

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Разинская средняя школа**

Принята на педагогическом
совете
Протокол № 01
от 30.08.2022 г.

Утверждено
приказом директора МБОУ Разинской СШ
№154-1 от 30.08.2022 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско-краеведческой направленности
«Юный турист»**

**Возраст обучающихся: с 11 лет
Срок реализации: 2 года**

Составитель: Буяров Владимир Николаевич
Преподаватель-организатор ОБЖ.

Р.п.им. Ст. Разина, 2022 г.

Пояснительная записка.

Туризм – одна из популярнейших форм активного отдыха. Ежегодно десятки миллионов туристов путешествуют по родной стране, знакомятся с ее природными богатствами, историческими и культурными памятниками.

Правильно организованное и умело проведенное путешествие укрепляет здоровье человека, вырабатывает у него такие ценные качества, как инициатива, мужество, настойчивость, значительно повышает его работоспособность. В путешествии крепнет чувство коллективизма, расширяет кругозор туристов, воспитывает любовь к природе, к Родине.

Актуальность образовательной программы состоит в том, чтобы удовлетворить естественную потребность учащихся в непосредственном познании мира своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему, преданность народу и земле на которой им посчастливилось родиться. Только знания сделают нашу любовь к родному городу и краю деятельной, позволят сохранить и развить лучшие его традиции. Таким образом, воспитание любви к «малой родине» - одна из основных задач современного образования. Ребятам дать возможность все премудрости туризма – значит, дать им путевку в большой туризм, на всю жизнь привить им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию.

Ребенок получает знания с помощью выходов в природу, музейных и мультимедийных средств расширяется кругозор учащихся, в непринужденной обстановке ребенок дополняет и развивает комплекс знаний, умений и навыков приобретенных в основной системе образования.

Главной отличительной особенностью данной программы от уже существующих является ее многофункциональность. Она может быть полностью реализована на базе определенного образовательного учреждения или частично, когда различные образовательные учреждения используют только интересующие их отдельные разделы и темы программы.

Тематика программы также функциональна, она может, изменяться и дополняться с учетом пожеланий заказчика в рамках определенных программных разделов. Возможна разработка и внедрение новых, актуальных тем туристско-краеведческого характера.

Направленность - туристско-краеведческая

Оличительные особенности. Программа целесообразна, так как решается не только образовательная задача - усвоение ребенком суммы сведений, туристско-краеведческих знаний, идет процесс воспитания, формирование просвещенной личности, таких нравственных качеств, как патриотизм, гражданственность, воспитание общей культуры. Реальная гуманизация воспитания сегодня возможна, прежде всего, на региональном материале – конкретной семьи, малой родины.

Изучая природу и историю города, края, получая о них дополнительные сведения, ребенок познает общечеловеческие ценности.

Руководитель программы может варьировать последовательность изучения тех или иных тем туристско-краеведческой составляющей курса.

Программа имеет интегративный характер. Одна и та же лекция или беседа может быть связана с занятиями по природоведению, биологии, географии, истории и др.

Данная образовательная программа была написана на основании анализа государственных программ для системы дополнительного образования детей «Юные туристы - краеведы» Д.В. Смирнов, Ю. С. Константинов, А.Г. Маслов (ЦДЮТиК МО РФ, 2004г.) и «Юные туристы» А.А. Остапец-Свешников (ЦДЮТиК МО РФ, 1991 г.).

В программе снижен уровень требований к выполнению контрольных нормативов.

Программа не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, а направлена на оздоровление и физическое развитие детей, их социальную адаптацию.

Адресат программы. В реализации образовательной программы «Юный турист» участвуют учащиеся среднего звена с 11 до 15 лет. Как раз тот возраст, когда дети подготовлены к физическим нагрузкам.

Основная цель программы – целенаправленное воспитание всесторонне развитой личности ребенка, социально адаптированной к современным условиям в процессе обучения туризму и краеведению.

