МУ «Отдел образования Серноводского муниципального района»
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом детско-юношеского туризма и экскурсий Серноводского муниципального района»

ПРИНЯТА
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от « 01» сентября 2026 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № __44_-од
от « 01 » сентября 2026 г.
И.о. директора
_____Р.А.Умаева

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00EF77368FA3BBD9BDD8F9756821F12ADC
Владелец: Улубаева Мадина Аминовна
Действителен: с 10.10.2025 до 03.01.2027

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Велотуристы»

Направленность программы: туристско-краеведческая
Уровень программы: стартовый

Возрастная категория участников: 12- 15 лет
Срок реализации программы: 1год

Составитель:
Махаури Седа Лечаевна
Педагог дополнительного образования

г. Серноводское, 2026 г.

Программа прошла внутреннюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБУ ДО «ДДЮТиЭ Серноводского муниципального района»

Экспертное заключение №1 от «01» сентября 2026 г.

Эксперт: Окуева Т.А. методист

Содержание программы:

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

1.1.Нормативно-правовые основы разработки дополнительных общеобразовательных программ……4

1.2. Направленность программы……4

1.3. Уровень освоения программы…….....4

1.4. Актуальность программы……..4

1.5. Отличительные особенности……5

1.6. Цель и задачи программы……..5-6

1.7. Категория учащихся……...7

1.8. Сроки реализации и объем программы……7

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий…7

1.10. Планируемые результаты и способы их проверки……7-9

Раздел 2. Содержание программы

2.1. Учебный (тематический) план……9-10

2.2. Содержание учебного плана……..11-14

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы. ……14-15

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы:

4.1. Материально-технические условия реализации программы……15

4.2. Кадровое обеспечение программы……..16

4.3. Учебно-методическое обеспечение……16

Список литературы ……16-17

Приложение 1. Календарный учебный график

Приложение 2. Оценочные материалы.

Раздел 1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.

1.1. Нормативно-правовая база к разработке дополнительных общеобразовательных программ

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Велотуристы» разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации»;
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 02 июня 2026г. № 19 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.2.4283-26 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);
- Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобразования и науки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей» (в частях, не противоречащих действующему законодательству);
- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 N 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

1.2. Направленность программы–туристско-краеведческая.

1.3. Уровень освоения программы: Стартовый уровень- первый год обучения, обьем-144 часа. Данный уровень предполагает обеспечение обучающихся общедоступными и универсальными формами организации учебного материала, минимальную сложность предлагаемых заданий, приобретение умений и навыков по овладению техникой езды на велосипеде и физической подготовки. Программа включает в себя 2 модуля:

«**Спортивная подготовка велотуриста», «Велопоходы».** Также, программа направлена на приобретение обучающимися знаний, умений и навыков по выполнению нормативов комплекса ГТО по велотуризму.

1.4. Актуальность программы.

Актуальность программы заключается в том, что на современном этапе развития общества она отвечает запросам детей и родителей: формирует социально значимые знания, умения и навыки оказывает комплексное обучающее, развивающее, воспитательное и здоровьесберегающее воздействие, способствует формированию эстетических и нравственных качеств личности, приобщает детей к занятиям по велотуризму.

1.5. Отличительные особенности. Настоящая программа имеет стартовый уровень. Особенностью данной программы является то, что программа ориентирована на применение широкого комплекса спортивно-оздоровительных и туристско-походных мероприятий.

Также, отличие состоит и в том, что программа построена на модульном принципе и включает в себя модули: «Спортивная подготовка велотуриста» и «Велопоходы».

Каждый модуль программы представляет собой самостоятельный, целостный блок. Дети могут осваивать всю программу, путём активных занятий туризмом и спортом, которые неразрывно взаимосвязаны друг с другом. Программа разработана на основе дополнительной программы педагога дополнительного образования ДДЮТиС г.Аргун Асхабова Султана Мусаевича.

1.6. Цель и задачи программы:

Цель: Развитие физических и духовно-нравственных качеств подростков средствами туристско-спортивной деятельности.

Задачи программы:

Образовательные:

-обучение правилам езды на велосипеде;

-обучение оказанию первой доврачебной помощи;

-обучение работать с картами, ориентироваться на местности, использовать данные знания при подготовке походов.

Воспитательные:

-воспитать духовно-нравственные качества личности, эстетический вкус;

-воспитать чувство личной ответственности за результат коллективной работы, умение работать в коллективе, чувства доброжелательности и отзывчивости;

-воспитать аккуратность, трудолюбие и желание добиться успеха собственным трудом.

Развивающие:
- развивать познавательные, творческие и двигательные способности детей;
-помочь ребёнку развиваться через социально-активное взаимодействие с людьми путём участия в соревнованиях по туристской технике и участию в походах, экскурсиях;
-создать условия для развития мотивации личности к активной жизненной позиции.
-укрепить здоровье и физическую выносливость, тренировать внимательность, поисковую активность и любознательность;
-создать условия для реализации индивидуальных способностей учащихся.

