

Государственное автономное нетиповое образовательное учреждение
Свердловской области «Дворец молодёжи»
Филиал – Загородный центр «Дружба»

Рассмотрено на научно-
методическом совете ГАНОУ СО
«Дворец Молодёжи»
Протокол № 5
от «29» мая 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАНОУ СО «Дворец
молодёжи»
_____ А.Н. Слизько
Приказ 725-д от «29» мая 2025 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Туристско-краеведческой направленности
«Шагаем по Уралу»

Возраст обучающихся: 7 – 17 лет.
Срок реализации программы: 1 неделя (3 дня)
Объем программы: 8 часов

Стартовый уровень

СОГЛАСОВАНО:
Начальник филиала –
Загородного центра «Дружба»
Е.С. Семенов
«26» мая 2025 г.

Автор-разработчик:
Бондаренко Анна Сергеевна

Екатеринбург 2025 г.

СОДЕРЖАНИЕ

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ.....	3
1. Пояснительная записка.....	3
2. Цель и задачи программы	8
3. Содержание общеразвивающей программы	9
4. Планируемые результаты освоения программы.....	12
КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО–ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ.....	13
1. Календарный учебный график.....	13
2. Условия реализации программы	14
3. Формы аттестации.....	15
4. Методические материалы.....	16
ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ	18

КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка

Программа «Шагаем по Уралу» реализуется во время отдыха детей в загородном центре «Дружба» ГАНОУ Свердловской области. В рамках программы участники совершат одну экскурсию к памятникам природы в окрестностях загородного центра, сплав по реке Исеть и пройдут веревочный курс на территории «Дружбы».

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Шагаем по Уралу» разработана в соответствии с нормативными правовыми актами и государственными программными документами:

- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребёнка в Российской Федерации» от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ (ред. от 24.12.2024);
- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ) (ред. от 28.02.2025);
- Распоряжением Правительства РФ от 22 мая 2017 г. № 978-р «Об утверждении Основ государственного регулирования и государственного контроля организации отдыха и оздоровления детей»;
- Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года» (ред. от 21.10.2024);
- Распоряжением Правительства РФ от 29.05.2015 № 996-р «Об утверждении Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025 года»;
- Приказом Министерства Просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Национальным стандартом Российской Федерации ГОСТ Р 52887-2018 «Услуги детям в организациях отдыха и оздоровления» утвержденный

приказом, Федерального агентства по техническому регулированию и метрологии 31 июля 2018 г.

– Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (ред. от 20.08.2024);

– Распоряжением Правительства Свердловской области № 646-РП от 26.10.2018 «О создании в Свердловской области целевой модели развития региональной системы дополнительного образования детей»;

– Положением о дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программах ГАНОУ СО «Дворец молодежи», утвержденным приказом от 14.05.2020 № 269-д.

Направленность программы - туристско-краеведческая.

Актуальность и основные идеи

Верёвочный курс, сплав, краеведческая экскурсия способствуют эффективности групповой деятельности.

Навыки и опыт эффективного общения постигаются человеком постепенно, в процессе долгого взаимодействия с окружающими в команде. При этом достигнет ли команда организации успеха, во многом зависит от того, насколько грамотно организовано ее обучение и обеспечен личностный рост каждого из участников группы.

Отличительные особенности программы, новизна

Новизна данной программы заключается в том, что в условиях современного стрессового окружения туризм становится платформой для формирования навыков выживания и адаптации к стрессовым ситуациям в жизни общества.

Программа предлагает нетрадиционный подход к вопросам туристической поддержки и сопровождения, а также социализации

участников веревочного курса в условиях разновозрастной и малознакомой группы.

В ходе реализации программы создается атмосфера творческого поиска, исследуются возможности принятия нестандартных решений, что способствует повышению взаимопомощи и поддержки внутри коллектива. На примере увлекательных, но достаточно сложных упражнений группа обучается совместному решению общих задач, выработке тактики и стратегии их достижения. Участвуя в краеведческих образовательных экскурсиях, участники осваивают навыки преодоления барьеров в общении и лучше узнают друг друга, что способствует естественному и быстрому сплочению группы.

