РЕСПУБЛИКА КРЫМ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ «ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ»

ПРИНЯТО Методическим советом ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК» от «30» июня 2026 г. Протокол № 3	СОГЛАСОВАНО Директор ГБОУ "Кировская СОШ Ленинского района РК «__» _____ 2026 г. м.п.	УТВЕРЖДАЮ Директор ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК» _____ Е. А. Осокина «01» сентября 2026 г. м.п.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«Спортивный туризм»

Направленность	туристско-краеведческая
Срок реализации программы	1 год
Вид программы	модифицированная
Уровень	базовый
Возраст обучающихся	7 - 17 лет
Составитель	Жиляков В. А., педагог дополнительного образования

г. Симферополь
2026 год

ОГЛАВЛЕНИЕ

РЗДЕЛ № 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА **3**

1.1 Пояснительная записка (направленность программы, нормативно правовая база, цель, задачи, адресат (возраст), актуальность, педагогическая целесообразность, формы обучения, особенности организации образовательного процесса, режим занятий, уровень программы, объем и срок освоения программы, формы аттестации/контроля) **3**

РАЗДЕЛ № 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН **10**

РАЗДЕЛ № 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН **11**

РАЗДЕЛ № 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ **11**

РАЗДЕЛ № 5. ВОСПИТАНИЕ **15**

РАЗДЕЛ № 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ **18**

РАЗДЕЛ № 7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ (кадровое обеспечение, материально-техническое обеспечение, методическое обеспечение, информационно-телекоммуникационное обеспечение) **21**

РАЗДЕЛ № 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ **25**

РАЗДЕЛ № 9. ПРИЛОЖЕНИЯ **28**

9.1 Оценочный материалы **28**

9.2 Методические материалы (план-конспект занятия, сценарий воспитательного мероприятия, словарь специальных терминов) **37**

9.3 Календарно-тематическое планирование **43**

9.4 Лист корректировки ДОП **45**

РАЗДЕЛ № 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Основы туризма» является *модифицированной* и составлена на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Следопыт» (разработчик – педагог дополнительного образования МБОУ ДО «Центр детского и юношеского творчества» Симферопольского района, Республика Крым, Ш.Ш. Гафаров, 2023 г.); имеет модификации и дополнения исходя из требований учреждения дополнительного образования, на базе которого она используется.

Программа разработана на основе следующих **нормативных** документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г.

№ 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями

на 29 декабря 2022 г.);

- Федеральный закон Российской Федерации от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»

(с изменениями на 31 июля 2020 года);

- Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 г. № 204

«О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

- Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 г. № 474

«О национальных целях развития России до 2030 года»;

- Национальный проект «Образование» - ПАСПОРТ утвержден президиумом Совета при Президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24.12.2018 г. № 16);

- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 г. № 996-р;

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» - ПРИЛОЖЕНИЕ к протоколу заседания проектного комитета по национальному проекту «Образование» от 07.12.2018 г. № 3;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 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»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от

27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Приказ Минпросвещения России от 03.09.2019 г. № 467

«Об утверждении Целевой модели развития региональных систем развития дополнительного образования детей»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Приказ Минобрнауки России и Минпросвещения России от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 г. № 298н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

- Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (с изменениями на 19.12.2022 г.);

- Распоряжение Совета министров Республики Крым от 11.08.2022 г. № 1179-р «О реализации Концепции дополнительного образования детей до 2030 года в Республике Крым»;

- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 03.09.2021 г. № 1394 «Об утверждении моделей обеспечения доступности дополнительного образования для детей Республики Крым»;

- Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ»;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые), разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный

педагогический университет». ФГАУ «Федеральный институт развития образования» и АНО дополнительного профессионального образования «Открытое образование», письмо от 18.11.2015 г. № 09-3242;

- Методические рекомендации по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ. способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей, письмо Министерства образования и науки РФ от 29.03.2016 г. № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций»;

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 20.02.2019 г. № ТС – 551/07 «О сопровождении образования обучающихся с ОВЗ и инвалидностью»;

- Письмо Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.12.2022 г. № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»;

- Письмо Минпросвещения России от 19.03.2020 г. № ГД-39/04

«О направлении методических рекомендаций»;

- Устав ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК».

