


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Хабаровского края
Управление образования Вяземского муниципального района
МБОУ СОШ с. Аван им.М.И.Венюкова

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

Заместитель директора
по УВР

 Горянская А.С.
Приказ №106 от «30»
082023 г.

Директор



Яровенко Е.А.

Приказ №106 от «30»
082023 г.



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
«Юный турист»
модифицированная
туристско-краеведческой направленности
возраст обучающихся 13-15 лет**

Составитель: Яровенко Е.А.
педагог дополнительного
образования.

Срок реализации программы: 1 год

1.1. Пояснительная записка

Рабочая дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» **туристско-краеведческой направленности** составлена с учетом нормативных требований к программам дополнительного образования, на основе существующих федеральных программ данного вида деятельности:

- Закон РФ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 2010 г.);
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 N 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам" (Зарегистрировано в Минюсте России 26.09.2022 N 70226).

Вид программы: модифицированная, вариативная.

Актуальность программы обусловлена тем, что туристские походы, романтика дальних дорог манят к себе с каждым годом все большее число воспитанников, а занятия в группах данного вида деятельности помогают решить не только воспитательные, но и социальные проблемы (обеспечение занятости в свободное от учебы время, профилактика беспризорности и безнадзорности детей, асоциального поведения подростков и др.).

Туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят, как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. При этом пешеходный туризм не является капиталоемким видом деятельности, для занятий им не требуется дополнительного дорогостоящего оборудования, такого, как, например, для занятий альпинизмом или велосипедным туризмом.

Главная задача — удовлетворить естественную потребность воспитанников в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему, преданность народу и земле, на которой им посчастливилось родиться.

Отличительной особенностью этой программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой.

Адресат программы. Комплектовать состав кружка следует из ребят 13—15 лет (учащиеся V—IX классов).

В составе кружка должно быть не менее 15 человек. Комплектуя состав, необходимо привлечь к занятиям несколько большее количество детей, учитывая последующий отсев кружковцев.

Заниматься в кружке могут, конечно, только хорошо физически развитые мальчики и девочки, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям туризмом. Поэтому, ведя запись желающих заниматься туризмом, необходимо проконсультироваться с врачом, а в иных случаях и с родителями по вопросу допуска детей к походам и получить на каждого кружковца медицинскую справку — разрешение заниматься туризмом. Нужно также получить письменное согласие родителей на посещение ребенком занятий кружка и его участие во всех походах.

Ни в коем случае не следует отказывать в приеме в кружок тем ребятам, которые в школе и дома не отличаются образцовой дисциплиной и послушанием. Хорошо известно, что труд и туризм, как никакое другое увлекательное для ребят дело, способны радикально ломать, перестраивать характеры.

Объем программы кружка рассчитан на один год обучения. Занятия проводятся по 1 часу в неделю. Всего 36 часов в год.

Формы организации образовательного процесса: фронтальная, групповая, индивидуальная и круговая.

Виды занятий: практические занятия, беседы, экскурсии, игровые программы, спортивные тренировки, соревнования, походы, зачетные занятия.

Срок освоения программы:

1. Подготовительно-организационный - сентябрь.
2. Основной (теоретический и практический) - октябрь - май.
3. Заключительный (итоговый туристический слёт, летние походы, жизнь в палаточных лагерях) – июнь.

Программа занятий рассчитана на 1 год обучения с обязательным прохождением зачетных походов, участием в районных туристских мероприятиях.

Режим занятий туристского кружка в течение учебного года в его различные периоды не одинаков: как правило, занятия проводятся один раз в неделю в определенный день и час. В среднем один раз в два месяца организуются экскурсии, практические занятия на местности (тренировки), учебные походы, участие в соревнованиях, слетах. Более продолжительные походы проводятся в каникулярные периоды.

1.2.Цель и задачи программы:

Цель программы: создать условия для формирования социально-адаптированной личности с учетом ее возрастных, индивидуальных психофизических особенностей через организацию туристско-краеведческой деятельности.

Задачи программы:

- формирование чувства патриотизма и гражданственности;
- повышение мотивации на здоровый образ жизни, укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию воспитанников;
- совершенствование выносливости, силы, быстроты, координационных способностей, формирование механизмов эффективной защиты от сердечно-сосудистых и респираторных заболеваний;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях.