Модуль 1. «Спортивная подготовка велотуриста»
Цель: Формирование системы знаний, умений и навыков в области физического воспитания и спортивно-туристской подготовки.
Задачи:
Образовательные:
- обучать детей приемам самоконтроля, саморегуляции, коррекции своего здоровья самооздоровления с помощью оздоровительных упражнений;
- обучать детей правильной эксплуатации и техническому обслуживанию велосипеда;
- обучать детей основам веловождения.
Воспитательные:
-воспитать духовно-нравственные качества личности, эстетический вкус;
-воспитать чувство личной ответственности за результат коллективной работы, умение работать в коллективе, чувства доброжелательности и отзывчивости;
- воспитать аккуратность, трудолюбие и желание добиться успеха собственным трудом.
Развивающие:
- развивать познавательные, творческие и двигательные способности детей; актуализировать потребности детей в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании и побудить их к формированию здоровья собственными силами;
- содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности обучающихся.
- помочь ребёнку развиваться через социально-активное взаимодействие с людьми путём участия в соревнованиях по туристской технике и участию в походах;
- создать условия для развития мотивации личности к активной жизненной позиции;
- укрепить здоровье и физическую выносливость, тренировать внимательность, поисковую активность и любознательность;
- создать условия для реализации индивидуальных способностей учащихся.

Модуль 2 «Велопоходы».

Цель. Формирование системы знаний, умений и навыков в области физического воспитания и спортивно-туристской подготовки, путём велопоходной деятельности.

Задачи:

Образовательные:

- обучать детей пользоваться туристским снаряжением;
- обучать детей техники и тактики велопохода;
- обучать детей пользоваться электронными гаджетами и топографическими картами.

Воспитательные:

- привитие интереса к туристско-краеведческой деятельности;
- расширение кругозора и повышение интереса к туристско-спортивным походам;
- воспитать аккуратность, трудолюбие и желание добиться успеха собственным трудом.

Развивающие:

- развивать познавательные, творческие и двигательные способности детей; актуализировать потребности детей в самопознании, саморазвитии, самосовершенствовании и побудить их к формированию здоровья собственными силами; содействовать всестороннему и гармоничному развитию личности обучающихся;
- помочь ребёнку развиваться через социально-активное взаимодействие с людьми путём участия в соревнованиях по туристской технике и участию в походах;
- создать условия для развития мотивации личности к активной жизненной позиции;
- укрепить здоровье и физическую выносливость, тренировать внимательность, поисковую активность и любознательность;
- создать условия для реализации индивидуальных способностей учащихся.

1.7. Категория учащихся.

Программа рассчитана на детей 12-15 лет.

Группа комплектуется из учащихся 5-9 классов. Зачисление осуществляется при желании ребенка по заявлению его родителей (законных представителей). Набор на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу проводится среди всех желающих (не имеющие медицинских противопоказаний).

Наполняемость групп-12 человек.

1.8. Сроки реализации и объем программы.

Программа рассчитана на 1 год обучения. Объем программы - 144 часа.

1.9. Формы организации образовательной деятельности и режим занятий: Занятия проводятся в разновозрастных группах, численный состав группы – 15 человек.
Формы организации образовательной деятельности – групповые, индивидуальные.
Формы проведения занятий: лекции, беседы, демонстрация, соревнования, эстафеты, велопробеги, велопоходы.
Режим занятий: занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.
Продолжительность занятий – 40 минут, перерыв 5-10 минут.
Большая часть учебного времени выделяется на практические упражнения. Теоретическая часть предполагает изучение обучающимися теоретических основ туристско-спортивной деятельности, при этом формой обучения являются лекции с элементами беседы и демонстрацией учебного материала.

1.10. Планируемые результаты освоения программы.
Модуль 1 «Спортивная подготовка велотуриста»

Предметные результаты освоения программы:
Обучающиеся знают:
- историю Олимпийских игр, девиз, символику и ритуалы;
- теоретические и практические требования комплекса ГТО;
- правила дорожного движения при езде на велосипеде;
- меры безопасности и предупреждение травматизма в велосипедном спорте.
Обучающиеся умеют:
- выполнять специальные упражнения, развивающие основные двигательные качества и упражнения, помогающие совершенствовать элементы техники движений;
- выполнять фигурное вождение велосипеда по отдельным препятствиям, передвижение на велосипеде по прямой линии, зигзагом;
- выполнять комплекс упражнений на развитие быстроты, ловкости, выносливости и гибкости велотуриста;
- оказывать первую доврачебную помощь при травмах и ушибах.
Метапредметные результаты освоения программы:
- у обучающихся сформированы умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей, определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- у обучающихся сформировано и развито чувство прекрасного, умение видеть мир по-своему, замечать необычное в обычном;
- у обучающихся сформированы эстетический вкус и умение образно воспринимать окружающую действительность;
- у обучающихся сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности.

Личностные результаты освоение программы:
- у обучающихся развита самостоятельность и личная ответственность, уважительное отношение к своему и чужому мнению;
- у обучающихся сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной деятельности;
- у обучающихся развита инициативность и креативность при выполнении заданий, самостоятельность и ответственность за результаты своей деятельности.

