

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ
ГОРОДСКОГО ОКРУГА САМАРА



Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования

Центр внешкольного образования

ТВОРЧЕСТВО

443008, г. Самара ул. Красных Коммунаров 5, ☎ 995-29-77

УТВЕРЖДАЮ

Директор «ЦВО «Творчество»

Панич П.Б.

« 31 » августа 20 20 г.

Программа принята на основании решения
методического совета ЦВО «Творчество»

Протокол № 6 от 31.08. 2020 г.

**АДАптиРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«КЛУБ ПУТЕШЕСТВЕННИКОВ»
СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

уровень освоения: ознакомительный

Возраст детей: от 10 до 14 лет

Срок реализации: 1 год

Разработчики:

Панич Павел Борисович,

Сахарова Инесса Владимировна,

Новоселова Ольга Александровна,

педагоги дополнительного образования

Самара, 2020

СОДЕРЖАНИЕ

Паспорт программы	3
1. Пояснительная записка.....	44
2. Учебный план АДООП «Клуб путешественников»	13
Модуль «Ориентирование на местности»	13
Модуль «Пешеходные дистанции»	16
Модуль «Пешеходные маршруты»	20
3. Ресурсное обеспечение	23
4. Список литературы	30

Паспорт программы

1	Наименование образовательной программы	Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Клуб путешественников»
2	Направленность	социально-педагогическая
3	Основной вид деятельности по программе	Адаптация и социализация обучающихся с ОВЗ и инвалидностью, подготовка к туристским походам и путешествиям, организация туристско-краеведческой деятельности
4	Место реализации	МБУ ДО ЦВО «Творчество» г.о.Самара
5	Уровень освоения программы	Ознакомительный
6	Форма обучения (индивидуальная, групповая; очная, очно-заочная, дистанционная)	Групповая; очная (ряд тем программы может быть освоен заочно, дистанционно)
7	Ожидаемая минимальная и максимальная численность детей, обучающихся в одной группе	4 - 8 человек
8	Возрастная категория обучающихся	10-14 лет
9	Категория состояния здоровья (включая указание на наличие ОВЗ)	Дети с ОВЗ и инвалидностью
10	Сведения о необходимости предоставления мед. справки при зачислении на обучение	По рекомендации ПМПК
11	Период реализации (в месяцах, годах)	1 год
12	Продолжительность реализации (в часах, в том числе по каждому году обучения)	144 часа
13	Сведения о квалификации педагогических работников, реализующих образовательную программу	Аттестованы на соответствие занимаемой должности

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Введение

Адаптированная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа (АДООП) «Клуб путешественников» реализуется в Отделе реабилитации МБУ ДО ЦВО «Творчество» г.о. Самара, в котором созданы специальные условия обучения и воспитания таких детей. Это сложившаяся система комплексной психолого-медико-педагогической реабилитации детей с ОВЗ с привлечением соответствующих специалистов (педагогических, медицинских работников).

Данная программа разработана в соответствии со следующими документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»
- Концепция развития дополнительного образования в РФ (утверждена распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-Р)
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р)
- Приказ Министерства просвещения России от 9.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей», утверждённый 06.12.2019 г.
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 4 июля 2014 года № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 года № 26 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»;

– Приказы Минобрнауки России от 19.12.2014 г. № 1598, № 1599 (ФГОС для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и для обучающихся с интеллектуальными нарушениями);

– Приказ министерства образования и науки Самарской области от 20.08.2019 г. № 262-од «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Самарской области на основе сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования детей, обучающихся по дополнительным общеобразовательным программам»;

– Постановление Администрации г.о.Самара от 30 декабря 2019 г. №1069 «О внедрении в г.о.Самара модели функционирования системы ПФДО детей на основе сертификатов ПФДО детей, обучающихся по дополнительным образовательным программам»;

– Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, направленных письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 № 09-3242;

– «Методические рекомендации по разработке дополнительных общеобразовательных программ» (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 03.09.2015 № МО -16-09-01/826-ТУ);

– Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 года № ВК- 641/09. Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей;

– Методические рекомендации по подготовке дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ к прохождению процедуры экспертизы (добровольной сертификации) для последующего включения в реестр образовательных программ, включенных в систему ПФДО (Приложение к письму министерства образования и науки Самарской области 30.03.2020 № МО -16-09-01/434-ТУ).

В современной экономической и социокультурной ситуации разработка условий включения в систему дополнительного образования детей с ОВЗ и инвалидностью оказывает существенную помощь родителям в решении проблем, связанных с физическим и психическим здоровьем, социальным и экономическим положением, успешным продвижением в обществе, расширением возможности достичь устойчивой социальной интеграции в среде здоровых сверстников.

Программа имеет *социально-педагогическую направленность*, т.к. разработчики программы в постановке цели делают акцент на социализацию и адаптацию ребёнка с ОВЗ и инвалидностью.

Программа имеет *ознакомительный уровень* освоения содержания, предполагающий использование общедоступных универсальных форм организации материала, минимальную сложность задач, поставленных перед обучающимися.

Программа предполагает *разноуровневый подход*, вариативна и подстраивается под индивидуальные особенности ребенка. Это позволяет учитывать индивидуальные психофизиологические особенности обучающихся. При разработке и планировании занятий обеспечивается адресное донесение информации учащимся, осваивающим программу, а учебный материал (теоретический и практический) преподносится с учётом уровня развития и разную степень освоения ими содержания программы.