1.3.Содержание программы:

Учебный план.

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	Раздел 1. Основы туристской подготовки. Первая доврачебная помощь.					

1.1	Введение в образовательную программу.	1	1		беседа	Домашнее задание
1.2	История туризма и спортивного ориентирования как вида спорта. Организация похода.	1	1		беседа	Домашнее задание
1.3	Питание в походе. Составление рациона. Упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи.	1	1		викторина	тестирование
1.4	Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.	1	1		викторина	тестирование
1.5	Первая медицинская помощь. Заболевания.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
1.6	Ожоги и обморожения. Помощь утопающему.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
1.7	Устройство бивака.	1		1	практическое занятие	Самооценка обучающихся
1.8	Работа с палаткой.	1		1	практическое занятие	Самооценка обучающихся
1.9	Свёртывание лагеря.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
1.10	Костёр, его виды. Разведение и поддержание костра. Костровое хозяйство. Меры предосторожности.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
1.11	Учебные соревнования.	1		1	зачетное занятие	Зачет
2.	Раздел 2. Топография и ориентирование					
2.1	Топографические карты. Спортивные карты.	1	1		викторина	тестирование
2.2	Компас. Строение и работа с ним. Приёмы ориентирования карты по компасу.	1	1		беседа	Карта индивидуальных достижений
2.3	Определение расстояний и работа с компасом.	1		1	практическое занятие	Карта индивидуальных достижений
2.4	Ориентирование. Первый способ ориентирования. Второй способ ориентирования. Сопоставление двух способов ориентирования.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
2.5	Азимут истинный и азимут магнитный.	1	1		беседа	Домашнее задание
	Раздел 3. Краеведение. Направления туристско-краеведческого движения. Учебные соревнования.					
3.1	Краеведение. История Вяземского района, его культурное наследие. Аван и его	1	1		викторина	тестирование

	окрестности.					
3.2	Выполнение краеведческих заданий.	1		1	викторина	тестирование
3.3	Условные знаки. Условные знаки спортивных карт. Изготовление условных знаков.	1	1		викторина	Карта индивидуальных достижений
3.4	Сигналы бедствия. Закрепление навыка чтения условных знаков.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
3.5	Рельеф местности. Географические особенности Хабаровского края и Вяземского района.	1	1		беседа	Домашнее задание
3.6	Изображение рельефа местности на спортивных картах.	1	1		практическое занятие	Карта индивидуальных достижений
3.7	Закрепление практического навыка чтения рельефа.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
3.8	Учебные соревнования.	1		1	зачетное занятие	Зачет
3.9	Учебные соревнования.	1		1	зачетное занятие	Зачет
3.10	Приёмы ориентирования карты.	1	1		практическое занятие	Карта индивидуальных достижений
3.11	Способы определения точки стояния.	1	1		практическое занятие	Групповая оценка работ.
3.12	Движение по азимуту.	1		1	беседа	Домашнее задание
3.13	Отклонение при движении по азимуту. Выход по азимуту на КП.	1	1		беседа	Домашнее задание
3.14	Учебные соревнования.	1		1	зачетное занятие	Зачет
3.15	Тактико-технические приёмы выбора пути движения.	1	1		практическое занятие	Карта индивидуальных достижений
3.16	Узлы.	1		1	практическое занятие	Групповая оценка работ.
3.17	Туристская песня.	1	1		зачетное занятие	Зачет
3.18	Игры на местности.	1		1	соревнования	Зачет
3.19	Подведение итогов. Поход.	1		1	соревнования	Зачет
3.20	Итоговое занятие.	1		1	соревнования	итоговая

					аттестация
Итого часов:	36	23	13		

Содержание учебно-тематического плана:

1. Вводное занятие.

Знакомство с программой, целями и задачами кружка. Значение туризма и спортивного ориентирования в пропаганде активного и здорового образа жизни.

2. Организация и подготовка похода.

Укладка в рюкзак личного снаряжения. 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. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Замена обедов перекусами. Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Закупка, расфасовка и затаривание продуктов питания. 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. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре. Оказание первой медицинской помощи.

3. Туристское снаряжение.

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.

Личное снаряжение. Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). 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. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. 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. 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. Как заточить и развести пилу. Состав и назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во

время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

4. Туристский бивак.

