

## **Оценочные материалы.**

Входная диагностика проводится в сентябре с целью выявления уровня знаний и умений. Для обучения по программе ребенок должен иметь опыт участия в походе не менее первой категории сложности, уметь организовать свой походный быт, грамотно подбирать личное снаряжение, иметь навыки самообслуживания, самодиагностики физического состояния.

Диагностика проводится в форме беседы с изучением портфолио. Портфолио может быть представлено в электронном или бумажном виде и должно подтверждать наличие туристского опыта у ребенка.

Во время проведения входной диагностики педагог заполняет информационную карту.

Текущий контроль осуществляется на занятиях в течение всего учебного года для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и развития личностных качеств учащихся.

Формы:

- педагогическое наблюдение;
- участие в соревнованиях;
- сдача нормативов физической подготовки;
- выполнение тестовых заданий на знание нормативных документов, основ спортивного туризма, основ психологии, руководящих документов по безопасности, первой помощи, разрядных требований, организации быта и приготовления пищи;
- решение ситуационных задач (кейсов);
- выполнение практической работы по подготовке к нестационарному мероприятию, походу выходного дня, категорийному походу;
- выполнение практической работы в природных условиях по ориентированию по карте, установке бивака, приготовлению пищи;
- подготовке документации для соревнований, регистрации документов в МЧС, прохождения маршрутно-квалификационной комиссии, отчетов.

Промежуточный контроль предусмотрен два раза в год (январь, май) с целью выявления уровня освоения программы учащимися и корректировки процесса обучения.

Формы:

- выполнение работы в качестве судьи соревнований;
- результаты участия в соревнованиях;
- разбор проведенных с участием учащихся в качестве организаторов мероприятий, соревнований, походов выходного дня, категорийных походов.

Итоговый контроль проводится в конце обучения по программе.

Формы:

- анализ педагогом и учащимися результатов стажировки каждого учащегося в качестве инструктора.

## **Методики, методы и технологии.**

В процессе реализации программы применяются:

Интерактивные технологии, направленные на активизацию деятельности самих субъектов в образовательном процессе и их развитие. Это рефлексивные технологии (анализ отчетов проведенных походов, анализ действий судьи на соревнованиях, анализ работы как инструктора), технологии самопознания и самооценки (психологические тесты, тренинги).

Информационные технологии, направленные на овладение новыми средствами поиска, применения и переработки учебной или научной информации, а именно средствами компьютерной техники, Интернета, ауди- и видеотехники. Это работа с картографическим материалом в Интернете, изучение электронных отчетов, поиск информации для подготовки к походу, отправка по электронной почте документов в МЧС, работа в программе «Предпоход».

Коммуникативные технологии, направленные на совершенствование способов взаимодействия с людьми и связаны с организацией парной, групповой, коллективной работой.

Это диалогические технологии, технологии организации групповой и коллективной деятельности, тренинг общения и. др. В программе коммуникативные технологии используются при проведении тренингов по психологии, работа по подготовке к походу (подготовка, сбор и упаковка снаряжения, упаковка продуктов, распределение обязанностей в походе и т.д.).

Гуманитарные технологии обеспечивают формирование социально-значимых качеств, дополняют другие образовательные технологии, применяемые в программе – технологии организации сотрудничества, совместной групповой и коллективной деятельности, благоприятной коммуникации и общения, сотворчества и работы в команде. А так же, гуманитарные технологии служат средством актуализации и развития ценностно-смысловой сферы учащихся в процессе обучения и общения, согласования профессиональных и жизненных ценностей, стремления и готовности к самопознанию своих интеллектуальных, профессиональных, организаторских, лидерских возможностей.

Широко при обучении по программе применяются методы проблемного обучения, в основном это решение задач, возникающих перед инструктором: решение вопросов обеспечения безопасности группы на маршруте, решение конфликтных ситуаций, решение задач организации первой помощи и транспортировки пострадавшего, решение задач, связанных с безопасным преодолением группой возможных препятствий и т.д.

В учебном процессе по программе используется кейс-технология. Основным ее предназначением является обучение способам решения практико-ориентированных неструктурированных образовательных, научных или профессиональных проблем. Кейс-технология используется при обучении навыкам оказания первой помощи, навыкам составления меню и раскладки продуктов, навыкам поиска безопасных выходов с маршрута.

