МУ «Грозненский РОО»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ ГРОЗНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА»
(МБУ ДО «ДДЮТ и Э Грозненского муниципального района»)

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ ГРОЗНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ ГРОЗНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА"
Дата: 2026.09.15 14:08:02 +03'00'

МХЬ «Грозненски К1ДД»
Муниципальни тIетоьхначу дешаран бюджетни хъукмат
«ГРОЗНЕНСКИ МУНИЦИПАЛЬНИ КIОШТАН ТУРИЗМАН А, ЭКСКУРСИЙН А БЕРИЙН - КЕГИРХОЙН ЦIА»
(МБХь ДД «Грозненски муниципальни кIоштан БКТЭЦ1»)

Принята на заседании
педагогического совета
Протокол № 3
от «28» августа 2026г.

Утверждена
Приказом МБУ ДО
«ДДЮТ и Э Грозненского
муниципального района
от «28» 08. 2026 г. пр. № 32

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные велотуристы»

Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: стартовый
Возрастная категория участников - 13-16 лет
Срок реализации программы - 1 год.

Составитель: педагог дополнительного образования
Мечеев Асхаб Алиевич

с. Центора-Юрт 2026 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендовано к реализации в МБУ ДО «ДДЮТ и Э Грозненского муниципального района».

Экспертное заключение (рецензия) № ____ от «25» августа 2026 г.

Эксперт: _____

Эксперт: _____

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы
1.1. Нормативная база к разработке программы.
1.2. Направленность программы.
1.3. Уровень освоения программы.
1.4. Актуальность программы.
1.5. Отличительные особенности программы.
1.6. Цель и задачи программы.
1.7. Категория обучающихся.
1.8. Сроки реализации и объем программы.
1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.
1.10. Планируемые результаты.
Раздел 2. Содержание программы.
2.1. Учебный план.
2.2. Содержание учебного плана.
Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы
Раздел 4. Комплекс организационно- педагогических условий реализации программы.
4.1. Материально-техническое обеспечение программы.
4.2. Кадровое обеспечение программы.
4.3. Учебно – методическое обеспечение.
Список литературы.
Интернет ресурсы.
Приложение1.
Календарный учебный график.
Приложение 2.
Оценочные материалы

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1.Нормативная правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ

1.1. Нормативная правовая база к разработке программы

1.Федеральный закон “Об образовании в РФ” от 29.12.2012 г. № 273;

2.Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

3. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 года № 678-р “Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030”;

4. Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 "Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей”;

5. Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06 - 1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

6. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

1.2. Направленность программы - туристско – краеведческая.

1.3. Настоящая программа имеет **стартовый уровень**.

1.4. Актуальность программы. В современных социокультурных условиях одна из важнейших целей образования состоит в том, чтобы подготовить подрастающее поколение к изменяющимся условиям жизни. Глубокие преобразования в современной технике выдвигают повышенные требования не только к работнику промышленной сферы, но и к гражданину в целом. Все большее значение приобретает велотуризм как возможность формирования основ здорового образа жизни. Данная дополнительная общеразвивающая программа соотносится с тенденциями развития дополнительного образования и согласно Концепции развития дополнительного образования способствует созданию необходимых условий для личностного развития обучающихся, позитивной социализации и профессионального самоопределения. На современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию нравственных качеств личности. Программа реализует потребность в определении и выборе учащимися (ещё на стадии школьного обучения) дальнейшего профессионального развития, обучения и освоения конкретных специальностей, более лёгкой адаптацией «во взрослой» жизни.

1.5. Отличительные особенности программы.

Настоящая дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Юные велотуристы» составлена на основе программы кружков, вошедших в сборник типовых программы для системы дополнительного образования МО и Н РФ Федерального агентство по образованию «Юные велотуристы» (М. ФЦДЮТ и К, 2007г.) авторской программы Казанцев Владимир Васильевич, зам. директора Дома детского и юношеского туризма и экскурсий «Родина» Восточного округа г. Москвы. Под редакцией Ю.С. Константинова, доктор педагогических наук, Заслуженного учителя Российской Федерации. Программа «Юные велотуристы» составлена с учетом нормативных требований к программам дополнительного образования.

Отличительная особенность данной программы от остальных в том, что она предназначена для практической реализации обучающимися уже имеющихся у них знаний, полученных ими прежде на уроках географии, биологии, Физкультуры и др. Главная задача детского объединения заключается в том, что велотуризм сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь своей Малой Родины. Занятия в объединении способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов обучающихся, входящие в состав туристкой группы, стараются вести здоровый образ жизни, через занятия велотуризмом.

1.6. Цель и задачи программы.

Цель:

– всестороннее развитие личности обучающегося и его жизненного самоопределения средствами спортивно-туристской, экскурсионно-краеведческой и трудовой деятельности. Создание условий для подготовки к Республиканскому слету юных туристов, Республиканским соревнованиям по велоориентированию, а также к участию во Всероссийском конкурсе юных инспекторов движения «Безопасное колесо».

Задачи:

Образовательные:

- Подготовка юных велотуристов определяя комплексный подход к воспитанию и обучению учащихся, позволяя сочетать умственное, патриотическое, нравственное, эстетическое, физическое и трудовое воспитание учащихся с их техническим обучением.

Развивающие:

- Развитие духовности обучающихся путем непосредственного и эмоционального соприкосновения с реальной жизнью в природной и социальной сфере;

Воспитательные:

- Воспитание познавательного интереса и осознанной мотивации к занятиям велотуризма;
- Воспитание волевых качеств, стремление к победе;
- Воспитание чувства патриотизма и любви к своей Родине;
- Воспитание уважения к труду и людям труда.

