и направлению;
- 2) преодолеть технические этапы и/или выполнить задания на этапах;
- 3) до истечения контрольного времени завершить прохождение всей дистанции;
- 4) командой из 4 человек связать носилки для пострадавшего.

Бланк фиксации результатов «Зачет по технике пешеходного туризма»

Фамилия, имя учащегося	Выполняемые действия							Сумма баллов
	Прохождение навесной переправы с восстановлением перил	Вязка узлов: проводник, восьмерка, австрийский проводник, прямой, булинь, грейпвайн, штыки	Организация спуска по склону	Теоретические задания	Организация переправы по бревну маятником	Вязание носилок для пострадавшего	Время на дистанции, мин	

Обработка: за каждое правильно выполненное действие – зачет – выставляется 1 балл.

Уровни оценки результатов и примерные их характеристики:

1-3 балла – «низкий»: учащийся владеет первичными умениями и знаниями преодоления препятствий в пешем походе, но допускает ошибки в выполнении технических приемов.

4-5 балла – «средний»: учащийся грамотно преодолевает препятствия возможные в пешем походе, но допускает незначительные ошибки при выполнении технических приемов.

6-7 баллов – «высокий»: учащийся отлично владеет навыками безопасного движения в пешем походе, грамотно выполняет технические приемы при преодолении препятствий.

Зачет по технике горного туризма

Назначение: определение умения преодолевать естественные препятствия в горном походе, проверка базовых знаний и навыков.

Оборудование: поставленная дистанция по пешеходному туризму в спортивном зале с техническими этапами, имитирующими естественные препятствия, и другими тематическими этапами.

Процедура: Учащимся, поделенным на команды из 4 человек. Предложено за определенное (контрольное) время (60 минут) выполнить задания по технике горного туризма.

Бланк фиксации результатов «Зачет по технике горного туризма»

Фамилия, имя учащегося	Выполняемые действия							Сумма баллов
	Прохождение брода с организацией страховочных перил	Вязка узлов: проводник, восьмерка, австрийский проводник, прямой, булинь, грейпвайн, штыки	Организация спуска по склону	Теоретические задания	Установка укрытия (тента) без использования деревьев	Вязание носилок (кокона) для пострадавшего	Время на дистанции, мин	

Обработка: за каждое правильно выполненное действие – зачет – выставляется 1 балл.

Уровни оценки результатов и примерные их характеристики:

1-3 балла – «низкий»: учащийся владеет первичными умениями и знаниями по технике горного туризма, но допускает ошибки в теоретических вопросах и/или в выполнении технических приемов.

4-5 балла – «средний»: учащийся грамотно выполняет задания, но допускает незначительные ошибки в теоретических вопросах и/или при выполнении технических приемов.

6-7 баллов – «высокий»: учащийся отлично владеет навыками безопасного движения в горном походе, грамотно справляется с заданиями по технике горного туризма

Диагностика результатов освоения программы

Диагностика результатов обучения по программе проводится 2 раза в год (в конце каждого полугодия). Она проводится по 15 показателям (по 5 в каждой области):

O1, O2, O3, O4, O5 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области обучения.

P1, P2, P3, P4, P5 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области развития.

B1, B2, B3, B4, B5 – показатели результативности освоения программы в соответствии с задачами в области воспитания.

По каждому показателю определено содержательное (словесное) описание критериев оценки, соответствующее количественному выражению (2-высокий уровень, 1-средний уровень, 0 – низкий, незначительный).

Показатель	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Предметные результаты			
O1. Умение ориентироваться по спортивной карте и на местности	Отличные навыки ориентирования по спортивной карте	Средние навыки ориентирования по спортивной карте	Начальные навыки ориентирования по спортивной карте
O2. Владение техникой и тактикой прохождения дистанций, преодоления препятствий	Умеет разворачивать карту по компасу, ориентироваться по дорожной сети, справляется с прохождением всех этапов дистанции за контрольное время	Умеет разворачивать карту по компасу, справляется с прохождением всех этапов дистанции, но не всегда укладывается в норматив	Не может следить за ориентацией карты, испытывает затруднения на некоторых этапах дистанции
O3. Сформированность системы знаний о различных видах туризма (определённых программой).	Познакомился на практике с определёнными программой видами туризма в походах (длительных и выходного дня), знает, чем отличаются, может перечислить характерные особенности	Познакомился на практике с определёнными программой видами туризма в походах (длительных и выходного дня)	Познакомился в теории с определёнными программой видами туризма и в спортивном зале и в походах выходного дня, в длительных походах не участвовал.
O4. Умение организовывать и безопасно совершать туристские мероприятия; оказывать первую помощь пострадавшим в случае необходимости	Всегда выполняет требования руководителя, знает и соблюдает правила техники безопасности, умеет оказывать первую помощь	Умеет выполнять требования руководителя, но не всегда этому следует, соблюдает правила техники безопасности, знает основы оказания первой помощи, но на практике не справляется с заданием	Не всегда выполняет требования руководителя, периодически не соблюдает правила техники безопасности

