

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей детско-юношеский центр физической подготовки Хабаровского муниципального района Хабаровского края

Принята
на заседании Педагогического совета
Протокол № 1 от 25.08.2023

Утверждаю
Директор МБОУ ДОД ДЮЦ

Шенкоренко Я.С.
2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Юные туристы»**

направленность: туристско-краеведческая

уровень программы: базовый

возраст детей: 11-16 лет

срок реализации: 3 года

**Автор-составитель:
педагог дополнительного образования
Подоплелов Петр Сергеевич**

с. Тополево 2023 год

Содержание

Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»:

- 1.1 Пояснительная записка
- 1.2 Цель и задачи программы
- 1.3 Учебный план и содержание. 1 год обучения
- 1.4 Учебный план и содержание. 2 год обучения
- 1.5 Учебный план и содержание. 3 год обучения
- 1.6 Планируемые результаты обучения.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»:

- 2.1 Условия реализации программы
 - 2.2 Формы контроля
 - 2.3 Материально-техническое обеспечение программы
- Приложение 1 «Календарный учебный график»
Приложение 2 «Методическое обеспечение программы»
Приложение 3 «Методические и иные документы»

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1 Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Юные туристы» туристско-краеведческой направленности, базового уровня разработана для обучающихся 11-16 лет

Программа разработана с учетом следующих нормативных документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 16.04.2022) «Об образовании в Российской Федерации»;

2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678р;

3. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996 "Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года";

4. Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеразвивающим программам»;

5. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей. СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» от 01.01.2021;

6. Национальный проект «Образование» (утвержден Президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

7. Концепция информационной безопасности детей в Российской Федерации, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 28 апреля 2023 г. № 1105-р;

8. Целевая модель развития региональной системы дополнительного образования детей (приказ Министерства просвещения РФ от 3 сентября 2019 г. №467);

9. Положение о дополнительной общеобразовательной программе, реализуемой в Хабаровском крае (Приказ №383-П, от 26.09.2019г.);

10. Программа воспитания и социализации обучающихся общеобразовательных организаций, расположенных на территории Хабаровского края, на 2021-2025 годы. (Утверждена распоряжением министерства образования и науки Хабаровского края от 29.12.2020 г. №1282);

11. Устав Муниципального бюджетного образовательного учреждения дополнительного образования детей детско-юношеского центра физической подготовки Хабаровского муниципального района Хабаровского края.

Программа имеет туристско-краеведческую направленность. Программа направлена на:

- развитие интеллектуального и творческого потенциала детей и подростков;

- удовлетворение индивидуальных потребностей в физическом и нравственном развитии;
- развитие и поддержку детей, проявивших интерес и определенные потребности к туристско-краеведческой деятельности.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юные туристы» обусловлена ее практической значимостью и определяется нормативно-правовыми документами федерального уровня: «Стратегией развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года» и «Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года», - в соответствии с которыми рекомендуется охватить такие направления, как патриотическое воспитание и формирование российской идентичности, гражданское, духовное и нравственное воспитание детей и подростков на основе российских традиционных ценностей, приобщение детей к историко-культурному наследию.

В условиях современного мира детей необходимо готовить к безопасному пребыванию в природной среде, а туризм является действенным инструментом решения воспитательных задач, основой безопасности и воспитания.

Созданная система позволит реализовать личностные возможности детей, сформировать гражданскую ответственность, специальные знания, умения и навыки, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды.

Педагогическая целесообразность реализации программы «Юные туристы» определяется необходимостью совершенствования воспитательного процесса в детских коллективах, образовательных организациях.

Сегодня туристско-краеведческая направленность в контексте обновленной концепции дополнительного образования диктует новые требования, делая акцент на развитии исследовательского краеведения, профессионального самоопределения, развитии туристских маршрутов для ознакомления детей с историей, культурой, традициями, природой соответствующего региона, а также с выдающимися деятелями. Приоритетами обновления содержания и технологий по туристско-краеведческой направленности дополнительного образования детей Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 г. предложено в том числе: «...содействовать формированию у обучающихся знаний, умений и навыков, связанных с безопасным пребыванием в условиях природной и городской среды, создавать условия для воспитания и развития личности, а также для социализации обучающихся...».

Освоение дополнительной общеобразовательной программы «Юные туристы» предполагает всестороннее развитие личности через туристско-

краеведческую деятельность, которая направлена на совершенствование интеллектуального, духовного и физического развития.

Представленный вариант дополнительная общеобразовательная программа «Юные туристы» - модифицированный.

Данная программа является практико-ориентированной, знакомит с основами туризма и ориентирования на местности, способами выживания в экстремальных ситуациях, предполагает работу по краеведению и оказанию первой медицинской помощи. Практические занятия проводятся в 1-3 дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также занятий на местности и в помещении. В каникулярный период практические навыки отрабатываются в многодневных походах, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

Особенностью программы является систематизация всего материала по основным этапам туристской деятельности: подготовка к походу (предварительная и предпоходная), непосредственное выполнение путешествия и заключительная часть - подведение итогов похода. Содержание данной программы разработано с учетом местных, региональных условий и особенностей.

Программа направлена на формирование туристских навыков в условиях городской и сельской местности.

Уровень освоения программы: базовый.

Адресат программы: обучающиеся в возрасте 11 - 16 лет, любого пола и образования.

Количество обучающихся в группе: 15-18 человек. Комплектование групп происходит без предварительного отбора.

Срок реализации и объем программы: 3 года. По 216 часов за каждый учебный год. Всего: 648 часов.

Форма обучения: очная.

Ведущей формой организации занятий является групповая. Некоторые занятия целесообразно проводить со всем составом объединения, например: лекции, беседы, походы. Для подготовки мероприятий и экскурсий более продуктивной будет работа в подгруппах.

Наряду с групповой осуществляется индивидуальная форма.

Основные формы деятельности:

- организация экскурсий, походов, туристско-краеведческих экспедиций;
- изучение и описание природных объектов родного края с целью их рационального использования и сохранения;
- участие в ликвидации негативного воздействия человека на окружающую среду;

- изучение и описание природных объектов с целью создания экологических троп;
- изучение литературных источников, материалов краеведческого музея, архивных документов по истории края;
- тренировки и практические занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию и пешеходному туристскому многоборью;
- участие в различных туристско-краеведческих мероприятиях (соревнованиях, полевых лагерях и лагерных сборах, конкурсах, семинарах и т.д.).

Режим занятий: Занятия проводятся 3 раза в неделю в соответствии с расписанием занятий. Длительность занятия в соответствии с требованиями СанПиН:

Период	Продолжительность занятий	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель	Количество часов в год
1 год	2 занятия по 45 мин., с перерывом 15 минут	3	6	36	216
2 год	2 занятия по 45 мин., с перерывом 15 минут	3	6	36	216
3 год	2 занятия по 45 мин., с перерывом 15 минут	3	6	36	216

1.2 Цель и задачи программы

Цель программы: обучение детей основам туризма и безопасного пребывания в природной среде.

Задачи:

Образовательные:

- познакомить с основам организации туристского быта в полевых условиях;
- познакомить с основам ориентирования на местности;
- способствовать освоению туристскими навыкам и навыкам выживания в экстремальных природных условиях;
- познакомить с краеведческими особенностями Хабаровского края.

Развивающие:

- сформировать навыки безопасного поведения и выживания в условиях природной среды;
- способствовать развитию коммуникативных навыков;
- способствовать развитию навыков партнёрства, сотрудничества, взаимопомощи и ответственности;
- способствовать развитию у обучающихся экологической культуры, бережного отношения к родной земле, природным богатствам России.

