

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 42  
г. Комсомольск-на-Амуре

«Рассмотрено»  
Руководитель МО  
*Борис Булыкин РВ*  
протокол № 105  
от «30» августа 2025 г.

«Принято»  
протокол № 104  
от «30» августа 2025 г.

«Согласовано»  
Заместитель директора по ВР МОУ  
СОШ № 42  
*Григорий Миронов ГВ*  
«30» августа 2025 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Туризм»**

Для обучающихся: 12-15 лет  
Срок реализации: 1 год

Автор составитель:  
**Поляков Егор Сергеевич**  
МОУ СОШ № 42

г. Комсомольск – на – Амуре, 2025

## Информационная карта программы

1.	Ведомственная принадлежность	Управление образования администрации г. Комсомольска-на-Амуре Хабаровского края
2.	Наименование учреждения	Муниципальное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 42
3.	Дата образования и организационно-правовая форма	Муниципальное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 42 осуществляет свою деятельность с 04.09.1978 в соответствии с Законом Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации», Типовым положением об образовательном учреждении, Уставом МОУ СОШ № 42 и нормативно-организационной документацией учреждения.
4.	Адрес учреждения	681010, Хабаровский край, г.Комсомольск–на–Амуре, ул.Пирогова, дом 30, тел. +7(4217) 595 293, +7(4217) 595 292, эл.адрес : <a href="mailto:sch_42@mail.ru">sch_42@mail.ru</a>
5.	ФИО ПДО	Поляков Егор Сергеевич
6.	Образование	Средне-техническое
7.	Должность	Педагог организатор ОБЖ
8.	Контактные телефоны	Рабочий телефон 8 (4217) 59-52-93,
9.	Полное название образовательной программы	Дополнительная образовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Туризм».
10.	Специализация программы	Основы туризма.
11.	Тип программы	Программа является интегрированной, модифицированной. Тип программы начальный, основной.
12.	Цель программы	Обучение воспитанников основам туристско-краеведческой деятельности, спортивному и пешему туризму, и спортивному ориентированию.
13.	Задачи программы	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Совершенствование интеллектуального, духовного и физического развития обучающихся;</li> <li>2. Формировать такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка;</li> <li>3. Прививать интерес к изучению родного края;</li> <li>4. Прививать обучающимся навыки самостоятельной деятельности.</li> </ol>
14.	Срок реализации	1 год

15.	Место проведения	МОУ СОШ № 42
16.	Возраст участников	12-15 лет
17.	Контингент учащихся	Учащиеся ОУ города.
18.	Краткое содержание программы	<p>Внеурочная деятельность на кружке «туризма» в 7-8 классах выполняет особенную роль, так как обладает мощным развивающим потенциалом. Важнейшая особенность этих занятий состоит в том, что они строятся на уникальной психологической и дидактической базе, предметно-практической деятельности, которая служит в среднем школьном возрасте необходимым звеном целостного процесса духовного, нравственного и интеллектуального развития (в том числе и абстрактного мышления).</p> <p>Значение предмета выходит далеко за рамки обеспечения учащихся сведениями о «технико-технологической картине мира». При соответствующем содержательном и методическом наполнении данный предмет может стать опорным для формирования системы универсальных учебных действий в среднем звене общеобразовательной школы. В этом учебном курсе все элементы учебной деятельности (планирование, ориентировка в задании, преобразование, оценка продукта, умение распознавать и ставить задачи, возникающие в контексте практической ситуации, предлагать практические способы решения, добиваться достижения результата и т.д.) предстают в наглядном плане и тем самым становятся более понятными для детей.</p> <p>Предметно-практическая творческая деятельность, как смысл любой деятельности, даёт ребёнку возможность не только отстранённого восприятия духовной и материальной культуры, но и чувство сопричастности, чувство самореализации, необходимость освоения мира не только через содержание, но и через его преображение. Процесс и результат деятельности становится не собственно целью, а, с одной стороны, средством познания мира, с другой – средством для более глубокого эмоционального выражения внутренних чувств как самого творящего ребёнка, так и замыслов изучаемых им объектов материального мира.</p>
19.	История осуществления реализации программы.	Программа создана в 2024 году.
20.	Прогнозирование возможных (ожидаемых) позитивных	<p><b><u>Должны знать:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основы туристической подготовки</li> <li>2. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий</li> </ol>

