

Департамент образования и науки города Москвы

**Государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования города Москвы  
«Московский городской педагогический университет»**

**Средняя общеобразовательная школа**

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель экспертного совета  
по дополнительному образованию  
ГАОУ ВО МГПУ

 /Н.П. Ходакова/  
Протокол № 01 от 02 сентября 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Первый проректор  
ГАОУ ВО МГПУ

 /Е.Н. Геворкян/  
«02» сентября 2025 г.



**Дополнительная общеразвивающая программа**

**«Туристическо-краеведческий клуб «Вместе весело шагать»**

**(66 часов)**

**Уровень программы – ознакомительный**

**Направленность программы – туристско-краеведческая**

Автор:  
Адмакин Н.С.

Москва, 2025

## **Раздел 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

### **1.1. Актуальность программы**

Дополнительная общеразвивающая программа «Туристическо-краеведческий клуб «Вместе весело шагать» приобретает особую значимость в современных образовательных реалиях, поскольку способствует решению ряда важнейших задач воспитания и обучения молодого поколения. Путешествия и изучение родного края формируют основы нравственного сознания учащихся, пробуждают интерес к культуре, природе и истории своей малой родины. Такие клубы становятся важным инструментом экологического просвещения, развивая бережное отношение к окружающей среде и прививая навыки экологической культуры. Организация походов и экспедиций позволяет детям активно познавать мир, укреплять физическую подготовку, осваивать практические навыки ориентирования, оказания первой помощи и организации быта в полевых условиях. Участие в краеведческих исследованиях формирует исследовательские компетенции, критическое мышление и способность анализировать полученные знания. Туризм и краеведение способствуют социальной адаптации обучающихся, расширяют круг общения, развивают коммуникативную компетентность и командные качества. Важным результатом участия в туристско-краеведческой деятельности является расширение общего культурного багажа, осознание уникальности своего региона и развитие чувства гордости за свою страну. Такая деятельность помогает раскрыть творческий потенциал учеников, стимулируя самостоятельную творческую работу, организацию творческих проектов и презентаций. Благодаря включению учащихся в разнообразные виды деятельности, такая программа содействует целостному развитию личности, поддерживая инициативу, стремление к достижению целей и приобретению новых компетенций. Таким образом, реализация программы туристическо-краеведческого клуба представляется актуальной и востребованной, создавая условия для успешной социализации и духовного роста каждого школьника.

**Цель:** формирование у обучающихся основ туристско-краеведческой культуры, навыков безопасного поведения в природной среде и интереса к изучению истории и географии родного края.

**Задачи:**

***обучающие:***

- познакомить с основами туристской подготовки (ориентирование, узлы, укладка рюкзака);
- обучить правилам безопасности в походе и оказанию первой помощи;
- сформировать знания по топографии и экологии;
- дать представление об истории, культуре и природных особенностях Москвы и Московской области;

***развивающие:***

- развивать физические качества (выносливость, ловкость);
- развивать познавательный интерес, наблюдательность, логическое и пространственное мышление;
- развивать навыки самоорганизации и принятия решений в нестандартных ситуациях;

***воспитательные:***

- воспитывать патриотизм, уважение к истории и природе родного края;
- формировать чувство коллективизма, взаимопомощи и ответственности;
- способствовать развитию волевых качеств, самостоятельности и дисциплины.

**Планируемые результаты обучения**

В результате освоения программы обучающиеся будут

***знать:***

- основные виды туризма и краеведения;
- правила безопасного поведения в походе и на экскурсии;
- основные топографические знаки и приемы ориентирования на местности;
- основы экологической безопасности;

– основные исторические и природные достопримечательности родного края;

– алгоритмы оказания первой помощи;

***уметь:***

– ориентироваться на местности по карте и компасу;

– вязать основные туристские узлы;

– правильно укладывать рюкзак и ставить палатку;

– организовать бивак и развести костер (в разрешенном месте);

– оказать первую помощь при травмах;

– работать с краеведческими источниками информации.