«Шагаем по Уралу» – это программа взаимообучения, в которой участники познают все сами из собственного опыта. Основа данной программы – командная работа и лидерство.

Адресат программы – обучающиеся в возрасте от 7 до 17 лет.

Количество обучающихся в группе – до 20 человек (разновозрастный состав).

Возрастные особенности:

7-10 лет (младший школьный возраст):

Интенсивный рост, развитие координации движений, высокая подвижность, быстрая утомляемость. Преобладание наглядно-образного мышления, повышенная эмоциональность, любознательность, интерес к новому, стремление к игре и подражанию. Важна наглядность, конкретность и эмоциональная подача материала. Формирование навыков общения и взаимодействия в коллективе, стремление к признанию и одобрению, подчинение авторитету взрослого. Важно создавать дружелюбную атмосферу и поддерживать инициативу детей. Для данной возрастной категории лучше предложить короткие маршруты, частые перерывы на отдых, игровые формы обучения, акцент на наглядность и эмоциональность, четкие правила и инструкции.

11-14 лет (средний школьный возраст, подростковый период):

Период полового созревания, интенсивный рост, изменение пропорций тела, повышенная утомляемость, нестабильность эмоционального состояния. Развитие абстрактного мышления, критичности, самосознания, стремление к самостоятельности и независимости, потребность в общении со сверстниками, интерес к противоположному полу. Важно предоставлять возможность для самостоятельной деятельности и выражения своего мнения, поддерживать инициативу и креативность. Формирование самооценки, стремление к самоопределению, поиск своего места в коллективе, влияние группы сверстников. Важно создавать условия для развития лидерских качеств и ответственности, поддерживать позитивные отношения в коллективе. Для данной возрастной категории лучше предложить более сложные маршруты, задания, требующие самостоятельности и ответственности, возможность выбора деятельности, учет интересов и потребностей подростков, создание условий для общения и взаимодействия со сверстниками.

15-17 лет (старший школьный возраст, юношеский период):

Завершение полового созревания, стабилизация гормонального фона, повышение выносливости и силы. Формирование мировоззрения, ценностных ориентаций, профессиональных интересов, стремление к самореализации, потребность в признании и уважении, критическое отношение к действительности. Важно предоставлять возможность для самореализации и профессионального самоопределения, поддерживать инициативу и творчество, создавать условия для развития лидерских качеств и ответственности. Формирование гражданской позиции, участие в общественной жизни, планирование будущего, выбор профессии, построение межличностных отношений. Важно привлекать к организации и проведению мероприятий, предоставлять возможность для участия в социально значимой деятельности. Для данной возрастной категории лучше предложить сложные и интересные маршруты, проекты, требующие самостоятельности и ответственности, возможность участия в разработке программы, акцент на

профессиональное самоопределение и развитие лидерских качеств.

Объем программы, срок освоения

Объем программы 8 часов

Срок реализации программы: – 1 неделя (3 дня). В день запланировано прохождение одного образовательного раздела.

Форма обучения

Форма работы с детьми – очная.

Уровень освоения программы стартовый, что обеспечивает возможность обучения детей с любым уровнем подготовки.

Организационные формы обучения

Программа предполагает использование в работе следующих форм: коллективные, групповые формы работы.

Режим занятий

Расписание занятий составляется с учетом погодных условий и количества групп.

Продолжительность учебного процесса устанавливается на каждый раздел отдельно и является примерной:

– Сплав по реке Исеть. 45 минут – пеший маршрут, 10 минут перерыв, 45 минут инструктаж, 10 минут перерыв, 75 минут сплав по реке, 10 минут перерыв, 30 минут – пеший маршрут до загородного центра.

