

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРЫЛОВСКИЙ РАЙОН

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА СТАНИЦЫ КРЫЛОВСКОЙ  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КРЫЛОВСКИЙ РАЙОН

Принята на заседании  
педагогического совета МБУДО ДДТ  
от «24» 08 2021 г.  
Протокол № 1

Утверждаю

Директор МБУДО ДДТ

*Т.И. Жилеева*

от «24» 08 2021 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

«Детский туризм»

Уровень программы: базовый

Срок реализации программы: 1 год (144 ч.)

Возрастная категория: от 10 до 13 лет

Состав группы: 12 человек

Форма обучения: очная

Вид программы: модифицированная

Программа реализуется на бюджетной основе

ID-номер Программы в Навигаторе: 7598

Автор-составитель:

Золотарева Екатерина Вячеславовна

педагог дополнительного образования

# ПАСПОРТ

## дополнительной общеразвивающей общеобразовательной программы туристско-краеведческой направленности

### «Детский туризм»

Наименование муниципалитета	МО Крыловский район
Наименование организации	МБУДО ДДТ
ID-номер программы в АИС «Навигатор»	7598
Полное наименование программы	«Детский туризм»
Механизм финансирования (ПФДО, муниципальное задание, внебюджет)	Муниципальное задание
ФИО автора (составителя) программы	Золотарёва Екатерина Вячеславовна
Краткое описание программы	<p>Детский туризм с элементами спортивного ориентирования позволяет учащимся достичь успехов не только в усвоении программы данного курса, но и развить свой умственный, интеллектуальный и физический потенциал. Занятия в объединении дают возможность проникнуться любовью к своей малой родине, бережно относиться к природе, пропагандировать экологическую культуру и вести активный образ жизни, познавая окружающий мир. Туризм в большой степени способствует познавательному исследовательскому краеведению, а краеведение обращается к туризму как одной из весьма популярных и педагогически ценных форм. Достигнутые успехи в соревнованиях помогут ребятам быстрее определиться с выбором будущей профессии, а совместные походы и экскурсии научат их коммуникабельности и человечности.</p>
Форма обучения	Очная
Уровень содержания	Базовый
Продолжительность освоения (объём)	144 часа
Возрастная категория	10-13 лет
Цель программы	<p>Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.</p>
Задачи программы	<p><i>Метапредметные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих знания, умения и навыки по таким предметам, как: географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовке;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.</li></ul> <p><i>Личностные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;</li><li>- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;</li><li>- гуманное отношение к окружающему миру;</li><li>- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.</li></ul> <p><i>Образовательные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;</li><li>- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;</li><li>- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);</li><li>- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.</li></ul>
Ожидаемые результаты	<p><i>Личностные результаты:</i></p> <p>Умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;</p> <p>Способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий</p> <p>Умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим</p> <p><i>Метапредметные результаты</i></p> <p>Понимать цель выполняемых действий. Проговаривать и осуществлять последовательность действий. Давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.</p> <p>Самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств</p> <p>Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя учебные пособия, интернет-ресурсы.</p> <p>Умения самостоятельно определять цели своего обучения.</p>

	<p>ставить и формировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности.</p> <p>развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.</p> <p>Анализировать полученную информацию.</p> <p>Умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками, работать индивидуально в группе: находить общие решения и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.</p> <p>Умение формировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.</p> <p>Выработка умений и навыков коммуникативной культуры в процессе занятий физической культурой.</p> <p><u><i>Образовательные результаты:</i></u></p> <p>Расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.</p> <p>Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.</p>
<p>Особые условия (доступность для детей с ОВЗ)</p>	<p>При рекомендации лечащего врача</p>
<p>Возможность реализации в сетевой форме</p>	<p>Нет</p>
<p>Возможность реализации в электронном формате с применением дистанционных технологий</p>	<p>Нет</p>
<p>Материально-техническая база</p>	<p><b>Материально-техническое обеспечение.</b></p> <p>Для успешной реализации программы необходимо следующее оборудование и материалы на одну группу:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>❖ Кабинет для проведения аудиторных занятий.</li> <li>❖ Спортивный зал.</li> <li>❖ Площадка для организации спортивно-туристических игр на открытом воздухе.</li> <li>❖ Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования.</li> <li>❖ Медицинская аптечка.</li> <li>❖ Палатки, рюкзаки.</li> <li>❖ Компас, карты.</li> <li>❖ Туристическое снаряжение.</li> </ul>

# Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты»

## 1.1. Пояснительная записка.

**Направленность** дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Детский туризм» – *туристско-краеведческая*.

Детский туризм с элементами спортивного ориентирования позволяет учащимся достичь успехов не только в усвоении программы данного курса, но и развить свой умственный, интеллектуальный и физический потенциал. Занятия в объединении дают возможность проникнуться любовью к своей малой родине, бережно относиться к природе, пропагандировать экологическую культуру и вести активный образ жизни, познавая окружающий мир. Туризм в большой степени способствует познавательному исследовательскому краеведению, а краеведение обращается к туризму как одной из весьма популярных и педагогически ценных форм. Достигнутые успехи в соревнованиях помогут ребятам быстрее определиться с выбором будущей профессии, а совместные походы и экскурсии научат их коммуникабельности и человечности.

В основе детского туризма лежат фундаментальные, неустаревающие принципы образования и воспитания: гуманно-демократический, концептуально-методологический, системно-целостный, творчески развивающий, лично-ориентированный, созидающе-деятельностный.

**Новизна** программы заключается в том, что ее содержательный материал может быть использован в качестве эффективной формы обучения, так как он имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины.. Туризм и спортивное ориентирование помогают учащимся в освоении основ учебных дисциплин различных наук. Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе.

**Актуальность программы:** Туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

Никто из туристов не пошёл бы второй раз в поход, если бы на личном опыте не убедился, что всё виденное, пережитое, слышанное, пройденное, спетое у ночного костра оставляет такое впечатление и делает нашу жизнь настолько богаче, что по сравнению с этим все тяготы и неудобства туризма выглядят не имеющими значения мелочами.