О5. Знание туристских возможностей и достопримечательностей различных районов России	Посещал и может показать на карте более 2-х туристских объектов России и рассказать о них.	Посещал и может назвать 1 -2 туристских объектов России	Посещал 1 -2 туристских объектов России
Метапредметные результаты			
Р1. Развитие самостоятельности в познавательной деятельности	Умеет самостоятельно найти необходимую информацию в разных источниках, проанализировать ее, сделать выводы	Стремится к познавательной деятельности, но не всегда добивается результата в поиске и анализе информации, иногда требуется помощь	Не стремится к познавательной деятельности, испытывает серьезные затруднения при поиске и анализе информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога
Р2. Развитие физических способностей	Хорошо развиты физические способности, физические упражнения выполняет уверенно, четко. В походах демонстрирует выносливость, силу, ловкость.	Не достаточно развиты физические способности, иногда допускаются ошибки при выполнении физических упражнений. Периодически испытывает трудности при прохождении дистанций	Слабо развиты физические способности, часто допускаются ошибки при выполнении физических упражнений. Испытывает физические трудности при прохождении дистанций
Р3. Развитие самостоятельности, трудовых и прикладных навыков на занятиях и в походах	Учащийся выполняет самостоятельно все, что может быть исполнено им самим, обладает навыками организации и проведения мероприятия, способен к самостоятельным действиям от планирования до их реализации, педагог выполняет роль товарища.	Не всегда принимает участие в организации и проведении мероприятия; способен к отдельным самостоятельным действиям, требующим контроля педагога, но при этом самостоятельно собирает рюкзак, надевает страховочную систему, следит за временем, участвует в работе по организации бивуака	Не принимает участия в организации и проведении мероприятия; не способен к самостоятельной деятельности в группе, требует педагогического руководства при выполнении того, что должно быть исполнено им самим
Р4. Овладение навыками конструктивного взаимодействия со сверстниками, младшими и взрослыми в разных ситуациях	Практически не испытывает затруднений в построении конструктивного взаимодействия в коллективе	Испытывает некоторые затруднения в построении конструктивного взаимодействия в коллективе	Испытывает серьезные затруднения в построении конструктивного взаимодействия в коллективе, избегает участия в общих делах, нуждается в помощи и контроле педагога
Р5. Проявление способности	Проявил себя в сложной (проблемной) ситуации, вышел с достоинством	В сложных ситуациях не проявляет активности, помогает (или не мешает) решать проблему другим.	В сложной ситуации впадает в панику или ступор, проявляет деструктивную активность.

быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации			
Личностные результаты			
В1. Проявление устойчивого интереса к походной жизни, совместной организации и прохождении маршрута	Сформирован устойчивый интерес. Учащийся увлеченно участвует в организации и прохождении маршрута, постоянно занимается самообразованием	Присутствует интерес на уровне любознательности, мотивация к совершенствованию неустойчивая	Интерес отсутствует, мотивация навязана извне, занимается под влиянием друзей
В2. Проявление бережного отношения к природе и экологической культуры	Понимает ценность природы, единства с ней. У учащегося развито чувство ответственности за свое поведение в окружающей среде. Активно участвует в уборке леса, проявляет инициативу.	Учащийся не чувствует себя ответственным за свое поведение в окружающей среде, но по первому требованию участвует в уборке стоянки, полигона соревнований.	Обладает знаниями организации деятельности и поведения в природе, но не принимает участия в работе по уборке стоянки, полигона соревнований
В3. Проявление морально-волевых качеств: ответственности за себя и за других, настойчивости, целеустремленности	Способен проявлять в полной мере волевые качества при преодолении препятствий и выполнении заданий. Учащийся обладает самоконтролем и целеустремленностью. Во всех ситуациях ответственный, принимает на себя ответственность за других членов группы, настойчив в достижении поставленной цели.	Ограниченно проявляет волевые качества при преодолении препятствий и выполнении заданий. Учащийся эпизодично контролирует свои действия и рационально распределяет свои силы. В большинстве ситуаций ответственный, но неохотно принимает на себя ответственность за других членов группы, в большинстве наблюдаемых педагогом ситуаций настойчив в достижении поставленной цели.	Проявляет минимум волевых качеств при преодолении препятствий и выполнении заданий, слабо контролирует свои действия и эмоциональное состояние. Часто проявляет безответственность, не может взять на себя ответственность за других членов группы, в большинстве наблюдаемых педагогом ситуаций настойчивости в достижении поставленной цели не проявляет.
В4. Уровень развития межличностных отношений (взаимопомощи,	Владеет навыками эффективной коммуникации, знает всех по именам, умеет делиться едой, бережно относиться как к своему, так и к чужому личному снаряжению.	Владеет достаточными навыками коммуникации, знает всех по именам, но на общение идет избирательно, не оказывает помощь по своей инициативе	Владеет минимальными навыками коммуникации, часто демонстрирует неуважительное отношение к окружающим. Пользуется помощью других, сам же не