Актуальность программы заключается в том, что она нацелена на решение одной из задач Федерального проекта «Успех каждого ребёнка» и задач, определенных в Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29 мая 2015 г. № 996-р г. Программа способствует вовлечению в дополнительное образование детей с ОВЗ и инвалидностью.

Программа также ориентирована на *приоритетные направления* Стратегии социально-экономического развития Самарской области на период до 2030 года, в которой прописано, что развитие сферы физической культуры и спорта на период до 2030 года должно быть ориентировано на реализацию мер по развитию видов спорта среди инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.

Новизна программы заключается в её построении по принципу блочно-модульного освоения материала, что максимально отвечает запросу социума на возможность выстраивания ребёнком индивидуальной образовательной траектории, а также в использовании дистанционных образовательных технологий. АДОП «Клуб путешественников» включает в себя 3 образовательных модуля.

Отличительной особенностью программы является применение конвергентного подхода, позволяющего выстраивать обучение, включающее в себя элементы таких образовательных областей, как география, краеведение, туризм и физкультура (тренировочный процесс).

Педагогическая целесообразность заключается в применении на занятиях деятельностного подхода обучения, что позволяет обучающимся максимально продуктивно усваивать материал благодаря разнообразию видов

деятельности. Таким образом, педагог стимулирует познавательные интересы учащихся и развивает их практические навыки, формирует навыки самообразования и саморазвития. В программе используются коллективные практические занятия, развивающие коммуникативные навыки и способность работать в команде. При реализации индивидуальных форм работы дифференцируются выбранные комплексы методов и их содержательное наполнение в соответствии с теми или иными уровнями развития ученика и степенями сложности освоения содержания программы. Установление уместности того или иного метода определяется исходя из индивидуальных характеристик и способностей конкретного ученика, специфики содержательно-тематического материала программы.

В процессе реализации программы по ряду тем проводятся мультимедиа-занятия. Аудиовизуальная информация, представленная в различной форме (видеофильм, слайды), стимулирует непроизвольное внимание детей благодаря возможности демонстрации явлений и объектов в динамике. Информационно-коммуникационные технологии позволяют увеличить поток информации по содержанию предмета.

Использование дистанционных технологий позволяет расширить возможности обучения детей с ОВЗ и получить более полное восприятие окружающего их мира.

Предпочтение на каждом занятии отдается тому методу и той форме обучения, которые в конкретных условиях подходят для данной группы учащихся, их физического и психического состояния, в зависимости от выбранной темы, наличия технических средств. Это не только обеспечивает лучшую передачу учебного материала, но и активизирует включенность учащихся в познавательный процесс.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы - создание условий для социализации и интеграции ребенка с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью средствами туристско-краеведческой деятельности.

Задачи программы

Учебные задачи:

- формирование социальных компетенций обучающегося с ОВЗ и инвалидностью;
- содействие формированию элементарных и расширению базовых социально-бытовых навыков;
- знакомство детей с многообразием знаний по туризму, краеведению, географии и экологии;

– формирование основных умений и навыков, необходимых в туристической деятельности (ориентирование на местности, «чтение» карты, преодоление туристских препятствий);

– расширение интеллектуального кругозора.

Коррекционно-развивающие задачи:

– развитие и коррекция внимания;

– обеспечение более высокого уровня физического развития;

– коррекция порочных установок опорно-двигательного аппарата (конечностей, отделов позвоночного столба и др.) и преодоление слабости отдельных мышечных групп;

– развитие и коррекция мелкой и крупной моторики, координации движений;

– развитие коммуникативных способностей;

– развитие мотивации личности к деятельности и познанию;

– развитие волевой сферы личности обучающегося;

– снятие чувства неуверенности в себе и раскрытие потенциальных возможностей.

Воспитательные задачи:

– воспитание комплекса ценностных отношений к окружающему миру;

– формирование навыков восприятия обстановки, оценивания ситуации с позиции этических норм и права;

– формирование нравственных норм.

– содействие формированию умения работать в команде.

1.3. Целевая аудитория

Программа рассчитана на обучение детей с ОВЗ и инвалидностью в возрасте от 10 до 14 лет, прошедших ПМПК Отдела реабилитации, и имеющих следующие категории нарушений:

№	Категория нарушений	Степень тяжести течения заболевания	Описание тяжести нарушения
1	Обучающиеся с нарушениями опорно-двигательного аппарата (НОДА)	II группа	Средняя степень выраженности двигательных нарушений. Возможность самостоятельного передвижения на небольшие расстояния. Недостаточно автоматизированные навыки самообслуживания.

		III группа	Легкая степень выраженности двигательных нарушений. Способность к самостоятельному передвижению, владение навыками самообслуживания, некоторые из которых выполняются неправильно.
2	Обучающиеся с задержкой психического развития (ЗПР)	легкая степень	Повышенная отвлекаемость, выраженная эмоционально-волевая незрелость, сохранность словесно-логических обобщений, неплохая сообразительность
		средняя степень	Сохранность словесно-логических обобщений, сужение объема памяти, поведенческие проблемы, преобладание пассивного внимания, выраженная эмоционально-волевая незрелость, повышенная отвлекаемость, затрудненное образование понятий
3	Обучающиеся с умственной отсталостью	F70 (легкая умственная отсталость)	Задержанное, неполное эмоциональное развитие, снижение навыков, возникающих в процессе развития, и навыков, которые определяют общий уровень интеллекта (т. е. познавательных способностей, языка, моторики, социальной дееспособности).
4	Обучающиеся с расстройством аутистического спектра (РАС)	синдром Аспергера	Трудности в социализации, коммуникации, сохраненный интеллект, развитая спонтанная речь
		синдром Каннера легкой, средней тяжести	Снижение интереса к социальным взаимодействиям или деятельности, очевидные признаки сложности общения, проблема адаптации к изменениям в рутине или