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. Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке. Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях. Использование полиэтиленовых пленок, поролон. Как ликвидировать комаров в палатке. Оборудование походной постели. 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. Использование походного примуса. Складирование дров, укрытие дров от дождя, подсушивание; место для разделки дров. Как работать пилой и топором; меры безопасности для костровых. 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 отбросов. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой. Основные правила соревнований по навыкам походного туристского быта

5. План и карта.

Виды и свойства карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспорт. Определение термина «ориентирование». Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде.

6. Определение расстояний простейшими способами.

Приближенные измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальнометры (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. Чтение карты. Приемы ориентирования карты. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время.

Практические занятия. 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.

7. Краеведение.

История Вяземского района. Аван и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности села Аван и его окрестностей. Охрана природы. Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. Географическое положение, рельеф и климат Вяземского района. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Практические работы с картами атласа Хабаровского края. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

8. Оформление документации соревнования и похода.

Знакомство участников с положением о проведении соревнования по спортивному ориентированию и туристическому слёту. Подача заявки на участие в соревнованиях. Сбор справок о состоянии здоровья участников команды. 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.

1.4. Планируемые результаты:

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы:

Важнейшие личностные результаты:

- гуманистические и демократические ценностные ориентации, готовность следовать этическим нормам поведения в повседневной жизни и производственной деятельности;
- осознание себя как члена общества на глобальном, региональном и локальном уровнях (житель планеты Земля, гражданин Российской Федерации, житель конкретного региона);
- осознание целостности природы, населения и хозяйства Земли, материков, их крупных районов и стран;
- осознание значимости и общности глобальных проблем человечества;
- гармонично развитые социальные чувства и качества:
- умение оценивать с позиций социальных норм собственные поступки и поступки других людей;
- эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее сохранения и рационального использования;
- уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов, толерантность.

Средством развития личностных результатов служит занятие туризмом и формированием личностных качеств:

- умение формулировать своё отношение к актуальным проблемным ситуациям;
- умение толерантно определять своё отношение к разным народам;
- умение использовать полученные знания для адаптации и созидательной деятельности.
- воспитание российской гражданской идентичности;

В кружке содержится система заданий, направленных на достижение **метапредметных** результатов обучения:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать сотрудничество, работать индивидуально и в группе;
- умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей и потребностей;
- формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;
- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его на практике.

Достижение предметных результатов в кружке обеспечивается формированием у учащихся целостной системы комплексных социально ориентированных знаний.

Предметные результаты:

- формирование представлений о географической науке, её роли в освоении планеты человеком, о географических знаниях как компоненте научной картины мира, их необходимости для решения современных практических задачи в т. ч. охрана окружающей среды и рационального природопользования;
- формирование первичных навыков использования территориального подхода как основы географического мышления для осознания своего места в целостном, многообразном и быстро изменяющемся мире и адекватной ориентации в нём;
- формирование представлений и основополагающих теоретических знаний о целостности и неоднородности Земли как планеты людей в пространстве и во времени, основных этапах её географического освоения, особенностях природы, жизни, культуры и хозяйственной деятельности людей, экологических проблемах на разных материках и в отдельных странах;
- овладение элементарными практическими умениями, использование приборов и инструментов для определения количественных и качественных характеристик, компонентов географической среды, в т. ч. экологических параметров.

Должны знать:

- сезонные явления в природе;
- основные виды растений и животных нашего края, их роль в природе;
- умение распознавать съедобные и ядовитые грибы;
- редкие и исчезающие виды растений и животных Хабаровского края;
- взаимоотношения животных, растений и факторов неживой природы в природном сообществе;
- правила поведения в природе;
- общие представления о туризме;
- основы краеведения (географическое положение края, геологическое прошлое и рельеф, основные реки и водоёмы);
- растительный и животный мир, заповедные места, историю, хозяйство, культуру);
- важность охраны природы, памятников истории и культуры;
- место охраны природы в системе образовательного процесса;
- памятные и исторические места;

- правила разбивки лагеря;
- правила поведения во время грозы;
- правила заготовки дров и разведения костра;
- маршрут туристского путешествия;
- цели и задачи учебно-тренировочного мероприятия;
- правила поведения и техника безопасности.