Воспитательные:

- способствовать воспитанию гражданственности как способности к эффективному социальному взаимодействию в условиях гражданского общества;
- способствовать воспитанию этических и эстетических качеств личности через восприятие природы;
- способствовать формированию общероссийской гражданской идентичности, патриотизма и гражданской ответственности.
- способствовать воспитанию личности с установкой на здоровый образ жизни.

1.3 Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Формы промежуточного контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в программу. Инструктаж ТБ	2	2		наблюдение, беседа.
2	Основы туристской подготовки	66	19	50	беседа, опрос
3	Краеведение	19	6	13	беседа, опрос
4	Топография и ориентирование	58	11	47	беседа, опрос
5	Обеспечение безопасности	39	9	27	беседа, опрос
6	Основы безопасности жизнедеятельности	32	10	22	беседа, опрос
ИТОГО за период обучения:		216	57	159	

Содержание учебного плана первого года обучения

1. Введение в программу

Теория. Цели, задачи, основное содержание курса.

2. Основы туристской подготовки

2.1 Общие понятия туризма.

Теория. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Краеведение, туристско-краеведческое движение «Отечество» и его региональный модуль «Край родной дальневосточный», основные его направления. Личное групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: костровое оборудование,

рукавицы, ножи, половник. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Ремонтный набор, аптечка.

Практика. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Подготовка личного снаряжения к походу. Уход за снаряжением, его ремонт.

2.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Бивак дневной и ночной, для дневок. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Организация работы по устройству бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Свертывание лагеря. Уборка места лагеря. Противопожарные меры. Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Организация ночлегов в помещении. Игры в пути и на привале. Нормы поведения туристов в населенных пунктах.

Практика. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развешивание лагеря, разжигание костра). Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом. Игры в пути и на привале.

2.3. Питание в походе

Теория. Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Практика. Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

2.4. Подготовка и организация путешествия

Теория. Права и обязанности участников похода. Подбор группы. Должности в группе постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе. Определение цели и района похода. Подбор литературы и картографического материала. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Маршрутный лист и маршрутная книжка. Путевой дневник. Отчетная документация. Требования к отчету. Систематика и оформление собранного материала. Написание отчета.

Практика. Работа с краеведческой литературой. Подготовка и чтение докладов по географии, истории и культуре района путешествия при подготовке к походу. Работа с собранным материалом, его определение,

систематика, оформление. Подготовка и чтение докладов по итогам похода.

2.5. Физическая подготовка туриста

Теория. Краткие сведения о строении, функциях организма и влиянии физических упражнений на организм. Значение физической подготовки для туриста. Физическая и морально-волевая подготовка. Закаливание. Утренняя зарядка.

Практика. Подвижные игры на воздухе, в спортивном зале.

3. Краеведение

3.1. Географическое положение, природные условия и ресурсы края

Теория. Рельеф, полезные ископаемые, климат, реки, озера, болота, растительный и животный мир Хабаровского края.

Практика. «Путешествия» по карте. Посещение школьного музея села Тополево. Подготовка мини докладов о природе родного края.

3.2. Туристские возможности края

Теория. Наиболее интересные места походов и экскурсий Хабаровского района и Хабаровского края. Музеи Хабаровского края. Особо охраняемые природные территории (ООПТ) Хабаровского края.

Практика. Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

4. Топография и ориентирование

4.1. Основы топографии.

Теория. Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и за рамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт. Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы. Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.

Практика. Определение масштаба карты. Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие» по карте. Упражнения на запоминание условных знаков.

4.2. Ориентирование

Теория. Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки.

Практика. Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков.

5. Обеспечение безопасности

Теория. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности.

Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Правила поведения при движении группы (пешком и на транспорте). Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация само страховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Правила поведения в условиях полевого лагеря. Правила купания и безопасного поведения на воде.

Практика. Обучение технике вязания узлов. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с само страховкой.

5.1. Медицинская аптечка

Теория. Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста. Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах (переломы, кровотечения), тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых и пресмыкающихся. Правила переноски пострадавшего.

Практика. Комплектование медицинской аптечки. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи. Переноска пострадавшего.

Теория. Понятие о биосфере. Биосфера – «живая» оболочка Земли. Границы биосферы.

Практика. Экологические игры. «Экологические тропы».

5.2. Основы исследовательской работы

Теория. Понятие исследовательской работы. Тема исследования. План исследовательской работы. Работа со справочной литературой (справочниками, словарями, определителями). Методы сбора материала. Правила оформления исследовательской работы.

Практика. Выбор темы исследования, составление плана исследовательской работы, подбор литературы, правила оформления исследовательской работы. Исследовательская деятельность в природе.

6. Основы безопасности жизнедеятельности

Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях. Понятие о ране, классификация ран. Использование табельных и подручных средств для остановки кровотечения. Признаки клинической и биологической смерти. Техника проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Учащиеся смогут научиться: описывать и использовать приёмы оказания первой помощи; прогнозировать воздействие негативных факторов на организм; приводить примеры негативных факторов, влияющих на здоровье; аргументировать в отношении поступков других людей, наносящих вред своему здоровью. Смогут обеспечивать уход за телом и жилищем,

взаимодействовать в группе (распределение обязанностей), находить необходимую информацию на различных видах носителей. Смогут презентовать результаты собственной деятельности.

1.4 Учебный план 2-й год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Формы промежуточного контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы туристской подготовки	69	21	48	беседа, тестирование
2	Топография и ориентирование	48	18	30	беседа, тестирование
3	Обеспечение безопасности	39	12	27	беседа, тестирование
4	Краеведение	60	24	36	беседа, тестирование
ИТОГО за период обучения:		216	75	141	

Содержание учебного плана второго года обучения

1. Основы туристской подготовки

1.1. История развития туризма. Туристские путешествия

Теория. Роль туристских походов, путешествий и экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма и углублении знаний, полученных в школе, приобретении трудовых навыков и воспитании самостоятельности, чувства коллективизма. История освоения России, знаменитые русские путешественники и исследователи. Книги о путешествиях и их авторы: Обручев, Арсеньев, Федосеев и др. Туристские традиции своего коллектива. Знакомство с туристами-земляками. Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Туризм самодостаточный, экскурсионный, международный. Разрядные требования по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

1.2. Туристское снаряжение

Теория. Личное и групповое снаряжение, основные требования к нему: легкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность. Правила упаковки снаряжения в рюкзаке и размещения в палатке. Обувь и уход за ней. Сушка обуви и одежды в походе. Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток. Кухонное оборудование для летних и зимних походов. Хранение и переноска режущих инструментов. Оборудование для исследовательской работы.

Практика. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона года и условий похода. Подготовка специального снаряжения и оборудования

для исследовательских работ.

1.3. Туристский быт

Теория. Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов:

- жизнеобеспечение (наличие воды и дров);
- безопасность (удаленность от населенных пунктов, отсутствие сухих и гнилых деревьев, расположение на высоких берегах рек);
- комфортность (освещенность, продуваемость, эстетичность поляны).

Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.

Практика. Работа группы на привале. Разведение костра при неблагоприятных условиях (сырая погода, сильный ветер, туман). Заготовка растопки.

1.4. Питание в походе

Теория. Особенности питания в многодневном походе. Режим питания. Нормы дневного рациона. Способы уменьшения веса продуктов (использование сублимированных продуктов, возможности заброски и пополнения продуктов на маршруте). Использование дикорастущих растений, ягод, грибов.

Практика. Составление меню по норме закладки продуктов и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре. Приготовление блюд из дикорастущих растений, ягод, грибов.

1.5. Туристская группа

Теория. Обязанности членов туристской группы.

Практика. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода.

1.6 Подготовка и проведение туристского путешествия

Теория. Формирование туристской группы. Распределение обязанностей в группе. Походная документация. Подведение итогов похода, путешествия. Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов.