## Методическое обеспечение программы.

### Методические разработки, дидактический и лекционный материал:

1. Актуальные нормативные и руководящие документы по спортивному туризму.
2. Наглядные пособия по применению узлов.
3. Плакаты по спортивному туризму.
4. Информационные плакаты по туристским навыкам.
5. Информационные таблицы по питанию в походе.
6. Наглядные пособия по нормативным документам: федеральный закон "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации", маршрутная книжка, маршрутный лист, справка о прохождении спортивного похода.
7. Иллюстрации с видами костров.
8. Иллюстрации с видами приемов страховки.
9. Раздаточный материал по основным разделам программы: вязка узлов, топографический материал, аптечка в походе, таблицы калорийности продуктов.
10. Видеофильмы по медико-санитарной подготовке.
11. Тесты: краеведение, медицина, география, психология.
12. Топографические карты.
13. Спортивные карты.
14. Географические карты.
15. Стенды с макетами узлов, страховочных систем.
16. Наглядные пособия (снаряжение): волокуши, палатки, байдарки, спальники, рюкзаки, лыжное снаряжение, печки, костровые принадлежности.
17. Фотоматериалы, видеоматериалы.
18. Отчеты о походах.
19. Методические пособия:
  - Ганопольский В.И., Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. - М., 1987.
  - Губаненков С.М., Спортивный туризм в системе образования. – СПб: «Петрополис», 2008.
  - Кодыш Э.Л., Соревнования туристов. — М., 1990.
  - Константинов Ю.С., Туристские соревнования учащихся. — М., 1995.
  - Кошельков С.А., Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. — М., 1997.
  - Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. М., 1995.
  - Сафронов В.А. Подготовка, проведение и судейство районных туристских соревнований школьников. — М: ЦСЮТур МО РСФСР, 1986.
  - Турик Л.А., Осипова Н.А. Педагогические технологии в теории и практике. – Ростов н/Дону: «Феникс», 2009
  - Тыкул В.И., Спортивное ориентирование: Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. — М., 1990

### Список литературы для педагога.

1. Алексеев А.А., Питание в туристском походе. — М., 1996.
2. Алешин В.М., Карта в спортивном ориентировании. — М., 1983.
3. Алешин В.М., Серебренников А.В., Туристская топография. — М., 1985.
4. Водный туризм. Составитель Григорьев В.Н. — М., 1990.
5. Герман Ю.В., Проведение и судейство конкурсов на туристских слетах и соревнованиях. — М., 1983.
6. Ганопольский В.И., Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. - М., 1987.
7. Губаненков С.М. Обеспечение безопасности путешествий. — СПб.: Городской дворец творчества юных, 1995.
8. Гуляев В.Г. Организация туристской деятельности. — М.: «Нолидж», 1996.
9. Захаров П.П., Инструктору альпинизма. — М., 1988.
10. Коструб А.А., Медицинский справочник туриста, — М., 1987.
11. Коган В.Г., Соревнования по технике горного туризма. — М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
12. Кодыш Э.Л., Соревнования туристов. — М., 1990.
13. Козлова Ю. В., Ярошенко В. В. Полевой туристический лагерь школьников. — М., 1997.
14. Константинов Ю.С., Туристские соревнования учащихся. — М., 1995.
15. Константинов Ю. С. Детско-юношеский туризм. — М., 2006.
16. Кравченко А.И. Психология и педагогика. Учебник. — М.: «Проспект», 2007.
17. Куликов В.М., Константинов Ю.С., Топография и ориентирование в туристском путешествии. — М., 1997.
18. Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. — М., 1983.
19. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. - М., 1997.
20. Кошельков С.А., Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. — М., 1997.
21. Линчевский Э. Э. Психологический климат туристской группы. — 3-е изд., исправ. И доп. — СПб., 2012
22. Линчевский Э.Э., Федотов Ю.Н. Типология и психология туризма. — М.: «Советский спорт», 2008.
23. Лукоянов П.И., Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М., 1998.
24. Маринов Б., Проблемы безопасности в горах. — М., 1981.
25. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А., Лето, дети и туризм. — М., 1997.
26. Микляева А. В. Я – подросток. Программа уроков психологии. — СПб.: Издательство «Речь», 2006.
27. Мудрик А.В. Социальное воспитание в учреждениях дополнительного образования детей. — М.: «Академия», 2004.
28. Обеспечение безопасности в водных путешествиях. М., 1976.
29. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков. — СПб., 2007.
30. Основы безопасности в пешем походе. — М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
31. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. М., 1995.
32. Реан А. Психология подростка. Методики и тесты. — М.: «АСТ», 2007.
33. Ривкин Е. Ю. Организация туристической работы со школьниками. — М., 2001.
34. Сафронов В.А. Подготовка, проведение и судейство районных туристских соревнований школьников. — М: ЦСЮТур МО РСФСР, 1986.
35. Таймазов В.А., Федотов Ю.Н. Теория и методика спортивного туризма. — М.: «Советский спорт», 2014.
36. Турик Л.А., Осипова Н.А. Педагогические технологии в теории и практике. — Ростов н/Дону: «Феникс», 2009
37. Тыкул В.И., Спортивное ориентирование: Пособие для руководителей кружков и