Успех любого похода, экскурсии или путешествия во многом зависит от того, насколько хорошо путешественник сумеет определить, где он нахо-

дится и в каком направлении следует идти дальше, т.е. от умения ориентироваться на местности.

Умение ориентироваться на местности приобретается в постоянном общении с природой, благодаря развитию наблюдательности и привычке быстро замечать и запоминать характерные детали местности.

**Педагогическая целесообразность** программы в том, что детский туризм позволяет педагогу осуществлять практически все виды профессиональной деятельности: учебную и воспитательную, научно – методическую, социально – педагогическую, культурно – просветительскую и др.

*Принципы обучения*, которые используются в ходе реализации данной программы:

- Связь физической культуры с жизнью.
- Всестороннее и гармоническое развитие личности.
- Оздоровительное направление физического воспитания.
- Постепенность наращивания развивающих тренирующих воздействий.
- Цикличность построения занятий.
- Возрастная адекватность направлений физического воспитания.

Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности.

Походы и занятия спортивным ориентированием на незнакомой местности позволяют учащимся изучать процессы и результаты взаимодействия природы и общества.

Широкая доступность, красота природы края, способствуют популярности, как школьного туризма, так и спортивного ориентирования. Занятия в кружке содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу, участвовать в городских соревнованиях по спортивному ориентированию, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

**Отличительная особенность данной дополнительной образовательной программы:** особое внимание уделяется прогнозированию перспектив развития ландшафта и выработке рекомендаций по его дальнейшему наиболее рациональному хозяйственному использованию.

Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных и коммуникативных умений.

Нельзя недооценивать и то, что детскому и особенно подростковому возрасту свойственно стремление к новизне, необычности, к приключениям и романтике. Туризм - прекрасное средство, которое естественным путём удовлетворяет и такие, не всегда учитываемые взрослыми потребности ребят.

Нужно помнить и о том, что в походе ребята раскрываются совсем с иной стороны, чем в школе, или дома. В этом отношении поход особенно ценен для педагога, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти свой подход к нему. Контакты, которые устанавливаются между взрослыми и ребятами в походе, как правило, гораздо более глубокие и душевные, чем в школе, дома, на улице. Они способствуют настоящему взаимопониманию и установлению отношений сотрудничества, что потом переносится в жизнь.

Разнообразные формы и методы позволяют вовлечь в процесс реализации программы широкий круг учащихся и педагогов. Это позволяет создать своеобразную и благоприятную атмосферу общения, воспитания, коммуникативных связей и отношений.

Данная программа комплексная и даёт возможность учащимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, жизненные принципы и интерес к познанию окружающего мира.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Детский туризм» соответствует действующим нормативно-правовым актам и государственным программным документам:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);

2. Концепция развития дополнительного образования детей, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р (далее – Концепция).

3. Приказ Министерства просвещения РФ от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (далее – Приказ № 196).

4. Приказ министерства просвещения российской федерации от 3 сентября 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее – Целевая модель).

5. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 сентября 2017 г., регистрационный № 48226).

6. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

7. Письмо Минобрнауки России № 09-3242 от 18.11.2015 г. «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по про-

ектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»).

8. Распоряжение главы администрации (губернатора) Краснодарского края от 4 июля 2019 г. № 177-р «О концепции мероприятия по формированию современных управленческих решений и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей в рамках федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование».

9. Краевые методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (2020 г.).

**Адресат программы.** Возраст учащихся, на который ориентирована программа, имеет диапазон от 10 до 13 лет. Группы могут формироваться как одновозрастные, так и разновозрастные. В зависимости от возрастных, психофизиологических особенностей учащихся, уровня сформированности их интересов и наличия способностей определяются формы, методы, технологии, приемы организации образовательного процесса.

Набор в объединение осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей) в соответствии с локальным актом (положением о приеме, переводе, отчислении и восстановлении учащихся), согласия родителей (законных представителей) на обработку персональных данных, копии свидетельства о рождении или паспорта, а также при отсутствии медицинских противопоказаний.

Запись на дополнительную общеобразовательную общеразвивающую программу осуществляется через систему заявок на сайте «Навигатор дополнительного образования детей Краснодарского края» <https://p23.навигатор.дети/>.

Возможен добор учащихся в группы в течение учебного года при соответствующей подготовке ребенка, путем собеседования и выполнения творческого задания.

**Уровень программы** - базовый.

**Объем и срок освоения программы** – 1 год. Запланированное количество часов для реализации программы: 144 часа.

**Форма обучения** – очная.

**Особенности организации образовательного процесса** - в соответствии с календарным учебным графиком в группе детей приблизительно одного возраста, являющихся основным составом объединения; в программе учитываются возрастные особенности учащихся, изложение материала строится от простого к сложному.

Основной формой обучения является занятие. Занятия проводятся с 15-минутным перерывом для отдыха. Виды занятий определяются содержанием программы и предусматривают теоретические и практические виды деятельности.



**Режим занятий, периодичность и продолжительность** - занятия проводятся с группой детей численностью 12 человек; продолжительность занятий: 1 год обучения - 45 минут, 2 раза в неделю по 2 часа, 144 часа в год.

## 1.2. Цели и задачи программы

**Цель программы.** Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

**Задачи программы.**

*Метапредметные:*

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих знания, умения и навыки по таким предметам, как: географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовке;
- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

*Личностные:*

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
- гуманное отношение к окружающему миру;
- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

*Образовательные:*

- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;
- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

Комплексная программа полностью соответствует нормативным требованиям по комплектованию объединений (учебных групп) спортивного профиля, уровню достижений обучаемых к концу каждого учебного года. Для контроля качества усвоения программы имеется разработанная система контроля, которая приводится в данной программе.

