

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТР ДЕТСКОГО ОЗДОРОВИТЕЛЬНО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ТУРИЗМА Г. ТУЙМАЗЫ МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА
ТУЙМАЗИНСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН

Принята на заседании
педагогического совета
МАОУДО ЦДООТ г. Туймазы
Протокол № _____
от «___» _____ 20__ г.

«Утверждаю»
Директор МАОУДО ЦДООТ
г. Туймазы МР ТР
_____ Р.М Фаррухшин.
от «___» _____ 20__ г.

АДАПТИРОВАННАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«ШАГ НАВСТРЕЧУ»

Сроки реализации: 144 часа
Возраст обучающихся: 12-17 лет

Автор-составитель:
М.С. Баньщикова,
педагог дополнительного образования
МАОУДО ЦДООТ г. Туймазы

г. Туймазы
2020 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа «Шаг навстречу» (в дальнейшем Программа) по целевой направленности – социально-педагогическая с элементами туристско-краеведческой направленности, предназначена для детей с ограниченными возможностями здоровья (лица с умственной отсталостью, с задержкой психического здоровья).

Программа разработана на основе отдельных материалов авторов дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ: Димовой Б.К. «Тверже шаг» (2016г.), Новикова С.А. «Туризм. Первые шаги» (2018г.), Черных Т.А. «Юный турист» (2018г.), Заякиной В.И. «Мир, в котором я живу» (2018г.), Баньшиковой М.С. «Шаг навстречу» (2020г.). В Программе учтены особенности психофизического развития детей с ограниченными возможностями здоровья, уделяется особое внимание методам и приемам работы, посредством которых дети с ОВЗ будут её осваивать.

Нормативно-правовую основу данной Программы составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012г. №273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020г.),
- Закон РБ от 01.07.2013г. №696-з «Об образовании в Республике Башкортостан» (с изменениями на 02.07.2020г.),
- Федеральный закон от 24.07.1998г. №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ» (ред. от 31.07.2020г.),
- Закон РБ от 31.12.1999г. №44-з «Об основных гарантиях прав ребёнка в РБ» (с изм. на 02.06.2020г.),
- Федеральный закон от 24.11.1996г. №132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями),
- Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная Правительством РФ от 04.09.2014 г. №1726-р,

- Конвенция «О правах ребенка», ратифицирована Постановлением Верховного Совета СССР от 13.06.1990г. №1559-1,
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 09.11.2018г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,
- Приказ Министерства Просвещения РФ от 05.09.2019г. №470 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденного приказом МП РФ от 09.11.2018г. №196»,
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010г. №189 «Об утверждении Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в ОУ (СанПиН 2.4.2.2821-10 с изм. на 22.05.2019г.),
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательной организации дополнительного образования детей»,
- Письмо МОиН РФ от 14.12.2015г. №09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»,
- Письмо МОиН РФ от 18.11.2015г. №09-3242 «О направлении информации»,
- Письмо МОиН РФ от 29.06.2016г. №ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций 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»,

- Письмо МОиН РФ от 09.11.2015г. №1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи».

- Устав учреждения.

Обеспечение реализации прав детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и детей-инвалидов на участие в программах дополнительного образования является одной из важнейших задач государственной образовательной политики.

Расширение образовательных возможностей этой категории обучающихся является наиболее продуктивным фактором социализации детей-инвалидов и детей с ОВЗ в обществе.

Получение детьми-инвалидами и детьми с ОВЗ дополнительного образования способствует социальной защищенности на всех этапах социализации, повышению социального статуса, становлению гражданственности и способности активного участия в общественной жизни и в разрешении проблем, затрагивающих их интересы.

АКТУАЛЬНОСТЬ, НОВИЗНА И

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ЦЕЛЕСООБРАЗНОСТЬ ПРОГРАММЫ

Детско-юношеский туризм трактуется как средство гармоничного развития детей, реализуемое в форме отдыха и общественно-полезной деятельности, характерным компонентом которого является путешествие (экскурсия, прогулка, поход). Данное определение, прежде всего, указывает на то, что в туризме интегрируются такие основные аспекты воспитания, как нравственный, трудовой, эстетический, физический, патриотический и интеллектуальный. Это очень значимо для детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, так как при различных нарушениях возникает ряд вторичных отклонений, связанных с ослаблением познавательных процессов и изменениями в физическом развитии, в том

числе и двигательных функций, ограничивается овладение социальным опытом. Без сомнения, вовлечение таких детей в туристскую деятельность помогает в компенсации сопутствующих дефектов и дальнейшей социализации.

Туристско-краеведческая деятельность создает оптимальные условия для самореализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья.

Данная Программа направлена на познание, обучение и развитие личности, социальную активность и воспитание обучающихся средствами туризма, на познание окружающей действительности своего родного края и воспитание духовно-нравственных качеств.

Программа знакомит обучающихся с основами туризма, ориентирования и краеведения, организацией прогулок и походов по окрестностям своего города, посещением экскурсий, а также с правилами безопасности своей жизни, действиями в чрезвычайных ситуациях.

Опасности встречаются нам на каждом шагу, что в городе, что в природе. Почти ежедневно пресса, радио и телевидение сообщает нам о терпящих бедствие самолетах и кораблях. Аварии, катастрофы и стихийные бедствия уносят десятки тысяч жизней. Теряются на маршрутах туристы, погибают в пустынях и таежных джунглях заблудившиеся путешественники. Что нужно предпринять для сохранения жизни? Как подавать сигналы бедствия, добывать пищу и воду, разводить костер в непогоду, сооружать укрытия из подручных материалов для защиты от дождя, палящего солнца, холода? Какие есть средства спасения и как ими пользоваться? И вообще – как выжить? Современная цивилизация изнежила человека, развратила мягкой мебелью и автомобилем, отучила жить среди дикой природы. В самом деле, многие ли из нас умеют найти в пустынной местности воду, добыть огонь без спичек, выбраться из трясины, оказать первую доврачебную помощь, ориентироваться и двигаться в правильном направлении, преодолевать естественные препятствия, подавать сигналы бедствия и вообще знать, как нужно поступить, чтобы выжить.

Для эффективного обучения детей безопасной жизнедеятельности необходимо успешное усвоение знаний, выработка умений и навыков, а также желание, заинтересованность в обеспечении собственной безопасности и безопасности окружающих.

Практические занятия позволяют детям удовлетворить свои познавательные интересы, расширить кругозор, приобщить их к активному, здоровому и безопасному образу жизни.

Важной составляющей Программы является использование новейших интерактивных технологий, используемых в современном обучении для развития у детей творческих способностей.

Программа не реализуется в дистанционной форме, но отдельные разделы и темы могут быть реализованы с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

Актуальность Программы обусловлена тем, что в системе дополнительного образования одним из действенных методов социально-педагогической адаптации являются занятия туризмом, которые уникально сочетают в себе познание окружающего мира, физическое совершенствование, двигательную активность и развитие личностных психологических качеств. Туризм в школьном возрасте – мощный катализатор развития ребёнка. Общение с природой, получение базовых навыков нахождения в различных природных условиях, углубленные и длительные занятия туризмом, позволяют привлечь детей из различных социальных групп, способствуя в дальнейшем стремлению к спортивным достижениям.

Гуманитарный потенциал туризма просто огромен и необходимо его использовать в воспитании подрастающего поколения, тем более в воспитании детей, имеющих ограниченные возможности здоровья.

Практическая значимость обучения, воспитания участников дорожного движения и в целом профилактики детского дорожно-транспортного травматизма обусловлена сложившейся критической ситуацией, связанной с

увеличением дорожно-транспортных происшествий с участием детей. Учреждения дополнительного образования в равной мере, как и общеобразовательные учреждения, являются основными звеньями системы обучения и воспитания детей, где они могут и должны получить необходимые знания, умения, навыки и привычки безопасного поведения на дороге, в транспорте, природных и экстремальных условиях.

Отличительная особенность

Главная отличительная особенность Программы заключается в её компактности и комплектности, так как содержание акцентировано в равной мере как на туристскую деятельность, расширяющую познавательные возможности ребенка с ОВЗ и обогащающую его эмоциональную жизнь, так и на социализацию «особенного» ребенка в окружающем мире соответственно особенностям развития обучающихся.

Большое значение в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья имеет степень владения психологическими знаниями, умение определить модель взаимодействия с ребенком, его возможности и потребности. Отношения строятся на основе взаимного уважения и доверия, что оказывает благоприятное влияние на развитие личности ребенка.

Программа скорректирована с учетом интеллектуальных и физических способностей ребенка.

Работа строится не с учетом возраста, а с учетом того, на каком уровне развития находится обучающийся.

Ребенок не ограничен во времени, он в своем темпе может усваивать материал в соответствии со своим уровнем развития и природообразующими способностями.