Программа решает следующие **задачи**:

Обучающие:

- приобрести знания и умения по первоначальным туристическим навыкам;
- научить приемам оказания первой медицинской помощи;
- познакомить с техникой пешеходного, лыжного и спелеотуризма.

Развивающие:

- развивать внимание, восприятие, самостоятельность, уровень физической подготовки, страсть к путешествиям
- развивать познавательный интерес к природе родного края, к его богатствам и истории;

Оздоровительные:

- укреплять здоровье и закаливание организма;

Воспитательные:

- сформировать единый коллектив,
- создать благоприятную психологическую обстановку,
- воспитывать целеустремленность и терпение, бережное отношение к природе;
- уметь видеть красоту родного края,
- развивать воображение, творческие способности.

При реализации поставленных выше задач, используются следующие методы: вербальные; наглядные; практические; продуктивные (проблемное изложение), частично-поисковые –

самостоятельная туристско-краеведческая работа обучающихся с выполнением конкретных заданий в походах, экскурсиях; самореализации, самоуправления через участие в походах, соревнованиях, экскурсиях; контроля: врачебный, спортивный рост, качество усвоения программы, взаимоконтроль.

Объем и срок усвоения программы

Количество часов, отводимых на изучение программы -144. Срок реализации программы 2 года. На каждый год обучения отводится 72 часа

Формы обучения Занятия по программе проходят в очной форме обучения, при определенных условиях допустимо дистанционное обучение. Занятия включают теоретические беседы, практические занятия в помещении и на местности (в т.ч. подготовку походов и составление отчетов), а также проведение учебно-тренировочных походов и участие в соревнованиях.

Режим занятий Занятия проводятся 2 раза в неделю по 1–2 часа. В каникулярное время проходят учебно- тренировочные походы. Кроме того, занятия могут проходить как со всей группой, так и индивидуально, в зависимости от предстоящей деятельности.

Занятия проводятся в течение всего учебного года в группе по 15 человек. В группы принимаются мальчики и девочки 11 – 16 лет, допущенные врачом и заинтересованные заниматься туризмом.

Год обучения	Кол-во часов	Кол-во детей в группе	Возраст
1 год	36-72	10-15	11-15
2 год	72-144	10-12	12-16

Планируемые (ожидаемые результаты)

Знать: туристические возможности родного края; типы костров и способы разведения; формы рельефа и изображение его на картах; личную гигиену туриста и состав походной аптечки; технику безопасности на занятиях, в походе и экскурсиях.

Уметь: читать спортивные и топографические карты; правильно подбирать личное и групповое снаряжение для похода; правильно выбирать место под лагерь и устанавливать его; преодолевать простейшие препятствия в походе; двигаться на лыжах по прямой и пересеченной местности; передвигаться простейшими способами по скалодрому;

Владеть: первоначальными туристскими навыками, начальными навыками передвижения по пещерам.

Формой подведения итогов реализации образовательной программы является на первом году обучения игра-путешествие, на втором и третьем годах обучения – двух - трехдневный поход.

2. Учебный план

1 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	1	1		
2	Основы туристской подготовки	18	10	8	наблюдение
3	Краеведение	9	6	3	наблюдение
4	Топография и ориентирование	22	8	14	наблюдение
5	Обеспечение безопасности	22	9	13	наблюдение
6	Промежуточная аттестация				зачет
ИТОГО за период обучения:		72	34	38	

2 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Основы туристской подготовки	19	9	10	
2	Топография и ориентирование	26	20	6	
3	Основы безопасности	12	8	4	
4	Краеведение	15	10	5	
ИТОГО за период обучения:		72	47	25	

3. Содержание учебного плана

Первый год обучения

1. Основы туристской подготовки (18 часов)

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», 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, перчатки, 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.

1.3. 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, развертывание лагеря, разжигание костра). Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом. Игры в пути и на привале.

1.4. 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.