## 1.3. Содержание программы

## Учебный план

№ раздела	Название раздела, темы	Количество часов			формы контроля
		всего	теория	практика	
1.	Введение. Вводное занятие	2	1	1	Вводный контроль
2.	Организация и подготовка похода	18	7	11	Опрос
3.	Туристское снаряжение	14	4	10	практическое задание
4.	Гигиена туриста	22	10	12	Опрос
5.	Туристский бивак	18	10	8	Практические задания
6.	План и карта	16	6	10	Практические задания
7.	Ориентирование простейшими способами	16	4	12	Практические задания
8.	Краеведение	16	11	5	Опрос
9.	Физическая подготовка	20		20	Практические задания
10.	Итоговое занятие	2		2	Итоговая аттестация
	<b>Всего</b>	<b>144</b>	<b>53</b>	<b>91</b>	

## Содержание учебного плана

### Раздел 1. Введение. Вводное занятие.

**Теория:** Знакомство с детьми. Уточнение интересов и пожеланий занимающихся. Значение туризма и спортивного ориентирования в пропаганде активного и здорового образа жизни.

**Практика:** Выполнение теста «Что значит быть туристом?»

### Раздел 2. Организация и подготовка похода.

**Теория:** Состав ремонтного набора и аптечки. Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека). Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения. Удобная одежда и обувь в походе. Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Де-

нежные нормы питания туристов. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Замена обедов перекусами. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

**Практика:** Укладка в рюкзак личного снаряжения. Составление расписания приема пищи в полевых условиях, в столовых населенных пунктов и во время длительных переездов. Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию.

### **Раздел 3. Туристское снаряжение.**

**Теория:** Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету. Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки). Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж; предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Альпеншток, его конструкция, изготовление, правила использования. Прочие предметы личного снаряжения: блокнот, карандаши, ручка, конверты, репшнур, туалетные принадлежности, посуда, очки, часы, мешочки для упаковки снаряжения, планшет для карты, накомарник, запасные стельки, куски тесьмы, шнура и т. д. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Состав и назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Специальное снаряжение группы для производства краеведческих работ. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

**Практика:** *Личное снаряжение.* Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Подготовка личного снаряжения к походу. *Групповое снаряжение.* Типы палаток, как

подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути.

#### **Раздел 4. Гигиена туриста.**

*Теория:* Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии. Признаки заболеваний и травм. Применение растений в быту и медицине. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

*Практика:* Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе и на экскурсии лекарственные и ядовитые растения родного края. Знание и умение отличать съедобные грибы от ядовитых. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего.

#### **Раздел 5. Туристский бивак.**

*Теория:* Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Привалы и биваки. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке. Место для установки палаток. Как ликвидировать комаров в палатке. Правила поведения туристов в палатке. Место для вещей и обуви. Выбор места для костра. Где запрещается разводить костер. Типы костров и их назначение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Конструкции для подвески посуды над пламенем. Обложной костер. Топливо для костра, способы заготовки растопки и топлива. Разведение костра при ветре, дожде, тумане; «кислородное голодание» костра, способы регулирования пламени костра. Поведение туристов у костра, сушка одежды и обуви, оборудование специального костра для сушки вещей и оборудования. Физический смысл процесса сушки, правила сушки. Место для топора, рукавиц и другого инвентаря, место для

ведер с горячей пищей. Раздача пищи. Прием пищи. Яма для отходов. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой. Основные правила соревнований по навыкам походного туристского быта.

**Практика:** Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Приемы установки палатки в различных условиях. Использование полиэтиленовых пленок, поролона. Оборудование походной постели. Складирование дров, укрытие дров от дождя, подсушивание; место для разделки дров. ТБ при работе с пилой и топором; меры безопасности для костровых. Использование походного примуса. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака.

## **Раздел 6. План и карта.**

**Теория:** Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Курвиметр. Транспортир. Определение термина «ориентирование». Магнитные свойства Земли. Истинный и магнитный полюса, магнитные меридианы, магнитное склонение, магнитные аномалии. От чего зависит точность движения по азимутам. Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).

**Практика:** Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Пользование линейным и числовыми масштабами. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимутов) на карте. Зарисовка новых топографических знаков и характеристик местных предметов. Отыскание на карте типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик участков местности по картам. Вычисление магнитных азимутов линий по исходным данным. Определение магнитных азимутов заданных линий (маршрута по данным карты). Составление легенд, заданных на картах маршрутов. Сравнение и оценка результатов. Задачи на вычисление пройденного пути по времени и скорости движения на разных участках местности (по карте). Перевод полученного результата в масштаб карты. Обратная задача. Сравнение и оценка результатов. Разбор случаев удачного и неудачного действия проводников на маршрутах (из практики походов кружковцев).

## **Раздел 7. Определение расстояний простейшими способами.**

**Теория:** Приближённые измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичеч-

ные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальномеры (расстояние между телеграфными столбами, высота телеграфного столба, средняя высота леса и т.д.) Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи. Ориентирование без компаса и карты. Топография и ориентирование. Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности. Топография и ориентирование. Топографические знаки. Топографическая съёмка местности. Приёмы ориентирования карты. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время. Ориентация во времени и пространстве (камеральная обработка).

**Практика:** Практические занятия. Чтение карты. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

## **Раздел 8. Краеведение.**

**Теория:** История Краснодарского края и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности его окрестностей. Охрана природы. Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. Географическое положение, рельеф, климат, внутренние воды, почвы, растительный и животный мир Краснодарского края. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества.

**Практика:** Практические работы с картами атласа. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

## **Раздел 9. Физическая подготовка.**

**Практика:** Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технической подготовки к различным видам соревнований. Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника. Узлы и их назначение. Вязка узлов. Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.

## **Раздел 10. Оформление документации соревнования и похода.**

Знакомство с правилами организации и проведения похода участников и их родителей под роспись с предоставлением справок о состоянии здоровья. Составление плана похода. Оформление походных документов и сметы. Подбор картографического материала.

**Практика:** Однодневный поход с учащимися и их родителями.

## Планируемые результаты:

### Личностные результаты:

Умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

Способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий

Умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим

### Метапредметные результаты

Понимать цель выполняемых действий. Проговаривать и осуществлять последовательность действий. Давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств.

Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя учебные пособия, интернет-ресурсы. Развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Анализировать полученную информацию.

Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками, работать индивидуально в группе: находить общие решения и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

Умение формировать, аргументировать и отстаивать своё мнение. Выработка умений и навыков коммуникативной культуры в процессе занятий физической культурой.

### Образовательные результаты:

Расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

### **По завершении обучения учащиеся должны**

#### **знать:**

- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;
- вопросы туризма и экологии;
- основы топографии и ориентирования;
- умение ориентироваться по местным признакам и звёздам;

- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- основные разделы пройденной программы;
- порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;
- способы преодоления различных естественных препятствий;
- способы организации и проведения поисково-спасательных работ;
- основные исторические и географические сведения о родном крае;
- различные способы ориентирования на местности.

**уметь:**

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- преодолевать вместе естественные препятствия на пути;
- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному ориентированию;
- организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;
- передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;
- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;
- уметь правильно применять туристские узлы;
- проводить поисково-спасательные работы;
- уметь ориентироваться по карте и компасу, а также местным признакам и участвовать в туристических слётах, соревнованиях по спортивному ориентированию и походах;
- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;
- организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт;
- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего.

## **Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации»**

### **2.1. Календарный учебный график (Приложение №1)**

### **2.2. Условия реализации программы:**

**Материально-техническое обеспечение** - освоение программы «Детский туризм» требует наличия учебного кабинета;

помещение кабинета должно удовлетворять требованиям Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов и быть оснащено типовым оборудованием, в том числе специализированной учебной мебелью и средствами обучения, достаточными для выполнения требований к уровню подготовки обучающихся.



Для успешной реализации программы необходимо следующее оборудование и материалы на одну группу:

- ❖ Кабинет для проведения аудиторных занятий.
- ❖ Спортивный зал.
- ❖ Площадка для организации спортивно-туристических игр на открытом воздухе.
- ❖ Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования.
- ❖ Медицинская аптечка.
- ❖ Палатки, рюкзаки.
- ❖ Компас, карты.
- ❖ Туристическое снаряжение.

#### **Кадровое обеспечение.**

Реализация программы обеспечивается педагогическими работниками образовательной организации, имеющими высшее или среднее профессиональное образование или дополнительное образование по профилю курса. Педагог, руководитель объединения, реализующий данную программу, обладает следующими личностными и профессиональными качествами:

- умение создать комфортные условия для успешного развития личности обучающихся;
- умение увидеть и раскрыть творческие способности обучающихся;
- постоянное совершенствование педагогического мастерства и повышение уровня квалификации по специальности.

### **2.3. Формы аттестации:**

Целью аттестации является установление соответствия образовательного уровня обучающихся требованиям данной дополнительной общеразвивающей программы, установления фактического уровня теоретических знаний, практических умений и навыков обучающихся.

Для достижения цели и задач аттестации обучающихся, в рамках реализации данной программы, осуществляются:

Вводный контроль проводится в форме собеседования на вводных занятиях с целью выявления уровня начальных знаний. На основе полученных данных выявляется готовность к усвоению программного материала.

Текущий контроль за усвоением знаний, умений и навыков проводится в течение всего года на каждом занятии и представляет собой основную форму контроля. Используются такие методы, как наблюдение, вызов-опрос, контрольные испытания, учебно-тренировочные походы, где ребята могут применить свои знания на практике, выполняя задания коллективно и индивидуально.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в виде однодневных и двухдневных походов. Цель – выявление результатов обучения, определение качества приобретенных знаний, сформированных двигатель-

ных умений, навыков, подготовка и проведение походов, зачетных соревнований по ориентированию, технике туризма, быту и т.д.

Формы проведения аттестации: тестирование, зачет, соревнование.

## 2.4.Оценочные материалы

### Способы оценки результатов:

Для оценки качества знаний, умений и навыков учащихся следует проводить различного рода контрольно-проверочные мероприятия по определенным видам туристского направления. Показателем успешного освоения программы является выполнение заданий:

1. Тестовые, контрольные, практические задания (устный опрос, контрольные задания, практические задания, тестирование).
2. Создание проблемных, затруднительных заданий (решение проблемных задач).
3. Групповая оценка работ.
4. Итоговые тренировки и выходы (походы).

Контроль результатов обучения осуществляется на основе критериев оценки знаний, умений, навыков обучающихся, определенных в образовательной программе.

Критерии оценки уровня теоретической подготовки обучающихся:

- соответствие теоретических знаний программным требованиям;
- осмысленность и правильность использования специальной терминологии.

Критерии оценки уровня практической подготовки обучающихся по данной программе:

- соответствие практических умений и навыков программным требованиям;
- отсутствие затруднений в использовании специального оборудования и оснащения;

*Прямыми* критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение программы, прирост спортивных достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях.

*Косвенными* критериями служат: создание стабильного коллектива кружка, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

***Перечень диагностических методик.***

Для изучения результатов и эффективности воспитания и развития наиболее объективными и реально измеряемыми показателями являются ведущие мотивы поведения детей, нравственные ценности и ориентации, поступки обучающихся.

- Методика изучения мотивов участия школьников в деятельности (подготовлена профессором Л. В. Байбородовой);
- Анкета «Мотивы для занятий в детском объединении»;
- Анкета «Интерес к совместной деятельности»;
- Диагностическая карта «Уровень воспитанности обучающихся»;
- Анкета «Удовлетворённость обучающихся образовательным процессом»
- Методика «Наши отношения» (составлена по книге Л.М. Фридман)
- Методика «Репка».

Перечень заданий для проведения контроля:

*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).