Модуль 2 «Велопоходы».

Предметные результаты освоения программы:
Обучающиеся знают:
- Технику безопасности при обслуживании и ремонте велосипеда.
Устройство, монтаж и регулировку велосипеда;
- правила дорожного движения при езде на велосипеде;
- меры безопасности и предупреждение травматизма в велосипедном спорте.
Обучающиеся умеют:
- выполнять специальные упражнения, развивающие основные двигательные качества и упражнения, помогающие совершенствовать элементы техники движений;
- выполнять фигурное вождение велосипеда по отдельным препятствиям, передвижение на велосипеде по прямой линии, зигзагом
- выполнять комплекс упражнений на развитие быстроты, ловкости, выносливости и гибкости велотуриста.
- оказывать первую доврачебную помощь при травмах и ушибах.
Метапредметные результаты освоения программы:
- у обучающихся сформированы умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей, определять наиболее эффективные способы достижения результата
- у обучающихся сформировано и развито чувство прекрасного, умение видеть мир по-своему, замечать необычное в обычном;
- у обучающихся сформированы эстетический вкус и умение образно воспринимать окружающую действительность;
- у обучающихся сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной, творческой деятельности.
Личностные результаты освоение программы:
- у обучающихся развита самостоятельность и личная ответственность, уважительное отношение к своему и чужому мнению;
- у обучающихся сформирована коммуникативная компетентность в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной деятельности;

- у обучающихся развита инициативность и креативность при выполнении заданий, самостоятельность и ответственность за результаты своей деятельности.

Раздел 2. Содержание программы.

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Модуль,тема	Всего часов	В том числе		Формы аттестации/ контроля
			Теория	Практика	
1.	**Модуль 1. «Спортивная подготовка велотуриста».**	**72**	**18**	**54**	
1.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Меры безопасности и предупреждение травматизма в велосипедном спорте. История Олимпийских игр. Олимпийская хартия мирового олимпийского движения. Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр	4	2	2	Опрос, Тестирование
1.2.	История велосипеда и его эволюция. Типы и виды велосипедов. Классификация по видам туризма.	4	2	2	Практическое задание. Опрос
1.3.	Устройство, монтаж и регулировка велосипеда. Техника безопасности при ремонте и обслуживании велосипеда.	4	2	2	Практическое задание
1.4.	Беседа по ПДД «Правила езды на велосипеде.	4	2	2	Опрос. Практическое задание
1.5.	Меры безопасности и предупреждение травматизма в велосипедном спорте. Первая доврачебная помощь	4	2	2	Опрос. Практическое задание
1.6.	Техника безопасности при обслуживании и ремонте велосипеда	2	2	-	Практическое задание
1.7.	Учебно-тренировочные занятия. Основы техники веловождения	12	2	10	Предварительный контроль. Контрольные задания.
1.8.	Велоигры и простейшие велосоревнования	6	-	6	Выполнение контрольных нормативов

1.9.	Велопробег	6	-	6	Выполнение контрольных нормативов
1.10.	Выполнение нормативов комплекса ГТО по велоспорту	8	2	6	Выполнение контрольных нормативов
1.11.	Общая физическая подготовка велотуриста	12	2	10	Практическое задание
1.12.	Итоговое занятие	6	-	6	Эстафета Зачёт
2.	**Модуль 2 «Велопоходы»**	**72**	**14**	**58**	
2.1.	Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности в велопоходе	2	-	2	Опрос. Практическое задание
2.2.	.Велотуризм как основной вид спортивного туризма.	2	2	-	Опрос, Тестирование
2.3.	Туристское снаряжение Велотуриста, перечень и характеристика группового и личного снаряжения	8	2	6	Практическое задание
2.4.	Туристско-бытовые навыки велотуриста	6	2	4	Практическое задание
2.5.	Вело-эстафета	6	-	6	Выполнение контрольных нормативов
2.6.	Начальная туристская подготовка велотуриста. Навыки овладения техникой и тактикой велопохода	10	-	10	Опрос. Практическое задание
2.7.	Соревнования по велокроссу	6	-	6	Выполнение контрольных нормативов
2.8.	Составление маршрута и ориентирование в походе с помощью топографических карт и электронных гаджетов (GPSтрекеры, навигаторы)	10	4	6	Практическое задание, самостоятельные работы
2.9.	Велопробег	6	-	6	Выполнение контрольных нормативов
2.10.	Подготовка к проведению туристского велопохода	8	4	4	Опрос, Практическое задание, самостоятельные работы
2.11.	Итоговое занятие.	8	-	8	Велопоход. Зачёт
2.12.	**Итого:**	**144**	**32**	**112**	

2.2. Содержание учебно-тематического плана.

Модуль 1. «Спортивная подготовка велотуриста» .

Тема1. 1.История Олимпийских игр.