Цель и задачи программы

Цель программы: развитие познавательных интересов учащихся по изучению природы, истории, культуры родного края и обучение базовых основ пешеходного и спортивного туризма.

Программа направлена на решение следующих **задач**:

1) обучающие:

- развить и совершенствовать необходимые знания, умения и навыки для безопасного занятия спортивным и пешеходным туризмом и применения полученных знаний в повседневной жизни;
- совершенствовать туристские навыки в соревнованиях, походе, слёте;
- поддержать общую и специальную физическую подготовку учащихся;
- изучить понятия о природных и культурных особенностях своей «малой» Родины;

2) развивающие:

- развить и совершенствовать практические навыки: наблюдения, самоорганизации и самоуправления;
- обучить выдержке, смелости в решении возникающих вопросов,

усидчивости, способности управлять своим поведением;
- развить приемы самостоятельной и коллективной работы;
- развить силу, выносливость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями учащихся;
- укрепить здоровье учащихся;
3) воспитательные:
- сформировать жизненную самостоятельность и волевые качества;
- воспитать трудолюбие, ответственность, дисциплинированность;
- воспитать стремление к саморазвитию;
- воспитать потребность в здоровом образе жизни;
- выработать организаторские навыки, умение вести себя в коллективе.
- воспитать любовь к родному краю и бережное отношение к природе.

Адресат программы

7-9 лет

Характерные черты этого возраста — подвижность, любознательность, конкретность мышления, большая впечатлительность, подражательность и вместе с тем неумение долго концентрировать свое внимание на чем-либо. В эту пору высок естественный авторитет взрослого. Все его предложения принимаются и выполняются очень охотно. Его суждения и оценки, выраженные эмоциональной и доступной для детей форме, легко становятся суждениями и оценками самих детей. Дети этого возраста весьма дружелюбны, легко вступают в общение. Для них все большее значение начинают приобретать оценки их поступков не только со стороны старших, но и сверстников. Их увлекает совместная коллективная деятельность. В этом возрасте ребята склонны постоянно меряться силами, готовы соревноваться буквально во всем.

10-13 лет

Складываются собственные моральные установки и требования, которые определяют характер взаимоотношений со старшими и сверстниками. Появляется способность противостоять влиянию окружающих, отвергать те или иные требования и утверждать то, что они сами считают несомненным и правильным. Они начинают обращать эти требования и к самим себе. Они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу, упорно преодолевая препятствия. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится. Больше не существует естественный авторитет взрослого. Они болезненно относятся к

расхождениям между словами и делами взрослого. Они все настойчивее начинают требовать от старших уважения своих взглядов и мнений и особенно ценят серьезный, искренний тон взаимоотношений.

14-17 лет

Этот возраст называют подростковым. Это наиболее сложный, критический период. Главная особенность подросткового периода – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию. Несмотря на это, этот возраст – самый благоприятный для творческого и профессионального развития. Он является наиболее интересным в процессе становления и развития личности. Именно в этот период молодой человек входит в противоречивую, часто плохо понимаемую жизнь взрослых, он как бы стоит на ее пороге, и именно от того, какие на данном этапе он приобретет навыки и умения, какими будут его социальные знания, зависят его дальнейшие шаги.