1.7. Категория учащихся.

Программа рассчитана на обучающихся 13-16 лет.

Группа комплектуется из учащихся среднего возраста, не имеющих специальных знаний и навыков практической работы.

Зачисление осуществляется по желанию ребенка по заявлению его родителей (законных представителей)

1.8. Сроки реализации и объем программы.

Срок реализации программы 1 год. Объем программы – 144 часа.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий.

Занятия проводятся в групповой форме, всем составом объединения из числа разного возрастного категория указанные в данной программе.

Занятия проводятся в виде лекций и практических занятий, соревнований, выездные экскурсии по разработанному маршруту.

Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 12-15 человек.

Режим занятий: занятия проводятся два раза в неделю по два часа,

Продолжительность занятий - 40 минут, перерыв 10 минут.

1.10. Планируемые результаты освоения программы.

К концу года обучения, обучающиеся

Будут знать:

- Наличие прочных навыков владения основами пешеходного туризма.
- Наличие начальных навыков велотуризма.
  владение техникой езды на велосипеде без груза и с грузом в различных дорожных условиях.
- Знание современной вело-техники, умение разбирать, собирать и регулировать велосипед.

Будут уметь:

- обращаться с основными инструментами и приспособлениями при работе с вело-техникой.
- наблюдать, фиксировать, изучать и делать собственные выводы при знакомстве с природной и социальной средой родного края.
- выступать в простейших велосоревнованиях в качестве участников.

Личностные результаты:

- проявляет стабильный познавательный интерес и активность на учебных занятиях;
- демонстрирует в своём поведении целеустремленность, самостоятельность, дисциплину, трудолюбие, взаимовыручку.

Мета предметные результаты:

- запрашивает информацию у педагога, способен искать информацию в литературе и сети Интернет, самостоятельно находит ответы на вопросы путем логических рассуждений;

Коммуникативные УУД:

- устанавливает коммуникацию с участниками образовательной деятельности;
- задаёт вопросы, комментирует информацию, умеет четко излагать мысли;
- способен вести «полемику», участвовать в дискуссии, отстаивает свою точку зрения.

Регулятивные УУД:

- способен организовать свое рабочее (учебное) место;
- имеет позитивный опыт и использует его на практике, взаимодействуя с другими обучающимися и педагогом;

Раздел 2. Содержание программы.
Учебный (тематический) план

№ п/п	Названия раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	**Вводное занятие.** Знакомство с программой.	2	2		собеседование
2.	**Начальная туристская подготовка**				
2.1	Туризм в России. История и традиции.	2	2		опрос
2.2	Родной край. Туристические возможности родного края.	4	2	2	зачет
2.3	Подготовка к пешеходному походу	6	2	42	зачет
2.4	Туристическое снаряжение для пешеходного похода	6	2	4	зачет
2.5	Режим питание в походе	4	2	2	опрос
2.6	Привалы и ночлеги	6	2	4	опрос
2.7	Техника и тактика пешеходного похода	6	2	4	зачет
2.8	Топография и ориентирование на местности	16	2	4	зачет
2.9	Туристское снаряжение для походов	6	2	4	опрос
2.10	Техника и тактика похода	6	2	4	опрос
2.11	Обеспечение безопасности в пешеходном походе	6		6	опрос
2.12	Общая физическая подготовка туриста-спортсмена	10	2	8	Сдача нормативов
2.13	Первая доврачебная медицинская помощь в походе	10	2	8	Опрос. зачет
2.14	Экологическая подготовка туриста	8	2	6	зачет
2.15	Велосипед дорожный, шоссейный, горный, класса «Turing» и его устройство	10	6	4	зачет
2.16	Основы правильной езды на велосипеде	10	4	22	зачет
2.17	Велоигры и простейшие велосоревнования	24	4	20	эстафеты
3	**Итоговое занятия**	2	2		соревнования
	Итого	**144**	**44**	**100**	

2.2. Содержание учебного плана.

1. **Вводное занятие.**

Особенности работы объединения юных велотуристов. Какие нам предстоят походы (перспективы работы объединения) Знакомство с программой обучения.
Обзор туристско-краеведческой литературы.

2. **Начальная туристская подготовка.**

2.1. Туризм в России. История и традиции.

Беседа о туризме. Цели и задачи самодеятельного туризма. Виды туризма и их особенности. Чем интересен и полезен велосипедный туризм. Пешие и вело походы. Нормативы на значки «Юный турист России» и «Турист России». Туристские традиции и законы. Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество» / «Даймохк»/, основы направления движения.

2.2. Родной край. Туристские возможности родного края.

Географическое положение и природные особенности родного края (растительный и животный мир, почва, полезные ископаемые, рельеф, реки, озера, климат). Население края. Транспортные магистрали. Хозяйство края (промышленные предприятия и сельские хозяйства). История края (памятники истории и культуры). Туристские походы по родному краю (наиболее интересные районы, маршруты походов, достопримечательности и музеи).

2.3. Подготовка к пешему походу.

Главная цель похода и его задачи. Район похода. Маршрут и картографические материалы. График похода. Личное и групповое снаряжение. Питание. Смета. Маршрутный лист. Основные обязанности в группе: командир, «завхоз» - заведующий хозяйством, «завпит» - заведующий питанием, санинструктор, реммастер – мастер по ремонту снаряжения и другие.