Теоретическая часть. Изучение Олимпийского девиза, символики и ритуалов Олимпийского движения. Олимпийские виды и
дисциплины велоспорта

Практика. Викторина

Тема 1. 2.Историческая справка зарождение велосипедного спорта.

Теоретическая часть. Изучение истории возникновения мирового велоспорта. Изучение биографии знаменитых велоспортсменов.

Практика. Подготовка небольшого сообщения по теме.

Тема 1.3. Правила дорожного движения их требования к велосипедистам.

Теоретическая часть. Изучение правил дорожного движения. Условные сигналы велосипедиста при езде на велосипеде.

Практическая часть. Езда на велосипеде с соблюдением правил дорожного движения.

Тема 1.4. Меры безопасности и предупреждение травматизма в велосипедном спорте. Первая доврачебная помощь.

Практическая часть. Способы оказания первой доврачебной помощи. Соблюдение всех мер безопасности при езде на велосипеде.

Тема 1.5.Техника безопасности при обслуживании и ремонте велосипеда.

Теоретическая часть. Изучение основных правил техники безопасности при эксплуатации и ремонте велосипеда.

Практическая часть. Регулярная проверка велосипеда на предмет обнаружения следов нагрузок, потёртости, трещины, вмятины, деформации или отслоение краски.

Тема 1.6.Общая физическая подготовка велотуриста.

Практическая часть. Выполнение специальных упражнений, развивающих основные двигательные качества и упражнения, помогающие совершенствовать элементы техники движений. Упражнение для равновесия: ходьба по бревну, рельсу, гимнастической скамейке на различных высотах; ходьба по узкой опоре с различными движениями рук, наклонами, приседаниями; применение упражнений типа «ласточка»

Тема 1.7. Выполнение нормативов комплекса ГТО по велоспорту.

Практическая часть. Выполнение нормативов комплекса ГТО по велоспорту, как основа физического воспитания.

Тема 1.8.Комплекс упражнений на развитие быстроты, ловкости, выносливости и гибкости велотуриста.

Практическая часть. Упражнение для развития силы мышц-разгибателей бедра и для улучшения функции вестибулярного анализатора, ловкости и ориентировки. Гимнастическая стенка, перекладина. Вис (на время). Упражнение для расслабления, растягивания суставных соединений.

Тема 1.9.Велопробег

Выполнение контрольных нормативов.

Тема 1.10.Выполнение нормативов комплекса ГТО по велоспорту.

Тема 1.11.Общая физическая подготовка велоспортсмена.

Физическая подготовка и ее значение для туриста. Утренняя физическая зарядка. Комплексы физической зарядки. Занятия легкой атлетикой, гимнастикой, плаванием, бегом, велоспортом. Кроссовая подготовка. Закаливание организма. Общая гигиена туриста. Нормы нагрузок в походах. Врачебный контроль и самоконтроль.

Практические занятия

Освоение комплекса утренней физической зарядки, проведение кроссов, учебное составление дневника самоконтроля.

Тема 1.12.Итоговое занятие

Эстафета. Зачёт.

Модуль 2.«Велопоходы».

Тема 2.1..Вводное занятие. Особенности работы объединения юных велотуристов. Какие нам предстоят походы (перспективы работы объединения). Знакомство с программой. Обзор туристско-краеведческой литературы, газетных и журнальных статей. Инструктаж по технике безопасности в велопоходе.

Тема 2.2.История туризма. Велотуризм как основной вид спортивного туризма. Беседа о туризме. Цели и задачи самодеятельного туризма. Виды туризма и их особенности. Чем интересен и полезен велосипедный туризм. Пешие и лыжные походы. Нормативы на значки «Юный турист России» и «Турист России». Спортивные разряды в велосипедном туризме. Звание «Мастер спорта России». Положение о Почетном знаке «Заслуженный путешественник России» (1996 год). Рассказ об интересном походе (фотографии, слайдфильм, компьютерная презентация, видеофильм). Туристские традиции и законы.

Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

Тема 2.3. Туристское снаряжение Велотуриста. Перечень и характеристика группового и личного снаряжения.

Практическая часть. Назначение предметов группового снаряжения и их применение. Туристская палатка: установка и сборка палатки. Рюкзак: основные правила укладки вещей в рюкзак и распределения веса. Спальный мешок и каремат. Основные типы и правильная эксплуатация.

Тема 2.4.Туристско-бытовые навыки велотуриста. Виды снаряжения. Перечень и характеристика личного и группового снаряжения для однодневного и двухдневного пешего похода. Требования к одежде и обуви. Упаковка снаряжения. Укладка рюкзака.

Практическое задание. Проведение смотра готовности снаряжения (личного и группового) к пешему походу выходного дня.

Тема 2.5.Велоэстафета. Выполнение контрольных нормативов

Тема 2.6.Начальная туристская подготовка велотуриста. Навыки овладения техникой и тактикой велопохода.

Практическая часть. Техника соблюдения темпа езды на велосипеде, заданный ведущим группы, Соблюдение интервала движения на ровной дороге 2-3 м, но не более 5-6 м. Техника езды велосипедистов на крутых спусках и подъёмах с учётом оптимального распределения веса тела.