Большое значение отводится разнообразию форм и приемов, используемых педагогом на занятиях. Игровые и интерактивные технологии, применяемые в программе, дают возможность включиться ребенку в практическую деятельность, в условиях ситуаций, направленных на

воссоздание и усвоение опыта безопасного поведения на дорогах и улицах, в котором складывается и совершенствуется самоуправление поведением.

Материал для усвоения делится на маленькие порции и представляется в наглядно-практических и деятельностных условиях. Закрепление материала проводится на большом количестве тренировочных упражнений, многократное повторение усвоенного материала.

Мастерство педагога состоит в том, чтобы научиться обыгрывать всевозможные отклонения от запланированного занятия и инциденты, не нарушая технической последовательности, делать эти отклонения элементами занятия, включая их в развитие темы, но никогда не делать их причиной замечаний ребенка.

Педагогическая целесообразность Программы объясняется тем, что в неё включены такие виды деятельности, как самостоятельная работа с выполнением различных упражнений и заданий с использованием интерактивных технологий, прохождение технических заданий на местности, или дома. Программа предполагает использование методов активного обучения, демонстрации 3D-моделей, что позволяет решать проблемы активизации учебной деятельности.

С помощью вовлечения детей в туристско-краеведческую и общественную деятельности решается проблема социализации. Занятия туризмом, краеведческой деятельностью благотворно влияют на формирование личности ребенка, становление его самосознания.

Получение хорошего результата воспитательной работы с обучающимися, имеющими физические и психологические отклонения, возможно при условии учета их индивидуальных особенностей, создания ситуации успеха и тщательного подбора форм деятельности. Программа предоставляет ребенку широкий диапазон видов деятельности.

Целесообразность программы объясняется и фактом участия детей в дорожно-транспортных происшествиях и особенностями школьного возраста, в котором формируются устойчивые поведенческие навыки и

привычки. Важно заложить фундамент жизненных ориентировок в окружающем, и всё, что ребенок усвоит, прочно останется у него навсегда. Поэтому включение в Программу отдельных тем по основам безопасности жизни, действиях человека в чрезвычайных ситуациях является одной из целей воспитания по сохранению жизни и здоровья детей, приучение их к установленному порядку.

ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель: социальная адаптация детей с ограниченными возможностями здоровья к жизни в обществе средствами туризма, формирование сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, расширение их жизненного пространства и формирование стойких мотивов, ориентированных на активный образ жизни и познание окружающей действительности своего родного края.

В соответствии с поставленной целью формируются следующие взаимосвязанные *задачи:*

Обучающие:

- формирование начальных туристских знаний;
- изучение истории родного края, своего рода и семьи;
- ознакомление с основами туризма и ориентирования;
- формирование и приобретение устойчивых знаний, умений и навыков в сфере основ безопасной жизнедеятельности.

Развивающие:

- побуждение к самостоятельному получению знаний;
- развитие творческой и исполнительской активности обучающихся;
- развитие физических качеств и двигательных способностей;
- развитие познавательного интереса к активному образу жизни;
- развитие навыков безопасного поведения в экстремальных ситуациях;
- расширение кругозора обучающихся;
- развитие межличностных отношений.

Воспитательные:

- формирование мотивации к занятиям;
- воспитание характера, усидчивости, внимания и целеустремленности;
- усвоение принципов безопасного и здорового образа жизни;
- формирование нравственной культуры.

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ

Данная Программа рассчитана на 1 год обучения – 144 часа. Периодичность проведения занятий: 2 раза в неделю, с 4-х часовой еженедельной нагрузкой в определенные дни и часы. Продолжительность 1 занятия – 80 минут (40+40), предусматривается 10-минутный перерыв.

АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на детей с ограниченными возможностями здоровья, детей инвалидов в возрасте от 12 до 17 лет.

Для зачисления в группу (объединение) специальных знаний и подготовки от детей не требуется. При наборе принимаются дети, относящиеся к требуемой категории, не имеющие медицинских противопоказаний. Зачислением в группу является заявление родителей (законных представителей) на имя директора МАОУДО ЦДООТ.

Рекомендуемый состав группы – до 12 человек. При этом обучение в основном идет индивидуально с каждым ребенком с учетом его способностей и возможностей.

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

ДЕТЕЙ С ОВЗ

Дети с задержкой психического развития (дети с ЗПР) – это неоднородная группа, которая характеризуется нарушением темпа психического развития познавательной деятельности: восприятия, внимания,

памяти, мышления, воображения. Также характерным признаком ЗПР является эмоционально-волевая незрелость. Речевое развитие отличается вариативностью: от нижней границы возрастной нормы до системного недоразвития речи (произносительной стороны, лексико-грамматического строя, связного высказывания).

К умственно отсталым относятся различные группы детей, у которых стойко нарушена интеллектуальная деятельность вследствие наследственного или приобретенного органического поражения головного мозга. Выделяют различные степени умственной отсталости: легкую, умеренную, тяжелую и глубокую. Для всех детей с умственной отсталостью характерно нарушение психического и физического развития – тотальное недоразвитие высших психических функций, нарушение эмоционального развития, искаженное развитие личности, неловкость и нарушение координации движений. Нарушение речевого развития обусловлено степенью поражения центральной нервной системы и носит системный характер. Резко ограничено программирование речевого высказывания и контроль за речью. Данная категория детей зачастую испытывает серьезные трудности в овладении простейшими действиями, в том числе бытовыми.

Дети с задержкой психического развития	Дети с умственной отсталостью
<u>Речь:</u>	
<ul style="list-style-type: none"> - нарушение понимания устной и письменной речи (простой и сложной фразы, словосочетаний, образных выражений, устных и письменных текстов, отдельных слов); - бедность и точность словарного запаса, преобладание частотных существительных и глаголов, усвоение прилагательных вызывает 	<ul style="list-style-type: none"> - варьируется от полного «безречия» до системного недоразвития речи; - характерно выраженное нарушение понимания речи, при этом детям доступно только понимание бытовой лексики, простых фраз, при этом невозможно понимание образных выражений, подтекста; - нарушение звукопроизношения

<p>трудности;</p> <p>- спонтанная речь может быть невнятная, смазанная.</p>	<p>является полиморфным и характеризуется стойкостью;</p> <p>- словарный запас ограничен количественно и качественно, ребенку доступна частотная бытовая лексика, отмечаются многочисленные замены слов;</p> <p>- возможности связного высказывания резко ограничены;</p> <p>- доступен пересказ простого текста без понимания даже фактической информации;</p> <p>- письменная речь для определенной части детей недоступна, для другой – письмо и чтение затруднено.</p>
<p><u>Восприятие:</u></p>	
<p>- нарушение целостного восприятия предметов, объектов;</p> <p>- снижение зрительного, слухового тактильно-двигательного восприятия (трудности узнавания предметов/объектов, в том числе на ощупь).</p>	<p>- восприятие характеризуется замедленным темпом;</p> <p>- нарушена активность и избирательность восприятия;</p> <p>- слуховое, фонематическое и зрительное восприятие нарушено, дети смешивают сходные звуки, похожие предметы и изображения;</p> <p>- восприятие цветов доступно частично.</p>
<p><u>Внимание:</u></p>	
<p>- отмечаются неустойчивость, нарушение переключаемости, трудности концентрации;</p>	<p>- нарушено произвольное и непроизвольное внимание;</p> <p>- отмечаются истощаемость и</p>

<p>- характерно ухудшение распределения внимания.</p>	<p>неустойчивость внимания; - характерны трудности распределения и переключаемости.</p>
<p><u>Память:</u></p>	
<p>- характерны недостаточный объем памяти, низкая скорость запоминания; - преобладание механического запоминания и наглядной памяти над словесной; - характерно снижение вербальной памяти, при этом дети запоминают лучше материал, представленный наглядно; - недостаточная целенаправленность и произвольность при запоминании и воспроизведении информации.</p>	<p>- объем памяти ограничен; - нарушено запоминание, сохранение и воспроизведение информации; - механическая память, у большинства, достаточно сохранна; - произвольное запоминание затруднено, при этом проще запоминаются внешние, случайные зрительные элементы; - отмечаются эпизодичность и фрагментарность припоминания и извлечения информации.</p>
<p><u>Мышление:</u></p>	
<p>- трудности реализации всех мыслительных операций: анализа, синтеза, сравнения, обобщения, конкретизации и классификации; - недостаточная гибкость мышления, его инертность; - склонность к стереотипным и шаблонным решениям; - преобладает наглядно-действенное мышление, доступно выполнение заданий по аналогии; - характерно снижение</p>	<p>- формирование всех мыслительных операций замедлено и затруднено; - отмечаются инертность и тугоподвижность мыслительных процессов; - абстрактное мышление не развивается; - детьми усваиваются наиболее конкретные и сходные признаки объектов и предметов; - характерно ограничение понимания или невозможность понимания</p>