Практические занятия.

Определение района похода и основных пунктов маршрута. Подбор группы. Распределение обязанностей в группе.

2.4. Туристические снаряжения для пешего похода.

Виды снаряжения. Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для однодневного и двухдневного пешего похода. Требования к одежде и обуви. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака.

Практические занятия.

Проведение смотра готовности снаряжения (личного и группового) к пешему походу выходного дня.

2.5. Режим питания в походе.

Требования к продуктам питания. Раскладка продуктовая. Подготовка, упаковка, учет и транспортировка продуктов. Хранение продуктов в походе. Водно-солевой режим в походе. Общие кулинарные правила приготовления пищи в походных условиях. Соблюдение правил гигиены при приготовлении и приеме пищи. Меры безопасности при приготовлении пищи в походных условиях.

Практические занятия.

Подготовка к походу продуктов питания (закупка, расфасовка, упаковка, распределение), приготовление пищи на костре (на примусе, на горелке).

2.6. Привалы и ночлеги

Организация привалов (периодичность, продолжительность, выбор места, отдых на привале). Большей привал для приготовления обеда. Требования к месту бивака (дрова, вода, безопасность, эстетические и гигиенические условия). Организация бивачных работ. Виды палаток и технология их установки. Выбор места для установки палатки. Установка палаток и размещение в них. Виды и характеристика дров. Складирование дров. Работа с топором и пилой. Костери и его разведение. Типы и виды костров. Работа с костром. Дежурство у костра. Сушка одежды и обуви. Организация костровой площадки. Снятие бивака. Уборка территории лагеря. Выход на маршрут. Организация ночлега на снегу (зимой в полевых условиях). Организация ночлега в населенном пункте.

Практические занятия.

Организация учебной летней и зимней костровых площадок, установка палатки (летней двухскатной и каркасной; зимней типа «Зима»).

2.7. Техника и тактика пешего похода.

Виды и нормы нагрузок в пешеходном походе. Дисциплина. Строй туристской группы. Темп, интервал, ритм движения. Движение на равнине и в условиях сильно пересеченной местности. Естественные препятствия и способы их преодоления (бездорожье, завалы, овраги, густые заросли, заболоченные участки и т.п.). Организация простейших переправ.

Практические занятия.

Преодоление в лесу или на учебном полигоне различных естественных препятствий, организация переправы по бревну через ручей.

2.8. Топография и ориентирование на местности.

Компас и его устройство. Виды компасов. Правила обращения с компасом. Топографическая карта и топографические знаки. Масштаб. Виды масштабов. Измерение расстояний на карте и на местности. Рельеф и его изображение на карте. Азимут. Определение азимута и движение по азимуту. Ориентирование на местности с помощью карты и компаса.

Практические занятия.

Работа с компасом. Определение сторон горизонта с помощью компаса, определение направлений по заданным азимутам и азимутов по заданным ориентирам; прохождение лесных азимутальных участков, зарисовка топографических знаков; топографические диктанты; работа с картой – различные упражнения, измерение расстояний по карте и на местности.

2.9. Туристические снаряжения для походов.

Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для похода. Требования к одежде. Особенности снаряжения для организации ночлега в полевых условиях. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака.

Практические занятия.

Проведение смотра готовности личного и группового снаряжению к походу выходного дня.

2.10. Техника и тактика похода.

Виды и нормы нагрузок в походе. Дисциплина. Походный строй. Обязанности направляющего и замыкающего. Темп, ритм, режим движения. Техника ходьбы с рюкзаком по равнинной и пересеченной местности. Естественные препятствия и техника их преодоления (бревно, канава, завал, овраг, изгородь, водные препятствия и т.п.).

Практические занятия

Преодоление в лесу или на учебном полигоне различных естественных препятствий, организация полевого лагеря.

2.11. Обеспечение безопасности в пешеходном походе.

Безопасность – главное требование к организации и проведению похода. Личная ответственность руководителя за безопасность похода. Инструктаж по технике безопасности для участников похода. Основные типичные причины возникновения опасности в пешеходных и лыжных походах и меры по их предупреждению.

Практические занятия.

Отработка учебных падений при спусках, проведение викторины по технике безопасности в вопросах и ответах.

2.12. Общая физическая подготовка туриста-спортсмена.

Физическая подготовка и ее значение для туриста, физическая зарядка. Комплексы физической зарядки. Занятия легкой атлетикой, гимнастикой, плаванием, бегом, велоспортом. Кроссовая подготовка. Закаливание организма. Общая гигиена туриста. Нормы нагрузок в походах. Врачебный контроль и самоконтроль.

Практические занятия.

Освоение комплекса утренней физической зарядки, проведение кроссов, учебное составление дневника самоконтроля.

2.13. Первая (доврачебная) медицинская помощь в походе.

Личная гигиена участников похода и ее роль в предупреждении травм и заболеваний. Значение своевременного оказания первой медицинской помощи. Основные виды травм и заболеваний в пешеходном походе. Меры оказания первой помощи. Медицинская аптечка, ее состав. Комплектование, упаковка, транспортировка аптечки. Хранение медикаментов и их использование. Санинструктор и его роль в походе.

Практические занятия.

Комплектование медицинской аптечки, учебное оказание первой доврачебной медицинской помощи при имитации простейших травм.

2.14. Экологическая подготовка туриста.