Тема 2.7.Соревнования по велокроссу. Выполнение контрольных нормативов.

Тема 2.8.Составление маршрута и ориентирование в походе с помощью топографических карт и электронных гаджетов (GPS трекеры, навигаторы)

Практическая часть. Способы и виды ориентирования в туристском походе, путешествии. Определение своего местоположения на местности. Ориентирование по компасу, небесным светилам, местным предметам, формам рельефа и по карте. Работа с различными GPS трекерами типа SPOT и навигационными устройствами походного типа GARMINE. Загрузка топографических маршрутных карт в GPS навигатор, добавление путевых точек. Векторные и растровые карты. Работа с приложениями на смартфоне.

Тема 2.9.Велопробег. Выполнение контрольных нормативов

Тема 2.10.Подготовка и проведение туристского велопохода. Разработка маршрута похода. Работа с топографическими картами, для составления маршрута велопохода. Изучение местности похода. Составление списка необходимого оборудования, распределение обязанностей группы. Проверка и подготовка велосипедов для похода.

Тема 2.11.Итоговое занятие. Велопоход.

Раздел 3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Методы и формы отслеживания результативности обучения и воспитания:

- опросы обучающихся;
- педагогическое наблюдение;
- тестирование;
- беседа,
-соревнования,
- велопоходы,

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов. Демонстрацией образовательных результатов данного детского объединения будет служить участие в походах, викторинах, соревнованиях, публикации в сети Инстаграмм, Вконтакте.

Основной формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является периодическая организация эстафет, соревнований, велопоходов, велопробегов это дает детям возможность оценить свои силы и знания.

Вводный контроль проводится в первые дни обучения для выявления исходного уровня подготовки обучающихся, чтобы скорректировать учебно-тематический план, определить направление и формы работы (метод: собеседование, проверка физических возможностей).

Промежуточный контроль проводится с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала и уровня их подготовленности к занятиям. Проводится в форме беседы, педагогического наблюдения, выполнения спортивных нормативов, участия в велосоревнованиях, велоэстафетах.

Итоговый контроль проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, ориентации обучающихся на дальнейшее самостоятельное обучение. Проводится в форме велопробега и велопохода.

Оценочные материалы

Виды контроля	Цель организации контроля	Оценочные материалы
Вводный контроль	Выявление уровня познавательных интересов	Собеседование
Промежуточный контроль	Проверка усвоения материала по изучаемым темам, проверка-повторение пройденного материала	выполнения спортивных нормативов, участие в соревнованиях, вело-эстафетах.
Итоговый контроль	Контроль знаний и умений учащихся по программному материалу.	сдачи нормативов по физической культуре и туристской подготовке, велопробег, велопоход.

Критерии оценки достижения планируемых результатов программы.

Основными показателями выполнения программных требований по уровню подготовленности учащихся в группах являются выполнение контрольных нормативов по ОФП, спортивных навыков по велоспорту и тестовых заданий по теории.

Способом определения полноты реализации и результативности программы является - тестирование, беседа, наблюдение, соревнование, велопоход, эстафета и др. Данная программа предусматривает следующие формы и виды контроля за процессом обучения:

1.Входной контроль- Выявление уровня познавательных интересов (собеседование).

2. Промежуточная аттестация осуществляется в середине учебного года, для оценки приобретенных навыков, освоения умений и тактик индивидуального действия, с использованием комплекса контрольных упражнений по общей физической подготовленности учащихся, с учетом показателей тренировочной и соревновательной деятельности (сдача нормативов по ГТО и начальной подготовке велоспортсменов).

3. Итоговая аттестация учащихся осуществляется в конце учебного года с целью проверки степени осведомленности (знаний) обучающихся в вопросах физической культуры и спорта при помощи тестов, выполнения контрольных нормативов по общей физической подготовке и выполнение контрольных нормативов по овладению начальной подготовки велоспортсмена. Результатом подведения итогов тестирования по теоретической подготовке, является зачетная система оценивания результатов. Зачет ставится, если минимальное количество положительных ответов составляет 72% от общего числа вопросов. Зачет ставится, если все модули программы были освоены обучающимися и получили зачеты по всем 2 модулям.

Раздел 4. Комплекс организационно-педагогических условий реализации программы.

4.1. Материально-техническоеобеспечение программы:

- учебный кабинет, рассчитанный на 12 уч.;
- место педагога: стол, стул;
- классная доска.
- шкаф для хранения наглядных пособий, раздаточного материала, собранных материалов и снаряжения;
- прилегающая к зданию территория для практических занятий
- также имеются следующие материалы:
- рюкзаки -17 шт
- каски – 17 шт
- перчатки туристские – 17 шт
- велосипеды – 17 шт

4.2. Кадровое обеспечение программы.

Программа реализуется педагогом дополнительного образования, имеющим образование, соответствующее профстандарту педагога дополнительного образования детей и взрослых.