***владеть:***

– навыками группового взаимодействия в походных условиях;

– основами техники пешеходного туризма;

– навыками проведения простейших краеведческих наблюдений и исследований.

**Категория обучающихся:** 11-13 лет

**Форма обучения:** очная (с элементами выездных практик)

**Режим занятий:** 2 часа в неделю

**Трудоемкость программы:** 66 часов

## Раздел 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### 2.1. Учебный план

№ п/п	Наименование Разделов (модулей) и тем	Аудиторные учебные занятия, учебные работы			Внеаудиторная работа	Формы контроля	Трудоем кость
		Всего ауд. часов (ак. час)	Теоретические занятия	Практические занятия	Самостоят работа		
<b>1</b>	<b>Модуль 1 Вводный</b>	<b>3</b>	<b>3</b>				<b>3</b>
1.1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	2				2
1.2	История туризма и краеведения в России	1	1				1
<b>2</b>	<b>Модуль 2 Туристская подготовка</b>	<b>20</b>	<b>4</b>	<b>16</b>			<b>20</b>
2.1	Личное и групповое снаряжение	2	1	1			2
2.2	Организация бивака. Костровое хозяйство	3	1	2			3
2.3	Питание в походе	2	1	1			2
2.4	Техника пешеходного туризма	5	1	4			5
2.5	Туристские узлы	4		4			4
2.6	Основы безопасности и первая помощь	4		4			4
<b>3</b>	<b>Модуль 3 Топография и ориентирование</b>	<b>10</b>	<b>2</b>	<b>8</b>			<b>10</b>
3.1	Топографические карты и условные знаки	3	1	2			3
3.2	Ориентирование по компасу и карте	4	1	3			4
3.3	Ориентирование без карты и компаса	3		3			3

<b>4</b>	<b>Модуль 4 Краеведение</b>	<b>15</b>	<b>5</b>	<b>10</b>			<b>15</b>
4.1	История Москвы и Московской области	3	2	1			3
4.2	Архитектура и памятники культуры	3	1	2			3
4.3	Природа родного края. Экология	3	1	2			3
4.4	Методы краеведческого исследования	6	1	5			6
<b>5</b>	<b>Модуль 5 Итоговый</b>	<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>			<b>18</b>
5.1	Подготовка к зачетному походу	4	2	2			4
6.2	Однодневный зачетный поход	12		12			12
6.3	Итоговое занятие	2		2			2
	<b>Итого:</b>	<b>66</b>	<b>16</b>	<b>50</b>			<b>66</b>

## 2.2. Рабочая программа

Тема	Учебные занятия, учебные работы	Содержание
<b>Модуль 1. Вводный</b>		
<b>Тема 1.1.</b> Вводное занятие. Техника безопасности	Теоретическое занятие, 2 часа	Знакомство с объединением, его традициями. Цели и задачи программы на год. Правила внутреннего распорядка. Инструктаж по технике безопасности во время занятий в помещении и на выездных мероприятиях (походы, экскурсии). Обсуждение прав и обязанностей участника. Знакомство с планом работы на год. Анкетирование для выявления интересов обучающихся.
<b>Тема 1.2.</b> История туризма и краеведения в России	Теоретическое занятие, 1 час	Роль путешествий в истории человечества. Выдающиеся русские путешественники и их вклад в науку (Н.М. Пржевальский, Н.Н. Миклухо-Маклай, В.К. Арсеньев). История развития спортивного туризма в России. Что такое краеведение и почему оно важно. Связь туризма и краеведения.