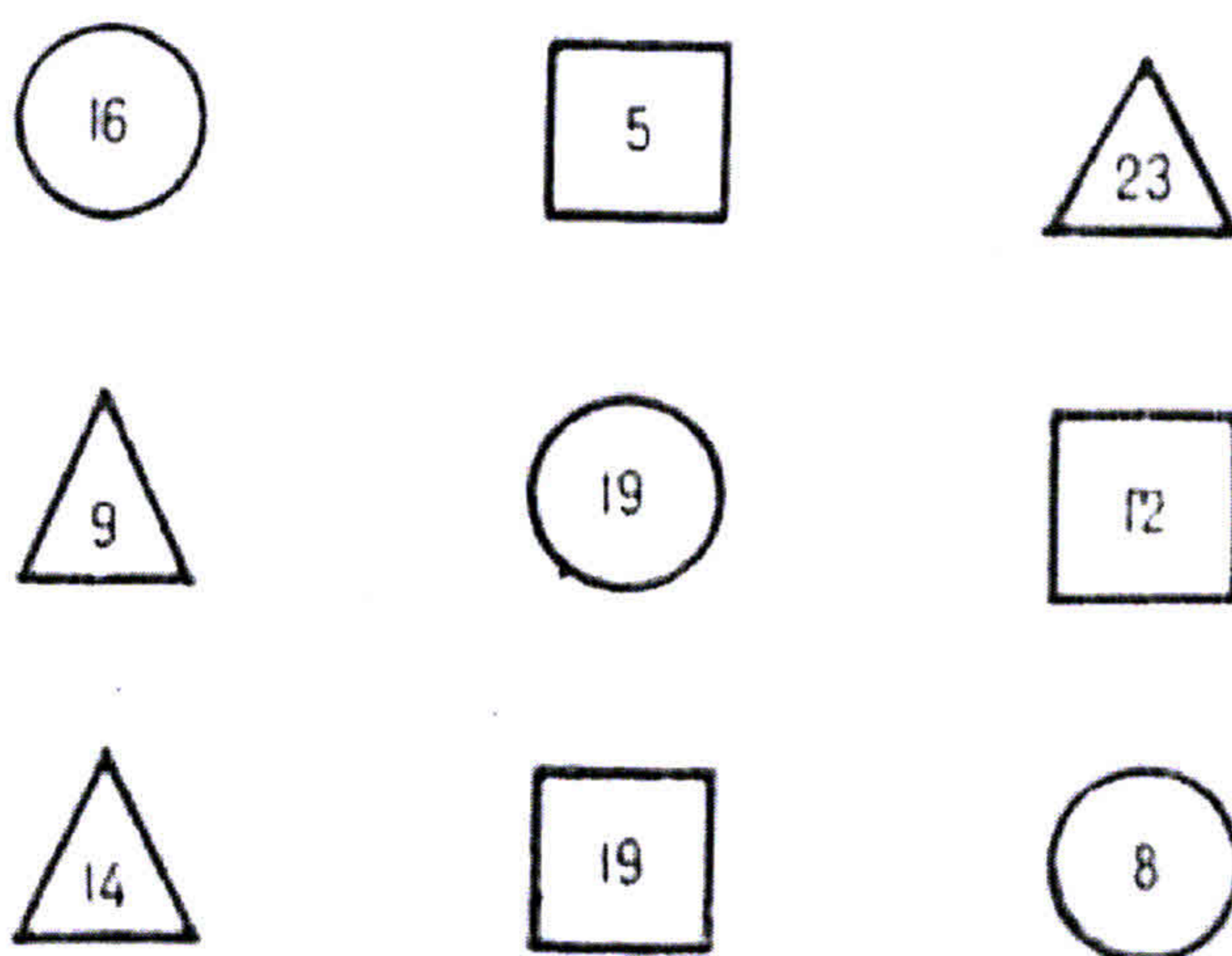


Рис 1. Упражнение "Запомните за 5-10 сек."