Должны уметь:

- вести наблюдения в природе;
- оформлять дневники наблюдений;
- ориентироваться по компасу, по местным предметам и небесным светилам;
- определять азимут;
- укладывать рюкзак;
- выбрать место для бивуака;
- оказать первую медицинскую помощь в походе;
- передвигаться в составе группы;
- оказывать первую помощь пострадавшим;
- давать характеристику современного состояния ориентирования.

1.4. Условия реализации программы

Занятия проводятся в кабинете физики, биологии, спортивном зале, школьной библиотеке, универсальной спортивной площадке.

Материально-техническое обеспечение:

Оборудование: палатка -1шт., тент- 1шт, веревки для вязания узлов – 10 шт, компасы – 10 шт, котелок 2- шт., рюкзак – 5 шт, стол – 1 шт, стулья раскладные 5- шт.

Литература по туризму и краеведению;

Канцтовары (бумага – 1 пачка, карандаши – 2 набора, линейки – 10 шт, ластик – 10 шт, ножницы – 10 шт. и т.д.); Аптечка 2 шт.

Учебно-методическое обеспечение:

Программа объединения;
Правила ТБ во время занятий;
Методическая литература;
Энциклопедии;
Видеоматериалы;
Гербарии растений.

Формы аттестации/контроля.

Контроль в управлении процессом обучения осуществляется в виде предварительного (входного), текущего, итогового контроля.

Входной контроль проводится в форме собеседования на вводных уроках 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, опрос, контрольные испытания, учебно-тренировочные занятия, где учащиеся могут применить свои знания на практике, выполняя задания коллективно и индивидуально. По окончании раздела проводится тестирование, либо сдача нормативов на время или правильность, либо выполнение практического задания.

Промежуточный контроль проводится по окончании полугодия в форме тестирования, участия в соревнованиях и конкурсах различного уровня.

Итоговый контроль проводится в конце учебного курса в виде многодневного похода. Цель – выявление результатов обучения, определение качества приобретенных знаний, сформированных

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

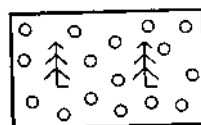
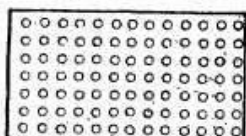
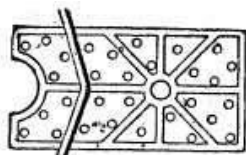
Оценочные материалы.

Вариант 1

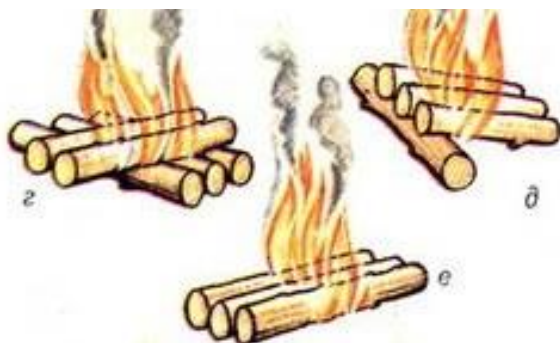
Ф.И.О. _____

Дата _____

Задание 1: укажи название топографических знаков.



Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке



Задание 3: назовите узел, изображенный на рисунке

Задание 4: перечислите личное и групповое спецснаряжение для водного похода



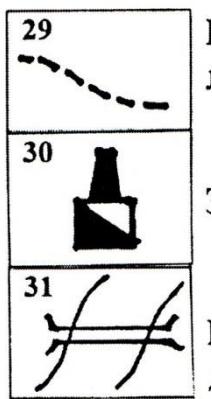
Задание 5: укажите тип повязки

Вариант 2

Ф.И.О. _____

Дата _____

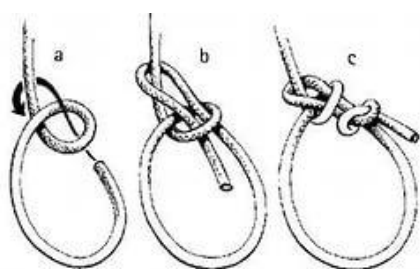
Задание 1: укажи название топографических знаков.