Актуальность программы обусловлена необходимостью удовлетворить естественную потребность учащихся в непосредственном познании мира, своего края. Теоретические знания по истории, географии, биологии, физике находят подтверждение и углубление в практической деятельности, в реальных условиях.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что в туризме реализуются воспитание, образование, оздоровление и развитие комплексно, в естественных условиях. Передвижение с рюкзаком и преодоление естественных препятствий – физическое развитие. Нахождение на свежем воздухе – оздоровление. Необходимость переносить разнообразные погодные условия – закалка организма. Красота окружающей природы – эстетическое воспитание. Установка бивака, приготовление пищи, умение выполнять разнообразную работу – трудовое воспитание. Взаимоотношения участников похода, необходимость взаимопомощи, дисциплины, ответственности – социальное и морально-нравственное воспитание. Знакомство с природными богатствами своей страны, с ее историческими и культурными памятниками – патриотическое воспитание; приобретение новых знаний и полезного опыта – образование.

В основу программы «Основы туризма» положены базовые учебные блоки:

• основы пешеходного туризма, где учащиеся осваивают устройство и использование личного, группового снаряжения, особенности организации туристического быта и т.д.;

• краеведение, где учащиеся изучают особенности природы и истории своей малой Родины;
• топографическая подготовка и спортивное ориентирование, где учащиеся учатся ориентироваться в пространстве и времени, проходить маршруты по заданному направлению;
• техника спортивного туризма, где учащиеся осваивают устройство и использование специального снаряжения, технику безопасного прохождения различных этапов на дистанциях разного класса сложности;
• общая и специальная физическая подготовка, что способствует формированию здорового образа жизни;
• основы гигиены и первая помощь, где учащиеся узнают о возможных опасностях в походе и травмах, а также об их профилактике и оказании первой помощи.

Разделы учебного плана не обязательно изучать в строгой последовательности, как они изложены. Некоторые разделы, как, например, краеведение (часы учебных экскурсий) и спортивное ориентирование (часы, отведенные на соревнования), имеют место быть как в первом полугодии, так и во втором.

Объем и срок освоения программы, уровень программы, формы обучения

Программа реализуется в течение одного учебного года продолжительностью в 36 недель (I полугодие – 17 недель, II полугодие – 19 недель) и рассчитана на 108 часа.

Уровень программы – базовый.

Форма обучения – очная.

Форма реализации – Сетевое взаимодействие.

Особенности организации образовательного процесса

Организация образовательного процесса происходит в группах. Группа разновозрастная. Состав группы: постоянный. Во время отработки навыков по спортивному туризму возможно деление группы на подгруппы с целью более эффективной работы.

Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с творческими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

В течение учебного года возможны отчисления и зачисления отдельных учащихся. Причинами для отчисления могут быть частые пропуски по болезни (более 50% занятий) и связанное с этим отставание по учебной программе, изменение режима занятий по основным школьным предметам, систематические серьезные нарушения правил поведения, а также личное желание учащегося и/или его родителей (опекунов). Зачисление новых учащихся в случае появления вакантных мест осуществляется на основе

входного контроля, предусмотренного программой.

Программа предусматривает вариативность, как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения, направленных на формирование личности.

Виды занятий, применяемые в работе по реализации программы:

- вводное занятие;
- заключительное занятие;
- групповые практические занятия;
- мастер-класс - показ приемов использования снаряжения для пешеходного и спортивного туризма (карабины, палатки, спусковые устройства и т. д.) и показ тактических и технических приемов техники туризма;
- индивидуальные уроки тренера с отдельными спортсменами;
- лекции и беседы;
- просмотр учебных фильмов и соревнований;
- конкурсы, викторины;
- эстафеты и подвижные игры;
- соревнования на местности и в зале по технике пешеходного и спортивного туризма и ориентированию;
- учебные экскурсии;
- учебно-тренировочные походы и т.д.

Режим занятий

Занятия проводятся еженедельно 1 раз в неделю по 3 часа в соответствии с утверждаемым расписанием, с перерывами по 15 минут, общее количество часов в год – 108.

Наполняемость группы не менее 20 человек.

Формы аттестации и контроля

Эффективность программы основывается на результатах обучения, которые проявляются в ходе контроля качества знаний, умений и навыков учащихся.