Законы об охране природы, охоте, рыболовстве. Значение окружающей среды для жизни человека. Памятники природы, заказники, заповедники, национальные парки. Особенности совершения туристских походов в природоохранных зонах (заповедниках, национальных парках). Красная книга природы. Исчезающие виды растений и животных родного края. Формы экологической работы в туристском походе.

Практические занятия: Изучение экологического состояния района похода; экологическая работа на маршруте.

Велосипед дорожный, шоссейный, горный класса «Turing» и его устройство.

Типы и марки велосипедов. Их основные характеристики. Понятие о классе велосипеда и группе велосипедных деталей и узлов. Велосипед и его основные узлы: рама, передняя вилка (передняя амортизационная вилка), руль, вынос руля, колеса, втулки, каретка и вал каретки, узел передачи, трещотка, седло, тормоза клещевого типа с центральной или боковой тягой, тормоза консольного типа, тормоза типа «Ви-брейк», дисковые тормоза, педали (педали с туклипсами и педали контактные). Уход за велосипедом и его хранение.

Практические занятия.

Разборка велосипеда и его основных узлов. Сборка. Регулировка. Смазка велосипеда.

2.15. Основы правильной езды на велосипеде.

Установка седла и руля по росту велосипедиста. Ведение велосипеда в руках. Ведение велосипеда одной рукой за седло. Посадка велосипедиста. Способы посадки на велосипед. Прямолинейное движение на велосипеде. Сохранение равновесия на велосипеде. Положение корпуса, рук и головы при езде на велосипеде. Работа ног – педалирование. Управление велосипедом. Выполнение поворотов. Торможение. Остановка. Способы схода с велосипеда. Велопрогулки, велотренировки в парке, в лесу. Особенности езды в группе.

Практические занятия.

(на учебном велодроме в лесу, на спортивной, школьной площадке, на стадионе).

Опускание и поднимание седла, руля под рост велосипедиста, ведение велосипеда, езда на велосипеде, выполнение поворотов, торможение; велопрогулки, велотренировки в парке, в лесу. Групповая езда (езда в группе: плотной группой и в колонне по одному).

2.16. Велоигры и простейшие велосоревнования.

Учебный велодром на пришкольном участке или в лесу. Простейшее оборудование велодрома для проведения игр и соревнований. Методика проведения велоигр. Индивидуальные и групповые велоигры. Фигурное вождение велосипеда: змейка, коридор, колея, разворот в круге, восьмерка, ворота, качели, трамплин, яма, стоп-линия и другие фигуры. Веловикторина. Велоэстафета. Велокросс. Велоориентирование. Элементы триала. Элементы велотуристского многоборья.

Практические занятия (на учебном велодроме).

Фигурное вождение велосипеда и велоигры. Простейшие велосоревнования. Езда в группе и велосипедные соревнования.

3. Итоговое занятие.

Раздел 3.Формы аттестации и оценочные материалы.

1. Виды контроля:

- Входной: проверка знаний проводится в начале года в форме опроса и собеседования.
- Текущий, промежуточный: наблюдение за выполнением приемов и методов в работе; отслеживание активности учащихся в выполнении ими велоупражнений по темам, беседы.
- Итоговый: соревнование (проводится по окончании учебного года последующих годов, если программа рассчитана на несколько лет).

2. Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

Методы:

- Открытое педагогическое наблюдение;
- Оценка продуктов творческой деятельности детей;

Формы:

- Беседы, опрос. Проверка технической подготовки учащихся осуществляется путем соревнований внутри группы;
- Участие в соревнованиях.
- Представление лучших спортсменов на соревнования районного регионального уровней.

3. Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

На основании планируемых результатов разработана оценочная шкала (от 1 до 3 баллов), которая соответствует уровням освоения программы. По окончанию учебного года, педагог определяет уровень освоения программы обучающихся, фиксируя их в таблице, тем самым прослеживая динамику обучения, развития и воспитания.

1. **Низкий уровень.** Обучающиеся неуверенно формулирует правила навыков владения основами пешеходного туризма. Не владеет начальными навыками велотуризма.
   Личностные качества учащегося. Обучающийся обращается за помощью только тогда, когда совсем не может выполнить задание.
2. **Средний (допустимый) уровень.** Обучающийся уверенно формулирует правила ТБ, хорошо владеет техникой езды на велосипеде без груза с грузом в различных дорожных условиях.
   Личностные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, при затруднении не всегда обращается за помощью. Работу выполняет охотно, но ошибки исправляет только при вмешательстве педагога.
3. **Высокий уровень.** Обучающийся отлично знает правила ТБ, Имеет знание современной велотехники, умение разбирать, собирать и регулировать велосипед. Наличие начальных краеведческих навыков: умение наблюдать, фиксировать, изучать и делать собственные выводы при знакомстве с природой и социальной средой родного края.
   Личностные качества учащегося. Обучающийся легко общается с людьми, и сам готов помощь. Работу выполняет охотно, замечает свои ошибки и самостоятельно их исправляет.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1 Материально-техническое обеспечение программы:

- Помещение: учебный кабинет, рассчитанный на учебную группу, парты, стулья из расчета на каждого учащегося.
- Велосипеды
- Каска
- Рюкзак велосипедный
- Туристический инвентарь: палатка, рюкзак, карабин и т.д.

- Оборудование: компьютер, проектор, экран.

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа может быть реализована педагогом дополнительного образования с уровнем образования и квалификации, соответствующим Профессиональному стандарту «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

4.3. Учебно-методическое обеспечение.