<p>познавательной активности и продуктивности при решении интеллектуальных задач.</p>	<p>причинно-следственных связей между явлениями, событиями, объектами, предметами;</p> <ul style="list-style-type: none"> - характерны не критичность, невозможность оценить свою работу и работу сверстников, выявить собственные и чужие ошибки; - минимальный самоконтроль или его отсутствие.
---	---

Эмоциональная сфера и личностные особенности:

<ul style="list-style-type: none"> - мотивационная сфера и познавательный интерес снижены - снижена потребность в общении со сверстниками и взрослыми - нарушение самоконтроля практически во всех видах деятельности - отставание в развитии эмоциональной сферы также характеризуется вариативностью проявлений – страхов, пониженного фона настроения до повышенного фона настроения, возбудимости, агрессивности 	<ul style="list-style-type: none"> - отмечается эмоциональная незрелость; - могут наблюдаться колебания эмоционального фона от возбудимости до апатии; - не понимают оттенки и эмоции окружающих и свои собственные; - мотивация неустойчивая, ситуативная, примитивная; - характерна сниженность критичности, дети не могут оценивать свои неудачи, довольны своей работой и собой; - отмечается неадекватная самооценка; - отзывчивы на похвалу, ласковое обращение; - коммуникация со сверстниками и взрослыми затруднена, отмечается стереотипность, шаблонность,
--	---

	<p>гибкость поведения;</p> <p>- не сформированы волевые усилия, самостоятельность, инициативность;</p>
<i><u>Двигательная сфера:</u></i>	
<p>- трудности реализации сложных двигательных программ</p> <p>- затруднения ориентировки в пространстве обусловлены нарушением формирования пространственного анализа и синтеза</p>	<p>- двигательные нарушения проявляются дифференцированно;</p> <p>- координация движений нарушена;</p> <p>- ходьба, бег, ползание и другие виды движения характеризуются выраженной моторной неловкостью;</p> <p>- практически невозможны прыжки на одной или двух ногах, подъем и спуск по лестнице.</p>
<i><u>Работоспособность:</u></i>	
<p>- характерны колебания активности и работоспособности</p> <p>- доступно понимание материалов небольшого объема</p> <p>- период интеллектуального напряжения, сосредоточенности характеризуется краткостью, после которого наступает утомление</p> <p>- на фоне утомления могут возникнуть реакции возбудимости, агрессивности или, наоборот, заторможенность и пассивность.</p>	<p>- уровень работоспособности зависит от степени поражения головного мозга;</p> <p>- работоспособность снижена, при этом может отмечаться состояние охранительного торможения;</p> <p>- характерна выраженная психическая истощаемость, которая усугубляется при наличии отвлекающих факторов.</p>

МЕТОДЫ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

При организации дополнительного образования детей с ОВЗ и детей с инвалидностью необходимо создать специальные образовательные условия.

Педагогу дополнительного образования, осуществляющему образовательный процесс с данной категорией детей, необходимо знать и учитывать несколько ключевых позиций по каждой нозологической группе.

Для обучающихся с ЗПР:

- обязательно использование вариативных методов предъявления материалов занятия с опорой на различные модальности;
- требуются уменьшение объема, упрощение содержания и дозирование информации, которая предъявляется на занятии;
- необходимо развернутое, конкретное предъявление материала занятия;
- требуется многократное повторение действий, упражнений, движений с обязательным наглядным подкреплением;
- включение в содержание занятий игровых и дидактических элементов для повышения мотивации детей с ЗПР;
- детализация и алгоритмизация действий с обязательным комментированием, использование схем, таблиц, памяток и другое;
- проявление особого педагогического такта, поощрение достижений, обеспечение ситуации успешности для ребенка с ЗПР.

Для обучающихся с умственной отсталостью:

- использование преимущественно игровой формы;
- обучение на предметно-действенной основе;
- максимальное упрощение материала и его представление в виде детальных элементов;
- обеспечение смены видов деятельности в ходе занятия, использование различных модальностей для удержания внимания ребенка с умственной отсталостью;
- постепенное усложнение видов деятельности, постепенный переход от подражаний и действий по образцу к выполнению заданий по вербальной инструкции;

- многократное повторение изучаемого и усвоенного материала занятий и его использование в новых заданиях, упражнениях, ситуациях;

- эмоциональное подкрепление деятельности ребенка, создание ситуации успеха при выполнении заданий;

- подключение тьютора при необходимости.

Таким образом, используются следующие методы и формы обучения: словесные (объяснение, рассказ, беседа и др.); наглядные (просмотр видеофильмов, презентаций, иллюстраций и интерактивные методы обучения и др.); практические (учебно-тренировочное занятие, поход выходного дня, прогулка, мини-соревнование, экскурсия, игры и др.). Каждая тема занятий предполагает организацию как познавательно-творческой деятельности обучающихся (беседы, рисование, просмотр видеофильмов, экскурсии), так и активной оздоровительной (подвижные игры, мини-соревнования в помещении и на природе, туристские и оздоровительные прогулки, походы с отработкой теоретического материала).

Формы проведения занятий: беседа, обсуждение, занятие-игра, занятие-путешествие, наблюдение, викторина, поход, презентация, экскурсия, практическое занятие, тестирование, тренинг, творческое занятие.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный план

адаптированной дополнительной общеобразовательной программы

«Шаг навстречу» (144 часа)

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение	2	1	1	Беседа, анкетирование
1.1	Введение в предмет. Правила ТБ	2	1	1	
2	Моя семья	6	2	4	Опрос, тестирование
2.1	История моего рода. Семейные ценности	3	1	2	
2.2	Лучший друг	3	1	2	
3	Краеведение	14	4	10	Раскраска с

3.1	История родного города. Памятники и памятные места города	3	1	2	заданием, опрос, наблюдение, игра, викторина
3.2	Флора и фауна города и его окрестностей	8	2	6	
3.3	Природные памятники Башкирии	3	1	2	
4	Азбука туризма	62	18	44	Тестирование, игра, наблюдение, практическое задание, тренировочное занятие, мини-соревнование
4.1	Кто такие туристы?	2	1	1	
4.2	Снаряжение туриста	8	3	5	
4.3	В поход идут и «дом» несут	2	0,5	1,5	
4.4	Организация навесов, укрытий из подручных средств	2	0,5	1,5	
4.5	Укладка рюкзака. Подготовка к походу	3	1	2	
4.6	Туристские узлы	5	1,5	3,5	
4.7	Костер. Укладка и разведение костра	4	1	3	
4.8	Питание в походе	4	1	3	
4.9	Привалы в походе	4	1	3	
4.10	Личная гигиена туриста	2	1,5	0,5	
4.11	Техника и тактика в туризме	16	4	12	
4.12	Преодоление препятствий	10	2	8	
5	Ориентирование	22	5,5	16,5	Наблюдение, поляна заданий, практическое задание, мини-соревнование
5.1	Способы ориентирования.	12	3	9	
5.2	Карта и компас	5	1,5	3,5	
5.3	Условные знаки топографических карт	5	1	4	
6	Основы безопасности жизни	11	3	8	Игра, тестирование, опрос, наблюдение
6.1	Техника безопасности и правила поведения при сложившейся ситуации	5	1	4	
6.2	Мы – пешеходы и пассажиры	2	1	1	
6.3	Что такое ДТП? Дорога и скрытая опасность	2	0,5	1,5	
6.4	В стране дорожных знаков	2	0,5	1,5	
7.	Познавательная-оздоровительная деятельность	25	0,5	24,5	Поляна заданий, наблюдение
7.1	Поход выходного дня	8		8	
7.2	Экскурсии	12		12	

7.3	Подвижные игры, ОРУ	5	0,5	4,5	
8	Итоговый контроль	2		2	Задание
	ВСЕГО	144	34	110	

В Программе отсутствует жесткая регламентация количества часов непосредственно образовательной деятельности, они могут быть как увеличены по одной из тем, так и уменьшены по другой. Педагог вправе изменять порядок проведения тем в календарно-учебном графике в связи с погодными условиями, увеличивать объемы учебных нагрузок и продолжительность занятий в каникулярное время. Как правило, в это время организуются учебные походы, экскурсии, прогулки. В этом случае месячная выработка часов педагогом распределяется неравномерно. Поэтому календарный учебный график педагогу приходится регулярно корректировать.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНА

1. Введение

1.1. Введение в предмет. Правила ТБ

Теория: знакомство с детьми. Введение в образовательную программу. Понятие терминов по краеведению и туризму. Значение туризма и краеведения в жизни общества. Техника безопасности в помещении, во время экскурсий и походов.