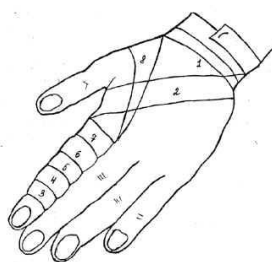
Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке



Задание 3: назовите узел, изображенный на рисунке



Задание 4: перечислите личное и групповое спецснаряжение для пешего похода




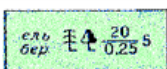
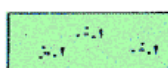





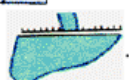
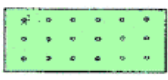
Задание 5: укажите тип повязки

Вариант 3

Ф.И.О. _____

Дата _____

Задание 1: укажи название топографических знаков.

От  путь к нашему лагерю проходил через  , который постепенно превратился в  . Чтобы сократить дорогу, мы пошли по  , мимо  по  , мимо  . Через 15 минут мы вышли к  , которую перешли по  . От нее мы подошли к  , который окружал наш лагерь.

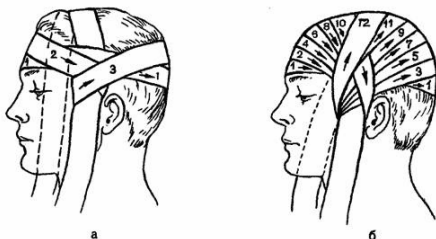
Задание 2: Укажите, что за костер изображен на рисунке, для чего он используется



Задание 3: назовите узел, который служит для соединения веревок разного диаметра. Завяжите его самостоятельно.

Задание 4: тепловой удар, ваши действия?

Задание 5: перечислите способы очистки воды в походных условиях



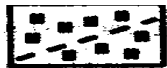




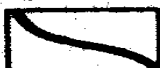
Задание 6: укажите тип повязки, в каких случаях она используется

Вариант 4

Ф.И.О. _____

Дата _____

Задание 1: укажи название топографических знаков.

Путь в дальний лес лежал через  . Нам пришлось перейти  , обогнуть  и обойти  , прежде чем мы достигли  . В лесу было много грибов и ягод. Мы развели костер и испекли картошку, а вечером решили возвращаться по  , чтобы в темноте не сбиться с пути.

Задание 2: назовите, что за костер изображен на рисунке, для чего он используется



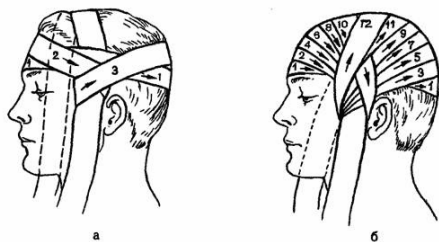
Задание 3: назовите узел, укажите, для чего он используется, завяжите его самостоятельно



Задание 4: первая помощь при закрытом переломе

Задание 5: перечислите ядовитые растения нашего региона

Задание 6: укажите тип повязки, в каких случаях она используется, выполните ее самостоятельно



Методические материалы.

Предполагается, что у педагога имеется в наличие разнообразный дидактический и методический материал.

Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал

1. Учебные материалы (тесты)
2. Карты
3. Учебные пособия для детей (таблицы)
4. Раздаточный материал (веревки, карабины, обвязки)
5. Аудио - видео средства туристские, спортивные.

Методический материал.

1. Методическая разработка «Оздоровительная функция самодеятельного туризма»
2. Методические рекомендации для судей и участников соревнований
3. Методические рекомендации в помощь тренеру, спортсмену

4. Методическая разработка занятия
«Подготовка к походу»
5. Методическая разработка занятия
«Как жить сегодня, чтобы увидеть завтра»
6. Рекомендательные экскурсии Вяземского района
7. Научно-исследовательская работы учащихся
8. Введение в программу «Пешеходный туризм»
9. Разработка совместного занятия «Мама, папа и я – туристская семья»
10. Видеофильмы на экологическую тему, как выживать в природе, краеведческая тематика и др.

1.5.Список литературы.

Список литературы для педагога:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт.

Программа внеурочной деятельности.

Сборник материалов по организации туристской и краеведческой работы для вожатых общеобразовательных учреждений. - М.:МГДД (Ю)Т,2010.-96с.

2. Программа физического воспитания. Автор Г.И. Погадаев
Стандарты второго поколения. Внеурочная деятельность школьников.

Виноградов П.А. Физическая культура и здоровый образ жизни, 1991г.;

1. Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» Самойленко А.А. Краснодар,2011.

Информация из интернета

2. Программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.