Практика. Комплектование личного и группового снаряжения. Составление плана подготовки похода. Составление сметы расходов. Самостоятельная работа по развешиванию лагеря. Установка палаток. Заготовка дров. Устройство костра. Подготовка отчета о походе. Оформление газеты. Работа с собранным материалом. Сушка и ремонт походного снаряжения и инвентаря.

1.7. Физическая подготовка

Практика. Подвижные игры на воздухе и в спортивном зале. Лыжная подготовка.

2. Топография и ориентирование

2.1. Топографическая и спортивная карты. Измерение расстояний

Теория. Топографическая и спортивная карты. Их отличия. Условные знаки топографической и спортивной карты. Изображение рельефа на

топографической и спортивной карте. Влияние рельефа на выбор пути движения. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки. Глазомерный способ определения расстояний. Необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение расстояния шагами. Определение пройденного расстояния по времени движения. Способы определения расстояния до недоступного предмета, определения высоты предмета.

Практика. Упражнения на запоминание условных знаков. Измерение расстояний на карте с помощью линейки, курвиметра, нитки. Измерение длины шага, перевод числа шагов в метры. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага. Определение высоты предмета.

2.2. Ориентирование

Теория. Ориентирование компаса и карты. Снятие азимута с карты. Определение азимута на предмет. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Соревнования по спортивному ориентированию. Правила соревнований.

Практика. Движение по азимуту по пересеченной местности. Упражнения в различных видах спортивного ориентирования. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

3. Обеспечение безопасности

3.1. Техника безопасности при проведении занятий, походов, экспедиций

Теория. Безопасность – основное и обязательное требование при проведении походов и занятий. Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности. Правила дорожного движения для пешеходов. Порядок движения группы в населенном пункте, вдоль дорог, при пересечении дорог. Использование страховки и само страховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения: страховочная система, веревки, карабины и т.д. Узлы в туризме, их применение.

Практика. Преодоление препятствий (бревно, параллельные перила, склон) с применением страховочных систем. Освоение техники вязания узлов.

3.2 Правила санитарии и гигиены

Теория. Личная гигиена туриста. Одежда и обувь для тренировок, походов и экспедиций. Средства личной гигиены на тренировках, в походах, экспедициях.

Практика. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

3.3 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Теория. Походная аптечка. Показания к применению лекарственных препаратов. Хранение, транспортировка и пополнение походной аптечки. Лекарственные растения, возможности их использования в походных

условиях. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.

Практика. Комплектование походной аптечки. Изучение лекарственных растений по гербариям и справочникам. Оказание первой доврачебной помощи при кровотечениях, переломах, утоплении, ожогах. Применение повязок. Обучение приемам транспортировки пострадавшего. Экскурсия «Сбор и изучение лекарственных растений».

4. Краеведение

4.1. Краеведческие объекты родного края

Теория. Экскурсионные объекты на территории края: исторические, природные, другие памятные места. Музеи. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Особо охраняемые природные объекты. История и культура своего населенного пункта.

Практика. «Путешествие» по карте. Составление паспорта на краеведческий объект. Походы и экскурсии к наиболее интересным экскурсионным объектам родного края.

4.2. Рельеф и полезные ископаемые области (края)

Теория. Геологическое строение и полезные ископаемые края. Главные черты рельефа области, его влияние на формирование микроклимата, гидрографии края, растительного и животного мира. Формирование современного рельефа. Наиболее типичные горные породы и минералы края. Использование полезных ископаемых в народном хозяйстве. Рациональное природопользование. Понятие об исчерпаемых и неисчерпаемых ресурсах.

Практика. Определение горных пород и минералов.

4.3. Климат

Теория. Атмосфера. Проблемы охраны атмосферы. Общее понятие о климате. Климатические факторы и их влияние на распространение растений и животных, хозяйственную деятельность человека. Характеристика климата края. Фенологические наблюдения. Знакомство с картой погоды. Учет характера господствующих ветров и других климатических факторов при размещении промышленных предприятий.

Практика. Организация фенологических наблюдений и наблюдений за погодой в природных условиях.

4.4. Гидрография

Теория. Понятие о гидросфере планеты. Вода – основа жизни. Вода как полезное ископаемое. Масштабы потребления воды на планете, в стране, области, своем населенном пункте. Общая характеристика гидрографии области. Реки, озера, болота, родники и их особенности. Охрана и использование водных объектов. Закон об охране водных ресурсов.

4.5. Растительный мир

Теория. Основные царства живой природы, их краткая характеристика. Значение растений в природе и жизни человека. Растительный мир родного

края. Редкие и исчезающие растения и их охрана. «Красная книга» растений. Лекарственные растения края и их использование.

Практика. Определение растений луга, леса, поля, водоема, болота. Подготовка и проведение бесед учащихся о редких и исчезающих растениях родного края. Экскурсии по изучению растений луга, леса, водоема.

4.6. Животный мир

Теория. Обзор животного мира края. Редкие и исчезающие животные края. «Красная книга» животных. Охрана природы в России. Основные документы по охране природы. Закон об охране природы. Задачи особо охраняемых природных территорий (ООПТ): памятников природы, заповедников, заказников, национальных парков. Понятие об антропогенных факторах среды. Рациональное природопользование. Регуляция численности промысловых животных и ценных растений. Рекреация. Научная организация рекреационных территорий. Туризм и охрана природы.

Практика. Определение наиболее типичных животных визуально, по голосу, по следам жизнедеятельности. Подготовка и проведение беседы учащихся об охраняемых животных родного края. Участие в благоустройстве лесных территорий, мест и зон отдыха. Экскурсия в рекреационную зону.

1.5 Учебный план 3-й год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Формы промежуточного контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Подведение итогов летнего полевого сезона	12	2	10	беседа, опрос
2.	Туристская подготовка	72	13	59	Опрос, тестирование
3.	Топография и ориентирование	26	4	22	тестирование
4.	Обеспечение безопасности	42	4	38	Опрос, тестирование
5.	Краеведение	64	12	52	Опрос, тестирование
ИТОГО за период обучения:		216	35	181	

Содержание учебного плана третьего года обучения

1. Подведение итогов летнего полевого сезона

Теория. Обработка собранного материала. Отчет о проделанной работе. Школьная научно-практическая конференция.

Практика. Оформление гербария, составление коллекций. Оформление коллекций, стендов, газеты. Участие в школьной научно-практической конференции

2. Туристская подготовка

2.1. Личное и групповое снаряжение

Практика. Изготовление тентов для палаток и кухни. Изготовление летних и зимних бахил. Подготовка снаряжения к экспедиции. Изготовление гербарных папок и прессов, коллекционных и походных энтомологических коробок, сачков (водного и энтомологического).

2.2. Туристский быт. Привалы и ночлеги

Теория. Организация ночлегов в межсезонье, зимой. Ветрозащитная стенка. Использование разборной печки. Ночлег в палатке без печки.

Практика. Организация ночлега в условиях поздней осени.

2.3. Питание в туристском походе

Теория. Расчет калорийности дневного рациона. Способы увеличения калорийности дневного рациона в многодневном походе, экспедиции. «Карманное» питание (перекус). Витамины. Съедобные дикорастущие растения и грибы.

Практика. Расчет меню и калорийности дневного рациона в различных вариантах. Приготовление блюд из дикорастущих растений и грибов.

2.4. Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе

Теория. Движение группы по дорогам, тропам, по азимуту. Необходимость разведки и маркировки маршрута. Техника движения по травянистой равнине, песку, через кустарники, по камням, по болоту. Движение по травянистому склону, осыпям. Само страховка альпенштоком. Преодоление брода. Само страховка во время брода.

Практика. Отработка техники преодоления препятствий.

2.5. Организация и проведение туристского похода, путешествия

Теория. Разработка маршрута похода, экспедиции. Составление плана-графика похода. Оформление маршрутной документации. Составление сметы расходов на проведение похода, экспедиции.