			поведении, в бытовых вопросах делается большой уклон на планирование и организацию. Существенное отсутствие вербальных и невербальных навыков общения; поведенческие проблемы, необычный или уменьшенный ответ на социальные сигналы, общение или взаимодействие, проблема с адаптацией к изменениям, общение с использованием чрезмерно простых предложений, узкие, конкретные интересы.
5	Обучающиеся с тяжелыми нарушениями речи (ТНР)	Сенсорная алалия	Речевое нарушение, имеющее центральный патогенез. Ребенок не способен понимать обращенную к нему речь из-за неправильной работы речеслухового анализатора.
		Моторная алалия	Системная недоразвитость экспрессивной речи центрального органического характера, недостаточная сформированность языковых операций.
		Сенсорная афазия	Нарушение восприятия речи
		Дизартрия	Нарушение речевой моторики, звукопроизношения, речевого дыхания, голоса и просодической стороны речи

1.3. Формы обучения, сроки реализации и режим занятий

Форма обучения - *очная*. Некоторые из тем программы могут быть освоены обучающимися *дистанционно*, т.е. с использованием дистанционных образовательных технологий. Для дистанционного обучения используется платформа Zoom, социальная сеть «ВКонтакте», приложение-мессенджер Viber, которые позволяют обеспечить доступ к необходимым ресурсам каждому обучающемуся. (См. Приложение «Темы для дистанционного освоения»)

Программа рассчитана на *1 год обучения* - 144 часа (4 часа в неделю). Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа, продолжительность каждого занятия 40 минут, перерыв - 10 минут. В процессе занятий при выполнении практических работ делается перерыв для выполнения упражнений, с применением здоровьесберегающих технологий.

Форма занятий - *групповая*. В группе занимаются 6-8 человек. Группы комплектуются с учетом СанПиН на основе рекомендаций ПМПК, с учетом нарушений обучающихся. В течение занятия педагогам помогают родители и волонтеры.

На аудиторных занятиях используются многообразные формы обучения: лекция, объяснение, беседа, показ с пояснением, демонстрация, консультация, дискуссия, встреча со специалистом, практическое занятие, тренинг, соревнование, эстафета, психологическая игра, сюжетно-игровое занятие.

1.4. Ожидаемые результаты

Предметные результаты представлены в каждом учебном модуле.

Личностные результаты:

- скорректировано внимание;
- демонстрируют более высокий уровень физического развития;
- скорректированы коммуникативные способности;
- демонстрируют навыки социально-бытового ориентирования;
- развиты и скорректированы мелкая и крупная моторики, координация движений;
- развита мотивация личности к деятельности и познанию;
- демонстрируют волевую сферу личности;
- скорректированы порочные установки опорно-двигательного аппарата (конечностей, отделов позвоночного столба и др.)
- снято чувство неуверенности в себе и раскрыты потенциальные возможности

Метапредметные результаты

познавательные универсальные учебные действия:

- выполняют инструкции, несложные алгоритмы при решении учебных задач;
 - выбирают наиболее эффективные способы решения задач в зависимости от конкретных условий;
 - контролируют и оценивают процесс и результаты труда;
- регулятивные универсальные учебные действия*

- планируют последовательность практических действий для реализации поставленной задачи;
 - отбирают наиболее эффективные способы решения поставленных задач в зависимости от конкретных условий;
 - оценивают результат деятельности;
 - способны к самоконтролю и ответственности за свои поступки;
- коммуникативные УУД:*
- умеют осознанно и произвольно строить речевое высказывание;
 - умеют задавать вопросы;
 - умеют договариваться, приходить к общему решению в совместной деятельности.

1.5. Критерии и способы определения результатов образовательного процесса

В процессе реализации программы осуществляется мониторинг развития и адаптации обучающихся детского объединения «Клуб путешественников», на основании которого делаются выводы о результатах прохождения программы. Оценочные задания составляются с учётом уровня развития учащихся и разной степени освоения ими программного материала таким образом, чтобы результат их решения и актуальный уровень развития и образования ребёнка сравнивался только с его же предыдущим уровнем. Сравнение с результатами решений других участников программы неприемлемо.

Критерии оценки результатов обучения могут быть распределены по степени выраженности знаний и приобретенных специальных умений по уровням:

Низкий уровень — учащийся имеет неясные, расплывчатые представления о предмете, в практических действиях допускает много ошибок, нуждается в постоянной опеке.

Средний уровень — запас знаний учащегося близок к содержанию программы, допускаются незначительные ошибки в практической (репродуктивной) деятельности.

Высокий уровень — учащийся имеет оптимальное для его развития и личностных особенностей представление о предмете, безошибочно выполняет практические действия, самостоятелен.

Очень высокий уровень — учащийся способен применять полученные знания в новых условиях.

В отдельных случаях общие критерии оценки результатов обучения не вырабатываются, так как при определении результатов образовательного

процесса учитываются психофизические возможности и характер нарушений у каждого ребёнка.

1.6. Формы подведения итогов реализации программы

Подведение итогов реализации программы предполагает различные формы.

Продуктивные формы: участие обучающихся в различных массовых мероприятиях, соревнованиях, конкурсах, слетах и т.д.

Документальные формы: индивидуальная карта реабилитации ребенка; журнал учета работы педагога ДО Отдела реабилитации. По результатам диагностического исследования составляются аналитические справки, которые хранятся у педагога. Результаты обучения, творческий и личностный рост детей фиксируются в индивидуальных портфолио.

II. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Количество часов– 144.

Количество часов в неделю – 4.

№ п/п	Наименование модуля	Количество часов		
		Теория	Практика	Всего
1	Ориентирование на местности	18	30	48
2	Пешеходные дистанции	14	34	48
3	Пешеходные маршруты	14	34	48
ИТОГО		46	98	144

Модуль «Ориентирование на местности»

Обучаясь по данному модулю, дети получают представление о таких понятиях, как карта местности, компас, движение по азимуту, контрольный пункт, познакомятся с условными обозначениями карт спортивного ориентирования. Познакомятся с такими понятиями, как маршрут движения по карте на местности, определение своего местоположения на местности по карте, определение ориентиров.

Цель: содействие социальной адаптации обучающегося и его разностороннему развитию посредством знакомства со спортивным ориентированием.

Задачи:

- познакомить с основами ориентации в пространстве (помещении, учебном классе, улице, природной среде);
- познакомить с основами безопасного нахождения в природной среде;

- научить оздоровительным двигательным и спортивным упражнениям, укрепляющим мышечный корсет и опорно-двигательный аппарат;
- научить оздоровительным двигательным и дыхательным практикам, применяемым в пешем движении по пересеченной местности в природной среде;
- познакомить с основами «чтения» карты по спортивному ориентированию;
- познакомятся с индивидуальной и командной работой;
- познакомить с основными принципами социально-бытовой ориентировки.

Ожидаемые результаты:

обучающиеся

- познакомятся с основами безопасного пребывания в природной среде;
- познакомятся с основными принципами ориентации в пространстве и на местности;
- научатся выполнять комплекс физических упражнений, укрепляющих мышцы и опорно-двигательный аппарат;
- познакомятся и научатся применять технику движения и дыхания при пешем движении по пересеченной местности в природной среде.
- освоят принципы командной и индивидуальной работы;
- познакомятся с основными принципами социально-бытовой ориентировки.

**Учебно-тематический план модуля
«Ориентирование на местности»**

№ п / п	Наименование тем	Количество тем			Формы контроля и аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	2	тестирование
2	Туризм, его значение и место в современном обществе.	2	3	5	педагогическое наблюдение
3	Основы спортивного ориентирования и топографии.	8	12	20	педагогическое наблюдение
4	Промежуточная аттестация	1	2	3	тестирование, игра, педагогическое наблюдение

5	Общая физическая подготовка.	4	8	12	тестирование, педагогическое наблюдение
6	Аттестация: итоговая	2	4	6	Учебно-тренировочный поход
Итого		18	30	48	

Содержание модуля «Ориентирование на местности»

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Знакомство обучающихся с основными целями и задачами модуля АДОП «Клуб путешественников». Демонстрация фото походов и путешествий. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, правила поведения в детском объединении.

Практика: Просмотр фильма «Что такое туризм?». Игры на знакомство и для сплочения коллектива «Что я люблю», «Сосед справа, сосед слева», «Туристические препятствия». Тестирование.

Дидактические и технические средства обучения: инструкции, подборка материала по правилам пожарной безопасности, безопасной жизнедеятельности, тесты, анкеты, игры, фото походов и путешествий.

Тема 2. Туризм, его значение и место в современном обществе (дистанционное и очное освоение)

Теория: История туризма. История спортивного туризма Экскурсионный туризм, спортивный туризм. Туристские знания – взаимосвязь элементов многих наук и отраслей знаний с практикой. Великие географические открытия. Путешествия. Туризм в России.

Практика: Игра-викторина «Туризмом мы живем и дышим», игры «Ловкий турист», «Болото».

Дидактические и технические средства обучения: подборка материала по туристским детским мероприятиям, игры, фото походов и путешествий.

Тема 3. Основы спортивного ориентирования и топографии (дистанционное и очное освоение)

Теория: Значение и назначение спортивного ориентирования. Топографические и спортивные карты. Планы, схемы, кроки. Топографические знаки, условные знаки спортивных карт. Развитие зрительной памяти. Устный счет. Масштаб и определение расстояний на карте. Компас. Азимут.

Растительность. Условные обозначения карты. Рельеф. Гидрография. Объекты строительства. Спортивные отметки.

Практика: Тестирование. Чтение карт. Составление карт. Работа с компасом. Игра «Через реку на мосту»

Дидактические и технические средства обучения: литература по топографии и спортивному ориентированию, топографические и спортивные карты, тесты, игры, компас.

Тема 4. Промежуточная аттестация

Теория: Тестирование.

Практика: Игры на сплочение «Здравствуй, друг», «Сходство и различие»

Тема 5. Общая физическая подготовка (дистанционное и очное освоение)

Теория: Техника безопасности в спортзале и на открытой местности. Валеология. Сердечно-легочная система. Дыхание во время физических нагрузок. Общая физическая подготовка. Требования к одежде и обуви. Личная гигиена.

Практика: Тестирование, определение уровня общей физической подготовки. Упражнения на развитие мелкой моторики, координации движений, гибкости, реакции. Общеукрепляющие упражнения (спина, ноги, руки, грудные мышцы, растяжка, координация и баланс). Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, ремонт снаряжения. Игра «Кто быстрее».

Дидактические и технические средства обучения: футбольный и баскетбольный мячи, скакалки, шведская стенка, канат, маты, свисток.

Тема 6. Аттестация: итоговая

Теория: Подготовка личного специального снаряжения к практическому занятию.