3. Антропов К., Шибяев А. В. Переправа, М. , ЦДЮТур, 1998.

4. Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф. М, 1999.

5. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.

6. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1973.

7. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1973.

8. Инструкция (приказ N 293 от 13.07.92), М. , 1992.

9. Куликов В. , Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М. , ЦДЮТур, 1997.

10. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.

11. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТ, 1997.

12. Курилова В.И. Туризм. М., «Просвещение», 1988.

13. Клименко А.И. Карта и компас — мои друзья. М., Детская литература, 1975.

14. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.

15. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1980.

16. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.

17. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.

18. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М. , 1982, 2001.

19. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. М , 1995;

20. Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000

21. Программы кружков по туризму, спортивному ориентированию и краеведению. Краснодар, 1995.

22. Расторгуев М. Узлы, М., ЦДЮТур, 1994.

23. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма. Свердловск, 1990.

24. Рыжавский Г. Я. Биваки. М., ЦДЮТур. 1995.
25. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС, 2000.
26. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.
27. Экологическое воспитание туристов, ЦРНБ «Турист», 1990.
28. Энциклопедия туриста. М., 1993

Список литературы для учащихся:

1. Борисов В.И. Занимательное краеведение. Краснодар, Кн. изд., 1969.
2. Канонников А.М. Природа Кубани и Причерноморья. Краснодар, 1977.
3. Ковешников В.Н. Очерки о географических названиях Краснодарского края. Краснодар, КрайСЮТур, 1999.
4. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. М., «Толк», 1996.
5. Расторгуев М. Ситникова С. Карабинные узлы. М., «Кроу лимитед», 1995.
6. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС 2000.
7. Фредерик Лисак «Горы». М., АСТ. Астрель, 2003.
8. Энциклопедия туриста. М., 1993.

Интернет-ресурсы:

1. <http://www.maam.ru>
2. 3. <http://ya-odarennost.ru>
3. <http://kladraz.ru>

Учебно-тематический план

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов			Дата
		Теория	Практика	Итого	
1	Введение в образовательную программу.	1		1	
2	История туризма и спортивного ориентирования как вида спорта. Организация похода.	1		1	
3	Питание в походе. Составление рациона. Упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи.	1		1	
4	Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.	1		1	
5	Первая медицинская помощь. Заболевания.	1		1	
6	Ожоги и обморожения. Помощь утопающему.	1		1	
7	Устройство бивака.		1	1	
8	Работа с палаткой.		1	1	
9	Свёртывание лагеря.	1		1	
10	Костёр, его виды. Разведение и поддержание костра. Костровое хозяйство. Меры предосторожности.	1		1	
11	Учебные соревнования.		1	1	
12	Топографические карты. Спортивные карты.	1		1	
13	Компас. Строение и работа с ним. Приёмы ориентирования карты по компасу.	1		1	
14	Определение расстояний и работа с компасом.		1	1	
15	Ориентирование. Первый способ ориентирования. Второй способ ориентирования. Сопоставление двух способов ориентирования.	1		1	
16	Азимут истинный и азимут магнитный.	1		1	
17	Краеведение. История Вяземского района, его культурное наследие. Видное и его окрестности.	1		1	
18	Выполнение краеведческих заданий.		1	1	
19	Условные знаки. Условные знаки спортивных карт. Изготовление условных знаков.	1		1	
20	Сигналы бедствия. Закрепление навыка чтения условных знаков.	1		1	
21	Рельеф местности. Географические особенности Хабаровского края и Вяземского района.	1		1	
22	Изображение рельефа местности на	1		1	

	спортивных картах.				
23	Закрепление практического навыка чтения рельефа.	1		1	
24	Учебные соревнования.		1	1	
25	Учебные соревнования.		1	1	
26	Приёмы ориентирования карты.	1		1	
27	Способы определения точки стояния.	1		1	
28	Движение по азимуту.		1	1	
29	Отклонение при движении по азимуту. Выход по азимуту на КП.	1		1	
30	Учебные соревнования.		1	1	
31	Тактико-технические приёмы выбора пути движения.	1		1	
32	Узлы.		1	1	
33	Туристская песня.	1		1	
34	Игры на местности.		1	1	
35	Подведение итогов. Поход.		1	1	
36	Итоговое занятие.		1	1	
Итого		36			