Практика. Подготовка снаряжения. Изучение маршрута с помощью отчетов групп, прошедших этот маршрут краеведческой литературы, карт. Изучение сложных участков маршрута и составление планов их преодоления. Изучение экологической обстановки в районе похода.

2.6. Подведение итогов похода, путешествия

Теория. Порядок подготовки отчета о походе, экспедиции.

Практика. Сушка и ремонт туристского инвентаря и снаряжения. Обработка собранного материала, составление коллекций, оформление гербария. Проведение отчетного вечера, конференции, подготовка газеты, выставки по итогам похода, экспедиции.

2.7 Физическая подготовка

Практика. Подвижные игры в спортивном зале и на воздухе, лыжная подготовка, плавание.

3. Топография и ориентирование

3.1. Топографическая и спортивная карты

Теория. Определение масштаба карты при отсутствии данных. Старение карты, ее генерализация. Чтение карты. Определение азимута по карте и на местности. Азимутальный ход. Определение точки стояния на карте.

Практика. Прокладка и описание маршрута. Игры и упражнения с использованием спортивной карты.

3.2. Ориентирование

Теория. Ориентирование с использованием карты. Определение точки своего стояния и выбор пути движения. Различные виды ориентирования (в заданном направлении, по выбору, по легенде, по маркированной трассе).

Практика. Ориентирование на местности

4. Обеспечение безопасности

4.1. Психологические факторы, влияющие на безопасность группы в походе.

Теория. Роль психологического климата в группе в обеспечении безопасности участников похода, экспедиции и успешности работы. Причины возникновения конфликтов и способы их устранения.

Практика. Проигрывание и разбор конфликтных ситуаций.

4.2. Безопасность в походе, экспедиции, при проведении исследовательских работ

Теория. Наблюдение за погодой – одна из мер обеспечения безопасности. Основные признаки изменения погоды. Действия в случае потери ориентировки: остановка движения, определение местонахождения, поиск ориентиров, дорог, следов. Поиск крупных линейных и площадных ориентиров. Движение по генеральному азимуту. Действия при отставании от группы. Попытка догнать группу только в случае ее видимости или до развилки троп, дорог. Ожидание помощи. Изготовление временного укрытия, разведение костра. Самостоятельный выход к населенному пункту. Действия группы при потере участника. Техника безопасности при работе на склоне, на берегу водоема, в лесу.

Практика. Отработка действий группы в искусственно созданных экстремальных ситуациях.

4.3. Безопасность при преодолении естественных препятствий

Практика. Преодоление различных препятствий с использованием страховочных систем. Использование переправы по веревке с перилами, навесной переправы. Приемы и способы страховки. Страховка групповая, само страховка, комбинированная. Узлы: удавка, булинь, брам-шкотовый, академический и др. Техника их вязания.

4.4. Первая доврачебная помощь

Практика. Отработка приемов оказания первой медицинской помощи при переломах, ранах, ушибах, вывихах, кровотечениях. Помощь при травмах

брюшной полости, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся. Составление заданий и тестов по определению различных травм и оказанию первой доврачебной помощи.

4.5. Транспортировка пострадавшего.

Практика. Имобилизация пострадавшего. Наложение повязок, шин. Изготовление транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего.

5. Краеведение

5.2. Общегеографическая характеристика родного края.

Теория. Исследование особенностей рельефа, гидрографии, растительности, климата Хабаровского края. Характеристика промышленности, сельского хозяйства, транспорта, дорожной сети. Развитие промышленного освоения территории края, усиление воздействия хозяйственной деятельности человека на окружающую среду. Экологические проблемы Хабаровского края.

Практика. Работа со справочной литературой и картографическим материалом по родному краю.

5.2. Туристские возможности края

Теория. Исторические и культурные центры Хабаровского края, ООПТ. Туризм и рекреационные зоны Хабаровского края.

Практика. Работа с картами, справочной литературой по родному краю. Разработка краеведческого многодневного маршрута с целью изучения исторических и культурных центров Хабаровского края и осуществление похода по этому маршруту. Экскурсия в рекреационную зону Хабаровского района.

1.6 Планируемые результаты обучения и формы контроля

В результате освоения содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юные туристы» за весь период реализации у обучающихся должны быть сформированы предметные, метапредметные и личностные результаты.

Предметные результаты:

- обучающиеся познакомятся с основами организации туристского быта в полевых условиях;
- обучающиеся познакомятся с основами ориентирования на местности;
- обучающиеся освоят туристские навыки и навыки выживания в экстремальных природных условиях;
- обучающиеся познакомятся с краеведческими особенностями Хабаровского края.

Метапредметные результаты:

- обучающиеся приобретут навыки работы с информацией, ее анализом

и структурированием, научатся слушать собеседника, вести диалог и устанавливать продуктивные коммуникации

- Обучающиеся приобретут навыки коллективной деятельности в процессе совместной творческой работы в группе под руководством педагога.

- обучающиеся приобретут навыки безопасного поведения и выживания в условиях природной среды;

- обучающиеся приобретут коммуникативные навыки;

- обучающиеся приобретут навыки партнёрства, сотрудничества, взаимопомощи и ответственности.

Личностные результаты:

- обучающиеся будут испытывать чувство гордости за свою малую родину, историю края, страны.

- обучающиеся будут проявлять социальный интерес к значимым событиям и принимать в них участие;

- обучающиеся будут проявлять гражданско-патриотические чувства;

- обучающиеся будут проявлять интерес к своему здоровью и здоровому образу жизни.

В течение всего периода обучения проводится текущий и промежуточный контроль, в конце года проводится аттестация по итогам обучения по теоретическим знаниям (тестирование, топографические диктанты, контрольные упражнения).

Практические знания определяются участием в соревнованиях, походах и выполнением разрядов, умением работать с компасом и картой, составлением маршрутов.

В конце каждого года обучения воспитанники должны выполнять требования контрольных нормативов. Оценка получаемых результатов проверяется тестированием.

Кроме аттестации по итогам теоретического курса, практический блок оценивается выполнением разрядных требований.

Раздел № 2 «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Условия реализации программы.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юные туристы» реализуется на территории Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения основной общеобразовательной школы с. Благодатное.

В работе объединения используется богатый спектр форм, методов, приемов, видов познавательной деятельности и форм организации обучающихся при выполнении разнообразных заданий (индивидуальные, коллективные, парные, фронтальные, групповые), инновационные технологии, мультимедийные средства.

Во время реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юные туристы» используют разные формы

работы: словесно-логические, трудовые, игровые, психологические, которые позволяют всесторонне развивать личность ребенка.

Программа имеет коррекционную составляющую, так как создают условия для упражнения и тренировки определённых эмоционально-волевых и нравственно-поведенческих качеств, выполнения общепринятых требований, соблюдения норм межличностных отношений.

На занятиях ведётся работа по профилактике переутомления учащихся. Педагогом осуществляется контроль и корректирование функционального состояния ребёнка.

2.2 Формы контроля

Одной из качественных характеристик любой программы является контролируемость – определение ожидаемых результатов на основе отражения соответствующих способов проверки конечного результата и этапных результатов образовательного процесса.

Все виды тестирования и контрольных проверок проходят в три этапа:

1. Входной контроль проводится в начале учебного года (сентябрь).
2. Промежуточный контроль (январь-февраль) проводится в середине учебного года. По его результатам, при необходимости, происходит коррекция учебно-тематического плана.

3. Итоговый контроль (май) проводится в конце каждого учебного года, позволяет оценить результативность работы педагога за учебный год.

В течение учебного года проводится тематический контроль (проверка знаний и умений в конце определенной темы в виде устного опроса, практической работы, тестирования).

Итоговый контроль (зачетный поход) как правило проходит в летний каникулярный период.