1.5. 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.

1.6. 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.

2. Краеведение (9 часов)

2.1. Географическое положение, природные условия и ресурсы края

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

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

2.2. Туристские возможности края

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

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

3. Топография и ориентирование (22 часа)

3.1. Основы топографии.

Теория. Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное 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.

3.2. 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.

4. Обеспечение безопасности в походе (22 часа)

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий

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 самостраховки. 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.

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

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.

5.6. 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.

Содержание программы 2 года обучения

1. Подведение итогов летнего полевого сезона

Теория. Обработка собранного материала. Оформление гербария, составление коллекций. Отчет о проделанной работе.

Практика. Работа с гербарием. Оформление коллекций.

2. Основы туристской подготовки

2.1. 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 самодельный, экскурсионный, международный. Разрядные требования по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

2.2. 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.

2.3. 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.

2.4. 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.

2.5. Туристская группа

Теория. Обязанности членов туристской группы.

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

2.6 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.

2.7. Физическая подготовка

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

3. Топография и ориентирование

3.1. 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.

3.2. 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.

4. Обеспечение безопасности

4.1. 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 самостраховки 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.

4.2 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.

4.3 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».

5. Краеведение

5.1. 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.

5.2. 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.

5.3. 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.

5.4. 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.

5.5. 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.

5.6. 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

4.Календарный учебный график

Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Кол-во учебных недель	Каникулы
01.09.2022	31.05.2023	36	Осенние- 7 дней Зимние- 14 дней Весенние- 5 дней Летние- 71 день
01.09.2023	31.05.2024	36	Осенние- 7 дней Зимние- 14 дней Весенние- 8 дней Летние- 71 день

5.Форма аттестации

Тематический контроль (проверка знаний и умений в конце определенной темы в виде устного опроса, практической работы, тестов, наблюдений)

Итоговый контроль (зачетный поход)

6. Оценочные и методические материалы

Оценочными материалами являются различные задания, тесты, практические работы (приложение2)

Прямыми критериями оценки результатов служат:

- освоение учащимися программы по годам обучения (опрос, викторины, игры, и т.д.);
- рост спортивных достижений;
- участие в походах;
- участие в соревнованиях, проводимых управлением образования Лукояновского района

8. Условия реализации программы

Использование материально-технологической базы ОУ, а также специальное снаряжение: рукавицы, веревки, карабины, палатки, примуса, компас , мерная лента, секундомер, часы.

9.Список рекомендуемой литературы для педагога

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», «Технополус», 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.
20. Формозов А.Н. Спутник следопыта. М.: Детиздат, 1975.

Список рекомендуемой литературы для обучающихся

1. Верн Ж. Дети капитана Гранта. — Л., 1984.
2. Дефо Д. Робинзон Крузо. — Л.: Лениздат, 1933
3. Чуковский Н. Водители фрегатов (Книга о великих мореплавателях). — М.: Детская литература, 1984
4. Прохоров А.И. Советы юного туриста. М.: Детгиз, 1960
5. Ромашков Е. Туристский поход в выходной день. М.: Профиздат, 1964.
6. Рошин А.Н. Ориентирование на местности. М.: Высшая школа, 1982.
7. Смирнов Д.В., Константинов Ю.С., Маслов А.Г. Юные туристы-краеведы. Программы для системы дополнительного образования детей. М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2004.
8. Соловьёв Э.Я. Поведение в экстремальных ситуациях. М.: ИВФ Антал, 1996.
9. Справочник туриста (сост. Онищенко В.В.). Харьков: Фолио, 2007.
10. Суперанская А.В. Что такое топонимика? М.: Наука, 1985.
11. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997
12. Шibaев А.С. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? Программированные задания. М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
13. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста. М., 1985.
14. Штюрмер Ю.А. Маркировка туристических маршрутов. М.: ЦРИБ Турист, 1975.
15. Юньев И.С. Краеведение и туризм. М.: Знание, 1974.
16. Юшманов Е. Безопасность туристских путешествий. М.: Физкультура и спорт, 1968.
17. Ярошенко В.В. Туристический клуб школьников. М.: ТЦ Сфера, 2004.