– Мастер-класс «Веревочный курс» прохождение полосы с препятствиями. 45 – минут занятие, 10 минут – перерыв, 60 минут занятие.

– Пешая краеведческая экскурсия по с. Камышево. 120 минут занятие, перерыв по необходимости.

2. Цель и задачи программы

Цель программы: развитие туристско-краеведческих навыков и саморазвитие подростка путем включения его в коллективную деятельность через участие в краеведческих экскурсиях.

Задачи:

Образовательные задачи:

- формировать специальные навыки, необходимые для участия в походах и краеведческих экскурсиях;
- знакомить с историческими, географическими и культурными особенностями Свердловской области через совершение краеведческой экскурсии.

Развивающие задачи:

- развить познавательный интерес к истории и географии родного края посредством туристических путешествий;
- развить физические качества (выносливость, силу, ловкость) через участие в сплаве и веревочном курсе.

Воспитательные задачи:

- воспитывать бережное отношение к природе и ответственности за ее сохранение;
- формировать ценностное отношение к здоровому образу жизни и личной безопасности.

3. Содержание общеразвивающей программы

Учебный (тематический) план

Таблица 1

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Пойма и русло реки Исеть (пешеходная - водная)	4	1	3	Устный опрос, педагогический анализ, наблюдение
1.1	Вводный инструктаж. Правила поведения на воде	1	0,75	0,25	
1.2	Сплав по реке Исеть	3	0,25	2,75	
2	Мастер-класс «Веревочный курс» прохождение полосы с препятствиями	2	0,5	1,5	Устный опрос, педагогический анализ, наблюдение
2.1	Вводный инструктаж.	0,5	0,5		
2.2	Мастер-класс	0,5	0,5		
2.3	Прохождение полосы препятствий	1		1	
3	Пешая краеведческая экскурсия по с. Камышево	2	0,5	1,5	Анкетирование, педагогический анализ, наблюдение
	Всего:	8	2	6	

Содержание учебного плана

Раздел 1. «Пойма и русло реки Исеть (пешеходная - водная) – всего 4 часа (1 час- теория, 3 часа практика)

Тема 1. Вводный инструктаж. Правила поведения на воде – всего 1 час (0,75 часа - теория, 0,25 часа практика)

Теоретическое занятие: техника безопасности на маршруте (одежда и обувь должна быть удобной и соответствовать погоде. Все свои действия нужно согласовывать с инструктором похода - сплава. Обязательно осматриваться на наличие клещей (каждые 1,5 часа). Одежда и снаряжение должно быть обработано репеллентными препаратами. Не пить сырую воду. Не выходить на края скал и обрывов. Бережно относиться к природе, не ломать деревья, не сорить.

Практическое занятие: примерка спасательных жилетов и оборудования в соответствии с ростом и весом участников.

Тема 2 Сплав по реке Исеть – всего 3 час (0,25 часа - теория, 2,75 часа практика)

Теоретическое занятие: обучение участников сигналам и командам при организации и проведении сплавов.

Практическое занятие: распределение участников по катамаранам. Организация сплава по реке Исеть по утвержденному маршруту.

Раздел 2. Мастер-класс «Веревочный курс» прохождение полосы с препятствиями – всего 2 часа (0,5 часа - теория, 1,5 часа практика)

Тема 1. Вводный инструктаж – всего 0,5 часа (0,5 часа – теория)

Теоретическое занятие: организация техники безопасности и охраны труда при прохождении полосы с препятствиями. Ознакомление участников с этапами и правилами.

Тема 2. Проведение мастер-класса – всего 0,5 часа (0,5 часа – теория)

Теоретическое занятие: подгонка снаряжения и оборудования под каждого участника в соответствии с ростом и весом. Обучение правильной работе с карабинами и страховочными системами.

Тема 3. Прохождение полосы препятствий – всего 1 час (1 час практика)

Практическое занятие: прохождение этапов полосы с препятствиями (индивидуально), далее в составе команды - отработка элементов взаимовыручки и работы в коллективе.