2.3 Материально-техническое обеспечение программы

Материально-техническое оснащение учебного процесса по реализуемой программе «Юные туристы» состоит:

- для первого года обучения по пешеходному профилю достаточно иметь небольшое помещение для занятий с группой, комплект группового снаряжения для непродолжительных походов, рассчитанный на количество занимающихся в группе и комплект наиболее дорогостоящего личного снаряжения, как-то: рюкзаки, спальные мешки, штормовки. Впоследствии с помощью родителей приобретаем личное снаряжение для детей. На первых порах целесообразнее ходить с бюджетным - не у каждой семьи есть возможность одновременно экипировать ребенка для похода;

- для второго и третьего годов обучения требуется уже специальное снаряжение, как личное, так и групповое. Помимо снаряжения имеем наглядные пособия по топографии, медицине, стенды, карты, игры по темам программы. (Приложение).

Перечень необходимого оборудования и помещений для реализации программы:

- Кабинет для проведения аудиторных занятий;
- Спортивный зал;
- Площадка для организации спортивно-туристских игр на открытом воздухе; стадион.

- Подсобное помещение для хранения инвентаря;
- Медицинская аптечка;
- Палатки туристские;
- Рюкзаки туристские;
- Коврики туристские;
- Компасы;
- Топографические и спортивные карты местности;
- Вербки, страховочные обвязки, страховочные карабины.

Кадровое обеспечение: для реализации программы необходим специалист, имеющий педагогическое образования и специальную подготовку (свидетельство «Инструктор детско-юношеского туризма»).

Список литературы:

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. М.: Физкультура и спорт, 1983.
2. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М.: Профиздат, 1985.
3. Антропов К., Расторгуев М. Узлы. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
4. Беляева В.С., Василевская С.Д. Изучаем природу родного края. М.: Просвещение, 1974.
5. Бородина И.Н. Деревья и кустарники СССР. Справочник. М.: Мысль, 1996.
6. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
7. Волович В.Г. Академия выживания. М.: «Толк», «Технополюс», 1996.
8. Второв П.П., Дроздов Н.Н. Определитель птиц фауны СССР. Пособие для учителей. М.: Просвещение, 1980.
9. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. М.: ЦРИБ «Турист», 1986.
10. Гладков Н.А., Михеев А.В., Гладушин В.М. Охрана природы. М.: Просвещение, 1975.
11. Горышина Т.К. Экология растений. М.: Высшая школа, 1975.
12. Зорина Т.Г. Школьникам о лесе. М.: Педагогика, 1976.
13. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М.: ЦДЮТиК, 2003.
14. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. М.: ЦДЮТиК, 2002.
15. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
16. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2003.
17. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
18. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. М.: Владос, 2000.
19. Рыков Н.А. Зоология с основами экологии животных. М.: Просвещение, 1981.

Календарный учебный график на 2023-2024 учебный год

№ занятия	дата	Тема занятия	Количество часов	Форма занятия
1	04.09	Туризм в России. Виды туризма. Роль туризма в выборе профессии и в воспитании.	2	Рассказ, беседа
2	06.09	Туристские возможности Хабаровского края. Виртуальное путешествие.	2	Беседа, практическая работа
3	08.09	Физическая и техническая подготовка. Закаливание организма.	2	Рассказ, беседа
4	11.09	Комплекс утренней зарядки, ОФП, беговые упражнения	2	Практическое занятие
5	13.09	Физическая подготовка. Общеукрепляющие упражнения. Игры на свежем воздухе.	2	Практическое занятие
6	15.09	Подвижные игры и эстафеты.	2	Практическое занятие
7	18.09	Организация туристских походов. Походная документация.	2	Рассказ, беседа
8	20.09	Инструктаж по ТБ. Правила поведения туристов, дисциплина.	2	Рассказ, беседа
9	22.09	Спортивно-туристские соревнования среди учащихся Хабаровского района	2	Практическое занятие
10	25.09	Движение в тургруппе. Режим ходового дня.	2	Практическое занятие
11	27.09	Личное, групповое и специальное туристское снаряжение.	2	Беседа
12	29.09	Подбор личного снаряжения. Укладка рюкзака.	2	Практическое занятие

13	02.10	Подбор группового и специального снаряжения. Установка палатки.	2	Практическое занятие
14	04.10	Определение цели похода. Смета расходов.	2	Беседа
15	06.10	Туристский строй. Порядок, режим, темп движения. Составление плана подготовки похода.	2	Практическое занятие
16	09.10	Разработка маршрута, графика движения.	2	Практическое занятие
17	11.10	Подготовка личного и группового снаряжения. Работа реммастера.	2	Практическое занятие
8	13.10	Организация привалов и ночлегов, лагеря.	2	Рассказ, беседа
19	16.10	Планировка территории бивуака.	2	Рассказ, беседа
20	18.10	Выбор места для привалов и ночлегов, работа с картой.	2	Практическое занятие
21	20.10	Планирование бивуака по плану местности.	2	Практическое занятие
22	23.10	Организация бивачных работ.	2	Практическое занятие
23	25.10	Типы костров. Правила разведения костра.	2	Практическое занятие
4	27.10	Поход выходного дня на сопку Двух братьев	2	Практическое занятие
25	06.11	Составление раскладки продуктов.	2	Рассказ, беседа
26	08.11	Питание и питьевой режим в походе. Составление меню для похода.	2	Практическое занятие
7	10.11	Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи в походе. Профессия повара	2	Практическое занятие
28	13.11	ОФП, подвижные игры	2	Практическое занятие
29	15.11	Туристские должности и обязанности в группе. Распределение должностей. График дежурств.	2	Рассказ, беседа
30	17.11	Выполнение обязанностей по должностям. Выполнение временных обязанностей.	2	Практическое занятие
31	20.11	Знакомство со скалодромом	2	Практическое занятие

32	22.11	Участие в муниципальном этапе олимпиады школьников по физической культуре	2	Практическое занятие
33	24.11	Участие в соревнованиях по спортивному туризму на пешеходных дистанциях	2	Практика
34	27.11	Подведение итогов похода. Требования к отчету.	2	Рассказ, беседа
35	29.11	Составление отзывов и отчетов по должностям.	2	Практическое занятие
36	01.12	Составление отчета о походе. Работа блогера – путешественника.	2	Практическое занятие
37	04.12	Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана– графика.	2	Рассказ, беседа
38	06.12	Естественные препятствия и их преодоление.	2	Рассказ, беседа
39	08.12	Туристские узлы, их применение. Техника вязания узлов.	2	Практическое занятие
40	11.12	Промежуточная аттестация. Тестирование. Укладка рюкзака.	2	Теория, практика
41	13.12	Использование специального снаряжения.	2	Практическое занятие
42	15.12	Техника движения и преодоления препятствий.	2	Практическое занятие
43	18.12	Топографическая карта, масштаб и условные знаки.	2	Рассказ, беседа
44	20.12	Спортивная карта, масштаб и условные знаки.	2	Рассказ, беседа
45	22.12	Изучение изображения рельефа на картах.	2	Практическое занятие
46	25.12	Работа с картами. Работа топографа и картографа.	2	Практическое занятие
47	27.12	Упражнения с масштабами карт, измерение расстояний на карте.	2	Практическое занятие
8	29.12	Стороны горизонта. Азимут. Способы ориентирования.	2	Рассказ, беседа
49	08.01	Компас и основные действия с ним.	2	Рассказ, беседа
50	10.01	Работа с картой и компасом.	2	Практическое занятие