4.3. Учебно - методическое обеспечение программы

Название учебной темы	Форма занятий	Название и форма методического материала	Методы и приемы организации учебно-воспитательного процесса
Модуль 1. «Спортивная подготовка велотуриста»	Комбинированная. Групповые занятия, теоретическое обсуждение вопросов, практическое использование полученных знаний.	Презентация по теме. Тематическая разработка. Тематический материал. ТСО, презентация слайдов. инфостенд: «Первая медицинская помощь», «Правила санитарии и гигиены», инструктаж по ТБ, аптечка. https://velomarshrut.ru/veloschool/training/fizpodgotovka http://www.velorider.ru/velosport/trenirovki/	Словесный Наглядный Репродуктивный
Модуль 2. «Велопоходы»	Групповая, индивидуальная. Теоретическая подготовка. Практическая работа.	Тематический материал, компас,курвиметр, спутниковый трек, инструктаж, информационный стенд. Дидактический материал, топографическая и географическая карты, топографические знаки, информационный стенд, презентация, ТСО, информационный стенд, инструктаж, туристское снаряжение, палатки, рюкзак, дидактический материал. https://velomarshrut.ru/ https://www.vpoxod.ru/types/6-Velo	Словесный Наглядный Репродуктивный

Список литературы

Модуль 1. «Спортивная подготовка велотуриста»

Литература для педагога.

1) Барчуков И.С., Нестеров А.А. Физическая культура и спорт: методология, теория, практика. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2006г.
2) Горбунов Г.Д. Психопедагогика спорта. – М.: Советский спорт, 2007г.
4) Захаров А.А. Велосипедный спорт: Примерная программа спортивной подготовки для детско-юношеских спортивных школ, специализированных детско–юношеских школ олимпийского резерва и школ высшего спортивного мастерства: М.: Советский спорт, 2008г.
3) Лубышева Л.И. Социология физической культуры и спорта. Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2010г.
5) Никитушкин В.Г. Теория и методика юношеского спорта: учебник. – М.: Физическая культура, 2010г.

Литература, рекомендуемая учащимся и родителям.

4) Виленский М.Я. Физическая культура (спо) / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - М.: КноРус, 2018г.
1) Правила соревнований по спортивному туризму (номер-код 0840005411Я), утвержденные зам.руководителя Федерального агентства по ФКиС, Президентом ТССР 2008г.
2) Паршикова А.Т. Спортивная школа как социально-педагогическая система: социальное проектирование: Монография. – М.: «Советский спорт»,2003.
3) Физическая культура и физическая подготовка: Учебник /Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. - М.: Юнити, 2016г.

Модуль 2. «Велопоходы»

Литература для педагога.

1) Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2006.
2) Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001.
3) Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно-методическое пособие. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2006.

Литература, рекомендуемая учащимся и родителям.

4) Виноградов, П.А. Физическая культура и спорт трудящихся / П.А. Виноградов, Ю.В. Окуньков. - М.: Советский спорт, 2015г.
1. Куликов В.М, Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Учебное пособие. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2001.

3) Маслов А.Г. Константинов Ю.С. Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. – М.: Академия, 2004
2) Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов; под ред. А.Т.Смирнова. - М., 2007.

Интернет ресурсы:

1. Библиотека международной спортивной информации //http: //bmsi.ru/
2. Виртуальный ресурс Физкультура // http://www.fizkult-ura.com/judo
3. Международный союз велосипедистов. URL: http://www. uci.ch
4. Федерация велосипедного спорта России. URL: http://www. fvsr.ru

Приложение 1

Нормативы комплекса ГТО по велоспорту

таблица 1.

Возраст (лет)	Дистанция (км)
11 — 13 (5 — 6-й класс)	10 — 15
13 — 15 (7 — 8-й класс)	25
16 — 17 (9 — 11-й класс)	50
18 — 39	30
40 лет и старше	30

Туристский поход на велосипеде с проверкой туристских навыков таблица 2.

№ п/п	Возраст (лет)	Норма (мин)				
		Дистанция (км)	По степени трудности на «сдано»	На золот. значок	По степени трудности на «сдано»	На золот. значок
			Мужчины		Женщины	
1.	7 — 9 (1 — 2-й класс)	3	Без учета времени	—	Без учета времени	—
		5	—	Без учета времени	—	Без учета времени
2.	9 — 11 (3 — 4-й класс)	5	16.00	15.00	19.00	18.00
3.	11 — 13 (5 — 6-й класс)	5	15.00	14.00	18.00	17.00
4.	13 — 15 (7 — 8-й класс)	5	—	—	15.00	13.00
		10	28.00	25.00	—	—
5.	16 — 17 (9 — 11-й класс)	5	—	—	14.00	12.00
		10	25.00	23.00	—	—
6.	18 — 24	10	24.00	22.00	32.00	29.00
7.	25 — 29	10	25.00	23.00	33.00	30.00
8.	30 — 34	10	26.00	24.00	34.00	31.00
9-	35 — 39	10	28.00	25.00	35.00	32.00
10.	40 — 44	5	—	—	—	20.00
		10	—	29.00	—	—
11.	45 — 49	10	—	30.00	—	Без учета времени
12.	50 — 54	10		31.00	—	—
		6	—	—	—	Без учета времени
13.	55 — 60 и старше	10	—	35.00	—	—