С целью выявления уровня освоения программы проводится:

- *входной контроль* – проводится с целью определения первоначального уровня развития детей (беседа);
- *текущий контроль* – осуществляется постоянно (беседа, наблюдение, выполнение практических заданий, викторины и соревнования, прохождение дистанции, вязка узлов и т.д.) ;
- *итоговый контроль* – с целью определения результатов обучения проводится в форме тестирования или портфолио (результаты текущего контроля, протоколы соревнований, грамоты, приказы или фотоотчеты о походах, экскурсиях; выполнение практических заданий).

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитический материал, таблица мониторинга результатов, видеозапись,

фото, грамота, сертификат, материал анкетирования/тестирования, отзывы.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: проведение мероприятия (конкурса, соревнования, слета, мастер-класса и т.д.), открытое занятие, фото- и видеоотчеты.

РАЗДЕЛ № 2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование раздела, темы	Всего	Аудиторные часы		Форма контроля
			Теория	Практика	
1	Вводное занятие.	3	3		Беседа.
2	Краеведение. Моя малая Родина.	12	9	3	Викторина
3	Топографическая подготовка. Спортивное ориентирование.	18	9	9	Прохождение дистанции, соревнования
4	Основы гигиены и первая помощь.	12	6	6	Беседа, сдача практических навыков
5	Техника спортивного туризма. Способы преодоления препятствий.	21	6	15	Прохождение дистанции, вязка узлов. Тестирование, практический зачет
6	Общая и специальная физическая подготовка туриста.	15	3	12	Выполнение упражнений
7	Основы пешеходного туризма.	24	9	15	Соревнования или зачетный поход
8	Итоговое занятие.	3		3	Итоговое тестирование, практический зачет
	Всего:	***108***	***45***	***63***	

РАЗДЕЛ № 3. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начал обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель	Всего учебных дней	Всего учебных часов	Всего занятий в неделю
1 год	1 сентября	31 мая	36	72	108	1 раз по 3 часа

В каникулярное время занятия проводятся в соответствии с краткосрочными дополнительными общеобразовательными общеразвивающими программами и планом работы учреждения. Допускается работа с переменным составом обучающихся, объединение учебных групп, сокращение численности их состава, корректировка расписания с перенесением занятий на утреннее время, утвержденного приказом учреждения. Также учитывается проведение во время каникулярного времени экспедиций, поездок, походов, профильных лагерей, летних школ и пр.

РАЗДЕЛ № 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Вводное занятие (3 ч)

Теория. Вводное занятие. Инструктаж по технике безопасности. Чем полезны и интересны туристские походы и путешествия. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности при проведении тренировочного процесса, соревнований, слетов, походов, поездок и т.д. Права и обязанности руководителя при проведении туристского мероприятия, путешествия. Обсуждение и утверждение плана работы на предстоящий год обучения. Законы, правила, нормы поведения юных туристов.

Форма контроля. Беседа.

Тема 2. Краеведение. Моя малая родина (12 ч)

Теория. Природные особенности, водные объекты, минералы, уникальные представители флоры и фауны родного района. Заповедные места. Села и «села-призраки» на карте родного района: история и интересные факты о них. Символика и топонимика родного района. Виды и формы краеведческой работы в походе.

Практика. "Путешествия" по карте. Проведение краеведческих викторин. Изучение краеведческой литературы. Проведение различных краеведческих наблюдений (признаки предсказания погоды; правила составления гербария, взятия образцов горных пород; правила бережного отношения к природе). Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов**.**

Форма контроля. Викторина.

Тема 3. Топографическая подготовка.
Спортивное ориентирование (18 ч**)**

Теория. Понятие о топографической и спортивной карте. Масштаб. Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Условные знаки карт. Характеристика местности по рельефу. Ориентирование по горизонту, азимут. Компас. Работа с компасом. Измерение расстояний. Способы ориентирования. Ориентирование с помощью карты в походе. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Ориентирование по местным предметам. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам. Действия в случае потери ориентировки.
Практика. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности. Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Ориентирование карты по компасу. Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков. Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты.

