Управление образования Администрации
Новоуральского городского округа
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №54»

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «СОШ №54»_____ О.Г. Голикова
«31» августа 2026 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Туристский клуб»

Возраст обучающихся: 10–16 лет
Направленность программы: туристско-краеведческий
Срок реализации: 1 год (108 часов)
Уровень: базовый

СОГЛАСОВАННО
протокол заседания
педагогического совета
от 28 августа 2026 г. №9

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МАОУ «СОШ № 54»
от 31 августа 2026 г. № 45

г. Новоуральск, 2026 г.

РАЗДЕЛ № 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1. Пояснительная записка

Нормативно-правовые основания

Программа разработана в соответствии с актуальной нормативно-правовой базой Российской Федерации на 2026/2027 учебный год:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (распоряжение Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р);
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

Актуальность и педагогическая целесообразность

Туризм выступает одним из наиболее эффективных комплексных средств удовлетворения рекреационных, оздоровительных и познавательных потребностей подростков. Он успешно сочетает в себе физическую культуру, краеведческие исследования, экологическое воспитание и освоение прикладных навыков безопасности жизнедеятельности.

Педагогическая целесообразность программы заключается в расширении и углублении базовых школьных знаний по географии, биологии, ОБЖ и экологии. Программа носит выраженный практико-ориентированный характер: учащиеся привлекаются к проектно-исследовательской деятельности, выполняют полевые работы, приобретают опыт автономного жизнеобеспечения в природной среде и развивают навыки бережного, ответственного отношения к экосистеме родного края.

Адресат программы и особенности организации обучения

Программа ориентирована на учащихся в возрасте 10–16 лет, проявляющих интерес к спортивному туризму, краеведению и экологии. Подростковый возраст характеризуется активным поиском способов самовыражения, формированием мировоззрения и системы моральных принципов. Коллективная туристская деятельность создает идеальную поддерживающую среду для социализации, воспитания лидерских качеств, воли и взаимовыручки.

- **Объем программы:** 108 академических часов.
- **Срок реализации:** 1 учебный год (36 учебных недель).

- **Форма обучения:** очная.
- **Режим занятий:** 1 раз в неделю по 3 академических часа (каждое занятие по 40 минут с обязательными перерывами между ними не менее 10 минут). Наполняемость учебной группы — 15 человек.

1.2. Цель и задачи программы

Главная цель: формирование гармонично развитой, физически здоровой и социально активной личности подростка через комплексное освоение навыков спортивно-прикладного туризма, ориентирования на местности и краеведческой деятельности.

Задачи программы:

1. **Обучающие (предметные):** познакомить с историей и классификацией спортивного туризма в России; обучить правилам подготовки личного и группового снаряжения, чтения топографических карт, работы с компасом и ориентирования; обучить правилам организации бивуаков, разведения костров, приготовления пищи в полевых условиях, преодоления естественных препятствий и оказания первой доврачебной помощи.
2. **Развивающие (метапредметные):** развивать выносливость, силу, координацию движений и общую физическую подготовленность; развивать навыки ведения проектно-исследовательской деятельности, самостоятельного сбора, анализа и отбора информации.
3. **Воспитательные (личностные):** формировать высокую экологическую культуру, бережное отношение к природным ресурсам; воспитывать морально-волевые качества (дисциплинированность, трудолюбие, ответственность, взаимовыручку в команде).

1.3. Планируемые результаты

- **Личностные:** сформированная культура здорового и безопасного образа жизни; навыки бесконфликтного командного взаимодействия и взаимопомощи; развитая личная ответственность за экологическое состояние окружающей среды.
- **Метапредметные:** умение самостоятельно планировать этапы походной и тренировочной деятельности; способность адекватно оценивать риски и принимать оперативные решения в экстремальных ситуациях; владение методами проектного анализа.
- **Предметные:** знание топографических знаков, масштабов и основ ориентирования по карте и компасу; умение собирать снаряжение, устанавливать палатку, разводить костер и вязать узлы; владение техникой преодоления сложных участков пути (буреломы, переправы); выполнение норматива пеших переходов (походы выходного дня общим объемом не менее 75 км).