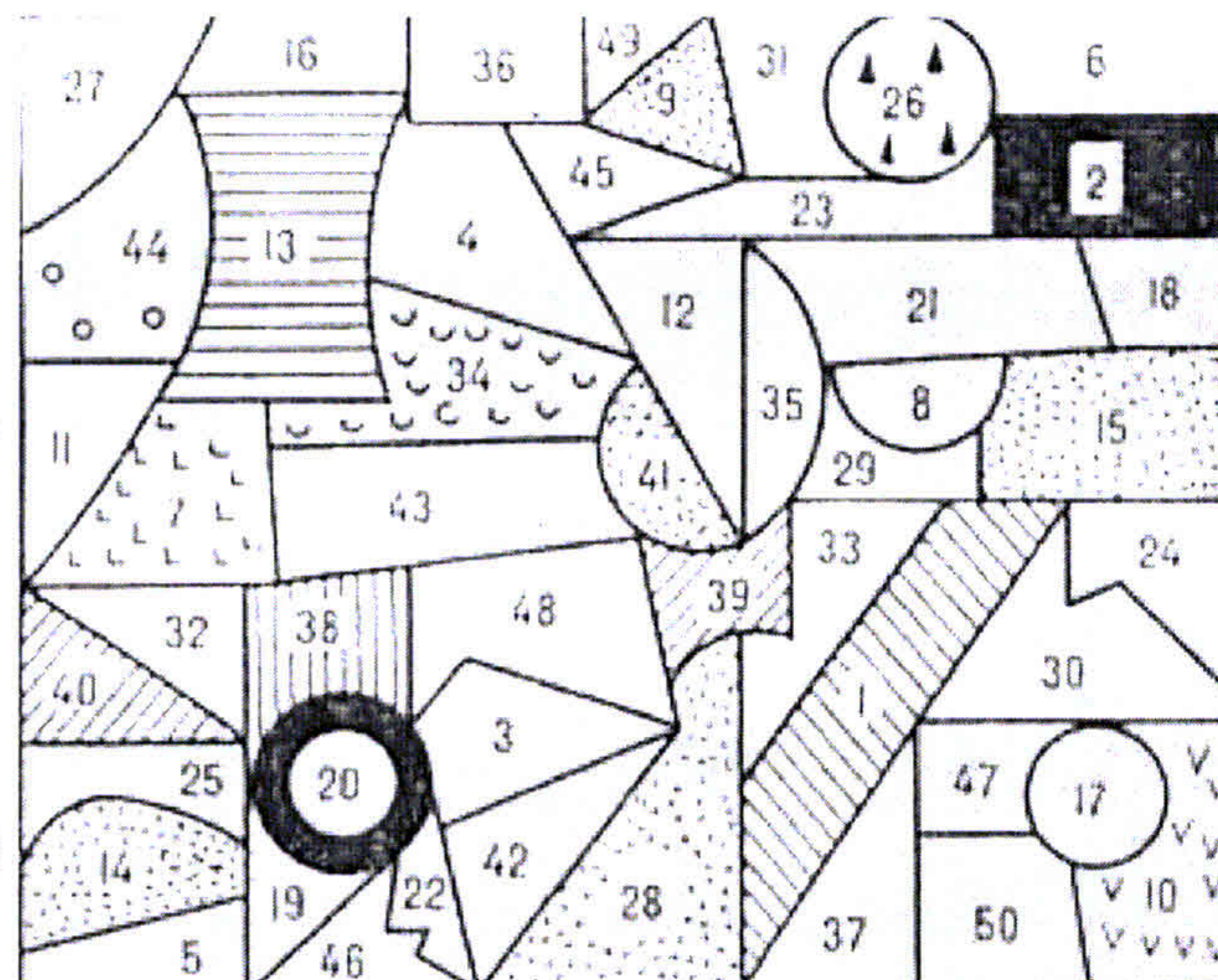


Рис. 2. Упражнение "Отыщите числа по порядку от 1 до 50"

#### 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.

## **2.5. Методические материалы.**

### **Методы обучения.**

Обучение по данной программе построено на реализации следующих *дидактических принципов*:

- Сознательности и активности
- Наглядности
- Доступности
- Систематичности
- Опоры на интерес детей

Главный принцип - принцип «в группе всем есть дело» - используется с первых занятий и реализуется на протяжении всего процесса обучения.

В образовательном процессе применяются следующие *методы обучения*: частично-поисковый, деятельностный, эвристический, словесный, наглядный, практический.

**Основной формой организации образовательного процесса** является проведение групповых занятий.

Теоретическая часть занятия включает в себя объяснение нового материала по вопросам туризма. Практические занятия направлены на формирование умений и навыков по туризму и развитие физических качеств.

Кроме того, данная программа предусматривает такие формы организации обучения как походы, соревнования, слёты. Походы делятся на учебно-тренировочные походы (цель - изучение основ туризма, совершенствование туристских навыков), спортивные походы (цель – выполнение спортивных разрядов), контрольные походы.

Программа предусматривают обучение ребят азбуке туризма: сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных сведений о своем крае, элементарных понятии об ориентировании на местности, знаний основ топографии, гигиены туриста, первой доврачебной помощи при заболеваниях и травмах.

Очень важно воспитать у ребят сознание того, что каждый поход необходимо тщательно готовить им самим, дружно, всем вместе. Надо, чтобы они поняли на собственном опыте: хороший, интересный и полезный поход бывает только у хороших туристов - умелых и трудолюбивых. Поэтому главное внимание необходимо уделять практической работе коллектива в период подготовки к походу.

Подготовка походов включает изучение и разработку маршрута, распределение обязанностей, организационную и хозяйственную подготовку. Маршруты походов должны быть построены так, чтобы группа могла познакомиться с интересными и значимыми местами района, наиболее типичными формами рельефа, рекой, озером. Руководитель должен быть готов привести интересные факты, рассказать легенды, связанные с местами, где проходят маршруты. Сами воспитанники делают сообщения или небольшие доклады о достопримечательных местах района похода, знакомятся с картографическим материалом.

Обязанности между участниками похода следует распределять так, чтобы каждый был занят посильным и интересным для него делом. «Поход готовят все! В походе работают все!» - вот заповедь воспитанников объединения туризма.

Процесс обучения идет по спирали: возвращаясь к старым темам, ребята глубже знакомятся с историей развития туризма, углубляют знания правил организации самостоятельных походов, детальнее изучают вопросы топографии и ориентирования, техники и тактики пешеходного туризма, вопросы туристского хозяйства, гигиены и медицинской помощи в походных условиях.

Здесь особенно важно не только научить ребят основам туристской деятельности, привить им те или иные туристские навыки, но и морально подготовить их к преодолению любых трудностей и лишений в пути, к умению брать на себя большую часть работы, воспитать готовность каждого в любой момент прийти на помощь.

Практические занятия и учебно-тренировочные походы надо строить так, чтобы ребята научились все делать самостоятельно. Очень важно, чтобы они привыкли быстро, дружно, толково работать на биваке и на препятствиях, не прятались бы за спины.

В воспитании грамотных и культурных туристов огромное значение имеют разборы походов. Практически важно после каждого учебно-тренировочного похода на очередном занятии коллектива или прямо в походе у вечернего костра уделить время для обсуждения его итогов. Удачно проведенный разбор итогов похода учит ребят думать, критически относить-

ся к себе и товарищам, заставляет осмыслить обильный поток информации, полученной во время похода. Для руководителя обсуждение похода — еще одно средство изучения воспитанников, позволяющее глубже узнать их характеры, образ мыслей, наклонности и особенности характера.

**Формы организации учебного занятия – традиционные:** беседы, соревнования, походы, наблюдения, практические занятия; **не традиционные:** турнир, дебаты, экскурсии, практикум.

**Формы работы.**

1. Проведение соревнований по спортивному ориентированию.
2. Участие в туристических слётах.
3. Участие в военно-спортивных играх.
4. Проведение конференций, викторин, спортивных эстафет по охране природы

**Педагогические технологии.**

1. Поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа кружковцев с выполнением различных заданий, выбор самостоятельной темы для оформления проекта, реферата, отчета о проделанной работе в походах и на экскурсиях)

2. Метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях

3. Метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качество усвоения комплексной программы, роста динамики спортивных показателей

4. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

**Алгоритм учебного занятия**

**Структура занятия:**

Занятие состоит из трех частей: подготовительной, основной, заключительной.