Приложение 1.

Методическое обеспечение 1 года обучения

1. Практическая работа № 1

Задания:

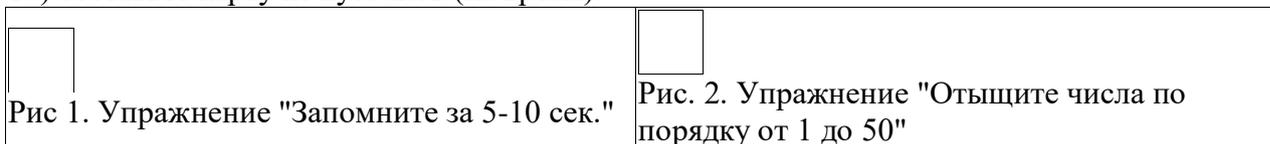
1. Установка палатки на время
2. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения на время

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).



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 школьной научно-практической конференции по итогам летнего сезона*
2. *Практическая работа № 1*

Задания:

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

3. *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.

4. *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. юг

3. 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
5. *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 туруслуг
 - период предоставления услуг каждым предприятием
 - перечень туристско-экскурсионных объектов показа, тематику экскурсий
 - комплекс культурно-развлекательных мероприятий
 - виды внутримаршрутного транспорта, количество использованных часов
 - содержание информационного листка к туристской путевке.

Методическое обеспечение 3 года обучения

1. *Организация и проведение школьной научно-практической конференции по итогам летнего сезона*
2. *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.

3. *Практическая работа № 2*

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.

4. Внимательно рассмотрите эту картинку и ответьте на 9 вопросов по ней. 

Сколько туристов живет в этом лагере?

Когда они сюда приехали: сегодня или несколько дней назад?

На чем они сюда приехали?

Далеко ли от лагеря до ближайшего селения?

Откуда дует ветер: с севера или юга?

Какое сейчас время дня?

Куда ушел Шура?

Кто вчера был дежурным? (Назовите по имени.)

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.

5. *Зачетный поход*

**3. Календарно-тематическое планирование
I года обучения**

№	Название темы	Кол-во часов			Дата	
		Всего	Теор.	Практ.	План	Факт
	Вводное занятие	1	1			
I	Основы туристской подготовки	18	10	8		
1	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста. Основы безопасности в природной среде	1	1			
2	Личное и групповое снаряжение туриста	1	1			
3	Индивидуальный и групповой ремонтный набор	1	1			
4	Подгонка снаряжения к походу	1		1		
5	Привалы и ночлеги	1	1			
6	Обустройство лагеря	1	1			
7	Установка палаток	3	1	2		
8	Типы костров	2	1	1		
9	Питание в походе	1	1			
10	Подготовка и организация путешествия	2	1	1		
11	Путевой дневник	1	1			
12	Физическая подготовка туриста	3		3		
II	Краеведение	9	6	3		
1	Географическое положение края.	3	2	1		
2	Природные условия и ресурсы края	3	2	1		
3	Туристские возможности края	3	2	1		
III	Топография и ориентирование	22	8	14		
1	Основы топографии	2	1			
2	Масштаб, рамка	2	1	1		
3	Ориентирование по карте	2	1	1		
4	Условные знаки	2	1	1		
5	Ориентирование на местности	3	1	2		
6	Изображение рельефа на картах	1	1	1		
7	Компас. Определение азимута	2	1	1		
8	Движение по азимуту	2		2		
9	Приемы обхода препятствий	2		2		
10	Движение через промежуточные ориентиры	2		2		
11	Действия при потере ориентировки	2	1	1		
IV	Обеспечение безопасности	22	9	13		
1	Меры безопасности при преодолении естественных	1	1			