1.4. Учебно-тематический план (108 часов)

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего (ч)	Теория (ч)	Практика (ч)	Формы контроля / Ожидаемый продукт
1	Введение. Основы и история спортивного туризма в РФ.	**1**	1	0	Стартовое анкетирование, опрос
2	Техника безопасности в походах и на экскурсиях.	**2**	1	1	Зачетный лист ТБ, беседа
3	Физическая подготовка туриста.	**3**	0	3	Тестирование качеств (тренировка)
4	Ориентирование на местности и элементы топографии.	**6**	0	6	Практикум на местности, тест
5	Знакомство с Новоуральским городским клубом туристов.	**3**	0	3	Учебная экскурсия, опрос
6	Туристские и краеведческие возможности родного края.	**9**	0	9	Защита мини-проектов, лаб. работа
7	Туристское личное и групповое снаряжение.	**3**	0	3	Командный практикум по сборке
8	Питание и водный режим в туристском походе.	**3**	0	3	Составление меню, раскладка продуктов
9	Походы выходного дня (ПВД).	**36**	0	36	Полевые выходы (выполнение норматива)
10	Охрана природы. Экологическая культура в походе.	**3**	0	3	Работа со справочными источниками
11	Гигиена туриста. Первая медицинская помощь в походе.	**3**	0	3	Зачет по наложению повязок, тест
12	Туристские слеты и соревнования: подготовка и участие.	**18**	0	18	Прохождение контрольно-комбинированного маршрута
13	Творческая и исследовательская проектная деятельность.	**18**	0	18	Публичная защита итоговых проектов
	ИТОГО	**108**	**3**	**105**	**Сдача нормативов (маршрут 75 км)**

РАЗДЕЛ № 2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (108 часов)

Занятия проводятся регулярно, 1 раз в неделю блоком по 3 академических часа (всего 36 занятий за учебный год):

№ зан.	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Планируемые сроки (недели)	Форма достижения результата / Контроль
1	Введение. Особенности и виды спортивного туризма.	1	1-я неделя	Информационная беседа, анкетирование
2	Инструктаж по ТБ. Правила движения группы по маршруту.	2	1-я неделя	Разбор инструкций, оформление зачетного листа
3	Общая и специальная физическая подготовка туриста.	3	2-я неделя	Развитие выносливости, тренировка во дворе
4	Работа с компасом. Определение азимута.	3	3-я неделя	Практикум «Движение по азимуту»
5	Топографические знаки, масштабы карт.	3	4-я неделя	Лабораторная работа, тестирование
6	Экскурсия в Новоуральский городской клуб туристов.	3	5-я неделя	Изучение структуры клуба, работы МКК
7	Памятники природы и достопримечательности Свердловской обл.	3	6-я неделя	Изучение и выбор краеведческих тем
8	Разработка картосхем туристских маршрутов.	3	7-я неделя	Работа со справочной литературой и сетью Интернет
9	Предварительный разбор походных мини-проектов.	3	8-я неделя	Коллективное обсуждение, защита концепций
10	Личное и групповое снаряжение: выбор, уход, ремонт.	3	9-я неделя	Групповая укладка рюкзака, сушка вещей
11	Составление меню, норм раскладки и упаковки продуктов.	3	10-я неделя	Практикум «Походный рацион и водный режим»
12	ПВД №1: Поход на гору Кирпичную и Бакушную.	3	11-я неделя	Практика пешего перехода, отработка темпа
13	ПВД №2: Поход на гору Осиновую.	3	12-я неделя	Ориентирование по карте, выбор места привала
14	ПВД №3: Поход на гору	3	13-я неделя	Отработка приемов