	результатов.	<p>3. Топографию и ориентирование          4. Краеведение          5. Основы гигиены и первая доврачебная помощь</p> <p><b><u>Должны уметь:</u></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Читать туристические и маршрутные карты</li> <li>2. Ориентироваться на местности по карте и компасу, а также по природным приметам</li> <li>3. Соблюдать правила личной и общественной гигиены во время туристских походов и экскурсий</li> <li>4. Уметь оказывать первую доврачебную помощь</li> <li>5. Уметь разводить костры и организовывать биваки</li> <li>6. Уметь преодолевать естественные препятствия: склоны, подъемы, заболоченные места</li> </ol>
21.	Прогнозирование возможно негативных результатов.	Содержание программы может быть не полностью освоено, обучающийся в силу своих личностных характеристик: личностные особенности каждого (характер), конкуренция, низкая самооценка и мотивация к физическому развитию.
22.	Прогнозирование коррекции возможных негативных результатов.	Разработка индивидуального и дифференциированного подхода.

## Учебный план на 1 год обучения.

№ занятия	Тема	Часы		Дата проведения	
		теория	практ.	план	фактич.
<b>Основы туристской подготовки</b>					
1	Организационные занятия Туристские путешествия, история развития туризма	1		06.09.23	
2	Общая физическая подготовка Воспитательная роль туризма	0,5	0,5	13.09.23	
3	Общая физическая подготовка Личное и групповое туристское снаряжение	0,5	0,5	20.09.23	
4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	0,5	0,5	27.09.23	
5	Подготовка к походу Питание в туристском походе Туристские должности в группе	0,5	0,5	04.10.23	
6	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	0,5	0,5	11.10.23	
7	Общая физическая подготовка Правила движения в походе. Преодоление препятствий	0,5	0,5	18.10.23	
8	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов	1		25.10.23	
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>		<b>5</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	
9	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Правила движения в походе. Преодоление препятствий	0,5	0,5	08.11.23	
10	Общая физическая подготовка Личное и групповое туристское снаряжение	0,5	0,5	15.11.23	
11	Туристские должности в группе, Питание в туристском походе. Общая физическая подготовка	0,5	0,5	22.11.23	
<b>Топография и ориентирование</b>					
12	Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки.	1		29.11.23	
13	Общая физическая подготовка Ориентирование по горизонту, азимуту. Компас. Работа с компасом.	0,5	0,5	06.12.23	
14	Измерение расстояний Условные знаки. Способы ориентирования	1		13.12.23	
15	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки Специальная физическая подготовка.	0,5	0,5	20.12.23	
16	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки. Общая физическая подготовка	0,5	0,5	27.12.23	
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>		<b>7</b>	<b>3</b>	<b>10</b>	
<b>Краеведение</b>					
17	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Специальная физическая подготовка.	0,5	0,5	10.01.23	
18	Общественно-полезная работа в путешествии,			17.01.23	

	охрана природы и памятников культуры (экология). Общая физическая подготовка.	0,5	0,5		
19	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	1		24.01.23	
<b>Основы гигиены и первой доврачебной помощи</b>					
20	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний Специальная физическая подготовка	0,5	0,5	31.01.23	
21	Походная медицинская аптечка Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи	0,5	0,5	07.02.23	
22	Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи Приёмы транспортировки пострадавшего	0,5	0,5	14.02.23	
<b>Общая и специальная физическая подготовка</b>					
23	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений Специальная физическая подготовка	0,5	0,5	21.02.23	
24	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках Специальная физическая подготовка	0,5	0,5	28.02.23	
25	Специальная физическая подготовка Изучение района путешествия	0,5	0,5	07.03.23	
26	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры (экология) Подготовка к походу, Путешествию	0,5	0,5	14.03.23	
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>		<b>5,5</b>	<b>4,5</b>	<b>10</b>	
27	Личное и групповое туристское снаряжение. Общая физическая подготовка.	0,5	0,5	21.03.23	
28	Приёмы транспортировки пострадавшего. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги		1	04.04.23	
29	Общая физическая подготовка Ориентирование по горизонту, азимуту. Компас. Работа с компасом.		1	11.04.23	
30	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки. Специальная физическая подготовка.		1	18.04.23	
31	Общая физическая подготовка Личное и групповое туристское снаряжение	0,5	0,5	25.04.23	
32	Ориентирование на местности.		1	02.05.23	
33	Туристическая полоса препятствий	0,5	0,5	16.05.23	
34	Туристическая полоса препятствий. Общая физическая подготовка.		1	23.05.23	
<b>ВСЕГО ЧАСОВ:</b>		<b>1,5</b>	<b>6,5</b>	<b>8</b>	
<b>ВСЕГО ЧАСОВ ЗА ГОД:</b>		<b>17</b>	<b>17</b>	<b>34</b>	