Возраст (лет)	Дистанция (км)
11 — 13 (5 — 6-й класс)	10 — 15
13 — 15 (7 — 8-й класс)	25
16 — 17 (9 — 11-й класс)	50
18 — 39	30
40 лет и старше	30

Предмет оценивания (планируемый результат)	**Вид аттестации**
1.Какую награду получал победитель Олимпийских игр в древности?? А) Лавровый венок + В) Венок из ромашек С) Композицию из роз	Итоговый контроль
2.Где прошли первые зимние Олимпийские игры ? А)В Швейцарии В) В Германии С) Во Франции +	
3.Какое происхождения слово «велосипед»? А) Английское В) Французское +. С) Немецкое	
4.Где изобретен первый велосипед? А) В Германии В) В России С) Во Франции	
5.Какой из тормозов является основным? А) Задний В) Передний + С) По желанию	
6.Группе велосипедистов разрешено движение по дороге? А) В два ряда В) В один ряд + С) В три ряда **7.В каком возрасте разрешено движение на велосипеде по бездорожью?** А) С 12лет В) С 14 лет С) В любом + **8.Вытянутая в сторону и согнутая в локте правая рука велосипедиста обозначает?** А) Левый поворот+ В) Правый поворот	

С)Остановку **8.Какие велосипеды можно брать в туристические походы?** **А)Спортивные** **В) Дорожные** **С)Любые +** **9.Что кроме обычного туристического снаряжения, необходимо взять с собой в велосипедный туристический поход?** А) Аптечку В) Ремонтный набор+ С) Компас **10.В каком составе удобнее всего совершать велосипедные походы?** А) Одному В)Вдвоем С) Группой 4-6 человек. + **11.Для какой цели следует устраивать технический привал?** А) Чтобы проверить состояние велосипеда+ В) Чтобы отдохнуть С) Чтобы подождать отстающих **12.Что такое азимут?** А) Расстояние по карте В) Направление на север С)Направление движения + **13.Куда показывает красная стрелка компаса?** А) Юг В) Север + С) Восток Д) Запад **14.Что такое масштаб карты?** А) Размер карты В) Соотношение расстояний карте к местности + С) расстояние **15. Почему нельзя перевозить пассажиров на велосипеде?** А) потому что он сломается; В) потому что он неустойчив + С) так предложила ГИБДД **16. На каком расстоянии от края тротуара или обочины имеет право двигаться велосипедист?** А) на любом В) на метр + С) на 1,5 метра **17. Как называют человека, идущего последним в походной группе?** А) отстающий С) замыкающий + В) последний Д) крайний. **18. Как называется стоянка туристов, оборудованная для длительного отдыха, ночлег?** А) привал;	

B) бивак + C) остановка. **19.Где не рекомендуется пользоваться компасом?** A) Вблизи железных предметов B) Вблизи техники C) Вблизи линии электропередачи + Д) В густом лесу **20.В какой стране впервые изобрели магнитный компас?** A) Индия B) Китай + C) Англия Д) Португалия	

20 баллов, если 18-20 ответов правильные

15 баллов - 14-17 ответов

10 баллов – 11-13 ответов

Лист экспертизы
программы педагога дополнительного образования

Разработчик программы: педагог Махаури Седа Лечаевна
МБУ ДО «ДДЮТиЭ Серноводского муниципального района»

Краткая характеристика программы

Наименование программы	«Велотуристы»
Направленность программы	Туристско-краеведческая
Срок реализации	1 год
Объем (в том числе указать объем по каждому году обучения)	144 ч.
Возраст обучающихся	12-15 лет

№ п/п	Наименование экспертного показателя	Да/ Нет/ Частично	Комментарий эксперта
1.	**Соответствие текста программы общим требованиям:** основным правилам оформления текстовых документов по ГОСТ	Да	
2.	**Соответствие титульного листа общим требованиям** Наименование образовательной организации. Гриф утверждения программы (с указанием даты и номера приказа) Название программы Направленность программы Уровень освоения программы Возраст детей, на которых рассчитана программа Срок реализации программы ФИО, должность разработчика (разработчиков) программы Город и год разработки программы	Да	
3.	**Комплекс основных характеристик программы**		
3.1.	**Направленность программы** Программа соответствует заявленной направленности ДОД. Направленность образовательной программы соответствует ее названию и содержанию. Цель и задачи сформулированы с учетом направленности программы.	Да	.
3.2.	**Уровень программы.** Обосновано отнесение программы к заявленному уровню. Срок освоения программы адекватен уровню.	Да	
3.3.	**Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность** Обоснована актуальность программы.	Да	