*Подготовительная часть занятия.* Выполняет служебную функцию, так как обеспечивает лишь создание предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Задачи подготовительной части – сообщение задач и намеченного содержания занятия, общее разогревание организма обучающихся и подготовка к предстоящим нагрузкам.

Содержание подготовительной части зависит от исходного состояния воспитанников. Эта часть имеет тем большее значение, чем выше степень сложности, интенсивности и травмоопасности предстоящей основной двигательной деятельности. Граница между подготовительной и основной частью занятия условна, поскольку первая как бы переходит во вторую.

*Основная часть занятия.* Выполняет главную функцию, так как именно в ней решаются все категории задач. Задачи, и содержание основной части

изменяются в широких пределах в зависимости от подготовленности занимающихся, их возраста, пола и физического состояния в данный момент.

Структура основной части бывает однородной или комплексной (комбинированной). Однородная структура типична для занятий, где все направлено на реализацию одной главной задачи (разучивание сложного двигательного упражнения или развивающие воздействие на определенные функции организма).

Комплексная структура типична для занятий, в которых решаются в качестве основных несовпадающие задачи. Почти всегда эти задачи решаются в определенной последовательности: обучение технике, развитие скорости, развитие силы, развитие выносливости.

*Заключительная часть занятия.* Выполняет функцию организации завершения учебно-воспитательного процесса.

Основная задача заключительной части – постепенное снижение нагрузки, приведение организма к состоянию, близкое к норме. Это достигается постепенным уменьшением интенсивности выполняемых действий, переключением на действия, дающие эффект активного отдыха, использованием дыхательных, релаксационных и других упражнений, способствующих активизации восстановительных процессов. Эти упражнения имеют и профилактическое значение, поскольку предупреждают функциональные нарушения, которые могут возникать, особенно у малотренированных людей, в случае резкого прекращения двигательной деятельности. Вместе с тем в заключительной части важно подвести итоги занятия, определить насколько удалось решить намеченные задачи, и сориентировать обучающихся на очередные цели.

#### **Дидактические материалы.**

Карты для практических упражнений. Карточки с заданиями. Плакаты. Таблицы. Презентации.

- Сборник инструкций по правилам поведения и технике безопасности при организации и проведении занятий и походов.

- Нормативные документы по туризму:

- Инструкция по организации и проведению туристических походов, экспедиций (путешествий с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации).

- слайдовые презентации по всем темам раздела «Оказание первой доврачебной помощи»

- слайдовые презентации «Съедобные растения», «Топографические знаки. Растительность», «Что есть, когда есть нечего», «Туризм»

- дидактический материал по разделу «Топография и ориентирование»

- методические разработки по разделу «Узлы»

- сборник игр «Игровая деятельность в туризме».

## **2.6. Список литературы.**



### **Литература для педагога:**

1. Бардин К.В. «Азбука туризма». М., Просвещение, 1993.
2. Долженко Г.И. «История туризма в дореволюционной России и СССР». – Ростов: Издательство Ростовского университета, 1988г.
3. Евтушенко А. «Организация, подготовка и проведение походов выходного дня». Методическая разработка, - Ставрополь, 2004г.
4. Константинов Ю.С. «Туристская игротка». - М.: Владос, 2000г.
5. Огородников Б.И. «Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО». – М.: Физкультура и спорт, 1983г.
6. Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983г.
7. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.
8. Подготовка и проведение туристского похода с учащимися. - Омск: УНООО, 1989г.
9. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г.
10. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.
11. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.
12. Тыкул В.И. «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.
13. Юньев И.А. «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1984г.

### **Литература для учащихся:**

1. Андреев Н.В. «Основы топографии и картографии». - М.: Просвещение, 1992г.
2. Вавриш П.Е., Горовой Л.Ф. « Грибы в лесу и на столе». – Урожай, 1993г.
3. Географическое краеведение. Региональный компонент.6 класс. ТОИП-КРО, 2006г.
4. Куприн А.М. «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1989г.
5. Лечение лекарственными растениями в народной медицине. – Майкоп: Адыгейское книжное издательство, 1992г.
6. Остапец А.Ю. «На маршруте туристы- следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.
7. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г.
8. Шальков Ю. «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.
9. Усачев А.А., Березин А.И. Школа безопасности: 3-4 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности».- М.: ООО Фирма «Издательство АСТ»,1999.

### **Интернет-ресурсы:**

1. <https://glonasstravel.com/destination/vidy-semejnego-turizma/detskij-turizm>

2. [https://bstudy.net/693250/turizm/detskiy\\_turizm\\_osnovnye\\_ponyatiya\\_klassifikatsiya\\_vidov\\_osobennosti\\_organizatsii](https://bstudy.net/693250/turizm/detskiy_turizm_osnovnye_ponyatiya_klassifikatsiya_vidov_osobennosti_organizatsii)
3. <https://myslide.ru/presentation/skachat-osobennosti-detskogo-turizma>
4. <https://infourok.ru/prezentaciya-turizm-dlya-detey-doshkolnogo-vozrasta-2291114.html>
5. <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2017/11/08/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-yunyy-turist>

**Календарный учебный график**  
**к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей**  
**программе «Детский туризм»**

**1 год обучения**

**Группа № \_\_\_\_\_**

№ п/п	дата		тема занятия	количество часов			форма занятия	место проведения	форма контроля	примечания
	эталон.	фактич.		теория	практика	всего				
			<b>Раздел 1. Введение. Вводное занятие</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>				
1.	02.09.21г		Инструктаж по технике безопасности. Значение туризма в жизни человека	1	1	2	Традиционное занятие		Вводный контроль	
			<b>Раздел 2. Организация и подготовка похода</b>	<b>7</b>	<b>11</b>	<b>18</b>				
2.	07.09.21г		Укладка в рюкзак личного снаряжения. Состав ремонтного набора и аптечки.	1	1	2	Презентация. Беседа		Беседа. Опрос	
3.	09.09.21г		Питание в походе. Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи.	1	1	2	Обсуждение		Беседа. Практическое задание. Наблюдение.	
4.	14.09.21г		Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения.	1	1	2	Практическое занятие		Наблюдение. Творческая работа.	
5.	16.09.21г		Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки.	1	1	2	Презентация. Беседа		Наблюдение. Творческая работа.	
6.	21.09.21		Составление расписания приема пищи в полевых условиях, в		2	2	Практическое занятие		Беседа.	