Практика: работа на интерактивной доске по правилам поведения в различных ситуациях: город, лес, поход, дороги. Анкетирование для определения первоначальных знаний о городе и туризме.

2. Моя семья

2.1. История моего рода. Семейные ценности

Теория: лестница ценностей. Семья в моей жизни. История моего имени. Значение имени для человека. Изучение пословиц, поговорок о доме, семье. Семейные правила сохранения и укрепления здоровья. Генеалогическое древо в истории человечества. Я и мое здоровье. Домашние питомцы.

Практика: моё увлечение (хобби), выполнение рисунка на тему «Семейный герб». Разбор иллюстрации Генеалогического древа. Проговаривание пословиц о доме и семье.

2.2. Лучший друг

Теория: Что такое дружба? Виды дружбы. Афоризмы. Мой лучший друг, наши общие интересы.

Практика: выполнение поделки «Памятный подарок другу». Устное сочинение на тему «Наша дружба самая крепкая». Тестирование по разделу «Моя семья».

3. Краеведение

3.1. История родного города. Памятники и памятные места города

Теория: история основания города Туймазы. Значения названия города. Знакомство с памятниками города и памятными местами для жителей города.

Практика: виртуальная экскурсия «Достопримечательности города»; складывание пазлов. Прослушивание стихотворений о городе. Культурные центры города: музеи, библиотеки, театры. Основные промышленные предприятия города. Памятники города, посвящённые ВОВ. Просмотр видеороликов о городе.

3.2. Флора и фауна города и его окрестностей

Теория: парк, его отличие от леса. Значение парка и леса в жизни человека. Что такое сад? Лекарственные растения и их значение. Основные представители животного и растительного мира. Интересные факты о животных и растениях. Охрана природы и экология города (редкие и охраняемые растения и животные городской черты и окрестностей).

Практика: работа с наглядностью. Зарисовки видов рыб, обитающих в водах озера Кандрыкуль. Просмотр научных фильмов, презентаций. Наблюдения за животным и растительным миром. Игра «Угадай их по описанию».

3.3. Природные памятники Башкирии

Теория: природные памятники Туймазинского района и Республики Башкортостан. Просмотр и обсуждение презентаций о Шумиловском водопаде и Национальном парке Кандры-Куль.

Практика: презентация по Стерлитамакским Шиханам. Обзор памятника Салавату Юлаеву. Гора Янган-Тау. Пещера Шульганташ как объект палеонтологического наследия на территории Башкирии. Гора Иремель. Мечеть Ляля-Тюльпан, Красноусольские минеральные источники, озеро Аслы-Куль. Нугушское водохранилище как объект искусственного водного объекта. Золотой слиток «Ирендыкский медведь» как вклад в золотой фонд России. Викторина «Природные памятники Башкирии».

4. Туризм

4.1. Кто такие туристы?

Теория: основные понятия: «турист», «рюкзак», «палатка», «спальник». Зачем туристы ходят в поход. История туризма. Великие путешественники прошлого нашей страны. Знакомство с видами туризма (горный, водный, пешеходный и т.д.).

Практика: подготовка и проведение игры «Идём в поход», выполнение творческого задания (рисунок) на тему «Мама, папа, я – туристская семья».

4.2. Снаряжение туриста

Теория: что такое снаряжение туриста. Одеваемся по погоде в различное время года. Три группы снаряжения: личное, групповое и специальное. Детальное ознакомление с каждой группой снаряжения. Вещи их транспортировка и хранение. Обувь хранение и уход за ней. Понятие термина «общественное».

Практика: опрос о других видах снаряжения по профессиям родителей. тестирование по группам снаряжения. Мини-соревнование по надеванию индивидуальной страховочной системы. Моторика рук при работе с карабинами и веревками. Распределение на интерактивной доске личного и группового снаряжения.

4.3. В поход идут и «дом» несут

Теория: многообразие палаток по их назначению. Каркасные палатки: вентиляция, ткань, дно, дуги, вес. Хранение и уход за палаткой.

Практика: Установка и снятие каркасной палатки. Правила правильной укладки различных видов палаток.

4.4. Организация навесов, укрытий из подручных материалов

Теория: первые переносные жилища, придуманные людьми. Эволюция туристских палаток до наших дней.

Практика: лепка переносных жилищ кочевников. Организация навеса, укрытий из подручных средств (полиэтилена, жердей)

4.5. Укладка рюкзака. Подготовка к походу

Теория: история возникновения рюкзака. Типы рюкзаков и область их применения: городские, штурмовые, походные, специальные. Выбор рюкзака. Чехлы от дождя. Понятие о должностях в походе: временные и постоянные. Их обязанности и требования к ним. Подготовка снаряжения. Темп и тактика движения. Порядок построения группы при движении.

Практика: распределение на интерактивной доске рюкзаков по видам туризма. Надевание рюкзака и практическое применение и использование проушин и строп на рюкзаке. Подгонка рюкзака на практике. Правильная укладка рюкзака для похода выходного дня. Решение кроссворда «Обязанности в походе»

4.6. Туристские узлы

Теория: история применения веревок. Находки наскальных рисунков эпохи палеолита на Аппенинском полуострове с изображением завязанного узла. Заимствование узлов из морского дела. Классификация узлов в туризме:

Практика: тренировочное завязывание и наработка ускорения при завязывании простейших узлов (завязка на конце веревки, прямой, проводник). Вязание узлов средней тяжести (восьмерка проводника, австрийский проводник).

4.7. Костер. Укладка и разведение костра

Теория: предназначение костра в походе. Выбор места костровища. Костры, предназначенные для приготовления пищи, костры для обогрева и сушки вещей. Сигнальные костры. Оборудование костровища. Костер под дождем. Техника безопасности у костра. Оказание доврачебной помощи при ожогах.

Практика: выбор на интерактивной доске картинок с правильным местоположением костровища. Способы укладки дров (подручных материалов) различных типов костров. Противопожарные правила безопасности. Игра «Лучший костровой», кроссворд «Костер, огонь и безопасность».

4.8. Питание в походе

Теория: организация питания в походе. Составление меню. Упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Понятие о герметичной упаковке. Понятие о перекусе. Требования к перекусам. Использование природных источников питания. Соблюдение осторожности.

Практика: составление меню похода выходного дня. Приготовление «интерактивного» перекуса. Творческое задание на тему «Походный обед». Оборудование места для приема пищи.

4.9. Привалы в походе

Теория: понятия «привал», «бивак», «охрана природы». Основные требования к месту привала и к месту ночлега. Требования к биваку (дрова, источник воды, безопасность, эстетичность, экология). Устройство и оборудование бивака (места для приема пищи, отдыха, гигиены, забора воды и мытья посуды). Правила безопасности и охраны природы при организации привалов и биваков.

Практика: игра «Что берем с собой в поход?», «Найди ошибки в организации бивака». Что делают туристы на привале? Выполнение раскраски, разгадывание ребусов, кроссвордов.

4.10. Личная гигиена туриста

Теория: понятие «гигиена». Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Понятие личной гигиены тела, одежды, обуви. Предметы личной гигиены. Органы чувств. Понятие о вредных привычках. Правила питания. Здоровая пища. Понятие «режим питания».

Практика: интерактивная игра «Ай-болит!». Творческое задание: «Скажи – нет!»

4.11. Техника и тактика в туризме

Теория: понятие о технике и тактике в туристском походе. Изучение маршрутов походов. Принципы движения по маршруту. Маршруты линейные и кольцевые. Радиальные выходы. Дневки. Изучение сложных участков маршрута. Моделирование действий участников похода при встрече с опасным сложным участком пути в походе.

Практика: отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Разбор схем организации страховки идущего первым вброд при переправе через реку, неподвижное и качающееся бревно. Отработка техники движения по лесам, дорогам, тропам, по пересеченной местности. Решение различных ситуационных интерактивных задач на определение правильного выбора места и применения нужной техники для преодоления различных препятствий.

4.12. Преодоление препятствий

Теория: техника движения по равнине, травянистой поверхности, мокрому грунту, через кустарники, по болоту, высокотравью. Передвижение по снежному и ледяному покрову. Техника преодоления препятствий в лыжном походе. Защита от переохлаждения в зимних походах.

Практика: отработка техники движения и преодоления препятствий.

5. Ориентирование

5.1. Способы ориентирования.

Теория: понятие «ориентирование». Знакомство с ориентированием по местным признакам (муравейники, мхи, лишайники, крона деревьев). Причины, приводящие к потере ориентировки. Важнейшие признаки ориентирования, применяемые в жизни. Определение сторон горизонта. Знакомство с картой города на интерактивной доске, определение значимо визуальных объектов для определения местонахождения.