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Упражнения по определению направления движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.
Форма контроля. Прохождение дистанции на местности/соревнования.

Тема 4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (12 ч)

Теория. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка. Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимость от хронических заболеваний. Основные приемы оказания первой помощи. Профилактика заболеваний и травматизма в походе. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран,

промывание желудка. Приемы транспортировки пострадавшего. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практика. Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Комплектация походной медицинской аптечки. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Изготовление носилок, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

Форма контроля. Беседа, сдача практических навыков

Тема 5. Техника спортивного туризма.
Способы преодоления препятствий (21 ч).

Теория. Понятие о спортивном туризме. Правила соревнований по технике пешеходного туризма, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований. Виды и характеристика естественных препятствий в походах, соревнованиях по видам туризма. Знакомство со специальным снаряжением. Работа с веревками.

Практика. Отработка навыков правильного и безопасного использования специального туристического снаряжения. Способы и приемы преодоления природных и естественных препятствий во время соревнований по спортивному туризму и в реальных условиях таких как: маятник, кочки, гать, спуск и подъем спортивным способом, траверс, переправа навесная и по параллельным перилам, переправа по бревну, крутонаклонная переправа вверх и крутонаклонная переправа вниз, вертикальный спуск и вертикальный подъем.

Способы страховки в зависимости от сложности и характера препятствия. Отработка навыков прохождения полосы препятствий согласно правилам по спортивному туризму «дистанция-пешеходная» и «дистанция-пешеходная-связка», включая блоки этапов. Вязка узлов, применяемых в туризме. Бухтование веревок. Соревнования по технике спортивного туризма. Мастер-классы. Участие в походе.

Форма контроля. Прохождение дистанции, вязка узлов; тестирование, практический зачет.

Тема 6. Общая и специальная физическая подготовка (15 ч)

Теория. Общая и специальная физическая подготовка туристов-спортсменов. Использования упражнений и элементов упражнений спортивного туризма, легкой атлетики, гимнастики, игровых видов спорта, скалолазания, кроссовой подготовки. Развитие и совершенствование специальных умений и навыков для участия в соревнованиях и походах.

Практика. Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля. Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением.

Упражнения со скалкой, гантелями. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Гимнастические упражнения. Спортивные игры. Упражнение на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

Форма контроля. Выполнение упражнений.

Тема 7. Основы пешеходного туризма. Итоговый контроль (24 ч)

Теория. Туристское снаряжение. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Как готовить личное снаряжение к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи.

Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др.

Техника и тактика движения на маршруте. Протяженность маршрута, ходовые нормы, ритм, темп, интервал движения, режим движения и отдыха с учетом подготовки группы, рельефных и климатических условий. Основные осложнения и препятствия на маршрутах (степенные походы и ПВД): травянистые, снежные склоны, осыпи; пересечение ручья, реки вброд; движение по заболоченной местности; методы самостраховки и страховки,14 использование альпенштока на рельефе (кочки, канавы, склоны). Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп.

Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по травянистым склонам. Преодоление препятствий. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы.), заготовка дров Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания. Питание в туристском походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в 2-3 дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Техника безопасности при проведении занятий, туристских

походов, экскурсий и путешествий. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы 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.
Подготовка и проведение похода, путешествия, экскурсии, экспедиции. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе.
Составление плана подготовки похода. Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.
Подведение итогов туристского похода. Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Ремонт и сдача снаряжения. Туристские слеты и соревнования.
Практика. Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности. Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра. Составление меню и списка продуктов для 1-3-х дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов, движение по кочкам, болоту. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой. Составление плана подготовки 1-3-х дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-х дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения. Участие в туристских соревнованиях, походах. Итоговый контроль учащихся.
Форма контроля. Соревнования или зачетный поход.