Раздел 3. Пешая краеведческая экскурсия по с. Камышево – всего 2 часа (0,5 часа теория, 1,5 часа практика)

Теоретическое занятие: Техника безопасности на маршруте. Прослушивание экскурсионного материала о значимых, исторических местах села «Камышево» и окрестностей загородного центра «Дружба».

Практическое занятие: совершение пешей прогулки с экскурсоводом по маршруту: «Загородный центр «Дружба» – Красная гора – Храм во имя Святого великомученика Георгия Победоносца – здание пожарной части

(бывшего клуба им. В. Томилова) – Купеческие усадьбы на ул. Уральская –
Плотина реки Исеть – Зброшенная сапоговаляльная фабрика им. Малышева
– загородный центр «Дружба».

4. Планируемые результаты освоения программы

Предметные результаты:

- знание основ техники безопасности в походах и на экскурсиях;
- владение навыками работы с туристским снаряжением (катамаран, весло, жилет, веревка, карабин, жумар);
- знание основных исторических событий и личностей, связанных с окрестностями загородного центра;
- знание правил поведения в природе, направленных на ее сохранение.

Метапредметные результаты:

- умение работать в команде, распределять обязанности и координировать действия;
- умение устанавливать контакт с местными жителями, получать информацию от экскурсоводов и других специалистов.

Личностные результаты:

- осознание важности сохранения природы для будущих поколений.
- соблюдение правил безопасности в походах и на экскурсиях.
- готовность оказывать помощь пострадавшим.

КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО–ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

1. Календарный учебный график

Таблица 2

№ п/п	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	9:30-13:30	Групповая	2	Пойма и русло реки Исеть (пешеходная - водная)	Окрестности загородного центра «Дружба»	Устный опрос, педагогический анализ, входная диагностика.
3	17:00-19:00	Групповая	2	Мастер-класс «Веревочный курс» прохождение полосы с препятствиями	Загородный центр «Дружба»	Устный опрос, педагогический анализ.
4	17:00-19:00	Групповая	2	Пешая краеведческая экскурсия по с. Камышево	Село Камышево	Устный опрос, педагогический анализ.

2. Условия реализации программы

Материально техническое и ресурсное обеспечение:

1. Лесной массив на территории ЗЦ «Дружба»;
2. Альпинистские страховочные системы;
3. Веревки туристические;
4. Каски туристические;
5. Карабины стальные с байнетной муфтой, карабины полуавтомат;
6. Маркировочная лента;
7. Катамараны К6 (6 местные);
8. Весла;
9. Спасательные жилеты;
10. Свисток;
11. Микрофон петличный.

Кадровое обеспечение программы

Инструктор – ведет занятие, следит за соблюдением техники безопасности при проведении занятий. Имеет опыт работы в проведении туристических походов или судейскую категорию по спортивному туризму.

Экскурсовод – проводит краеведческую экскурсию по селу Камышево.
Требования: местный гид, организатор авторских туристических маршрутов выходного дня

Медицинский работник – осуществляет допуск детей к занятиям с учетом особенностей здоровья.

Информационное сопровождение программы

Информационное сопровождение программы осуществляется через группы в социальной сети Вконтакте:

Загородный центр «Дружба» – <https://vk.ru/mbouksoch9?from=groups>

Ресурс безопасности – <https://vk.ru/schoolspasenie>

А также сайты Загородного центра «Дружба», Дворца молодежи и «Ресурс безопасности».

3. Формы аттестации

Текущий контроль

Входная анкета (приложение 1).

Осуществляется перед первым занятием.

Наблюдение и педагогический анализ (приложение 2).

Итоговый контроль

Осуществляется на последнем занятии по Программе в форме анкеты (приложение 3).