Практика: ориентирование в помещении по схематичным картам от простого к сложному. Мини-соревнование «Ориентир-шоу». Ориентирование с выполнением заданий на каждой остановке.

5.2. Карта и компас

Теория: значение топографических карт для туристов. Виды карт. История возникновения карт. Значение карт в различных областях науки. Презентация «Компас и его устройство». Первые упоминания о компасе в истории цивилизации. Простейшие компаса с намагниченной иглой. Компас в навигации мореплавателей в прошлом. Компас как прибор для ориентирования на местности. Современное навигационное оборудование.

Практика: создание рельефа местности на интерактивной песочнице, создание рельефа местности. Ориентирование со спортивной картой на полигоне лыжной трассы, дистанция 300 м. Игра «Поиск клада» по заданному маршруту. Использование намагниченной швейной иглы для определения сторон света. Изучение строения компаса. Определение сторон света с помощью компаса.

5.3. Условные знаки топографических карт

Теория: первоначальное понятие о топографических знаках. Как выглядели первые топографические знаки. Условные обозначения на спортивной карте «Лыжной трассы».

Практика: тестирование по условным знакам на местности. Мини-соревнование в помещении и на улице.

6. Основы безопасности жизни

6.1. Техника безопасности и правила поведения при сложившейся ситуации

Теория: основные правила поведения на дороге, в парке (лесу), общественных местах, музеях, в транспорте. Правила поведения если человек заблудился. Понятие об экстремальных ситуациях. Природные катаклизмы, их виды. Понятие неконтролируемости природных стихий и влияние деятельности человека на формирование природных катаклизмов. Ознакомление на интерактивных приложениях с техногенными и природными стихийными бедствиями. Просмотр короткометражных фильмов. Беседа о необходимости беречь свою жизнь и здоровье.

Практика: составление кратчайших маршрутов с минимумом переходов через дорогу на карте города – до школы, магазина, дома. Упражнения действий человека при создавшейся опасной ситуации: дома, во дворе, на улице, на воде, на дороге. Действия при оказании помощи утопающему. Номера Службы спасения, к которым необходимо обратиться за помощью. Создание ситуативности на интерактивном приложении по пожарной безопасности. Перечисление служб спасения для вызова при пожаре. Действия человека при обнаружении очага возгорания.

6.2. Мы – пешеходы и пассажиры

Теория: понятие «пешеход», «пассажир». Обязанности пешехода и пассажира. Пешеходные переходы и места остановок маршрутных транспортных средств. Виды общественного транспорта: автобус, троллейбус, такси, поезд. Места, разрешенные для движения пешеходов. Дополнительные требования к движению велосипедов. Дороги и их элементы. Проезжая часть. Тротуар. Прилегающие территории. Перекрестки. Населенные пункты. Правила посадки и выхода из общественного транспорта. Для чего нужны человеку световозвращательные элементы (СВЭ). Применение СВЭ на транспортных средствах, велосипедах, одежде. Разновидности и характеристики СВЭ.

Практика: ситуационные задачи на интерактивном комплексе «Спасатель»: переход по пешеходному переходу, переход дороги при отсутствии пешеходного перехода, переход на перекрестке со светофорами. Игра «Грамотный пешеход», «Поездка в автобусе».

6.3. Что такое ДТП? Дорога и скрытая опасность

Теория: как рождаются опасные ситуации на дороге? Понятие дорожно-транспортное происшествие (ДТП). Виды ДТП. Причины и последствия ДТП. ДТП, связанные с велосипедистами, катанием на роликах и др. Зависимость ДТП от поведения человека на дороге, от состояния дороги. Из истории ДТП. Виды и элементы дороги. Разметка для пешеходов и велосипедистов. Опасные ситуации при переходе дороги. Назначение светофора. Из истории светофора.

Практика: разбор дорожно-транспортных ситуаций по картинкам, с использованием интерактивного комплекса «Спасатель». Игра «Дорога полна неожиданностей». Подвижные игры на свежем воздухе по правилам безопасного поведения на улицах и дорогах.

6.4. В стране дорожных знаков

Теория: история возникновения дорожных знаков. Знакомство с основными дорожными знаками для пешеходов и велосипедистов. Знаки светофора для пешехода. Знакомство со знаками дорожного движения: предупреждающие, предписывающие, информационные.

Практика: интерактивная игра «Крестики-нолики», подвижная игра «Дорожные ловушки». Решение проблемных дорожных ситуаций: отвлечение внимания, закрытый обзор, пешеход стоит на проезжей части в зоне остановки на нерегулируемом пешеходном переходе, на углу перекрестка, пешеход идет вдоль проезжей части. Индивидуальная творческая работа – рисунок на тему «Дорожный знак будущего».

7. Познавательнo-оздоровительная деятельность

7.1. Поход выходного дня

Практика: организация и совершение похода совместно со взрослыми на прибрежную зону реки Усень. Разбивка бивака. Общественная и совместная работа группы на месте привала (определение места костровища, подготовка дров, разведение костра, установка палатки, приготовление пищи на костре, сворачивание лагеря).

7.2. Экскурсии

Практика: посещение по желанию детей и родителей объектов Туймазинского района: Туймазинский краеведческий музей, этнографический комплекс «Бабай-Утары», Шумиловский водопад, памятные места города.

7.3. Подвижные игры, ОРУ

Теория: знакомство с правилами подвижных игр, выполнением общеразвивающих физических упражнений. Примерный комплекс упражнений утренней гимнастики.

Практика: упражнения на развитие выносливости, быстроты, ловкости. Выполнение упражнений для развития силы рук. Упражнения для развития гибкости и силы мышц туловища. Примерные упражнения на растягивание и расслабление. Упражнения для развития силы ног. Бег на месте. Прыжки. Упражнения на равновесие.

Подвижные игры «мяч капитану», «тренируем глазомер», «увидел-запомнил», «атомы и молекулы». Считалки.

8. Итоговый контроль

Практика: определение уровня знаний, анализ работы объединения (анкетирование, тестирование), поощрение обучающихся.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

При освоении Программы, следует помнить, что приоритетным является не овладение знаний, а приобретение умений применять знания, овладение определенными способами социальных и учебных действий.

В качестве *предметных результатов* можно выделить усвоение обучающимися следующих конкретных знаний:

- первичные туристские умения и навыки ориентирования, организации туристского быта;

- три туристских узла;

- три группы костров, безопасное поведение с огнем;

- памятные места города;

- три топографических знака;

- усвоит принципы безопасного и здорового образа жизни;

- серии дорожных знаков по цветовой гамме;

- оценивание дорожной ситуации;

- работа в команде, развитие межличностных отношений;

- улучшение физических качеств: силы, ловкости, выносливости в соответствии с возрастными и физическими возможностями;

- формирование черт личности, способствующих успешной адаптации в социуме: коммуникабельность, инициативность, любознательность;

Личностные результаты – отражают индивидуальные личностные качества обучающихся, которые они должны приобрести в процессе освоения данной Программы:

- адаптация ребенка к условиям детско-взрослой общности;

- улучшение показателей физического развития;

- бережное отношения к природе и ко всему живому;

- удовлетворенность ребенка своей деятельностью в объединении;

- повышение творческой активности, проявление инициативы и любознательности;

- навыки в изложении своих мыслей, взглядов;

- развитие жизненных, социальных компетенций: ответственность (способность принимать ответственность за свои действия и их последствия), автономность (способность делать выбор и контролировать личную жизнь), социальный интерес (способность интересоваться другими и принимать участие в жизни, готовность к сотрудничеству и помощи), патриотизм и гражданская позиция (проявление гражданско-патриотических чувств).

Метапредметные результаты - характеризуют уровень сформированности универсальных учебных действий обучающихся, которые проявляются в познавательной и практической деятельности:

- анализ и передача информации;
- использование общих приемов при решении задач;
- умение планировать, контролировать и объективно оценивать свои физические, учебные и практические действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.

ФОРМА ПОДВЕДЕНИЯ ИТОГОВ

Для реализации поставленных в Программе задач и достижения обучающимися планируемых результатов разработана система диагностических методик обученности (Приложение 2). Результаты определяются путем педагогического контроля: входящий, текущий (промежуточный) и итоговый контроль. Показатели критериев обученности определяются высоким, средним, низким уровнями.

Вид	Цель	Содержание	Форма проведения	Критерии
Входящий	Исходный уровень знаний о городе, туризме	Знания о городе, основ туристской подготовки	Собеседование, анкетирование, раскраска с заданием	Высокий Средний Низкий

Текущий	Усвоение тем: «Моя семья» и «Краеведение»	Знание темы: - семейные ценности, - история города, - основные представители животного и растительного мира в родном крае.	Тест, творческое и практическое задание	Высокий Средний Низкий
Текущий	Усвоение тем: «Азбука туризма», «Ориентирование», «Основы безопасности жизни»	Знание и умение: - виды туризма; - три группы снаряжения; - основы туристкой техники и тактики при преодолении препятствий; - топографии и ориентирования; - правила поведения в чрезвычайных ситуациях.	Тест, практическое выполнение заданий	Высокий Средний Низкий
Итоговый	Уровень усвоения Программы за год	Знания по темам: - краеведение, - азбука туризма, - ориентирование, - основы безопасности жизни	Тест, творческое задание	Высокий Средний Низкий

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Важным условием выполнения Программы является достаточный уровень материально-технического обеспечения.