51	12.01	Движение по азимуту.	2	Практическое занятие
52	15.01	Ориентирование по карте, компасу, солнцу и звездам.	2	Практическое занятие
53	17.01	Ориентирование на местности. Работа инструктора – проводника.	2	Практическое занятие
4	19.01	Личная гигиена. Медаптечка. Меры предупреждения травм и заболеваний.	2	Рассказ, беседа
55	22.01	Комплектование индивидуального медпакета и групповой аптечки.	2	Практическое занятие
6	24.01	Оказание доврачебной помощи. Работа фельдшера.	2	Рассказ, беседа
57	26.01	Транспортировка пострадавшего.	2	Рассказ, беседа
58	29.01	Приемы оказания доврачебной помощи.	2	Практическое занятие
59	31.01	Наложение повязок и жгута.	2	Практическое занятие
60	02.02	Способы транспортировки пострадавшего.	2	Практическое занятие
61	05.02	Изготовление носилок.	2	Практическое занятие
62	07.02	Общественно-полезная, экологическая и краеведческая работа в походе. Работа экскурсовода.	2	Рассказ, беседа
63	09.02	Экскурсия по местным достопримечательностям.	2	Практическое занятие
64	12.02	Сбор краеведческого материала о районе похода.	2	Практическое занятие
65	14.02	Эколого-краеведческие наблюдения. Работа видеоблогера.	2	Практическое занятие
66	16.02	Природоохранная работа в походе.	2	Практическое занятие
67	19.02	Движение по пересеченной местности.	2	Практическое занятие
8	21.02	Преодоление естественных препятствий.	2	Практическое занятие
69	23.02	Использование альпенштока.	2	Практическое занятие
70	26.02	Преодоление препятствий при помощи веревки.	2	Практическое занятие

71	28.02	Техника пешеходного туризма, страховка и самостраховка.	2	Практическое занятие
72	01.03	Участие в военно-спортивной игре «Зарница» среди команд учащихся	2	Практика
73	04.03	Итоговая аттестация. Зачёт по техническим приёмам.	2	Практическое занятие
74	06.03	Участие в первенстве района по спортивному туризму	2	Практика
75	08.03	Понятие о спортивной карте Спортивный компас. Ориентирование карты по компасу	2	Рассказ, беседа
76	11.03	Снятие азимута, движение по азимуту	2	Практическое занятие
77	13.03	Техника спортивного ориентирования, держание карты, держание компаса, ориентирование карты	2	Рассказ, беседа
78	15.03	Сопоставление карты с местностью	2	Практическое занятие
79	18.03	Измерение расстояний на карте и местности.	2	Практическое занятие
80	20.03	Измерение расстояний на местности шагами, определение точки стояния	2	Практическое занятие
81	22.03	Ориентирование вдоль линейных ориентиров	2	Практическое занятие
82	01.04	Чтение объектов с линейных ориентиров, взятие контрольных пунктов (КП), расположенных в пределах видимости от линейных ориентиров	2	Практическое занятие
83	03.04	Выбор вариантов движения между КП	2	Практическое занятие
84	05.04	Ориентирование на коротких этапах с тормозными ориентирами	2	Практическое занятие
85	08.04	Кратчайшие пути срезки	2	Практическое занятие
86	10.04	Чтение карты, контроль местности при движении, контроль расстояния, направления и высоты	2	Практическое занятие

87	12.04	Поиск КП, отметка на контрольном пункте и восприятие номера КП	2	Практическое занятие
88	15.04	Контрольная карточка, снятие азимута с карты	2	Практическое занятие
89	17.04	Определение направления, в котором необходимо осуществить движение по азимуту	2	Практическое занятие
90	19.04	Первоначальные представления о тактике прохождения дистанции	2	Практическое занятие
91	22.04	Планирование путей прохождения дистанции при использовании линейных ориентиров, выбор путей движения между КП	2	Практическое занятие
92	24.04	Подбор снаряжения для однодневного похода, укладка рюкзака. Туристский быт	2	Практическое занятие
93	26.04	Участие в районных соревнованиях «Школа безопасности»	2	Практика
94	29.04	Подвижные игры на свежем воздухе	2	Практическое занятие
95	01.05	Однодневный поход	2	Практика
96	03.05	Участие в соревнованиях «Поддержим наших олимпийцев».	2	Практика
97	06.05	Практическое прохождение мини-маршрута. Способы измерения расстояний на местности и на карте.	2	Практическое занятие
98	08.05	Участие в соревнованиях по парковому ориентированию	2	Практика
99	10.05	Подвижные игры на свежем воздухе.	2	Практическое занятие
100	13.05	Экскурсия в краеведческий музе	2	Практическое занятие
101	15.05	Участие в соревнованиях по парковому ориентированию	2	Практика
102	17.05	Прием контрольно-переводных нормативов	2	Практика
103	20.05	Прием контрольно-переводных нормативов	2	Практика

104	22.05	Участие в соревнованиях по парковому ориентированию	2	Практика
105	24.05	Экскурсия по местности	2	Практическое занятие
106	27.05	Подвижные игры на свежем воздухе	2	Практическое занятие
107	29.05	Участие в соревнованиях по парковому ориентированию	2	Практика
108	31.05	Участие в краевом слете-соревновании «Школа безопасности».	2	Практика
Итого			216	

Методическое обеспечение 1 года обучения

1. Практическая работа № 1

Задания:

1. Установка палатки на время
2. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения на время

2. Практическая работа № 2

Подготовить мини-доклады о природе родного края

3. Практическая работа № 3

- 1) запомните за 5-10 сек. (рис. 1);
- 2) отыщите числа по порядку от 1 до 50 (рис. 2);
- 3) перенесите КП с одной карты на другую на расстояние 5-10 м;
- 4) сложите карту (наклейте на кубики участки карты; подбирая соответствующие участки, сложите карту);
- 5) напишите топографический диктант;
- 6) прочтите карту по линии магнитного меридиана с юга на север;
- 7) изготовьте макет местности по данной карте;
- 8) нарисуйте по памяти участки карты после изучения ее в течение 3, 2, 1 мин.;
- 9) прочитайте корректурный текст;
- 10) составьте карту из кусочков (на время).

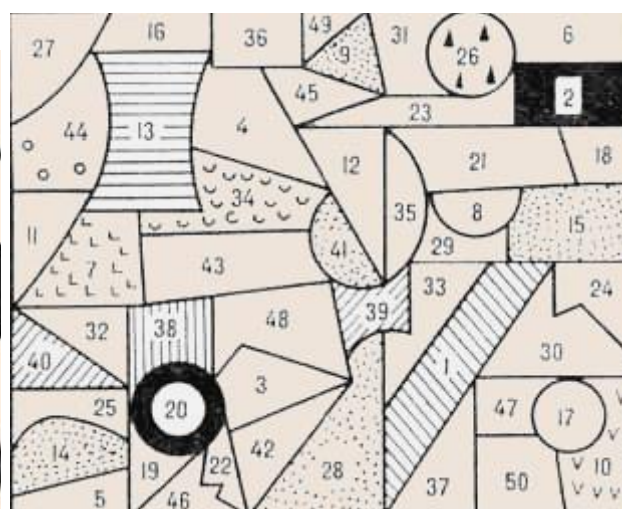
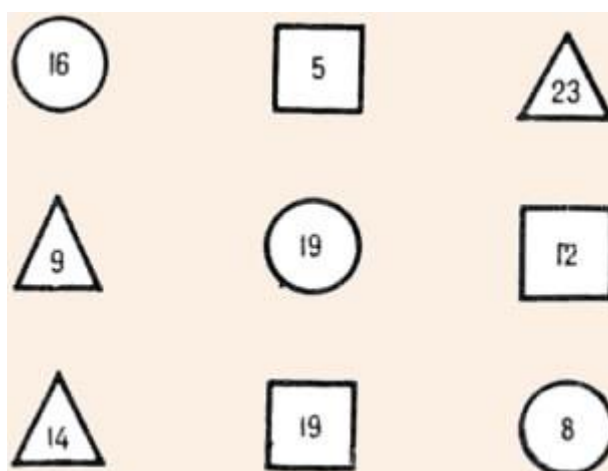


Рис 1. Упражнение "Запомните за 5-10 сек." Рис. 2. Упражнение "Отыщите числа по порядку от 1 до 50"

4. Устный опрос по теме «Основные приемы оказания первой доврачебной помощи»

1. Виды ожогов. Первая медицинская помощь

2. Виды переломов. Первая медицинская помощь при переломах.
3. Общее понятие об асептике и антисептике. Характеристика инфекционных заболеваний.
4. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях.
5. Первая медицинская помощь при обморожениях.
6. Первая медицинская помощь при остановке кровотечения. Виды кровотечений. Их характеристика.
7. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе
8. Первая медицинская помощь при утоплении.
9. Понятие о ране. Виды ран.
10. Различные виды искусственного дыхания.