16.	26.10.21			Состав и назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во время похода.		2	2	Практическое		Опрос. Тест
17.	28.10.21		2	Особенности снаряжения для зимнего похода. Специальное снаряжение группы для производства краеведческих работ.			2	Презентация. Беседа		Беседа. Опрос
			<b>10</b>	<b>Раздел 4. Гигиена туриста.</b>	<b>12</b>	<b>22</b>				
18.	02.11.21	09.11	1	Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода.	1	1	2	Презентация. Беседа		
19.	04.11.21		1	Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста.	1	1	2	Традиционное		Практические задания
20.	09.11.21		1	Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах.	1	1	2	Традиционное		Практические задания
21.	11.11.21		1	Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему.	1	1	2	Презентация. Беседа		Беседа. Опрос
22.	16.11.21		1	Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии.	1	1	2	Традиционное		Беседа. Наблюдение.
23.	18.11.21		1	Признаки заболеваний и травм. Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике.	1	1	2	Презентация. Беседа		Беседа. Опрос
24.	23.11.21			Знание и умение отличать лекарственные и ядовитые растения родного края. Применение растений в быту и медицине.	2	2	2	Практическое		Беседа. Наблюдение.
25.	25.11.21	02.12		Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание.	2	2	2	Практическое		Практические задания
26.	30.11.21		2	Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных			2	Традиционное		Беседа. Опрос

27.	02.12.21			заболеваниях.	1	1	2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
28.	07.12.21			Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего.	1	1	2	Практическое	Практические задания	
				Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста.	1	1				
				<b>Раздел 5. Туристский бивак</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>18</b>			
29.	09.12.21			Привалы и биваки. Требования к месту бивака	1	1	2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
30.	14.12.21			Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака.	2		2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
31.	16.12.21			Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года	2		2	Традиционное	Беседа, опрос	
32.	21.12.21			Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке.		2	2	Практическое	Практические задания	
33.	23.12.21			Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях.	1	1	2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
34.	28.12.21	11.01.22		Оборудование походной постели. Правила поведения туристов в палатке.	2		2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
35.	30.12.21			Выбор места для костра. Где запрещается разводиться костер. Типы костров и их назначение.		2	2	Традиционное	Практические задания	
36.	11.01.22			Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака.		2	2	Традиционное	Практические задания	
37.	13.01.22			Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой.	2		2	Практическое	Практические задания	
				<b>Раздел 6. План и карта</b>	<b>6</b>	<b>10</b>	<b>16</b>			
38.	18.01.22			Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт.		2	2	Традиционное	Практические задания	

39.	20.01.22				Масштаб карты. Умение определять расстояние на карте. Условные знаки спортивной карты и их чтение.	2	2	2	Традиционное	Практические задания	
40.	25.01.22				Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками.	2	2	2	Практическое	Практические задания	
41.	27.01.22		2		Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр.	2	2	2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
42.	01.02.22		2		Преобразование числового масштаба в натуральный. Виды измерений на карте. Транспортир	2	2	2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
43.	03.02.22		2		Магнитные свойства Земли. Истинный и магнитный полюса, магнитные меридианы, магнитное склонение, магнитные аномалии	2	2	2	Презентация. Беседа	Беседа. Опрос	
44.	08.02.22				Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты.	2	2	2	Традиционное	Беседа. Наблюдение.	
45.	10.02.22				Виды ориентирования на туристских соревнованиях: ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).	2	2	2	Практическое	Беседа. Наблюдение.	
			4	12	<b>Раздел 7. Ориентирование простейшими способами</b>	16					
46.	15.02.22			2	Приближённые измерения на местности. Походные эталоны	2	2	2	Традиционное	Практические задания	
47.	17.02.22			2	Видимый горизонт. Походные дальномеры	2	2	2	Традиционное	Практические задания	
48.	22.02.22			2	Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне.	2	2	2	Практическое	Практические задания	
49.	24.02.22			2	Ориентирование по местным признакам в лесу и степи. Ориентирование без компаса и карты.	2	2	2	Практическое	Беседа. Наблюдение.	
50.	01.03.22		2		Компас и его устройство. Работа с	2	2	2	Презентация.	Практические	





62.	12.04.22		Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований.		2	2	Составление комплекса упражнений	Практические задания	
63.	14.04.22		Особенности технической подготовки к различным видам соревнований.		2	2	Составление комплекса упражнений	Практические задания	
64.	19.04.22		Контрольно- туристский маршрут, командная и индивидуальная техника.		2	2	Составление комплекса упражнений	Практические задания	
65.	21.04.22		Узлы и их назначение. Вязка		2	2	Составление комплекса упражнений	Практические задания	
66.	26.04.22		Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой.		2	2	Составление комплекса упражнений	Практические задания	
67.	28.04.22		Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и само страховка.		2	2	Презентация. Беседа	Практические задания	
68.	04.05.22		Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).		2	2	Презентация. Беседа	Практические задания	
69.	05.05.22		Игры на местности .		2	2	Презентация. Беседа	Практические задания	
70.	10.05.22		Развитие выносливости.		2	2	Презентация. Беседа	Практические задания	
71.	12.05.22		Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии.		2	2	Презентация. Беседа	Практические задания	
72.	17.05.22		<b>Раздел 10. Итоговое занятие</b> Движение группы по маршруту. Организация лагеря туристской группы. Поиск и выявление интересных объектов природы.		2	2	Зачётный однодневный поход	Итоговый контроль, практические задания	
			<b>ИТОГО:</b>	<b>53</b>	<b>91</b>	<b>144</b>			