Материально-техническое оснащение:

- наличие помещения, рабочих мест для обучающихся и мультимедийного оборудования (интерактивная доска, песочница,

интерактивный комплекс «Спасатель»), соответствующих требованиям санитарно-гигиеническим нормам и правилам техники безопасности.

Снаряжение и оборудование:

- рюкзак, туристский коврик, спальник, палатка, костровое оборудование, страховочная система, карабины, веревки, компас, мяч, скакалка, секундомер

Дидактический материал:

- топографические карты, условные топографические знаки, таблицы, стенды «Специальное снаряжение», «Туристские узлы», «Ориентирование на местности», «Доврачебная помощь пострадавшему», учебная литература, фотоматериалы, видеофильмы, презентации, родословное дерево, наглядные пособия.

Кадровое обеспечение:

Учебные занятия проводят педагоги дополнительного образования, имеющие педагогическое образование, квалификацию по работе с детьми с ОВЗ. Возможно привлечение узких специалистов (работники музея, библиотеки, дефектолога, психолога, учителя по адаптивной физической культуре и др.) и родителей (законных представителей).

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Айшервуд М.М. Полноценная жизнь инвалида и ребенка ОВЗ / М.М. Айшервуд. – М.: Педагогика, 2017-871с.
2. Ахметшин А.М. Туризм для лиц с ограниченными возможностями: социологический аспект. – Москва, 2004-180с.
3. Бабкина Н.В. Саморегуляция в познавательной деятельности у детей с задержкой психического развития: учебное пособие/ Н.В. Бабкина. – Москва: Владос, 2018-143с.
4. Баландина Г.А. Социализация детей с ограниченными возможностями здоровья в учреждениях дополнительного образования: монография / Г.А. Баландина, А.Н. Грачев. – Пермь: Пермский гос. ин-т культуры, 2019-139с.
5. Басов Н.Ф. Социальная работа с детьми с ОВЗ и инвалидами / Н.Ф. Басов. – М.: КноРусмедиа, 2017-984с.
6. Башкортостан – край восходящего солнца. – Уфа: «Green Press», 2007-194с.
7. Белых В.А. Правила здорового образа жизни. – М.: Феникс, 2016-56с.
8. Ванюшкин В.А. Методика проведения подвижных игр с детьми, имеющими недостатки интеллектуального развития: учебно-методическое пособие для студентов, специалистов коррекционной педагогики/В.А. Ванюшкин. – Екатеринбург, 2007-140с.
9. Гайсина Р.С. Природа родного Башкортостана. Учебное пособие для младших школьников. –Уфа: Китап, 2009-172с.
10. Евтушенко И.В. Методические рекомендации по особенностям организации дополнительного образования детей с ОВЗ и инвалидностью по направленностям дополнительных общеобразовательных программ (художественная, техническая, естественнонаучная, физкультурно-спортивная, туристско-краеведческая и социально-педагогическая) / И.В. Евтушенко. – М: Российский ун-т дружбы народов, 2020-85с.

11. Елецкая О.В. Специальная педагогика: учебное пособие с практикумом для вузов/О.В. Елецкая, М.В. Матвеева, Е.А. Логинова. – Москва: Владос, 2019-478с.
12. Ильин А.А. школа выживания в природных условиях. – М.: изд-во ЭКСМО, 2003-158с.
13. Инденбаум Е.Л. Дети с задержкой психического развития: учебное пособие для общеобразовательных организаций / Е.И. Инденбаум, И. А. Коробейников, Н. В. Бабкина. – Москва: Просвещение, 2019-47с.
14. Константинов Ю.С., Шур Г.В. Ориентирование как образ жизни, или с улыбкой об ориентировании: сборник. – М.: ФЦДЮТиК, 2007-
15. Майоркина И.В. Обучение младших школьников спортивному ориентированию: учебное пособие/И.В. Майоркина, Д.А. Негодаев, Ф.В. Салугин; Министерство науки и высшего образования РФ, ФГБОУ ВО Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского. – Омск: Изд-во Омского гос. ун-та, 2018-86с.
16. Мамайчук И.И. Помощь психолога детям с задержкой психического развития: учебное пособие/И.И. Мамайчук, М.Н. Ильина, Ю.М. Миланич. - 2-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург: Эко-Вектор, 2017-539с.
17. Миркин Б.М., Наумова Л.Г. Экология Башкортостана. Уфа: Китап, 2008-157с.
18. Миркин Б.М., Наумова Л.Г. Растения Башкортостана. Уфа: Китап, 2002-208с.
19. Новиков А.Л. Азы топографии для юных туристов-краеведов: Учебное пособие. Казань: Каз.гос.тех.ун-т, 2013-137с.
20. Образование детей особой заботы. 2019. 2019, № 1 (11). – 2019-75с.
21. Психология детей с нарушениями интеллектуального развития: учебник. / Л.М. Шипицына и др.; под ред. Л.М. Шипицыной. – М.: Академия, 2012-223с.

22. Психолого-педагогическое сопровождение детей особой заботы: коллективная монография/Нагорнова А.Ю., Александрова Н.В., Арпентьева М.Р. и др.; отв. ред. А.Ю. Нагорнова. – Ульяновск: Зебра, 2017-124с.

23. Развитие воспитательных систем в современной образовательной организации в свете реализации Стратегии развития воспитания в Российской Федерации до 2025г.: Сборник, посвященный 170-летию Русского географического общества и 120-летию спортивного туризма в России / под ред. Д. В. Смирнова. М.; СПб.; Киров: Радуга-ПРЕСС, 2016. – 291 с.

24. Ситников В.П. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник школьника. – М.: изд-во «Слово», 2005-127с.

25. Соколова М.В. История туризма. – М.: Академия, 2010-352с.

26. Трешина И.В. Ребенок с ограниченными возможностями здоровья в системе дополнительного образования / И. В. Трешина. – М.: Этносфера, 2017-С. 168-181.

27. «Туристская игротека»: викторина, конкурсы, игры. – М.: ЦДЮТиК, 2003-56с.

28. Усачев А.А. Основы безопасности жизнедеятельности: 1кл.: Учеб. Для общеобразоват. учреждений / А.А. Усачев, А.И. Березин. – 4-е изд. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2002-167с.

29. Шипицына Л.М. Обучение общению умственно отсталого ребенка: учебное пособие. / Л.М. Шипицына. – СПб.: Владос, 2010-279с.

30. Элькин Г.Н. Детям о правилах дорожного движения / Г.Н. Элькин – М.: Паритет, 2015-164с.

Календарный учебный график на 2019 – 2020 учебный год
адаптированной дополнительной общеобразовательной программы

«Шаг навстречу» (144 ч)

педагога дополнительного образования

Баньшиковой Маргариты Сергеевны, объединение «Лучики»

№ п/п	Наименование темы	Кол- во часов	Дата проведения	
			план	факт
1	1.1. Введение в предмет. Правила ТБ 4.1. Кто такие туристы?	2	02.10	
2	2.1. История моего рода. Семейные ценности 6.2. Мы – пешеходы и пассажиры	2	07.10	
3	2.1. История моего рода. Семейные ценности 3.1. История родного города. Памятники и памятные места города	2	09.10	
4	1.1. Введение в предмет. Правила ТБ 4.5. Укладка рюкзака. Подготовка к походу	2	14.10	
5-7	7.2. Экскурсия в этнографический комплекс «Бабай-Утары»	6	16.10	
8	4.1. Кто такие туристы? 4.2. Снаряжение туриста	2	21.10	
9	4.2. Снаряжение туриста 2.2. Лучший друг	2	23.10	
10	2.2. Лучший друг 4.6. Туристские узлы	2	28.10	
11	6.1. ТБ и правила поведения при сложившейся ситуации	2	30.10	
12	4.6. Туристские узлы 6.3. Что такое ДТП? Дорога и скрытая опасность	2	06.11	
13	2.1. История моего рода. Семейные ценности 2.2. Лучший друг	2	11.11	
14	3.2. Флора и фауна города и его окрестностей 3.3. Природные памятники Башкирии	2	13.11	
15	3.1. История родного города. Памятники и памятные места города 3.3. Природные памятники Башкирии	2	18.11	
16	4.2. Снаряжение туриста 4.6. Туристские узлы	2	20.11	