<b>Модуль 2. Туристская подготовка</b>		
<b>Тема 2.1.</b> Личное и групповое снаряжение	Теоретическое занятие, 1 час	Классификация снаряжения: личное, групповое, специальное. Требования к одежде и обуви для похода. Гигиена в походе. Основные типы рюкзаков, палаток, спальников. Посуда для приготовления пищи.
	Практическое занятие, 1 час	Демонстрация снаряжения. Практическое занятие по укладке рюкзака. Подбор снаряжения для разных погодных условий и сезонов. Игра «Собери рюкзак» на время и правильность.
<b>Тема 2.2.</b> Организация бивака. Костровое хозяйство	Теоретическое занятие, 1 час	Требования к месту привала и ночевки (бивака). Расположение палаток, костровища, места для приема пищи. Типы костров («колодец», «звезда», «таежный») и их назначение. Меры противопожарной безопасности. Правила заготовки дров.
	Практическое занятие, 2 часа	Отработка навыков установки и снятия палатки на время. Выбор места для костра (на условной площадке). Разведение учебного костра (с использованием сухого горючего или в мангале). Уборка места бивака.
<b>Тема 2.3.</b> Питание в походе	Теоретическое занятие, 1 час	Принципы составления меню для многодневного похода. Расчет калорийности и веса продуктов. Способы хранения и фасовки продуктов. Специфика приготовления пищи в полевых условиях.
	Практическое занятие, 1 час	Составление примерного меню для 2-дневного похода. Практика фасовки продуктов (крупы, сахар). Приготовление простого блюда (например, чай, бутерброды) в учебных условиях.
<b>Тема 2.4.</b> Техника пешеходного туризма	Теоретическое занятие, 1 час	Техника движения по равнине, склонам, через завалы. Правила движения группы по тропе и шоссе. Темп движения. Режим нагрузки и отдыха. Страховка и самостраховка на простейших препятствиях.
	Практическое занятие, 4 часа	Тренировочные выходы в парк/лесопарковую зону. Отработка движения группой. Преодоление условных препятствий (овраги, бревна). Игры на командообразование.
<b>Тема 2.5.</b> Туристские узлы	Практическое занятие, 4 часа	Назначение узлов в туризме. Изучение и отработка вязания основных узлов: прямого, проводника, восьмерки, схватывающего, буиня, стремя. Соревнование на скорость и правильность вязания.
<b>Тема 2.6.</b> Основы безопасности и первая помощь	Практическое занятие, 4 часа	Основные опасности в походе (переохлаждение, травмы, укусы). Составление походной аптечки. Алгоритмы оказания первой помощи: обработка ран, наложение повязок, шин. Транспортировка «пострадавшего» подручными средствами. Решение ситуационных задач.

<b>Модуль 3. Топография и ориентирование</b>		
<b>Тема 3.1.</b> Топографические карты и условные знаки	Теоретическое занятие, 1 час	Понятие о топографической карте. Масштаб. Условные знаки: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, растительность. Рельеф и горизонтали.
	Практическое занятие, 2 часа	Работа с картами. Упражнения на чтение карты: определение расстояний, абсолютных высот, характера местности. Игра «Угадай знак».
<b>Тема 3.2.</b> Ориентирование по компасу и карте	Теоретическое занятие, 1 час	Устройство компаса. Понятие азимута (истинного и магнитного). Определение азимута на объект и движение по азимуту. Ориентирование карты по компасу и местным предметам.
	Практическое занятие, 3 часа	Упражнения на определение азимута в помещении и на местности. Прохождение мини-маршрута по азимуту с контрольными точками. Ориентирование карты на местности.
<b>Тема 3.3.</b> Ориентирование без карты и компаса	Практическое занятие, 3 часа	Способы ориентирования по солнцу, луне, звездам (Полярная звезда). Ориентирование по местным признакам: деревья, муравейники, мох, снег. Игра «Азимут» или «Поиск клада» с использованием полученных навыков.
<b>Модуль 4. Краеведение</b>		
<b>Тема 4.1.</b> История Москвы и Московской области	Теоретическое занятие, 2 часа	Основные вехи истории Москвы: основание, становление, ключевые исторические события. История родного района/округа. Знаменитые люди, связанные с краем.
	Практическое занятие, 1 час	Работа с историческими картами, фотографиями. Подготовка кратких сообщений (докладов) об историческом объекте или личности.
<b>Тема 4.2.</b> Архитектура и памятники культуры	Теоретическое занятие, 1 час	Основные архитектурные стили Москвы. Знакомство с наиболее известными памятниками культуры и истории города и области.
	Практическое занятие (виртуальная/реальная экскурсия), 2 часа	Просмотр фильмов/виртуальных туров по музеям-заповедникам (Коломенское, Царицыно). Подготовка и проведение экскурсии по знаковым местам своего района силами учащихся.
<b>Тема 4.3.</b> Природа родного края. Экология	Теоретическое занятие, 1 час	Географическое положение, рельеф, водоемы, типичные растения и животные Московского региона. Особо охраняемые природные территории. Основные экологические проблемы и пути их решения.
	Практическое занятие, 2 часа	Проектная деятельность: создание плаката/памятки на экологическую тему. Исследование экологического состояния ближайшего парка/сквера (визуальное наблюдение, фотографирование).
<b>Тема 4.4.</b> Методы	Теоретическое занятие, 1 час	Что такое краеведческое исследование. Методы сбора информации: работа с архивами, литературой, интернет-ресурсами, опросы,