	Уральскую.			установки лагеря (палатки)
15	ПВД №4: Поход на гору Трубную.	3	14-я неделя	Преодоление сложных участков пути (бурелом)
16	ПВД №5: Поход на Черный мыс.	3	15-я неделя	Организация костра, сбор сухостоя без ущерба лесу
17	ПВД №6: Поход на гору Висячий камень.	3	16-я неделя	Движение по сильнопересеченной местности
18	ПВД №7: Поход на Александровский рудник.	3	17-я неделя	Изучение исторических и геологических объектов
19	ПВД №8: Поход к памятному знаку-столбу «Европа – Азия».	3	18-я неделя	Краеведческое описание памятника природы
20	ПВД №9: Выездной поход к скалам «Семь братьев».	3	19-я неделя	Преодоление скальных рельефов (пеший формат)
21	ПВД №10: Поход к скалам «Три сестры».	3	20-я неделя	Отработка движения группы в колонне по одному
22	ПВД №11: Поход на гору Медвежка.	3	21-я неделя	Отработка навыков запоминания пройденного пути
23	ПВД №12: Поход к роднику Серафима Саровского (Зеленый мыс).	3	22-я неделя	Изучение рек, впадающих в Верх-Нейвинский пруд
24	Экологическая этика. Правила кострового места. Штрафы.	3	23-я неделя	Семинар «Береги живую природу», расчет рисков
25	Личная гигиена. Первая помощь при травмах и ранениях.	3	24-я неделя	Тестирование, зачет по наложению повязок
26	Подготовка к слету. Изучение узлов и обвязок.	3	25-я неделя	Тренировка в рекреациях, страховочные системы
27	Техника пешего туризма (ТПТ): переправа по бревну.	3	26-я неделя	Отработка удержания равновесия, самостраховка
28	Техника пешего туризма (ТПТ): переправа по кочкам/камням.	3	27-я неделя	Отработка координации движений, прыжковая техника
29	Тактика командного взаимодействия на турполосе.	3	28-я неделя	Моделирование прохождения этапов соревнований

30	Участие в весеннем туристском слете (день 1).	3	29-я неделя	Прохождение соревновательной дистанции
31	Участие в весеннем туристском слете (день 2).	3	30-я неделя	Конкурс походного быта, подведение итогов
32	Работа над проектом: выбор и обоснование краеведческой темы.	3	31-я неделя	Формулировка целей, задач, гипотезы исследования
33	Систематизация собранных полевых и походных материалов.	3	32-я неделя	Анализ дневников походов, разбор фотоматериалов
34	Оформление результатов исследовательской работы.	3	33-я неделя	Составление текста работы, подготовка выводов
35	Подготовка мультимедийных презентаций проектов.	3	34-я неделя	Тренинг публичного выступления, саморегуляция
36	Финальная аттестация: школьная научно-практическая конференция.	3	35-36 нед.	**Публичная защита проектов, сдача норматива 75 км**

РАЗДЕЛ № 3. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

3.1. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Занятия проводятся на территории школьного двора, в спортивном зале, учебном кабинете и в условиях естественной природной среды (лесной массив Новоуральского ГО).

- **Студийное оборудование:** учебный кабинет, соответствующий СанПиН, столы, скамейки; персональный компьютер с выходом в Интернет и пакетом офисных программ для подготовки презентаций.
- **Специализированное туристское снаряжение:**
  - Компасы жидкостные спортивные — 15 шт.;
  - Палатка каркасная восьмиместная — 1 шт.;
  - Рюкзаки походные — 15 шт.;
  - Костровой набор (каны, таган, тросики) — 1 комплект;
  - Индивидуальные страховочные системы — 8 шт.;

- Карабины стальные/дюралевые — 36 шт.;
- Жумары — 2 шт.;
- Спусковые устройства («восьмерки») — 8 шт.;
- Каски защитные спортивные — 8 шт.;
- Веревки основные и вспомогательные (судейские, страховочные) — комплект.

Информационно-методическое обеспечение

- Топографические карты Новоуральского городского округа и окрестностей;
- Инструкции по технике безопасности в походах и на экскурсиях (вводный, сезонный, целевой);
- Справочники лекарственных растений Урала, картотека определителей природных объектов.

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования Гришаева Марина Алексеевна, имеющая профильное физкультурно-педагогическое или туристское образование, опыт организации и проведения категорийных походов, прошедшая подготовку по направлению «Инструктор детско-юношеского туризма».