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Тема 1. Вводное занятие	Групповая. Теоретическая подготовка	Презентация по теме. Инструкции по ТБ	Словесные
Тема 2. Туризм в России. История и традиции.	Групповая. Теоретическая подготовка	Презентация по теме. Дидактическое пособия: - Плакаты с изображением наглядного пособия по теме.	Словесные Наглядные.
Тема 3. Родной край. Туристические возможности родного края.	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме родной край. Карты маршрута.	Словесные Наглядные
Тема 4. Подготовка к пешеходному походу	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме	Словесные Репродуктивный
Тема 5. Туристическое снаряжение для пешеходного похода	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные
Тема 6. Режим питание в походе	Групповая. Теоретическая подготовка	==========	Словесные
Тема 7. Привалы и ночлеги	Групповая. Теоретическая подготовка.	Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные

	Практическая работа.		
Тема 8. Техника и тактика пешеходного похода	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные
Тема 9. Топография и ориентирование на местности	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактические пособия: топографические карты местности	Словесные Наглядные
Тема 10. Туристское снаряжение для походов	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактические пособия: Туристический инвентарь.	Словесные Наглядные Репродуктивный
Тема 11. Техника и тактика похода	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме.	Словесные Наглядные Репродуктивный
Тема 12. Обеспечение безопасности в пешеходном походе	Групповая. Практическая работа.	Презентация по теме.	Словесные Наглядные Репродуктивный
Тема 13. Общая физическая подготовка туриста-спортсмена	Групповая. Практическая работа.	==========	Словесное. Упражнения
Тема 14. Первая доврачебная медицинская помощь в походе	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме Дидактические пособия: аптечка.	Словесное Наглядные
Тема 15. Основы краеведческих наблюдений в походе	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме Дидактические пособия по теме.	Словесное Наглядные
Тема 16. Велосипед дорожный, шоссейный, горный, класса	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактическое пособи: слайды по теме. Велосипед.	Словесное. Наглядные. Упражнения

«Turing» и его устройство			
Тема 17. Основы правильной езды на велосипеде	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Презентация по теме. Дидактическое пособи: слайды по теме. Велосипед.	Словесное. Наглядные. Упражнения
Тема 18. Велоигры и простейшие велосоревнования	Групповая. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	==========	Словесное. Наглядные. Упражнения
Тема 19. **Итоговое занятия**	Групповая.	==========	Словесное

Список литературы.

Литература для педагога.

1. Алексеев АЛ. Питание в туристском походе. — М.: ЦЦЮТур МО РФ, 2010 г.
2. Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2006. - 528с.
3. Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. - М.: Советский спорт, 2007. - 296с.
4. Дорожная безопасность: обучение и воспитание младшего школьника. Третий Рим, Москва, 2007г.
5. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие. –М.: ФЦДЮТ и К, 2006 г.
6. Коган К.Г, Соревнования по технике горного туризма. - М.: ЦРИБ «Турист», 2009.

Литература, рекомендуемая учащимся.

1. Основы безопасности жизни деятельности. 5-6 классы. А. Т.Смирнов, Б. О. Хренников, Просвещение, Москва, 2008
2. Правила дорожного движения. А. П. Алексеев, Москва, 2009.

3.Дорожная безопасность. Рабочие тетради. В рамках Федеральной целевой программы «Повышение безопасности дорожного движения в 2006-2012 годах», Третий Рим, Москва, 2007

4. Куприн А.М. Занимательная топография. - М.: «Просвещение», 2001.
5. Основы безопасности жизни деятельности. 5-6 классы. А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Просвещение, Москва, 2008
6. Правила дорожного движения. А. П. Алексеев, Москва, 2009.
7. Физическая подготовка туристов. — М.: ЦРИБ «Турист», 2007.
8. Читаем, учимся, играем. Журнал-сборник сценариев для библиотек и школ. 2007-2008 года.

Интернет ресурсы, официальные сайты:

1. Международный союз велосипедистов. URL: http://www. uci.ch

2. Федерация велосипедного спорта России. URL: http://www. fvsr.ru

Приложение 1
К дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программе «Юные велотуристы»

2.3. Календарный учебный график.

№	Дата проведения		Форма занятия	Кол-во часов	Темя занятия	Место проведения	Форма контроля
	планированная дата и время проведения занятия	фактическая дата и время проведения занятия					
1	2	3	5	6	7	8	9
1			Теория	2	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ и ПБ. Знакомство с программой обучения. Обзор туристско-краеведческой литературы		педагогическое наблюдение
2			Теория	2	**Начальная туристская подготовка.** Туризм в России. История и традиции		
3			Теория	2	Родной край. Туристические возможности родного края.		педагогическое наблюдение
4			Практика	2	Родной край. Туристические возможности родного края.		Зачет
5			Теория	2	**Подготовка к пешеходному походу**. Район похода. Маршрут и картографические материалы. График похода.		педагогическое наблюдение

6			Практика	2	Личное и групповое снаряжение. Питание. Смета. Маршрутный лист.		Зачет
7			Теория	2	**Туристическое снаряжение для пешеходного похода** Виды снаряжения. Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для однодневного и двухдневного пешего похода		педагогическое наблюдение
8			Практика	2	Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для однодневного и двухдневного пешего похода		педагогическое наблюдение
9			Практика	2	Требования к одежде и обуви. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака.		Зачет педагогическое наблюдение
10			Теория	2	**Режим питание в походе. Требования к продуктам питания.** Раскладка продуктовая. Подготовка, упаковка, учет и транспортировка продуктов		педагогическое наблюдение
11			Практика	2	Соблюдение правил гигиены при приготовлении и приеме пищи. Меры безопасности при приготовлении пищи в походных условиях.		педагогическое наблюдение
12			Теория	2	**Привалы и ночлеги** Организация привалов		педагогическое наблюдение