5. Практическая работа № 4

«Разработка стратегии развития туризма»

Порядок выполнения работы:

1. Определить статус ключевого участка и примерные границы выбранной туристической зоны.
2. Сформулировать миссию ключевого участка в сфере туризма.
3. Определить цели и задачи в сфере туризма.
4. Проанализировать существующую ситуацию, ресурсный и туристский потенциал территории.
5. Сформулировать стратегию развития туризма (включая основные целевые аудитории, приоритетные виды туризма и отдыха, механизмы регулирования и развития и т.п.) и составить долгосрочный план развития.
6. Подготовить туристское предложение и рассмотреть возможные варианты продвижения турпродукта

Методическое обеспечение 2 года обучения

1. Организация и проведение научно-практической конференции в объединении по итогам летнего сезона

Практическая работа № 1

Задания:

1. Благоустройство лагеря
2. Составление меню питания
3. Установка палатки
4. Разведение костра
5. Приготовление пищи

Практическая работа № 2

1. Измерить шагами расстояние от исходного пункта до видимых ориентиров.

Участники выполняют задание, записывая результаты в таблицу. Победитель определяется по наименьшей сумме ошибок в метрах.

2. Пройти ломаный маршрут по заданным азимутам и расстояниям, выйдя на «свою» точку финиша. На месте финиша устанавливаются 10—15 колышков на расстоянии 3—5 м.

Задание для каждого участника свое: каждый должен точно определить точку финиша. (За ошибку в 1 м штраф — 1 очко.)

Тест на туристскую тематику

1. В какую сторону горизонта обращены колокольни на православных церквях?

- 1) на север
- 2) на запад
- 3) на восток

2. Куда указывает ребро между двумя наименьшими цифрами на квартальном столбе?

- 1) на восток
- 2) на юг
- 3) на север

3. Если в местный полдень стать спиной к солнцу, то тень указывает....

- 1) на север
- 2) на юг
- 3) на запад

4. Какой предмет из списка снаряжения не относится к групповому снаряжению?

- 1) фонарь
- 2) топор
- 3) компас

5. Какую породу деревьев лучше использовать для костра:

- 1) осину
- 2) сосну
- 3) дуб

6. Критерием сушки обуви следует признать нагрев поверхности ботинок до:

- 1) 50-60 градусов
- 2) 30-35 градусов
- 3) 40-45 градусов

7. Каким обязательным требованиям должно соответствовать предполагаемое место бивака?

- 1) наличие дров, вдали от населённого пункта, наличие воды;
- 2) наличие дров, воды, безопасное место;
- 3) наличие дров, живописное место, расположено выше по течению реки от населённого пункта.

8. Что нельзя делать при обморожении?
- 1) на обмороженные участки кожи наложить повязку;
 - 2) растереть обмороженный участок тела;
 - 3) дать пострадавшему горячее питьё.
9. Самое удобное движение группы в походе:
- 1) цепочкой – в колонну по одному;
 - 2) по парам;
 - 3) идти как угодно.
10. На месте Вашего лагеря (около палаток) много сухостойных деревьев. Что с ними стоит сделать:
- а) спилить все;
 - б) оставить их в запас;
 - в) переставить лагерь в другое место.
11. Как безопаснее рубить сучья у лежащего дерева:
- а) стоять на той же стороне, что и ветки;
 - б) стоять на другой стороне от веток;
 - в) дерево между ног.
12. Если группа идет вдоль шоссе, то надо:
- а) идти всем вместе строем по одному;
 - б) идти с большим интервалом между участниками, растянуться вдоль шоссе;
 - в) идти плотной группой, взявшись за руки.
13. К какой группе узлов относится узел восьмёрка:
- 1) узлы для крепления веревки к опоре;
 - 2) проводники;
 - 3) узлы, для связывания веревок разного диаметра.
14. Какие описания не относятся к признакам устойчивого сохранения хорошей погоды:
- 1) в течение дня температура воздуха резко меняется: днем жарко, ночью прохладно;
 - 2) вечером и ночью в лесу заметно теплее, чем на открытом месте, а в низине заметно прохладнее;
 - 3) в лесу и в поле, в низинах вечером одинаково тепло.
15. К какой группе карт относится карта масштаба 1:10000:
- 1) мелкомасштабные,
 - 2) среднемасштабные,
 - 3) крупномасштабные.

Практическая работа № 3

Проектирование тура.

Нормативно-правовые акты, регламентирующие процесс проектирования тура. Основные и специфические потребности туристов. Исходная

дифференциация туристских маршрутов. Туристская технологическая документация по проектированию туров.

Задания:

1. Составьте проект программы обслуживания туристов по разработанному вами маршруту продолжительностью 3 дня/2 ночи.
2. Определите:
 - название тура;
 - количество туристов;
 - сроки обслуживания;
 - перечень поставщиков тур услуг;
 - период предоставления услуг каждым предприятием;
 - перечень туристско-экскурсионных объектов показа, тематику экскурсий;
 - комплекс культурно-развлекательных мероприятий;
 - виды внутри маршрутного транспорта, количество использованных часов;
 - содержание информационного листка к туристской путевке.

Методическое обеспечение 3 года обучения

1. *Организация и проведение научно-практической конференции в объединении по итогам летнего сезона*

Практическая работа № 1

Разработка концепции экологической тропы

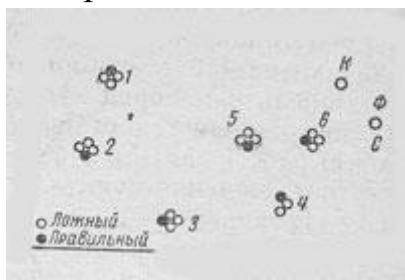
Порядок выполнения работы

1. Оценить информационные, познавательные и рекреационные потребности предложенных целевых групп.
2. Выбрать целевую группу и определить основные требования к маршруту.
3. Выбрать территорию для проектирования маршрута тропы.
4. Провести обследование территории и составить перечень природных и исторических достопримечательностей, отметить их на плане, наметить соединяющий их маршрут (Прокладывать тропу следует с изгибами – по петляющей тропе идти интереснее и в то же время тропа не должна иметь траекторию, позволяющую туристу срезать путь по необорудованной территории).
5. Исходя из особенностей выбранного маршрута дать название тропе.
6. Разработать путеводитель по экологической тропе. Информация должна быть точной, интересной, краткой и доступной для выбранной целевой группы.
7. Наметить способы продвижения разработанной тропы как туристского продукта на рынок.

Практическая работа № 2

1. Кросс с ориентированием.

На карте отмечены точки шести пунктов. На местности около каждого КП два-три ложных.



Все КП имеют пароли. Участник записывает на обороте карты пароли найденных пунктов и приносит на финиш. За каждый ложный КП к общему времени прибавляется штрафное.

2. Внимательно рассмотрите эту картинку и ответьте на 9 вопросов.