3.2. Формы аттестации и оценочные материалы

Оценка результатов освоения программы осуществляется по **безотметочной системе** с использованием качественных уровней: **«высокий», «средний», «низкий».**

Система контроля:

1. **Входная диагностика (сентябрь):** анкетирование интересов, склонностей, проверка стартовой физической готовности и медицинских допусков.
2. **Текущий контроль:** педагогическое наблюдение на тренировках, оценка дисциплины, правильности вязки узлов, укладки рюкзака, выполнения походных обязанностей (дежурств).
3. **Промежуточный контроль (декабрь):** тестирование по топографии и ориентированию, проверка техники установки палатки.
4. **Итоговая аттестация (май):** экспертная оценка прохождения соревновательной дистанции (туристский слет), проверка выполнения походного норматива (5 походов выходного дня — суммарно 75 км маршрута), а также публичная защита итогового творческо-исследовательского проекта перед школьным сообществом.

ЭТАЛОННЫЕ КАРТЫ МОНИТОРИНГА

1. Карта оценки туристско-краеведческих компетенций (заполняется педагогом)

ФИ обучающегося: _____ Группа: ____ Дата: _____

Критерий оценки	Высокий уровень (3 балла)	Средний уровень (2 балла)	Низкий уровень (0–1 балл)
Прикладные туристские навыки	Безошибочно ориентируется по карте и компасу, ставит палатку в любых условиях, разводит костер в непогоду, вяжет узлы.	Знает алгоритмы, но путается в сложных знаках карты; костер разводит стабильно только при сухой погоде.	Не умеет пользоваться компасом, нарушает правила установки палатки, не владеет навыком вязки узлов.
Техника пешего туризма	Легко преодолевает буреломы, вертикальные и горизонтальные переправы с соблюдением правил самостраховки.	Проходит полосу препятствий, но действует неуверенно, допускает технические ошибки на переправах.	Боится препятствий, нарушает правила ТБ на рельефе, имеет слабую физическую координацию.
Проектно-краеведческая работа	Самостоятельно ведет дневник похода, собирает информацию, оформляет и уверенно защищает исследовательский проект.	Проект подготовлен по шаблону педагога, при защите сильно волнуется и читает текст с листа.	Пассивен при сборе материалов, проект не оформлен или выполнен несамостоятельно.
Организационно-волевые качества	Дисциплинирован, строго соблюдает правила ТБ, проявляет взаимовыручку, бережно относится к природе.	На тренировках старателен, но в походных условиях быстро утомляется, может ослабить контроль за ТБ.	Нарушает походную дисциплину и правила ТБ, уклоняется от трудовых обязанностей (сбор дров).

Итоговая сумма баллов: _____ / 12.

Уровень освоения: ☐ Высокий (10–12 б.) ☐ Средний (6–9 б.) ☐ Низкий (0–5 б.)

Подпись педагога: _____

2. Тест-анкета походной самооценки «Мой туристский прогресс» (заполняется учащимся)

Оцени свои навыки по шкале: В — высокий уровень, С — средний уровень, Н — низкий уровень.

1. Я твердо знаю правила безопасного поведения в лесу, на бивуаке и в транспорте: ☐ В ☐ С ☐ Н
2. Я умею самостоятельно подготовить и правильно уложить личное походное снаряжение: ☐ В ☐ С ☐ Н
3. Я могу свободно определить стороны горизонта и двигаться по заданному азимуту: ☐ В ☐ С ☐ Н
4. Я владею навыками оказания первой доврачебной помощи (могу наложить несложную повязку): ☐ В ☐ С ☐ Н
5. Я понимаю свою ответственность за сохранение природы и соблюдаю экологические правила в походе: ☐ В ☐ С ☐ Н

2.3. Список литературы

Для педагога:

1. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. — М.: ЦРИБ «Турист», 1997.
2. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста. — М.: Профиздат, 1985.
3. Шкенев В.А. Спортивно-прикладной туризм. — Волгоград: Учитель, 2009.

Для учащихся и родителей:

1. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. — М.: ЭКСМО-Прогресс, 2002.
2. Шарова О.Е. Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях. — СПб., 2004.
3. Сборник инструкций по ТБ и организации детско-юношеских туристических походов. — М., 2023.