взаимовыручки, взаимопомощи)	Умеет принимать помощь от других, всегда оказывает помощь по своей инициативе		готов делиться, помогать
В5. Сформированность потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни.	Учащийся осознает ценность здорового образа жизни, сам следует ему и активно пропагандирует содержательное проведение досуга через занятия туристской деятельностью. Понимает взаимосвязь между: здоровьем и активным движением, свежим воздухом, соответствующей одеждой, в природной среде действует правильно	Учащийся стремится к здоровому образу жизни, испытывает потребность в физическом развитии. Выполняет требования педагога к форме одежды и поведению на занятии, как в помещении, так и на природе	Учащийся не осознает ценность здорового образа жизни, не испытывает потребности в физическом развитии, подвержен вредным привычкам. В условиях природной среды не правильно одевается, мерзнет или мокнет из-за невыполнения указаний педагога, нарушения дисциплины

По результатам итоговых занятий и оценке работы учащихся в течение полугодия заполняется форма диагностики программы: ФИ учащихся отдельно по каждой группе; графы оценки по каждому учащемуся и каждому показателю.

Затем:

Подсчитывается общее количество баллов по каждому учащемуся (графа уровень освоения программы). Максимально возможное значение – 30. В скобках указать уровень освоения в соответствии с ниже приведенной градацией:

26-30 – высокий

16-25 – средний

10-15 – низкий

Менее 10 – программа не освоена.

Подсчитывается средний балл по каждому показателю (графа средний балл) – сумма баллов всех учащихся по данному показателю, разделенная на количество учащихся. Максимально возможное значение – 2.

Подсчитывается общий балл каждого раздела (графа сумма) – сумма средних баллов в каждой группе показателей. Максимально возможное значение – 10.

После этого пишутся выводы по результатам проведенной диагностики с указанием планов дальнейшей работы (необходимость корректировки, прогнозы дальнейшего обучения, выявления проблемных мест, анализ возможных причин низких показателей, особенности конкретной группы, выявление одаренных детей и т.п.).

Карта результативности образовательного процесса по программе «Вершина»

№ п/п	Фамилия, имя учащегося	Параметры наблюдения															Итого, количество баллов	Уровень освоения программы	
		в области обучения					в области развития					в области воспитания							
		Умение ориентироваться по спортивной карте и на местности	Владение техникой и тактикой прохождения дистанций и преодоления препятствий	Сформированность системы знаний о различных видах туризма (определённых программой).	Умение организовывать и безопасно совершать туристские мероприятия; оказывать первую помощь пострадавшим в случае необходимости	Знание туристских возможностей и достопримечательностей различных районов России	Развитие самостоятельности в познавательной деятельности	Развитие физических способностей	Развитие самостоятельности, трудовых и прикладных навыков на занятиях и в походах	Овладение навыками конструктивного взаимодействия со сверстниками, младшими и взрослыми в разных ситуациях	Проявление способности быстро оценивать обстановку, адекватно реагировать на возникающие нестандартные, в том числе экстремальные, ситуации	Проявление устойчивого интереса к походной жизни, совместной организации и прохождении маршрута	Проявление бережного отношения к природе и экологической культуры	Проявление морально-волевых качеств: ответственности за себя и за других, настойчивости, целеустремленности	Развития межличностных отношений (взаимопомощи, взаимовыручки, взаимоуважения)	Сформированность потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом, ведении здорового образа жизни			
1.																			
...																			
Средний балл																			

Оценка параметров: 26-30 – высокий уровень, 16-25 – средний уровень, 10-15 – низкий уровень, менее 10 – программа не освоена.

Информационная карта учета участия и результативности учащихся в спортивных мероприятиях

№	Фамилия, имя учащегося	На уровне учреждения			На уровне района			На уровне города			На международном и российском уровне			Итого баллов	Уровень
		Участие	Призер, дипломант	Победитель	Участие	Призер, дипломант	Победитель	Участие	Призер, дипломант	Победитель	Участие	Призер, дипломант	Победитель		
		1 б	2 б	3 б	2 б	3 б	4 б	3 б	4 б	5 б	4 б	5 б	6 б		
1.															
...															

Оценка результатов по сумме баллов

Низкий уровень - балл
Средний уровень – балла
Высокий уровень – балла

Количество баллов для определения уровня творческой активности и достижений учащихся определяется педагогом и учитывает реальные возможности участия учащихся в соревнованиях и конкурсах различного уровня.