					Большей привал для приготовления обеда. Требования к месту бивака		
13			Практика	2	Организация бивачных работ. Виды палаток и технология их установки. Выбор места для установки палатки. Установка палаток и размещение в них		педагогическое наблюдение
14			Теория	2	**Техника и тактика пешеходного похода**. Виды и нормы нагрузок в пешеходном походе. Дисциплина. Строй туристской группы. Темп, интервал, ритм движения		педагогическое наблюдение
15			Практика	2	Естественные препятствия и способы их преодоления		педагогическое наблюдение
16			Практика	2	Организация простейших переправ.		Зачет педагогическое наблюдение
17			Теория	2	**Топография и ориентирование на местности**. Компас и его устройство. Виды компасов. Правила обращения с компасом		педагогическое наблюдение
18			Практика	2	Масштаб. Виды масштабов. Измерение расстояний на карте и на местности.		педагогическое наблюдение

19			Практика	2	Рельеф и его изображение на карте. Азимут. Определение азимута и движение по азимуту		Зачет педагогическое наблюдение
20			Теория	2	Ориентирование на местности с помощью карты и компаса.		педагогическое наблюдение
21			Практика	2	Определение сторон горизонта с помощью компаса, определение направлений по заданным азимутам и азимутов по заданным ориентирам		педагогическое наблюдение
			Практика		Прохождение лесных азимутальных участков, зарисовка топографических знаков.		педагогическое наблюдение
			Практика		Работа с картой – различные упражнения, измерение расстояний по карте и на местности.		педагогическое наблюдение
			Практика		Работа с картой – различные упражнения, измерение расстояний по карте и на местности.		педагогическое наблюдение
22			Практика	2	Туристское снаряжение для походов.		педагогическое наблюдение

23			Теория	2	**Техника и тактика похода.** Виды и нормы нагрузок в походе.		
24			Практика	2	Дисциплина. Строй туристской группы. Темп, интервал, ритм движения. Движение на равнине и в условиях сильно пересеченной местности.		педагогическое наблюдение
25			Практика	2	Движение на равнине и в условиях сильно пересеченной местности.		педагогическое наблюдение
26			Практика	2	**Обеспечение безопасности в пешеходном походе.** Инструктаж по технике безопасности для участников похода. Основные типичные причины возникновения опасности в пешеходных и лыжных походах и меры по их предупреждению.		педагогическое наблюдение
27			Практика	2	Основные типичные причины возникновения опасности в пешеходных и лыжных походах и меры по их предупреждению		педагогическое наблюдение
			Теория Практика	2	Основные типичные причины возникновения опасности в пешеходных и лыжных		педагогическое наблюдение

					походах и меры по их предупреждению		
28			Теория	2	**Общая физическая подготовка туриста-спортсмена.** Физическая подготовка и ее значение для туриста, физическая зарядка. Комплексы физической зарядки		педагогическое наблюдение
29			Практика	2	Занятия легкой атлетикой, гимнастикой. Кроссовая подготовка. Общая гигиена туриста.		педагогическое наблюдение
30			Практика	2	Занятия велоспортом. Кроссовая подготовка. Общая гигиена туриста.		педагогическое наблюдение
31			Практика	2	Кроссовая подготовка.		педагогическое наблюдение
32			Практика	2	Кроссовая подготовка.		Зачет
33			Теория	2	**Первая доврачебная медицинская помощь в походе.** Личная гигиена участников похода и ее роль в предупреждении травм и заболеваний. Значение своевременного оказания первой медицинской помощи		педагогическое наблюдение

34			Практика	2	Значение своевременного оказания первой медицинской помощи. Основные виды травм и заболеваний в пешеходном походе. Меры оказания первой помощи		Педагогическое наблюдение
35			Практика	2	Медицинская аптечка, ее состав. Комплектование, упаковка, транспортировка аптечки. Хранение медикаментов и их использование.		педагогическое наблюдение
36			Практика	2	Комплектование медицинской аптечки, учебное оказание первой доврачебной медицинской помощи при имитации простейших травм.		педагогическое наблюдение
37			Практика	2	Комплектование медицинской аптечки, учебное оказание первой доврачебной медицинской помощи при имитации простейших травм.		Зачет
38			Теория	2	**Экологическая подготовка туриста.** Законы об охране природы, охоте, рыболовстве. Памятники природы,		педагогическое наблюдение

					заказники, заповедники, национальные парки.		
39			Теория	2	Особенности совершения туристских походов в природоохранных зонах (заповедниках, национальных парках).		педагогическое наблюдение
40			Теория Практика	2	Красная книга природы. Исчезающие виды растений и животных родного края. Формы экологической работы в туристском походе.		педагогическое наблюдение
41			Теория Практика	2	Красная книга природы. Исчезающие виды растений и животных родного края. Формы экологической работы в туристском походе.		Опрос педагогическое наблюдение
42			Теория	2	**Велосипед дорожный, шоссейный, горный, класса «Turing» и его устройство Типы и марки велосипедов.** Их основные характеристики. Понятие о классе велосипеда и группе велосипедных деталей и узлов		педагогическое наблюдение