Практика: Учебно-тренировочный поход в сопровождении волонтеров

Дидактические и технические средства обучения: карточки-тесты, веревки для вязки узлов, компас, карта.

Модуль «Пешеходные дистанции»

В рамках модуля обучающиеся получают представление о таких понятиях, как спортивная пешеходная дистанция, веревка, карабин, технический прием; познакомятся с правилами преодоления технических этапов дистанций; научатся преодолевать технические этапы в соответствии с правилами спортивного туризма.

Цель: содействие социальной адаптации и разностороннему развитию личности посредством знакомства с основными принципами спортивного туризма.

Задачи:

- познакомить с основами безопасного нахождения в природной среде;
- познакомить с основами работы с туристским снаряжением;
- познакомить с индивидуальной и командной работой;
- познакомить с основными принципами социально-бытовой ориентировки.

Ожидаемые результаты:

Обучающиеся

- познакомятся с основами безопасного пребывания в природной среде;
- познакомятся с основами работы с туристским снаряжением;
- освоят принципы командной и индивидуальной работы;
- познакомятся с основными принципами социально-бытовой ориентировки.

**Учебно-тематический план
модуля «Пешеходные дистанции»**

№ п / п	Наименование тем	Количество тем			Формы контроля и аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	2	тестирование
2	Виды спортивного туризма.	1	1	2	педагогическое наблюдение
3	Специальная спортивно-туристическая подготовка для работы на пешеходных дистанциях.	8	12	20	педагогическое наблюдение
4	Промежуточная аттестация	1	1	2	тестирование, игра, педагогическое наблюдение
5	Общая физическая подготовка.	2	17	19	тестирование, педагогическое наблюдение
6	Аттестация: итоговая	1	2	3	соревнование
	Итого	14	34	48	

Содержание модуля «Пешеходные дистанции»

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Знакомство обучающихся с основными целями и задачами модуля. Демонстрация фото походов и путешествий. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, правила поведения в детском объединении.

Практика: Игры для сплочения коллектива «Снежный ком», «Я - дрозд, ты - дрозд». Тестирование.

Дидактические и технические средства обучения: инструкции, подборка материала по правилам пожарной безопасности, безопасной жизнедеятельности, анкеты, игры, фото походов и путешествий.

Тема 2. Виды туризма

Теория: Экскурсионный туризм, спортивный туризм. Виды туризма - пешеходный, горный, водный, велосипедный, спелео, автомобильный. Альпинизм. Организация туристского и экскурсионного обслуживания в дореволюционной России. Туризм в СССР. Туризм в России.

Практика: Игра-викторина «Следопыты».

Дидактические и технические средства обучения: подборка материала по туристским слетам учащихся, игры, фото походов и путешествий.

Тема 3. Специальная спортивно-туристическая подготовка для работы на пешеходных дистанциях (дистанционное и очное освоение)

Теория: Виды соревнований по спортивному туризму: маршруты, дистанции. Типы дистанций: природные, залинг. Виды дистанций: личная, связка, группа. Соревнования на пешеходных дистанциях.

Страховочное снаряжение. Взаимная страховка - основная форма безопасности. Вязание узлов. Индивидуальное страховочное снаряжение. Способы движения по перилам. Техника преодоления этапов «подъем по перилам», «спуск по перилам», «бревно». Работа с веревкой.

Практика: Выполнение заданий по подготовке необходимого снаряжения, посещение соревнований с ознакомительной целью. Игры «Туристическими тропами», «Не заблудись».

Дидактические и технические средства обучения: веревки, перчатки, карабины, шведская стенка, точки крепления перил (опоры), секундомер, свисток, маркировочная лента.

Тема 4. Промежуточная аттестация

Теория: Тестирование.

Практика: Игры на сплочение «Встань в круг», «Веревочка».

Тема 5. Общая физическая подготовка

Теория: Техника безопасности во время проведения тренировок. Валеология. Общая физическая подготовка. Знакомство с основами спортивных игр.

Практика: Тестирование, определение уровня общей физической подготовки. Упражнения на развитие мелкой моторики, координации движений, гибкости, реакции. Общеукрепляющие упражнения (спина, ноги, руки, грудные мышцы, растяжка, координация и баланс). Игры «Дружба», «Зеркало».

Дидактические и технические средства обучения: футбольный и баскетбольный мячи, скакалки, шведская стенка, канат, маты, свисток.

Тема 6. Аттестация: итоговая

Теория: Подготовка к внутренним соревнованиям.

Практика: Посещение соревнований, участие во внутренних соревнованиях в сопровождении волонтеров.

Дидактические и технические средства обучения: веревки, перчатки, карабины, шведская стенка, точки крепления перил (опоры), секундомер, свисток, маркировочная лента.

Модуль «Пешеходные маршруты»

Изучая этот модуль, обучающиеся получают представление о таких понятиях, как спортивный пешеходный маршрут, учебный поход, познакомятся с правилами преодоления спортивных маршрутов. Познакомятся с правилами планирования маршрутов, правилами подбора и использования специального походного снаряжения (костровое, пила, топор, палатка, тент, рюкзак и т.д.).

Цель: содействие социальной адаптации и разностороннему развитию личности средствами походной деятельности.

Задачи:

- познакомить с основами безопасного нахождения в природной среде;
- научить оздоровительным двигательным и спортивным упражнениям, укрепляющим мышечный корсет и опорно-двигательный аппарат;
- научить оздоровительным двигательным и дыхательным практикам, применяемым в пешем движении по пересеченной местности в природной среде;
- познакомить с основами работы со специальным туристским снаряжением;
- познакомить с первичными навыками самообслуживания в походных условиях;
- обучить командной работе;
- познакомить с основными принципами социально-бытовой ориентировки.