- внешкольных учреждений. — М., 1990.
38. Школа альпинизма. — М., 1989.
  39. Штюмер Ю.А., Профилактика туристского травматизма. — М., 1992.
  40. Федоров Н.Ф., Водолажский В.П., Алексеев Н.И. Соревнования туристов водников. М., 1980.
  41. Федотов Ю.Н. Спортивно-оздоровительный туризм. — СПб.: СПбГАФК им. П.Ф.Лесгафта, 2001.
  42. Физическая подготовка туристов. — М: ЦРИБ «Турист», 1985.
  43. Экстремальная медицина. Полный справочник. — М.: «Эксмо», 2007.
  44. Юркина Л.Ю. Психологическая подготовка туристов-школьников. — М.: ЦДЮТГО «Молодежное», 1996.

#### **Список литературы для обучающихся.**

1. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. — М., 1985.
2. Антропов К, Расторгуев М. Узлы. — М., 1994.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. — М., 1981.
4. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. - М., 1987.
5. Коструб А.А., Медицинский справочник туриста, — М., 1987.
6. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. — М.: ЦДЮТ, 1997.
7. Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинова Ю.В. Словарь юного туриста. — М.: ЦДЮТ, 2003.
8. Лукоянов П.И. Самодельное туристское снаряжение. — Н.Новгород: «Нижегородская ярмарка», 1997
9. Онищенко В.В. Справочник туриста. — Харьков: «Фолио», 2007
10. Природа Ленинградской области. Словарь-справочник для школьников. — СПб., 2006.
11. Садикова Н.Б. 1000+1 совет туристу. Школа выживания. — М.: «Литература», 1998.
12. Энциклопедия туриста. - М.: Большая Российская Энциклопедия.

#### **Основные интернет-источники.**

1. Сайт Региональной спортивной федерации спортивного туризма Санкт-Петербурга - <http://rfstspb.ru>
2. Сайт Федерации спортивного туризма России - <http://www.tssr.ru>
3. Сайт Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения - <http://turcentrf.ru>
4. Сайт Городской станции юных туристов - <http://www.balticbereg.ru/index.php/syutur>
5. Сайт электронных карт - <http://openstreetmap.ru>
6. Сайт-помощник по подготовке к походам «Предпоход» - <https://predpohod.ru>
7. Сайт с актуальными материалами по спортивному туризму - <http://carabin.ru>

**Таблица контрольных нормативов**

№	Вид	Удовлетворительно		Хорошо	
1	Приседание на одной ноге (правой и левой) (кол-во раз)	5+5	4+4	7+7	5+5
2	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	3	-	5	-
3	Отжим руками лежа в упоре (кол-во раз)	-	3	-	5
4	Кросс по пересеченной местности (юноши – 800м, девушки – 500м)	3.00	2.20	2.50	2.10
5	Прохождение обрывистого (35-40°)	Слишком замедленно, недостаточно надежно страхуясь, слабо помогая друг другу		Уверенно, за оптимальное время, надежно страхуясь альпенштоком	
6	Преодоление горизонтального участка взрытой (рассеченной) поверхности с рюкзаком (средняя, крупная россыпь, беспорядочный навал бревен, кирпича)	Неритмично, слабо владея альпенштоком, покачиваясь, слишком замедленно		За оптимальное время, уверенно, ритмично, хорошо страхуясь альпенштоком	
7	Прохождение по бревну (по поваленному дереву)	Неуверенно, замедленно, излишне осторожно		Уверенно, без остановок, спокойно	
8	Марш-бросок с грузом до 2 – 3 кг по грунтовым дорогам и тропам протяженностью 30 кг.	За любое время в течении дня		За 6 ч. 30 мин. (чистое время)	

**Дневник личностного роста воспитанника  
«Юные инструктора туризма»**

№ п\п	Показатели	1-ый год		2-ой год		3-ий год	
		январь	май	январь	май	январь	май
1	История развития туризма						
2	Основы спортивного туризма						
3	Коммуникативные навыки						
4	Ориентирование и картография						
5	Работа на тренингах						
6	Оказание первой помощи						
	Организация привалов и ночлегов						
7	Организация питания						
8	Работа со снаряжением						
9	Работа с документацией, подготовка отчетов						
12	Выполнение контрольных нормативов						
13	Безопасное выполнение технических приемов						
	Участие в соревнованиях						
14	Выполнение спортивных и массовых разрядов						
15	Участие в организации соревнований						
16	Участие в категорийных походах						
17	Участие в судействе соревнований						
18	Стажировка организатора соревнований						
	Стажировка инструктора похода выходного дня						
	Стажировка инструктора похода 1 категории сложности						