краеведческого исследования		интервью, наблюдение. Правила оформления исследовательской работы.
	Практическое занятие, 5 часов	Выбор темы для индивидуального или группового проекта (например, «История улицы», «Парк вчера и сегодня», «Ветераны нашего района»). Сбор материала, его обработка, подготовка презентации и защита проекта.
<b>Модуль 5. Итоговый</b>		
<b>Тема 5.1.</b> Подготовка к зачетному походу	Теоретическое занятие, 2 часа	Совместная разработка маршрута предстоящего похода: изучение карты, описание нитки маршрута, составление графика движения. Распределение обязанностей в группе (штурман, завпит, медик, краевед, фотограф и т.д.). Составление сметы расходов.
	Практическое занятие, 2 часа	Проверка и подгонка снаряжения. Проведение итогового инструктажа по технике безопасности. Защита плана похода перед группой и педагогом.
<b>Тема 5.2.</b> Однодневный зачетный поход	Практическое занятие (выездное), 12 часов	Реализация спланированного маршрута. Отработка на практике всех изученных навыков: ориентирование, движение по маршруту, организация привалов и питания, краеведческие наблюдения, ведение походного дневника. Фотографирование.
<b>Тема 5.3.</b> Итоговое занятие. Награждение	Практическое занятие, 2 часа	Подведение итогов учебного года. Коллективный просмотр и обсуждение фото- и видеоматериалов с похода. Анализ успехов и ошибок. Награждение самых активных участников программы грамотами и призами. Планирование деятельности на следующий год.

### Раздел 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Аттестация в программе не предусмотрена.

## Раздел 4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

### 4.1. Литература

#### Основная:

1. Белов, А.С. Экологический туризм в образовании: теория и методика реализации : монографич. исслед. — Новосибирск : Наука, 2023. — 280 с.
2. Макарова, Н.Н.; Рыжова, Е.А. Основы туристской деятельности в образовательном процессе : учебно-методическое пособие. — Москва : Юрайт, 2021. — 184 с.
3. Сафонова, Т.Л. Школьный туризм: организация путешествий и экскурсий : методическое руководство. — Ростов-на-Дону : Феникс, 2022. — 208 с.
4. Семенова, И.Г. Школа туризма и краеведения: организация внеклассной работы : учебно-методическое пособие. — Нижний Новгород : Нижегород. гос. пед. ун-т, 2022. — 144 с.
5. Усманова, Г.Р. Методика организации школьного туризма и краеведения : учебно-методическое пособие. — Казань : Изд-во Казанского университета, 2021. — 160 с.

#### Дополнительная:

1. Алексеев, С. П. Рассказы из русской истории : учеб.-метод. пособие / С. П. Алексеев. — Москва : Детская литература, 2018. — 320 с.
2. Заповедными тропами Подмосковья : сб. статей / сост. Л. И. Цветкова. — Москва : Московведение, 2017. — 288 с.
3. Иванов, В.Б. Педагогические технологии развития туристских навыков школьников : монография. — Саратов : Саратовский университет, 2020. — 216 с.
4. Михеев, А. В. Тайны географических названий : науч.-попул. изд. / А. В. Михеев. — Москва : АСТ, 2016. — 352 с.
5. Москва : история и география города : справочное пособие / под ред. В. П. Максаковского. — Москва : Просвещение, 2018. — 412 с.