Ожидаемые результаты:

Обучающиеся

- познакомятся с основами безопасного нахождения в природной среде;
- научатся оздоровительным двигательным и спортивным упражнениям, укрепляющим мышечный корсет и опорно-двигательный аппарат;
- научатся оздоровительным двигательным и дыхательным практикам, применяемым в пешем движении по пересеченной местности в природной среде;
- познакомятся с основами работы со специальным туристским снаряжением;

- познакомятся с первичными навыками самообслуживания в походных условиях;
- освоят принципы командной работы;
- познакомятся с основными принципами социально-бытовой ориентировки.

Учебно-тематический план модуля «Пешеходные маршруты»

№ п / п	Наименование тем	Количество тем			Формы контроля и аттестации
		Теория	Практика	Всего	
1	Вводное занятие. Знакомство с планом работы. Инструктаж по технике безопасности.	1	1	2	тестирование
2	Спортивный поход.	1	2	3	педагогическое наблюдение
3	Специальная спортивно-туристическая подготовка для работы на пешеходных маршрутах.	8	12	20	педагогическое наблюдение
4	Промежуточная аттестация	1	1	2	тестирование, игра, педагогическое наблюдение
5	Общая физическая подготовка.	1	14	15	тестирование, педагогическое наблюдение
6	Аттестация: итоговая	2	4	6	учебно-тренировочный поход
Итого		14	34	48	

Содержание модуля «Пешеходные маршруты»

Тема 1. Вводное занятие

Теория: Знакомство обучающихся с основными целями и задачами модуля. Демонстрация фото походов и путешествий. Инструктаж по технике безопасности, пожарной безопасности, правила поведения в детском объединении.

Практика: Тестирование. Игры для сплочения коллектива «А ну-ка вместе...», «Помогай-ка».

Дидактические и технические средства обучения: инструкции, подборка материала по правилам пожарной безопасности, безопасной жизнедеятельности, анкеты, игры, фото походов и путешествий.

Тема 2. Спортивный поход

Теория: Спортивный туризм. Виды спортивных походов: категорийные, некатегорийные, походы выходного дня. Карта спортивных маршрутов Самарской области.

Практика: работа с картой, игры «Водоносы», «Перебежки».

Дидактические и технические средства обучения: подборка материала по туристским маршрутам Самарской области, игры, фото походов и путешествий.

Тема 3. Специальная спортивно-туристическая подготовка для работы на пешеходных маршрутах (дистанционное и очное освоение)

Теория: Значение и назначение ориентирования для движения по маршруту похода. Ремонт снаряжения. Личное снаряжение (одежда, обувь, предметы личной гигиены) в зависимости от времени года и района путешествия. Обязанности в группе. Групповое снаряжение. Общественный груз. Укладка рюкзака. Травматизм в походных условиях. Туристское снаряжение. Туристское оборудование. Нитка маршрута. Работа с картой и компасом.

Практика: работа с тестовыми карточками, работа с картой и компасом, игры «Уложи рюкзак», «Дружба».

Дидактические и технические средства обучения: карты, компас, веревки, рюкзаки, палатки, костровое оборудование, топоры, пилы, кухонные принадлежности, тент.

Тема 4. Промежуточная аттестация

Теория: Тестирование.

Практика: Игры на сплочение «Подарок», «Поиграем?», «Прогулка с компасом».

Тема 5. Общая физическая подготовка (дистанционное и очное освоение)

Теория: Техника безопасности во время проведения тренировок. Валеология. Общая физическая подготовка. Знакомство с основами спортивных игр.

Практика: Тестирование, определение уровня общей физической подготовки. Упражнения на развитие мелкой моторики, координации

движений, гибкости, реакции. Общеукрепляющие упражнения (спина, ноги, руки, грудные мышцы, растяжка, координация и баланс). Игра «Кто быстрее».

Дидактические и технические средства обучения: футбольный и баскетбольный мячи, скакалки, шведская стенка, канат, маты, свисток.

Тема 6. Аттестация: итоговая

Теория: Подготовка к учебно-тренировочному походу.

Практика: Учебно-тренировочный поход в сопровождении волонтеров.

Дидактические и технические средства обучения: веревки, перчатки, карабины, карты, компас, рюкзаки, палатки, костровое оборудование, топоры, пилы, кухонные принадлежности, тент.

III. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

3.1. Организационное обеспечение

Предметно-пространственная среда программы проектируется под каждое конкретное занятие или иную форму взаимодействия ребенка со взрослым и сверстником, под конкретного ребенка или группу детей. Трансформируемость пространства предполагает возможность изменений предметно-пространственной среды в зависимости от образовательной ситуации, в том числе от меняющихся интересов и возможностей детей. Полифункциональность материалов предполагает возможность разнообразного использования различных составляющих предметной среды. Вариативность среды предполагает наличие пространств (для игр, конструирования, уединения и пр.), а также разнообразных материалов, обеспечивающих свободный выбор детей.

При проектировании среды созданы условия для ее выбора детьми, в том числе для уединения (ребенок с расстройствами аутистического спектра может захотеть уединиться и наблюдать за деятельностью детей на расстоянии, его включение в деятельность может быть постепенным).