Тема 8. Итоговое занятие (3 ч).

Практика. Практическое задание. Подготовка фотоотчета или стенгазеты по итогам года.

Форма контроля. Итоговое тестирование, практический зачет.

РАЗДЕЛ № 5. ВОСПИТАНИЕ

Воспитание в рамках туристско-краеведческого объединения спортивной направленности нацелено на формирование у обучающихся глубокого чувства патриотизма и гражданской ответственности, бережного отношения к природному и историко-культурному наследию России и

родного края, уважения к традициям и обычаям народов, проживающих на территории страны, а также к культурному многообразию мира, ценностного отношения к здоровому образу жизни и физической активности как основе успешной самореализации.

Цель воспитательной работы – содействие всестороннему развитию личности средствами туристско-краеведческой деятельности и спортивного туризма, формирование экологической культуры и ответственного отношения к окружающей среде, развитие чувства сопричастности к истории и культуре России через непосредственное знакомство с памятниками природы, истории и культуры родного края, а также воспитание командного духа, взаимопомощи и взаимовыручки в условиях учебно-тренировочных и спортивных походов

.

Задачи воспитания:

- прививать любовь к Родине и малой родине через изучение краеведческого материала и посещение значимых исторических и природных объектов;
- формировать навыки безопасного поведения в природной среде и основы экологической этики;
- развивать личностные качества (выносливость, целеустремлённость, самодисциплину, умение работать в команде) посредством регулярных учебно-тренировочных занятий и участия в спортивных туристских мероприятиях;
- вовлекать обучающихся в активную деятельность объединения: подготовку и проведение бесед, мастер-классов, викторин краеведческой тематики, соревнований по спортивному туризму, учебно-тренировочных и категорийных походов;
- способствовать формированию традиций коллектива, укреплению дружеских связей и развитию навыков конструктивного взаимодействия в группе.

Ожидаемые результаты:

- повышение уровня сплочённости коллектива, формирование атмосферы взаимопомощи и поддержки;
- рост мотивации к занятиям спортивным туризмом и краеведческой деятельностью;
- развитие познавательной активности и исследовательских навыков через участие в краеведческих проектах и экспедициях; 73
- укрепление физического здоровья и повышение уровня физической подготовленности обучающихся;
- формирование устойчивых навыков безопасного поведения в природных условиях;
- осознание личной ответственности за сохранение природного и культурного наследия России;

- достижение обучающимися значимых личностных и спортивных результатов (успешное прохождение маршрутов, выполнение разрядных нормативов, победы в соревнованиях и конкурсах краеведческой направленности).

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышение интереса к творческим занятиям и уровня личностных достижений обучающихся (победы в конкурсах), привлечение родителей к активному участию в работе объединения.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы, обучающиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в мероприятиях города, учреждения, объединения: благотворительных акциях, творческих концертах, выставках, мастер-классах, лекциях, беседах и т.д. (по отдельному плану).

Формы проведения воспитательных мероприятий: мастер-классы, тематические беседы, викторины, лекция-рассуждение, походы, экскурсии, обучающие занятия.

Воспитательные мероприятия по количеству участников: фронтальные, групповые, парные, индивидуальные.

Воспитательные мероприятия по содержанию воспитания: социальные, интеллектуальные, художественные, валеологические, трудовые, социально-педагогической поддержки, досуговые.

Методы воспитательного воздействия: использование личного примера, применение игровых и творческих методов, рефлексия, стимуляция через конкурсную и публичную деятельность.

Анализ результатов:

- оценивать уровень сформированности личностных качеств через педагогическое наблюдение;
- анализировать способность с самооценки и рефлексии обучающихся;
- отслеживать активность участия в походах, конкурсах и проектах;
- оценивать достижения и качество работы обучающихся;
- выявлять проявление патриотических качеств через интерес к национальной культуре.

ПЛАН ВОСПИТАТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ ДО РК
«ЦДЮТК» Осокина Е.А.