17	6.1. ТБ и правила поведения при сложившейся ситуации 6.2. Мы – пешеходы и пассажиры	2	25.11	
18	6.4. В стране дорожных знаков 7.3. Подвижные игры, ОРУ	2	27.11	
19	3.2. Флора и фауна города и его окрестностей	2	02.12	
20	4.3. В поход идут и «дом» несут 7.3. Подвижные игры, ОРУ	2	04.12	
21	4.2. Снаряжение туриста 4.3. В поход идут и «дом» несут	2	09.12	
22	4.7. Костер. Укладка и разведение костра 4.8. Питание в походе	2	11.12	
23	5.2. Карта и компас 6.4. В стране дорожных знаков	2	16.12	
24	5.2. Карта и компас 7.3. Подвижные игры, ОРУ	2	18.12	
25	5.3. Условные знаки топографических карт 5.1. Способы ориентирования	2	23.12	
26	3.1. История родного города. Памятники и памятные места города 4.5. Укладка рюкзака. Подготовка к походу	2	25.12	
27-29	7.2. Экскурсия к памятнику природы «Шумиловские водопады»	6	30.12	
30	4.10. Личная гигиена туриста 4.9. Привалы в походе	2	13.01	
31	4.2. Снаряжение туриста 4.10. Личная гигиена туриста	2	15.01	
32	4.7. Костер. Укладка и разведение костра 4.8. Питание в походе	2	20.01	
33	5.1. Способы ориентирования 5.3. Условные знаки топографических карт	2	22.01	
34	6.1. ТБ и правила поведения при сложившейся ситуации 4.9. Привалы в походе	2	27.01	
35	4.11. Техника и тактика в туризме 4.12. Преодоление препятствий	2	29.01	
36	4.11. Техника и тактика в туризме 4.12. Преодоление препятствий	2	03.02	
37	4.2. Снаряжение туриста 5.1. Способы ориентирования	2	05.02	
38	4.11. Техника и тактика в туризме 5.1. Способы ориентирования	2	10.02	

39	4.11. Техника и тактика в туризме 4.12. Преодоление препятствий	2	12.02	
40	4.4. Организация навесов, укрытий из подручных материалов 4.5. Укладка рюкзака. Подготовка к походу	2	17.02	
41	4.11. Техника и тактика в туризме 4.12. Преодоление препятствий	2	19.02	
42	4.6. Туристские узлы 4.11. Техника и тактика в туризме	2	24.02	
43	4.11. Техника и тактика в туризме 4.12. Преодоление препятствий	2	26.02	
44	3.3. Природные памятники Башкирии 4.2. Снаряжение туриста	2	03.03	
45	4.12. Преодоление препятствий 5.1. Способы ориентирования	2	05.03	
46	4.6. Туристские узлы 5.2. Карта и компас	2	10.03	
47	4.12. Преодоление препятствий 5.1. Способы ориентирования	2	12.03	
48	4.7. Костер. Укладка и разведение костра 4.11. Техника и тактика в туризме	2	17.03	
49	3.2. Флора и фауна города и его окрестностей 5.1. Способы ориентирования	2	19.03	
50	4.8. Питание в походе 4.11. Техника и тактика в туризме	2	24.03	
51	4.11. Техника и тактика в туризме 4.9. Привалы в походе	2	26.03	
52	4.7. Костер. Укладка и разведение костра 4.11. Техника и тактика в туризме	2	31.03	
53	3.2. Флора и фауна города и его окрестностей 4.11. Техника и тактика в туризме	2	02.04	
54	4.11. Техника и тактика в туризме 5.1. Способы ориентирования	2	07.04	
55	3.2. Флора и фауна города и его окрестностей 4.12. Преодоление препятствий	2	09.04	
56	4.11. Техника и тактика в туризме 7.3. Подвижные игры, ОРУ	2	14.04	
57	3.2. Флора и фауна города и его окрестностей 4.11. Техника и тактика в туризме	2	16.04	

58	4.11. Техника и тактика в туризме 5.1. Способы ориентирования	2	21.04	
59	6.3. Что такое ДТП? Дорога и скрытая опасность 7.3. Подвижные игры, ОРУ	2	23.04	
60	4.8. Питание в походе 4.9. Привалы в походе	2	28.04	
61	5.3. Условные знаки топографических карт 4.4. Организация навесов, укрытий из подручных материалов	2	30.04	
62-65	7.1. Поход выходного дня	8	05.05	
66	5.3. Условные знаки топографических карт 7.3. Подвижные игры, ОРУ	2	07.05	
67	3.2. Флора и фауна города и его окрестностей 5.1. Способы ориентирования	2	12.05	
68	6.1. ТБ и правила поведения при сложившейся ситуации 5.1. Способы ориентирования	2	14.05	
69	4.2. Снаряжение туриста 4.12. Преодоление препятствий	2	19.05	
70	8. Итоговый контроль	2	21.05	
71	4.12. Преодоление препятствий 5.2. Карта и компас	2	26.05	
72	5.3. Условные знаки топографических карт 5.1. Способы ориентирования	2	28.05	

Входное анкетирование

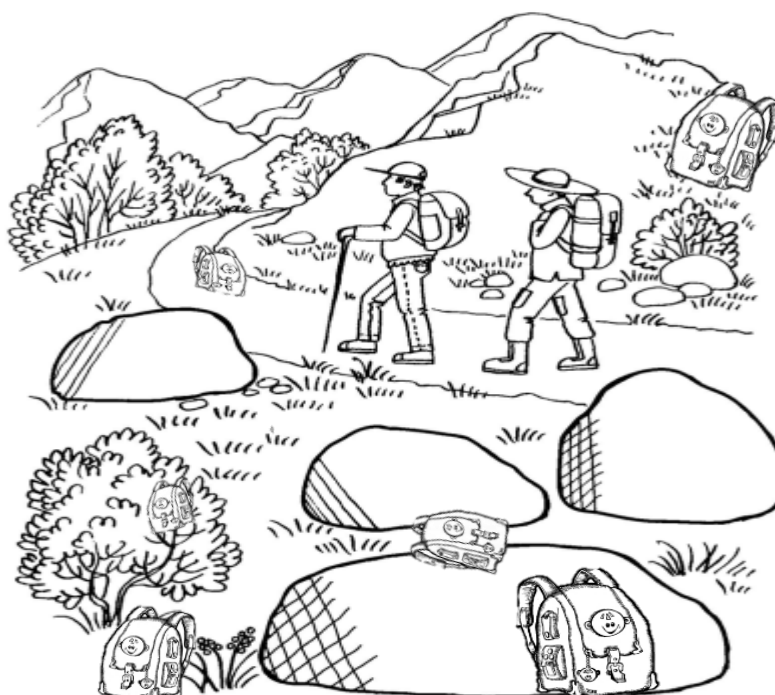
ФИ _____

ОО _____ класс _____ возраст _____

<p>1. Почему ты решил посещать занятия? (выбери ответ и подчеркни его)</p>	<p>А. по необходимости; Б. по желанию; В. от скуки; Г. другое (напишите)</p>
<p>2. В каком городе мы находимся? (выбери ответ и подчеркни его)</p>	<p>1. Туймазы; 2. Башкортостан; 3. не знаю.</p>
<p>3. Ходил ли ты когда-нибудь в поход? (выбери ответ и подчеркни его)</p>	<p>1. да, с родителями; 2. да, с друзьями; 3. нет, никогда.</p>
<p>4. Что изображено на гербе нашего города Туймазы?</p>	<p>1. черный круг; 2. золотой полукруг из колосьев пшеницы, сложенных в три ряда 3. ничего, просто голубое полотно</p>
<p>5. Кто такие туристы?</p>	<p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>

Раскрась картинку.

Сколько рюкзаков ты видишь на картинке? _____



Критерии:

высокий – 6-5 б.

средний – 4-3 б.

низкий – = / < 2 б.

1. Игра «Семейный случай»

Назови профессию, связанную с едой? (Повар)

Что получают ваши родители за месяц работы? (Зарплату)

Какой должна быть настоящая семья? (Дружной)

Если в семье два мальчика, кем они приходятся друг другу? (Братья)

Как можно назвать одним словом папу и маму? (Родители)

Кем приходится вам мамин папа? (Дедушка)

Как называется человек, который стрижёт людей? (Парикмахер)

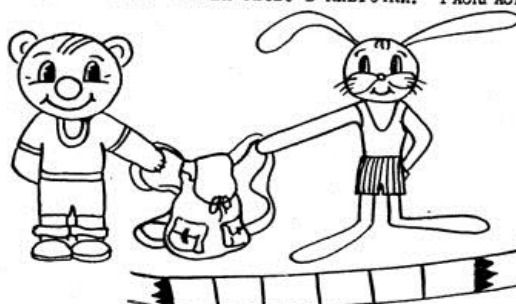
Как должны относиться члены семьи друг к другу? (Уважительно)

Если в семье две девочки, кем они приходятся родителям? (Дочери)

Сколько человек по-вашему должно быть в семье? (Много)

2. Раскраска с заданием на тему «Туризм»

ТОМ И ТОП РЕШИЛИ СТАТЬ ТУРИСТАМИ
И ОТПРАВИТЬСЯ В ПОХОД.
ЧТО У НИХ В РУКАХ? ВПИШИ СЛОВО В КЛЕТЧКИ. РАСКРАСЬ.