Во время занятий соблюдаются перерывы при статических нагрузках, избегание определенных движений, использование необходимых ортопедических приспособлений (по рекомендациям и под контролем медицинского работника). Если занятия проводятся с детьми с РАС используются шумопоглощающие наушники в случае гиперчувствительности к звукам или шумам, альтернативные средства коммуникации (пиктограммы, карточки PECS) при невозможности вербального общения, а также в кабинете для занятий и на месте стоянки в походе организовано место сенсорной разгрузки.

Перед учебно-туристическим походом подготавливается социальная история (лучше, если материал будет подготовлен волонтерами совместно с нормально развивающимися сверстниками), т.е. своеобразный видео- или фоторепортаж с места предстоящего похода. Походы с обучающимися по программе «Клуб путешественников» проводятся с привлечением родителей и волонтеров из числа обучающихся старших групп, занимающихся в объединении «Турклуб «Туристёнок» МБУ ДО «ЦВО «Творчество».

3.2. Методическое обеспечение

Программа имеет оптимальное методическое обеспечение.

Учебно-методический комплекс программы включает:

- разработки педагога для обеспечения образовательного процесса: планы, конспекты, сборники упражнений, памятки, инструкции и др.;
- разработки педагога для проведения занятий: наглядный материал, образцы работ, шаблоны и др.;
- методическую литературу;
- диагностические материалы.

К программе «Клуб путешественников» разработаны следующие авторские методические пособия и рекомендации:

- «Комплекс оздоровительных общеукрепляющих упражнений»;
- «Тропа здоровья. Материалы по подготовке к походу выходного дня»;
- «Собираемся в поход». Конспект игрового занятия по сбору вещей, снаряжения и оборудования.
- «Спортивный лабиринт». Сборник методических материалов по организации тренировочного процесса по ориентированию детей с ОВЗ и инвалидностью в закрытых помещениях;

Изучение отдельных тем программы может осуществляться дистанционно с использованием интернет-технологий, кейс-технологий (См. Приложение «Темы для дистанционного освоения»). Интернет-технологии применяются для обеспечения учащихся учебно-методическими материалами и для интерактивного взаимодействия между педагогом и учащимися. Кейс-технология заключается в комплектовании учебно-методических материалов (текстовые, аудиовизуальные и мультимедийные) в папку (кейс) и рассылке их учащимся для самостоятельного изучения.

Для обеспечения учебного диалога используются следующие коммуникационные технологии:

- Web- конференции на платформе ZOOM – проведение теоретических занятий и консультаций со специалистами в режиме реального времени;

- chat позволяет осуществлять обмен сообщениями через мессенджеры в реальном времени;
- электронная почта.

Темы для дистанционного освоения

	Тема занятия	Интернет-ресурс
Модуль «Ориентирование на местности»		
1	История спортивного туризма	https://www.youtube.com/watch?v=JKFufu4OZ1w&feature=youtu.be
2	Компас.	https://www.youtube.com/watch?v=1G-X-RmhhA4&feature=youtu.be
3	Азимут.	https://www.youtube.com/watch?v=40BDw21-qbs&feature=youtu.be
4	Условные обозначения карты. Растительность.	https://life4health.ru/znaki-v-sportivnom-orientirovanii/ http://fso.msk.ru/?page_id=243 https://www.youtube.com/watch?v=WbOpLzG--cA&feature=emb_logo
5	Условные обозначения карты. Рельеф.	
6	Условные обозначения карты. Гидрография.	
7	Условные обозначения карты. Объекты строительства.	
8	Условные обозначения карты. Спортивные отметки.	
9	Чтение карты лесного массива.	https://www.youtube.com/watch?v=OGZsKF_xENM&feature=emb_log https://www.youtube.com/watch?v=gEu1h_QqnaE
10	Сердечно-легочная система. Дыхание во время физических нагрузок.	https://tion.ru/blog/dyhatelnaya-gimnastika/
11	Общеукрепляющие упражнения. Спина.	https://www.fitnessera.ru/rabochij-kompleks-uprazhnenij-dlya-ukrepleniya-myshc-spiny-i-pozvonohnika.html
12	Общеукрепляющие упражнения. Ноги.	https://goodlooker.ru/uprazhnenia-dlya-strojnyh-nog.html
13	Общеукрепляющие упражнения. Руки.	https://lifehacker.ru/uprazhneniya-dlya-ruk/
14	Общеукрепляющие упражнения.	https://yandex.ru/turbo/cross.expert/s

	Грудные мышцы.	/programmy-trenirovok/uprazhneniya-na-grudnye-myshtsy.html
15	Общеукрепляющие упражнения. Растяжка.	https://goodlooker.ru/rastyzhka-na-vse-telo-30-minut.html
16	Общеукрепляющие упражнения. Координация и баланс.	https://www.youtube.com/watch?v=PVEMjpIMZAE
Модуль «Пешеходные дистанции»		
1	Соревнования на пешеходных дистанциях.	https://www.youtube.com/watch?v=XaKcpzH34Cs https://www.youtube.com/watch?v=O1Lf56yBFMw
2	Этап «Спуск по перилам».	https://www.youtube.com/watch?v=Ahm-LwMJ1tc
3	Этап «Переправа маятником».	https://www.youtube.com/watch?v=htEW2VRbkz0
4	Работа с веревкой.	https://www.youtube.com/channel/UCQQltwamiTzhzBsvXLQHBwQ/videos?view=0&sort=dd&shelf_id=1
Модуль «Пешеходный маршрут»		
1	Личное снаряжение.	https://www.youtube.com/watch?v=de2KtgWeRtc
2	Обязанности в группе.	https://www.youtube.com/watch?v=TaUDvhI24IM https://www.youtube.com/watch?v=ZkG6_OUiLNg
3	Групповое снаряжение.	https://www.youtube.com/watch?v=ErYkQBT-JGs&t=489s https://www.youtube.com/watch?v=klvEcXmXc1g
4	Общественный груз.	https://www.youtube.com/watch?v=-R76qNYGNOo
5	Укладка рюкзака.	https://www.youtube.com/watch?v=UxZ-sNFQ9Hs
6	Травматизм в походных условиях.	https://www.youtube.com/watch?v=rMd-XGf5jXc
7	Туристское снаряжение.	https://www.youtube.com/watch?v=xlBqjwxrsnw https://www.youtube.com/watch?v=uVPTX4BavNo
8	Туристское оборудование.	https://www.youtube.com/watch?v=YI6xwuKsvk
9	Нитка маршрута. Работа с картой и	https://www.youtube.com/watch?v=