43			Теория	2	Понятие о классе велосипеда и группе велосипедных деталей и узлов		педагогическое наблюдение
44			Теория	2	Велосипед и его основные узлы.		педагогическое наблюдение
45			Практика	2	Велосипед дорожный, шоссейный, горный, класса «Turing» и его устройство		педагогическое наблюдение
46			Практика	2	Велосипед дорожный, шоссейный, горный, класса «Turing» и его устройство		Опрос педагогическое наблюдение
47			Теория	2	**Основы правильной езды на велосипеде.** Установка седла и руля по росту велосипедиста. Ведение велосипеда в руках.		педагогическое наблюдение
48			Теория	2	Посадка велосипедиста. Способы посадки на велосипед.		педагогическое наблюдение
49			Практика	2	Прямолинейное движение на велосипеде. Сохранение равновесия на велосипеде. Положение корпуса, рук и головы при езде на велосипеде		педагогическое наблюдение
50			Практика	2	Работа ног – педалирование. Управление велосипедом.		педагогическое наблюдение

51			Практика	2	Выполнение поворотов. Торможение. Остановка. Способы схода с велосипеда. Особенности езды в группе.		педагогическое наблюдение
60			Теория	2	**Велоигры и простейшие велосоревнования.** Фигурное вождение велосипеда: змейка		педагогическое наблюдение
61			Теория	2	Фигурное вождение велосипеда: коридор,		педагогическое наблюдение
62			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: колея.		педагогическое наблюдение
63			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: разворот в круге.		педагогическое наблюдение
64			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: восьмерка.		педагогическое наблюдение
65			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: ворота.		педагогическое наблюдение
66			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: качели.		педагогическое наблюдение
67			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: трамплин.		педагогическое наблюдение
68			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: яма.		педагогическое наблюдение
69			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: яма.		педагогическое наблюдение

70			Практика	2	Фигурное вождение велосипеда: стоп-линия.		педагогическое наблюдение
71			Практика	2	Велокросс. Велоориентирование.		Зачет педагогическое наблюдение
72			Практика	2	Итоговое занятия. Велосоревнования		Зачет педагогическое наблюдение

Приложение 2.

Оценочные материалы.

Критерии оценивания результативности освоения содержания образовательной программы

Критерии	Показатели	Уровень	Методы диагностики
Теоретическая подготовка	1.Освоенность образовательной программы	**Ниже среднего уровень** (учащийся овладел менее чем половиной объёма знаний, предусмотренных программой) **Средний уровень** (объем усвоенных знаний составляет более половины) **Высокий уровень** (учащийся освоил практически весь объем знаний, предусмотренных программой)	Наблюдение, тестирование, анкетирование, самостоятельная работа
	2.Владение специальной терминологией	**Ниже среднего** (учащийся, как правило, избегает употреблять специальные термины) **Средний уровень** (учащийся сочетает специальную терминологию с бытовой) **Высокий уровень** (специальные термины употребляют осознанно и в полном соответствии с их содержанием)	
Практическая подготовка	1.Сформированность учебных умений и навыков, предусмотренных программой	**Ниже среднего** (учащийся овладел менее чем половиной предусмотренных умений и навыков) **Средний уровень** (объем усвоенных умений и	Самостоятельная работа

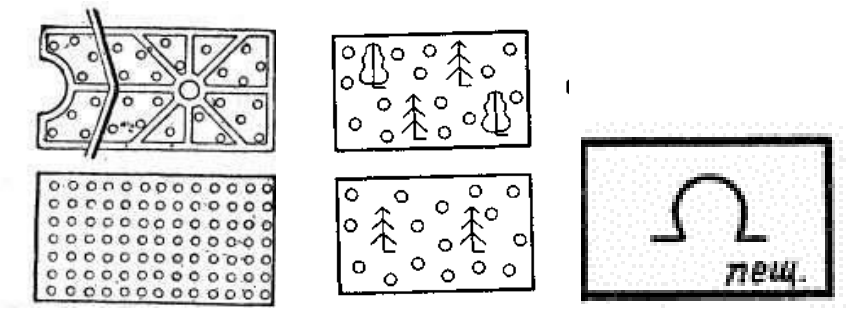
		навыков составляет более половины) **Высокий уровень** (учащийся освоил практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой)	
	2.Умение пользоваться источниками информации	**Ниже среднего** (учащийся испытывает серьёзные затруднения при работе с литературой и с компьютерными источниками информации, нуждается в постоянной помощи и контроле педагога) **Средний уровень** (работает с литературой и компьютерными источниками информации с помощью педагога) **Высокий уровень** (работает с литературой и компьютерными источниками информации самостоятельно, не испытывая особых затруднений)	
Креативность	Уровень развития творческих способностей	**Ниже среднего** (учащийся в состоянии выполнять лишь простейшие практические задания) **Средний уровень** (выполняет в основном задания на основе образца) **Высокий уровень** (выполняет творческие задания с элементами творчества)	Творческая работа, тестирование

Тестовые задания для промежуточной аттестации учащихся

Вариант 1

Промежуточная аттестация учащегося детского объединения обучения
Ф.И.О._____
Дата_____

Задание 1: укажи название топографических знаков.