ТОП СОБИРАЕТСЯ НА ПРОГУЛКУ. ПОМОГИ ЕМУ ВЫБРАТЬ САМЫЕ НЕОБХОДИ-
МЫЕ ВЕЩИ. ПРЕДМЕТЫ, КОТОРЫЕ ТЫ ПОСОВЕТУЕШЬ ТОПУ
ВЗЯТЬ С СОБОЙ СОЕДИНИ С РЕЗЬБКОМ ТОПА.



3. Тестирование «Мой край родной – мой город Туймазы»

1. Как называется наш город?

А) Туймазы, Б) Туймаза, В) Уфа

2. Сколько лет нашему городу?

А) 60 лет, Б) 100 лет, В) 108 лет

3. На какой реке стоит наш город?

А) Усень, Б) Белая, В) Ик

4. Что изображено на гербе нашего города?

А) золотой полукруг из колосьев пшеницы, Б) куница

5. Как называется проспект в нашем городе?

А) Октября, Б) Ленина, В) Пушкина

Критерии:

высокий — 22-17 баллов

средний — 16-11 баллов

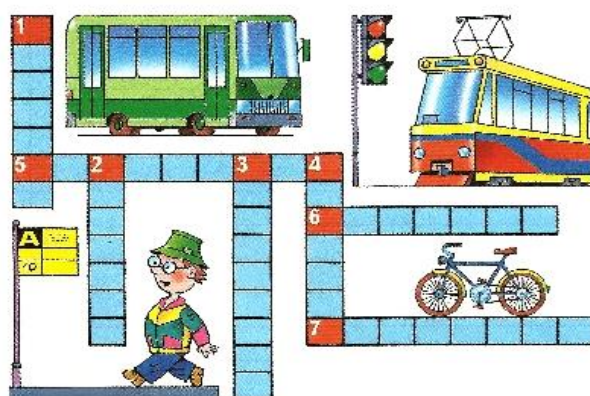
низкий — менее 10 баллов

Этап 4.2. Дорожный кроссворд

Задание:

Отгадай кроссворд

1. Человек, идущий пешком.
2. Вид транспорта.
3. Двухколесный транспорт.
4. Вид транспорта на колесах.
5. Место, где пассажиры делают посадку и высадку из маршрутного транспорта
6. Место для движения пешеходов.
7. Устройство, регулирующее движение.



Итоговый контроль

I. «Моя семья. Основы безопасности жизни. Краеведение»

1. Какие соотнести со мамой: молоток, платье, посуда, кастрюля, сериал)
2. Какое относится к (дочь, сестра, мать,
3. Близкие живущие

Кроссворд «ДОРОГА»

1. Человек, управляющий каким-либо транспортным средством.
 2. Двухколесный вид транспорта с боковым прицепом или без него.
 3. Один из участников движения.
 4. Транспортное средство, имеющее два или три колеса, приводимое в движение силой людей.
 5. Опережение одного или нескольких движущихся транспортных средств.
 6. Дорога, предназначенная для движения пешехода.

Ответы:
 1. Водитель 2. Мотоцикл
 3. Пассажир 4. Велосипед
 5. Обгон 6. Троллейбус

- слова можно
 СЛОВОМ
 ГВОЗДИ,
 брюки,
 газета,
 футбол,
 слово не
 семье?
 соседка,
 сын)
 люди,
 вместе

называются...(семья)

4. Вещь которую дарят называется...(подарок)
5. Люди, какой профессии приедут, если набрать номер 01? (Пожарные)
6. Люди, какой профессии приедут, если набрать 02? (Полиция)
7. Вам необходимо вызвать скорую помощь для бабушки, какой номер телефона вы будете набирать? (03 или 103, 112)
8. В каком городе ты проживаешь? (Туймазы)
9. Где находится Аллея героев в городе Туймазы? (на площади)
10. Символ города, памятник, посвященный открытию железной дороги в 1912 году? (памятник Паровоз)
11. Сколько памятников насчитывается в нашем городе? (шесть)
12. Можно ли разводить около дома костры для сжигания мусора? (нет)
13. Все грибы можно есть, если их отварить? (нет)
14. Что означает желтый сигнал светофора? (внимание!)
15. В доме начался пожар, который ты не можешь потушить. Что делать? (вызвать пожарную службу по номеру телефона 01)

Критерии:

высокий — 15-11 баллов

средний — 10-6 баллов

низкий — менее 5 баллов

II. «Туризм. Ориентирование»

1. Соедини стрелками условные знаки (5б):

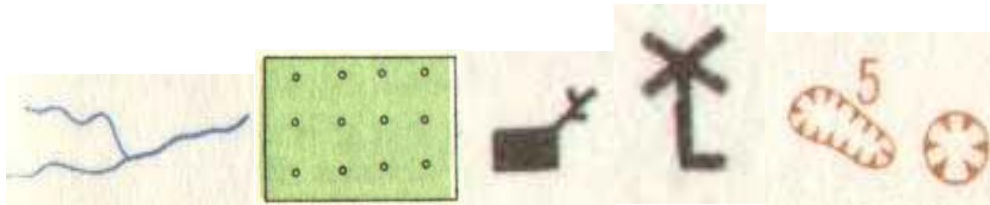
ямы

мельница

река

дом лесника

фруктовый сад



2. Выбери правильный ответ, обведи его (2б).

По чему можно ориентироваться в лесу?

А) по следам, Б) по компасу, В) по дороге

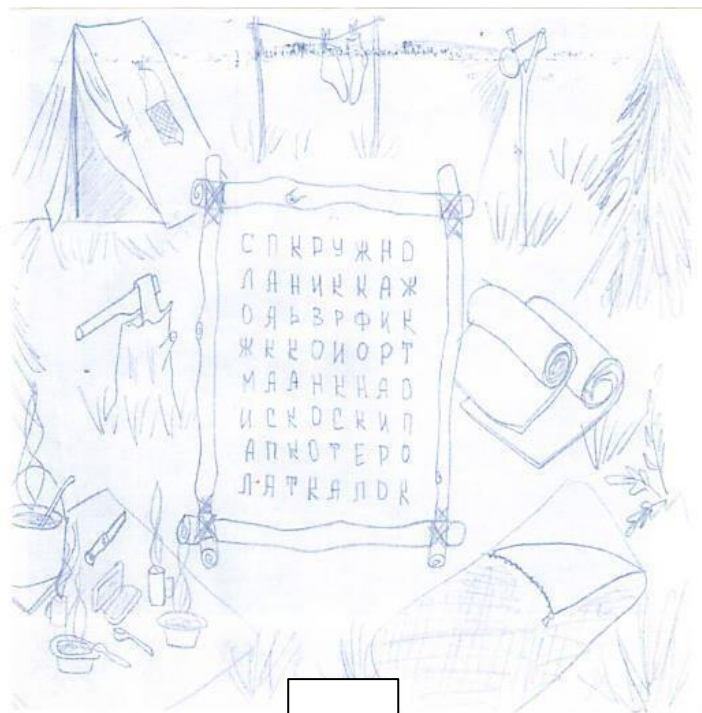
Назовите три виду снаряжения

А) личное, групповое, специальное

Б) парадное, групповое, уличное

В) личное, выходное, праздничное

3. Найди и обведи слова, связанные с походом (3б)



4. Отгадай

ребус (3б)





,,,,,

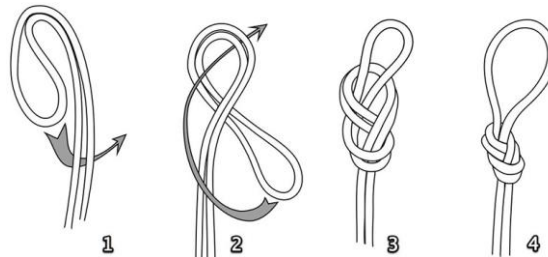
1=0

ЭХО



5. Какой узел изображен на картинке (16)?

- А) прямой,
- Б) восьмерка-проводника,
- В) австрийский проводник



Критерии:

высокий — 13-10 баллов

средний — 9-6 баллов

низкий — менее 5 баллов