6. Пришвин, М. М. Кладовая солнца : повести и рассказы / М. М. Пришвин. — Москва : Детская литература, 2019. — 256 с.

7. Ситникова, О. В. Легенды и были старой Москвы : науч.-попул. изд. / О. В. Ситникова. — Москва : Эксмо, 2020. — 224 с.

8. Филатов, Д.Ю. Разработка туристических маршрутов для школьных групп : учебно-практическое пособие. — Санкт-Петербург : Питер, 2020. — 240 с.

### **Интернет-ресурсы:**

1. Клуб путешественников «Моя Планета». [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://www.moya-planeta.ru/> (дата обращения 08.07.2025 г.)

2. Официальный сайт Русского географического общества. [Электронный ресурс] Режим доступа: <https://www.rgo.ru/ru> (дата обращения 08.07.2025 г.)

3. Портал «Туризм по-русски»: статьи, карты, отчеты. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://www.tourism.ru/> (дата обращения 08.07.2025 г.)

4. Сайт «Все о Московском крае»: история, природа, достопримечательности. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://moskraeved.ru/> (дата обращения 08.07.2025)

## **4.2. Материально-технические условия реализации программы**

### **Материально-техническое обеспечение программы**

#### **Оборудование:**

- учебный класс с мультимедийным оборудованием;
- спортивный зал;
- площадка для отработки навыков.

#### **Туристское снаряжение:**

- палатки;
- рюкзаки;
- спальники;
- туристические коврики;

**Экспертное заключение  
на дополнительную общеразвивающую программу**

*Наименование программы, кол-во часов:*

**«Туристическо-краеведческий клуб «Вместе весело шагать»  
(66 часов)**

	<b>Критерии экспертизы и вопросы, подлежащие рассмотрению</b>	<b>Экспертная оценка Да/Нет</b>	<b>Примечание эксперта</b>
<b>А. Экспертиза оформления материалов программы</b>			
1.	Наименование программы на титульном листе совпадает с наименованием в тексте	Да	
<b>Б. Соответствие основным нормативным требованиям к структуре, объему и оформлению программы:</b>			
<b>1.</b>	<b>Экспертиза раздела 1 «Пояснительная записка»</b>		
1.1.	Отражена актуальность программы	Да	
1.2.	Наименование программы соответствует ее направленности	Да	
1.3.	Сформулирована цель и задачи программы	Да	
1.4.	Представлена возрастная категория обучающихся	Да	
1.5.	Форма обучения способствует достижению планируемых результатов	Да	
1.6.	Срок обучения, режим обучения способствуют достижению планируемых результатов	Да	
1.7.	Цели, задачи, планируемые результаты, сроки и режим обучения соответствуют уровню программы (ознакомительный, базовый, углубленный)	Да	
<b>2.</b>	<b>Экспертиза раздела 2 «Содержание программы»</b>		
2.1.	Представлен учебный (тематический) план программы	Да	
2.2.	Имеется рабочая программа	Да	
2.3.	В программе кратко раскрыто содержание тем, указаны виды учебных занятий и учебных работ, срок их освоения	Да	
<b>3.</b>	<b>Экспертиза раздела 3 «Форма аттестации и оценочные материалы» на наличие пунктов раздела</b>		
3.1.	Описаны вид аттестации, формы контроля, вид оценочных материалов итоговой (при наличии) и промежуточной (при наличии) аттестации	Да	

3.2.	Описаны оценочные средства контроля (контрольно-измерительные материалы)	Да	
4.	<b>Экспертиза раздела 4 «Организационно-педагогические условия реализации программы»</b>		
4.1.	Учебно-методическое и информационное обеспечение программы соответствует всем видам учебной деятельности, предусмотренным программой	Да	
4.2.	Перечень рекомендуемой основной и дополнительной (при наличии) литературы содержит современные и общедоступные источники. Перечень основной литературы должен содержать источники последних 5 лет	Да	
4.3.	Перечисленные Интернет-ресурсы достоверны (при наличии) <sup>1</sup>	Нет	
4.4.	Указанное материально-техническое обеспечение программы соответствует направленности и содержанию программы	Да	
4.5.	Соблюдение требований к оформлению программы	Да	

### ИТОГОВОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

**Программа рекомендована к реализации в образовательном процессе**

\_\_\_\_\_  
Мочалова М.С.  
ФИО эксперта

  
Подпись

<sup>1</sup> Могут не указываться авторами программы. В этом случае ставится прочерк

**Экспертное заключение  
на дополнительную общеразвивающую программу**

*Наименование программы, кол-во часов:*

**«Туристическо-краеведческий клуб «Вместе весело шагать»  
(66 часов)**

	<b>Критерии экспертизы и вопросы, подлежащие рассмотрению</b>	<b>Экспертная оценка Да/Нет</b>	<b>Примечание эксперта</b>
<b>А. Экспертиза оформления материалов программы</b>			
1.	Наименование программы на титульном листе совпадает с наименованием в тексте	Да	
<b>Б. Соответствие основным нормативным требованиям к структуре, объему и оформлению программы:</b>			
<b>1.</b>	<b>Экспертиза раздела 1 «Пояснительная записка»</b>		
1.1.	Отражена актуальность программы	Да	
1.2.	Наименование программы соответствует ее направленности	Да	
1.3.	Сформулирована цель и задачи программы	Да	
1.4.	Представлена возрастная категория обучающихся	Да	
1.5.	Форма обучения способствует достижению планируемых результатов	Да	
1.6.	Срок обучения, режим обучения способствуют достижению планируемых результатов	Да	
1.7.	Цели, задачи, планируемые результаты, сроки и режим обучения соответствуют уровню программы (ознакомительный, базовый, углубленный)	Да	
<b>2.</b>	<b>Экспертиза раздела 2 «Содержание программы»</b>		
2.1.	Представлен учебный (тематический) план программы	Да	
2.2.	Имеется рабочая программа	Да	
2.3.	В программе кратко раскрыто содержание тем, указаны виды учебных занятий и учебных работ, срок их освоения	Да	
<b>3.</b>	<b>Экспертиза раздела 3 «Форма аттестации и оценочные материалы» на наличие пунктов раздела</b>		
3.1.	Описаны вид аттестации, формы контроля, вид оценочных материалов итоговой (при наличии) и промежуточной (при наличии) аттестации	Да	

3.2.	Описаны оценочные средства контроля (контрольно-измерительные материалы)	Да	
4.	<b>Экспертиза раздела 4 «Организационно-педагогические условия реализации программы»</b>		
4.1.	Учебно-методическое и информационное обеспечение программы соответствует всем видам учебной деятельности, предусмотренным программой	Да	
4.2.	Перечень рекомендуемой основной и дополнительной (при наличии) литературы содержит современные и общедоступные источники. Перечень основной литературы должен содержать источники последних 5 лет	Да	
4.3.	Перечисленные Интернет-ресурсы достоверны (при наличии) <sup>1</sup>	Да	
4.4.	Указанное материально-техническое обеспечение программы соответствует направленности и содержанию программы	Да	
4.5.	Соблюдение требований к оформлению программы	Да	

### ИТОГОВОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Программа рекомендована к реализации в образовательном процессе

*Столбов Илья Игоревич*

ФИО эксперта

*[Подпись]*

Подпись

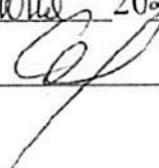
- компасы;
- аптечки;
- костровое оборудование (переносной мангал для тренировок).

**Расходные материалы:**

- топографические карты района;
- планшеты;
- канцелярские принадлежности.

Утверждено на педагогическом совете Средней общеобразовательной школы  
Протокол № 16 от «16» июня 2025 г.

Заместитель директора \_\_\_\_\_

 Амарова С.В.