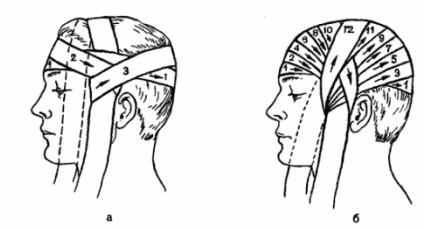


Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке



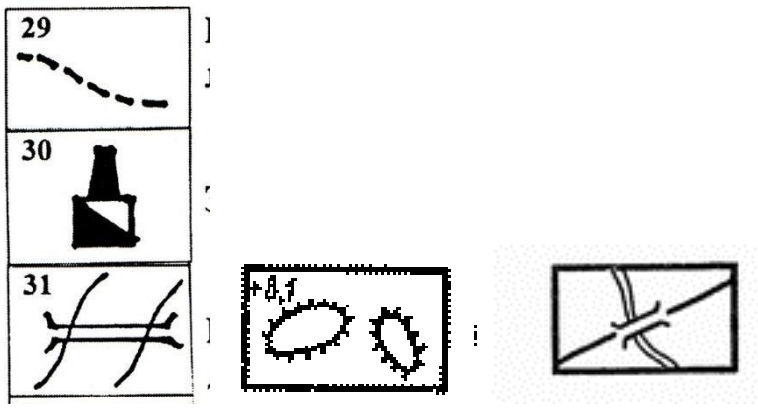
Задание 3: назовите узел, изображенный на рисунке 

Задание 4: перечислите личное и групповое спецснаряжение для водного похода

Задание 5: укажите тип повязки 

Вариант 2
Промежуточная аттестация учащегося детского объединения
Ф.И.О._____
Дата_____

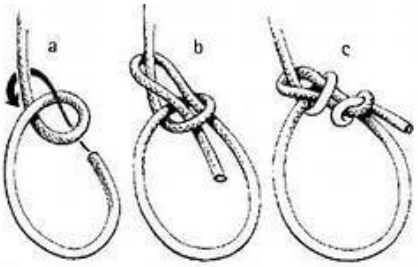
Задание 1: укажи название топографических знаков.



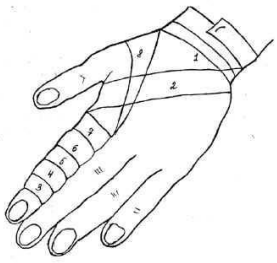
Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке



Задание 3: назовите узел, изображенный на рисунке



Задание 4: перечислите личное и групповое спецснаряжение для пешего похода



Задание 5: укажите тип повязки

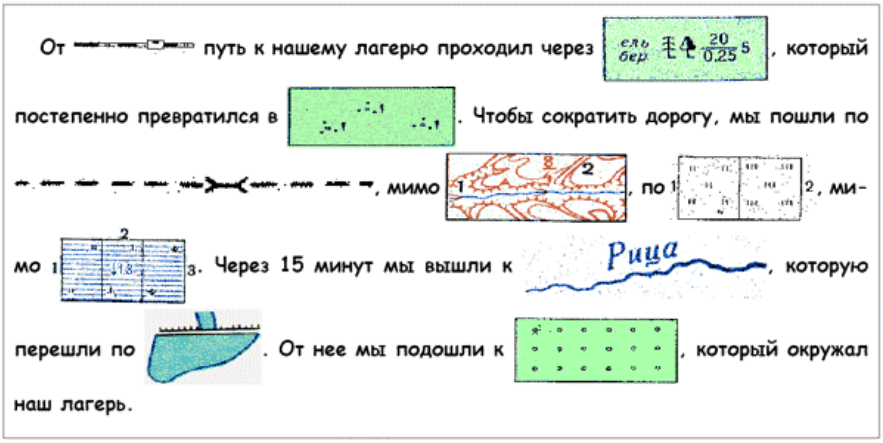
Вариант 3

Промежуточная аттестация учащегося детского объединения.

Ф.И.О._____

Дата_____

Задание 1: укажи название топографических знаков.

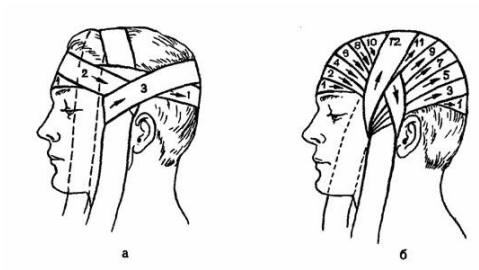


Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке, для чего он используется



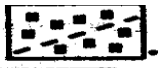
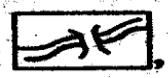
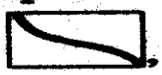
Задание 3: назовите узел, который служит для соединения веревок разного диаметра. Завяжите его самостоятельно.

Задание 4: тепловой удар, ваши действия?
Задание 5: перечислите способы очистки воды в походных условиях



Задание 6: укажите тип повязки, в каких случаях она используется

Вариант 4
Промежуточная аттестация учащегося детского объединения
Ф.И.О._____
Дата_____
Задание 1: укажи название топографических знаков.

Путь в дальний лес лежал через . Нам пришлось перейти , обогнуть  и обойти , прежде чем мы достигли . В лесу было много грибов и ягод. Мы развели костер и испекли картошку, а вечером решили возвращаться по , чтобы в темноте не сбиться с пути.

Задание 2: назовите, что за костер изображен на рисунке, для чего он используется



Задание 3: назовите узел, укажите, для чего он используется, завяжите его самостоятельно



Задание 4: первая помощь при закрытом переломе

Задание 5: перечислите ядовитые растения нашего региона

Задание 6: укажите тип повязки, в каких случаях она используется, выполните ее самостоятельно