ДЕВЯТЬ ВОПРОСОВ



Вопросы:

- 1) Сколько туристов живет в этом лагере?
- 2) Когда они сюда приехали: сегодня или несколько дней назад?
- 3) На чем они сюда приехали?
- 4) Далеко ли от лагеря до ближайшего селения?
- 5) Откуда дует ветер: с севера или юга?
- 6) Какое сейчас время дня?
- 7) Куда ушел Шура?
- 8) Кто вчера был дежурным? (Назовите по имени.)
- 9) Какое сегодня число какого месяца?

Ответы:

1) Сколько туристов живет в этом лагере?
Четверо, если обратить внимание, то можно заметить: столовых приборов на 4 персоны и в списке на дежурство — 4 имени.

2) Когда они сюда приехали: сегодня или несколько дней назад?
Не сегодня, судя по паутине между деревом и палаткой, ребята приехали несколько дней назад.

3) На чем они сюда приехали?

На лодке. Около дерева стоят весла.

4) Далеко ли от лагеря до ближайшего селения?

Нет. На картинке есть курица, значит где-то рядом селение.

5) Откуда дует ветер: с севера или юга?

С юга. На палатке есть флажок, по которому можно определить, откуда ветер дует. На картинке есть дерево, с одной стороны ветки короче, с другой длиннее. Как правило, у деревьев с южной стороны ветки длиннее.

6) Какое сейчас время дня?

Утро. По предыдущему вопросу мы определили, где север-юг, теперь можно понять, где восток-запад, и посмотреть на тени, которые отбрасывают предметы.

7) Куда ушел Шура?

Он ловит бабочек. Из-за палатки виден сачок.

8) Кто был вчера дежурным? (Назовите по имени.)

Коля. Сегодня Коля что-то ищет в рюкзаке с буквой “К”, Шура ловит бабочек, а Вася фотографирует природу (потому что из рюкзака с буквой “В” виден штатив от камеры). Значит сегодня дежурит Петя, а вчера, согласно списку, дежурил Коля.

9) Какое сегодня число какого месяца?

8 августа. Судя по списку, раз сегодня дежурит Коля, то число — 8. А поскольку на поляне лежит арбуз, то значит август.

3. Зачетный поход

Методические и иные документы (презентации, раздаточный материал, образцы и др. материалы для обеспечения образовательного процесса)

Тема программы	Название материала
1 год обучения	
1. Туристская подготовка	
Техника безопасности в туристских путешествиях. Самодеятельный туризм. Виды туризма.	Инструкции по технике безопасности в спортзале и на природе. Составление таблицы «Общее и особенное в различных видах туризма»
Снаряжение туриста.	Карточки «Список личного снаряжения для различных видов туризма» Карточки «Упакуй походный рюкзак»
Организация туристского быта.	Презентация «Организация бивуака в однодневном ТКМ»
Питание в туристском походе.	Таблица «Калорийность, вес и норма дневного рациона в многодневном походе». «Советы туристу» (как правильно организовать питание в путешествии) - презентация Памятки для дежурных «Техника безопасности дежурных по кухне».
Туристские должности в группе.	Игра с карточками «Распределение обязанностей по должностям». Презентация «Туристские должности в походе» Набор иллюстраций, фотографий, снятых в походах (наглядный материал)
Техника и тактика туристских походов.	Наглядный материал – схема «Порядок движения группы на маршруте» Памятка «Техника движения по дорогам, тропам и без дорог».
Подготовка к путешествию.	Таблица «Походные нормативы», «Что взять с собой в поход».
2. Топография и ориентирование.	
Топографическая карта.	Таблица «Условные знаки топографических карт». Презентация «Виды масштаба»
Спортивная карта. Компас	Таблица «Условные знаки спортивных карт». Игры «Флюгер», Эстафета с компасом, «Найди клад».
Способы ориентирования	Таблица «Виды ориентирования» Разработка материалов топографических диктантов
3. Краеведение.	
Символы России: народные, государственные. Родной край, его географическое положение.	Набор открыток, фото и видеоматериалов о природе района путешествий

Растительный и животный мир Хабаровского края	Подборка фотографий лекарственных растений
4. Основы гигиены, первая помощь	
Личная гигиена.	Конспект беседы «Личная гигиена юного туриста»
Походная аптечка.	Презентация «Состав медицинской аптечки для похода выходного дня»
Приемы оказания первой помощи.	Карточки «Наложение жгута, способы бинтования ран». Видеоролик «Оказание первой помощи»
5. Общая и специальная физическая подготовка.	
Врачебный контроль.	Памятка «Допингу - НЕТ!» Раздаточный материал.
Общая физическая подготовка	Инструкции по безопасности выполнения упражнений, спортивных и подвижных игр Инструкции по безопасному преодолению тренировочных кросс походов на местности
Специальная физическая подготовка	
6. Профориентационное занятие	
Профориентационное занятие. «Мир профессий в туризме, спорте»	Подборка игр по профориентации по направлению программы Материалы игр на знакомство с профессиями в спорте, туризме
2 год обучения	
Техника безопасности в путешествиях. туристских	Инструкции по технике безопасности в спортзале и на природе. Наглядный материал – коллекция табличек по ТБ
Снаряжение туриста	Карточки «Список личного и группового снаряжения для различных видов туризма». Презентация «Спортивное ориентирование как образ жизни» Личное снаряжение для демонстрации его использования
Организация туристского быта.	Презентация «Установка палатки на маршруте»
Питание в туристском походе.	Таблица «Калорийность, вес и норма дневного рациона в многодневном походе». «Советы туристу» (как правильно организовать питание в путешествии) презентация. Памятки «Техника безопасности дежурных по кухне».
Туристские должности в группе.	Презентация «Выполнение ролей в походе».

Техника и тактика туристских походов.	Наглядный материал «Алгоритм подготовки к походу (основные тактические понятия). Видеофильм «По Хабаровскому краю» для определения сложности похода, техники и тактики выбранного маршрута путешествия Памятка «Техника движения по дорогам, тропам и без дорог».
Подготовка к путешествию.	Таблица «Походные нормативы»
2. Топография и ориентирование.	
Топографическая карта.	Таблица «Условные знаки топографических карт»
Спортивная карта.	Таблица «Условные знаки спортивных карт».

Способы ориентирования	Раздаточный материал: карта, курвиметр. Таблица «Виды ориентирования».
3. Краеведение.	
История развития государственных символов РФ Родной край, его географическое положение.	Презентация «История развития государственных символов РФ» Наглядный материал по выбранному географическому объекту, набор иллюстраций, карт, материалы экскурсионных маршрутов.
Изучение района путешествия	Подборка материалов творческих отчётов путешествий по Лен. области в архиве отдела
Краеведческие наблюдения	Конспект беседы: «Техника проведения краеведческих наблюдений».
4. Основы гигиены, первая помощь	
Личная гигиена.	Конспект беседы: «Роль и способы закаливания».
Походная аптечка	Материалы практикума: «Комплектация походной аптечки»»
Приемы оказания первой помощи.	Конспект беседы «Заболевания в туристских походах» Рисунки «Наложение жгута, способы бинтования ран».
5. Общая и специальная физическая подготовка.	
Врачебный контроль.	Конспект беседы «Понятие о спортивной форме, утомлении, перетренировки».
Общая физическая подготовка	Тематическая подборка упражнений со спортивным инвентарём, подвижных игр, эстафет на развитие физической выносливости и силы (повышенной сложности)
Контрольное тестирование	Тематическая подборка контрольных тестов для определения уровня физической подготовки учащихся
Специальная физическая подготовка	Методические рекомендации по проведению тренировочных кросс походов на различных видах местности с контрольным грузом
6. Профориентационное занятие	
Профориентационное занятие. «Мир профессий далёких и близких»	Тематическая подборка игр на развитие навыков общения и ведение диалога – профориентационная работа в помощь обучающимся