4. Методические материалы

Информационно-методические условия

Раздаточный материал:

- памятка по технике безопасности;

Методические рекомендации для педагогов

- методические разработки к занятиям: организация и проведение сплавов по рекам, алгоритм оказания сердечно – легочной реанимации, правила спортивного туризма (пешие дистанции).

- Краеведческий сборник по географии, истории и быту села Камышево и близлежащих деревень «Родное Камышево: от прошлого к настоящему» 2025г.

Методы обучения:

- по типу вовлеченности: активные – обучающиеся постоянно включены в активную деятельность (пешая экскурсия, сплав по реке, веревочный курс);

- по объекту обучения: практические – ориентированы на применение знаний на практике;

- по форме организации занятий: групповые (работа в группах и подгруппах, например, для сплава на катамаранах).

При реализации программы «Шагаем по Уралу» используются следующие **педагогические технологии:**

1. Полевое обучение

Полевое обучение включает в себя непосредственное взаимодействие с природой. Во время сплава и краеведческой экскурсии участники могут наблюдать за экосистемами, изучать флору и фауну региона.

2. Игровые технологии

Игровые технологии используются для создания командных игр и соревнований во время веревочного курса. Это не только развивает

физические навыки и координацию, но и формирует командный дух, учит работать в группе и преодолевать препятствия вместе.

3. Технология «Обратная связь»

Регулярная обратная связь между участниками программы и инструкторами поможет оценить прогресс и выявить области для улучшения. Это реализуется через обсуждения после каждого этапа программы, где участники делятся своими впечатлениями и предложениями.

ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ

Книги и учебные пособия

1. Гревцов А. Г. Лучшие упражнения для развития уверенности в себе: учебно-методическое пособие / СПб.: СПбНИИ физической культуры, 2006. – 52 с.
2. Константинов Ю. С. Детско-юношеский туризм: учебно-методическое пособие / 2-е изд., стереотип. / М.: ФЦДЮТиК, 2008. – [Электронный ресурс] // dtglava6.doc (live.com).
3. Иванов И. И. Урал: природа и человек. – М.: Издательство «Наука», 2019.
4. Петров П. П. Сплавы по рекам России: руководство по технике и безопасности. – СПб.: Издательство «Спорт», 2020.
5. Сидорова А. А. Краеведение Урала. – Екатеринбург: Уральское издательство, 2021.
6. Смирнов В. В. Вербочные курсы: методические рекомендации. – Казань: Издательство «Образование», 2018.

Научные статьи

7. Кузнецов Н. Н. Экология рек Урала: состояние и охрана // Журнал экологии. – 2022. – № 45(3). – С. 123-135.
8. Петрова Е. Е. Психология групповой динамики в условиях активного отдыха // Психология и спорт. – 2021. – № 12(2). – С. 45-58.

Интернет-ресурсы

9. Национальный парк «Таганай». Официальный сайт // URL: <http://www.taganay.ru>. – Дата обращения: 10 окт. 2023.
10. Туристические маршруты по Уралу // Форум путешественников // URL: <http://www.uraltravelforum.ru>. – Дата обращения: 10 окт. 2023.

11. Сплавы по Уралу: активные туры и маршруты // URL: <http://www.spavyural.ru>. – Дата обращения: 10 окт. 2023.

Электронные ресурсы (научные базы данных)

12. Ресурсы открытого доступа в сети Интернет (Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU). [Электронный ресурс]. – URL: <https://elibrary.ru/defaultx.asp>.

13. КиберЛенинка – научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science). [Электронный ресурс]. – URL: <https://cyberleninka.ru>.

Входная анкета для участников программы

Уважаемый участник программы «Шагаем по Уралу»!

Эта анкета поможет нам лучше узнать тебя и сделать программу интересной и полезной. Пожалуйста, ответь на вопросы честно и внимательно.

1. Твоё имя (можно вымышленное): _____

2. Твой возраст: _____

3. Ты уже участвовал в походах или экскурсиях раньше?