	препятствий					
2	Организация самостраховки	3	1	2		
3	Использование простейших узлов	2	1	1		
4	Узлы для связывания	3	1	2		
5	Узлы обвязки	3	1	2		
6	Специальные узлы	2	1	1		
7	Медицинская аптечка	1	1			
8	Пешеходный туризм	2	1	1		
9	Полоса препятствий пешеходного туризма	5	1	4		

**Календарно-тематическое планирование
II года обучения**

№	Название темы	Кол-во часов			Дата	
		Всего	Теор.	Практ.	План	Факт
I	Основы туристской подготовки	19	11	8		
1	История освоения России, знаменитые путешественники и исследователи	1	1			
2	Развитие туризма в Нижегородской области	1	1			
3	Экскурсия по окрестностям поселка	1		1		
4	Личное снаряжение туриста	1	1			
5	Групповое снаряжение	1	1			
6	Специальное снаряжение	1	1			
7	Маршрутная документация	1		1		
8	Правила заполнения отчета	1		1		
9	Привалы и ночлеги	1	1			
10,12	Типы костров. Костровое оборудование	3	1	2		
13	Особенности питания в многодневном походе	1	1			
14	Использование дикорастущих растений, ягод, грибов	1	1			
15	Обязанности членов туристской группы	1	1			
16	Подготовка и проведение туристского путешествия	1	1			
17,18	Самостоятельная работа по развешиванию лагеря	2		2		
19	Ремонт походного снаряжения и инвентаря	1		1		
II	Топография и ориентирование	26	7	19		

20	Топографическая и спортивная карты. Их отличия	1	1			
21,22	Условные знаки	2	1	1		
23,24	Изображение рельефа. Влияние рельефа на выбор пути движения	2	2			
25,26	Способы измерения расстояний на карте и на местности	2	1	1		
27,28	Измерение кривых линий на карте	2	1	1		
29,30	Глазомерный способ определения расстояний	2	1	1		
31,32	Определение расстояния шагами	2		2		
33,34	Определение пройденного расстояния по времени	2		2		
35,36	Способы определения расстояния до недоступного предмета, определение высоты предмета	2		2		
37,38	Ориентирование компаса и карты	2		2		
39,40	Снятие азимута с карты	2		2		
41,42	Движение по азимуту	2		2		
43,44	Приемы обхода препятствий	2		2		
45	Движение через промежуточные ориентиры	1		1		
II	Основы безопасности	13	5	8		
46	Безопасность – основное и обязательное требование для туриста	1	1			
47	Правила дорожного движения для пешеходов при пересечении дорог	1	1			
48	Порядок движения группы в населенном пункте, вдоль дорог, при пересечении дорог	1	1			
49	Использование страховки и само страховки	1		1		
50	Использование специального снаряжения	1		1		
51	Освоение техники вязания узлов	1		1		
52	Преодоление препятствий	1		1		
53	Личная гигиена туриста	1		1		
54	Походная аптечка	1	1			
55	Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях	1	1			
56	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	1		1		
57	Основные приемы оказания	1		1		

	первой доврачебной помощи					
58	Приемы транспортировки пострадавшего	1		1		
IV	Краеведение	15	9	6		
59,60	Местные экскурсионные объекты	2		2		
61	История и культура своего населенного пункта	1	1			
62	Полезные ископаемые Нижегородского края	1	1			
63	Погоды в Нижегородском крае	1	1			
64	Гидрография Нижегородчины	1	1			
65	Орловский пруд	1		1		
66	Панзельский пруд	1		1		
67	Растительный мир Нижегородского края. «Краснокнижные» растения.	1	1			
68	Животный мир Нижегородского края.	1	1			
69	Туризм и охрана природы	1	1			
70	Рациональное природопользование	1	1			
71	Фенологические наблюдения	2	1	1		
72	Народный календарь природы	1		1		