В процессе обучения по программе «Клуб путешественников» используются различные методы и приемы:

- Метод убеждения, позволяющий обращаться к разуму, логике, опираться на факты, данные науки и практики.

- Метод проблемного обучения, благодаря которому обучающиеся приобретают умение ориентироваться в различных ситуациях и самостоятельно принимать необходимые решения. Метод способствует развитию творческого воображения и интуиции.

- Метод групповых обсуждений для стимулирования процессов осознания и внутреннего опыта.

- Метод словесного изложения.

- Метод примера и упражнения для показа приемов отработки навыков и умений.

- Метод закрепления умений с помощью тренировки, игры, соревнований, учебного похода.

- Демонстрация наглядных пособий, видео, фото.

- Постоянное возвращение к пройденному материалу.

- Метод выделения основных логических вех.

- Метод смены направления деятельности в течение занятия.

- Метод переноса акцентов.

- Анализ видеоряда тренировки, соревнования, практического занятия.

Общеразвивающие упражнения проводятся поточно, одно за другим, без пауз. Метод требует тщательного подбора упражнений и плавного перехода от одного упражнения к другому.

Занятие состоит из следующих *структурных компонентов*:

1. Организационный момент, характеризующийся подготовкой учащихся к занятию;

2. Повторение материала, изученного на предыдущем занятии;

3. Постановка цели занятия перед учащимися;

4. Изложение нового материала;

5. Практическая работа;

6. Обобщение материала, изученного в ходе занятия;

7. Подведение итогов;

Для реализации содержания образовательного процесса, используются следующие *методические приемы*:

- общий динамизм проведения занятия;

- переход от одних методов к другим;

- гибкость в проведении занятий;
- изменение ритма занятия;
- импровизация (спланированная);
- внесение в занятие эмоциональных элементов;
- энтузиазм преподавателя;
- организация игрового момента;
- использование средств и приемов дублирования;
- организация условий для интенсивного самонаблюдения;
- собеседование.

3.3. Материально-техническое обеспечение

На занятиях по программе используется следующая материально-техническая база:

- веревки
- перчатки
- карабины
- шведская стенка
- точки крепления перил (опоры)
- секундомер
- свистки
- маркировочная лента
- мячи футбольные и баскетбольные
- скакалки
- канаты
- маты
- тенты
- палатки
- костровое оборудование
- карты
- компасы
- шумопоглощающие наушники
- пиктограммы
- карточки PECS
- компьютер с выходом в Интернет

3.4. Кадровое обеспечение

Деятельность по реализации АДОП «Клуб путешественников» осуществляется педагогами дополнительного образования, имеющими высшее педагогическое образование (а также звания инструкторов детско-юношеского

туризма), прошедшими специальную подготовку по работе с детьми с ОВЗ и инвалидностью.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Агаджанян П.А., Адаптация и резервы организма. - М.: Физкультура и спорт, 2017.
2. Алешин В.М., Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 2015
3. Аникеева Н.П., Учителю о психологическом климате в коллективе. - М.: Просвещение, 2016
4. Булат П.И., Первая помощь. - Минск: Беларусь, 2018
5. Ганиченко Л., Котелок над костром. - М.: Издательский дом «Вокруг света», 2017
6. Гедымин А.В., Практикум по картографии с основами топографии. - М.: Просвещение, 2014
7. Зорин И.В., Штюмер Ю.А., Туризм и охрана окружающей среды. - М.: ЦРИБ «Турист», 2016
8. Зубович С.Ф., Первые шаги в ориентировании. - Минск: Полыня, 2016
9. Кодыш Э.Н., Туристские слеты и соревнования. - М.: Профиздат, 2019
10. Курилова В.И., Туризм. - М.: Просвещение, 2017
11. Дети с ограниченными возможностями: проблемы и инновационные тенденции в обучении и воспитании: Хрестоматия по курсу «Коррекционная педагогика и специальная психология» / сост. *Н.Д. Соколова, Л.В. Калиникова*. М.: Изд-во ГНОМ и Д, 2015.
12. Левченко И.Ю., Приходько О. Г., Технологии обучения и воспитания детей с нарушениями опорно-двигательного аппарата: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2015.
13. Швайко Г.С. Игры и игровые упражнения по развитию речи. - М.: Просвещение, 2018

Интернет - ресурсы

1. <http://tmmoscow.ru/>
2. <http://osamara.ru/>
3. <http://turcentrf.ru/>
4. <http://www.mstm.samregion.ru/>
5. <http://www.gto-normy.ru/>
6. <http://www.tssr.ru/>
7. <http://www.priroda.samregion.ru/>
8. <http://www.depsamobr.samregion.ru/>
9. <http://sammol.ru>
10. <http://ddm.samregion.ru/>