	Программа соответствует действующим нормативным правовым актам и государственным программным документам. В программе представлены современные идеи и актуальные направления: развития науки, техники, культуры, экономики, социальной сферы и др., развития и организации дополнительного образования детей Предусмотрена возможность использования программы в других образовательных системах.		
3.4.	**Цель и задачи программы.** Сформулированы цели, задачи программы, они согласованы с содержанием и результатами программы. Цель должна быть связана с названием программы, отражать ее основную направленность и желаемый конечный результат. Задача – конкретные «пути» достижения цели.	Да	
3.5.	**Отличительные особенности программы.** Изложены основные идеи, на которых базируется программа, обосновано ее своеобразие; принципы отбора содержания, ключевые понятия и т.д. Указано, чем отличается программа от уже существующих в данном направлении.	Да	
3.6.	**Категория учащихся.** Охарактеризованы и учтены возрастно-психологические особенности учащихся. Обоснованы принципы формирования групп, количество учащихся.	Да	
3.7.	**Сроки реализации программы.** Заявлена продолжительность образовательного процесса, выделены этапы. Запланированный срок реализации программы реален для достижения результатов.	Да	
3.8.	**Формы и режимы занятий по программе.** Выбор форм организации деятельности учащихся аргументирован и обоснован. Обоснован представленный режим занятий (их количество и периодичность)	Да	
3.9.	**Планируемые результаты освоения программы.** Разработанные результаты соотносятся с целью и задачами обучения по программе. Охарактеризованы предметные и личностные результаты. Результаты сформулированы четко и конкретно: перечислены приобретаемые знания, умения и качества личности учащегося. Определено, как учащиеся будут демонстрировать приобретенные знания и умения по программе и свои достижения.	Да	

4.	**Содержание программы.**		
4.1.	**Учебно-тематический план.** УТП отражает содержание программы, раскрывает последовательность изучения тем. УТП составлен в соответствии с заявленными сроками и этапами на весь период обучения, оформлен в таблице. УТП определяет количество часов по каждой теме с распределением на теоретические и практические занятия (может включать формы работы и контроля)	Да	
4.2.	**Содержание учебно-тематического плана.**		
	Представлено реферативное описание каждой темы согласно УТП: в теоретической части учебный материал раскрывается тезисно и представляет собой объем информации, которым сможет овладеть учащийся; в практической – перечисляются формы практической деятельности детей.	Да	
	Содержание программы соответствует: поставленным цели, задачам, указанной направленности и заявленному уровню; современному уровню развития науки, техники, культуры, экономики, технологий и социальной сферы.	Да	
	Содержание программы направлено на: создание условий для личностного развития учащегося, его позитивную социализацию, социальное, культурное, профессиональное самоопределение и творческую самореализацию личности ребенка, формирование у учащихся учебных действий (личностных, регулятивных, познавательных, коммуникативных), практико-ориентированных знаний, умений и навыков.	Да	
4.3.	**Календарный учебный график.** Составлен календарный учебный график для учебной группы, включающий календарный период проведения занятия, формы занятий, количество часов по каждой теме, наименование раздела, темы занятия, формы контроля.	Да	
5.	**Формы аттестации и оценочные материалы.** Разработаны формы промежуточной и итоговой аттестации, адекватные заявленному содержанию программы и возрасту учащихся. Разработан мониторинг эффективности реализации программы. Созданная система оценочных средств позволяет проконтролировать каждый заявленный результат обучения, измерить его и оценить.	Да	
6.	**Комплекс организационно-педагогических условий.**		
6.1.	**Материально-технические условия реализации программы.**	Да	

	Представлена совокупность необходимых и достаточных условий для реализации программы. МТБ для реализации программы обоснована и достаточна. Представлены современные информационно-методические условия реализации программы (электронные образовательные ресурсы, информационные технологии, использование инфраструктуры организации: библиотеки, музей и др.)		
6.2.	**Кадровое обеспечение программы.** Указан квалификационный уровень педагога дополнительного образования. Указаны другие специалисты, привлекаемые для реализации программы (в случае необходимости).	Да	
6.3.	**Учебно-методическое обеспечение программы.** Описана общая методика работы с учащимися по программе. Используемые формы, методы и технологии актуальны, обоснованы, соответствуют возрасту, категории (ОВЗ, одаренные и т.д.) и возможностям учащихся; рассчитаны на формирование и применение практико-ориентированных ЗУН. Программа обеспечена методически, дидактически и технологически (положения, рекомендации, учебные пособия, разработки занятий, наглядный материал и др.)	Да	
7.	Список литературы. Список литературы актуален. Список литературы для разных категорий участников образовательного процесса. Оформление списка соответствует современным требованиям к оформлению библиографических ссылок.	Да	
8.	Стиль и культура оформления программы. Стилистика изложения программы: официально-деловой стиль документа. Современность и обоснованность использования педагогической терминологии. Оптимальность объема программы. Четкая структура и логика изложения.	Да	

Заключение: ***программа прошла внешнюю экспертизу и рекомендована к реализации в МБУ ДО «ДДЮТиЭ Серноводского муниципального района»***.

Эксперт: Лулаева Р.С., зам. руководителя МОЦ

Руководитель МОЦ  Ш.С. Ирбаиев

«11» сентября 2026 г.