- Да
- Нет

4. Если да, то где и когда? _____

5. Что тебе больше всего нравится в походах и экскурсиях? (Выбери несколько вариантов)

- Природа
- Новые знания
- Активный отдых
- Общение с друзьями
- Что-то другое (укажи): _____

6. Что ты знаешь о Свердловской области? (Напиши несколько предложений)

7. Что ты знаешь о реке Исеть? _____

9. Как ты оцениваешь свои навыки ориентирования на местности? (Оцени по шкале от 1 до 5, где 1 – совсем не умею, а 5 – умею отлично)

1 2 3 4 5 (подчеркни)

10. Как ты оцениваешь свои знания правил безопасности в походах? (Оцени по шкале от 1 до 5, где 1 – совсем не знаю, а 5 – знаю отлично)

1 2 3 4 5 (подчеркни)

11. Что ты ожидаешь от участия в этой программе? (Напиши несколько предложений)

12. Что для тебя самое важное в совместной работе с другими людьми? _____

Форма бланка для педагогического анализа программы «Шагаем по Уралу»

1. Общая информация

Название программы: Шагаем по Уралу

Дата проведения: _____

Количество участников: _____

Инструкторы: (ФИО) _____

2. Оценка участников

Форма оценки:

- Индивидуальная
- Групповая

2.1. Индивидуальная оценка

№	ФИО участника	Уровень подготовки (1-5)	Активность на занятиях (1-5)	Командная работа (1-5)	Комментарии
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					

18					
19					
20					

2.2. Групповая оценка

Группа	Уровень взаимодействия (1-5)	Выполнение задач (1-5)	Общая атмосфера (1-5)	Комментарии

3. Анализ мероприятий

3.1. Слав по реке Исеть

Цели мероприятия: _____

Результаты: _____

Проблемы и предложения: _____

3.2. Краеведческая экскурсия

Цели мероприятия: _____

Результаты: _____

Проблемы и предложения: _____

3.3. Вербочный курс

Цели мероприятия: _____

Результаты: _____

Проблемы и предложения: _____

4. Общие выводы и рекомендации

Что удалось хорошо?

Что можно улучшить?

Рекомендации для будущих программ:

5. Обратная связь от участников

Что понравилось?

Что бы вы изменили?

Итоговая анкета для участников программы

Уважаемый участник программы «Шагаем по Уралу»!

Эта анкета поможет нам оценить, насколько полезной была для тебя наша программа, и сделать ее еще лучше в будущем. Пожалуйста, ответь на вопросы честно и внимательно.

1. Твоё имя (можно вымышленное): _____

2. Твой возраст: _____

3. Что тебе больше всего запомнилось и понравилось в программе?

4. Какие новые сведения ты получил об экскурсионных объектах?

5. Какие навыки получил при прохождении веревочного курса?

6. Изменилось ли твоё отношение к природе после участия в программе? Если да, то как?

8. Как ты оцениваешь свои знания правил безопасности в походах после участия в программе? (Оцени по шкале от 1 до 5, где 1 - совсем не знаю, а 5 - знаю отлично)

1 2 3 4 5 (подчеркни)

9. Полезным ли для тебя был опыт работы в команде? Что ты узнал о себе в процессе работы с другими участниками?

10. Какие навыки, полученные в ходе программы, ты считаешь наиболее важными для себя?

11. Что бы ты посоветовал изменить или добавить в программу?

12. Посоветовал бы ты эту программу своим друзьям?

- Да
- Нет
- Не уверен

13. Оцени, насколько полезной и интересной была для тебя программа «Шагаем по Уралу» в целом (Оцени по шкале от 1 до 5, где 1 - совсем не полезно и не интересно, а 5 - очень полезно и интересно)

1 2 3 4 5 (подчеркни)

14. Понравилась ли тебе программа «Шагаем по Урала», расскажи, что тебе понравилось, а что нам стоит доработать?