_____
_____20___г.

ПЛАН
воспитательной работы на 20__- 20__ учебный год
Название объединения: туристско-краеведческое объединение «Основы туризма»
Группа №___

Название мероприятия	сроки проведения	отв.
Гражданско-патриотическое воспитание		
День окончания Второй мировой войны (03.09)	сентябрь	ПДО
Международный день мира (21.09)	сентябрь	ПДО
Акция ко Дню пожилого человека (01.10)	октябрь	ПДО
День народного единства (04.11)	ноябрь	ПДО
Международный день толерантности (16.11)	ноябрь	ПДО
День неизвестного солдата (03.12)	декабрь	ПДО
День героев Отечества (09.12)	декабрь	ПДО
Снятие блокады Ленинграда (27.01)	январь	ПДО
День защитника Отечества (23.02)	февраль	ПДО
День воссоединения Крыма с Россией (18.03)	март	ПДО
Первый в космосе (12.04)	апрель	ПДО
Акция «Георгиевская ленточка»	май	ПДО
Акция «Бессмертный полк»	май	ПДО
Нравственно-эстетическое воспитание		
«Золотая осень» - путешествия, выставки, акции, конкурсы	осень	ПДО
Мероприятия в рамках международного Дня толерантности (посещение дома инвалидов, престарелых)	ноябрь	ПДО
«Новый год стучится в двери» - праздники, концерты, выставки, благотворительные акции	декабрь	ПДО
Международный день родного языка (21.02) – конференции, беседы, викторины	февраль	ПДО
Широкая Масленица – праздники, концерты, выставки	февраль	ПДО
Международный женский день (08.03) – праздники, концерты, выставки, акции	март	ПДО
Всемирный день Земли (22.04)– беседы, акции, выставки, конкурсы	апрель	ПДО
«Спасибо деду за победу» - конкурсы, акции, выставки, походы по боевым местам	май	ПДО

Экологическое воспитание		
Акции по уборке туристических стоянок, обочин, скверов, парков, леса, рек и т.п.	в течение года	ПДО
Акция «Кормушка»	декабрь - апрель	ПДО
Акция «Сохраним крымские первоцветы» - просветительская работа, конкурсы, выставки.	февраль - март	ПДО
Акция «Сохраним можжевельники Крыма» - просветительская работа, конкурсы, выставки.	ноябрь-март	ПДО
Акция «Знакомитесь - Тюльпаны Шренка» - просветительская работа, конкурсы, выставки.	апрель	ПДО
Уборка памятников погибшим в годы ВОВ	апрель-май	ПДО
Физкультурно-оздоровительное воспитание		
«Туриада», посвященная Международному дню туризма (27.09)	сентябрь	ПДО
Туристский слет «Памяти друга»	октябрь	ПДО
«Приз закрытия сезона» им. В.Н. Ничипуренко	ноябрь	ПДО
Открытое зимнее первенство «Крымская зима», памяти О.В. Перцева	декабрь-январь	ПДО
«Приз открытия сезона», весеннее первенство среди обучающихся «ЦДЮТК»	март-апрель	ПДО
«Туристская весна», соревнования по туризму среди обучающихся «ЦДЮТК»	апрель-май	ПДО
Туристский слет обучающихся «ЦДЮТК»	апрель-май	ПДО
Туристские походы, экскурсии	в течение года	ПДО
Участие в массовых спортивных мероприятиях, организованных Министерством спорта РК	в течение года	ПДО
Работа по профилактике терроризма, экстремизма и этносепаратизма		
Беседа о солидарности в борьбе с терроризмом	сентябрь	ПДО
Что нужно знать о терроризме	декабрь	ПДО
Основные принципы противодействия терроризму и экстремизму	май	ПДО
Семейное воспитание		
Родительские собрания	в течение года	ПДО
День отца (третье воскресенье октября)	октябрь	ПДО
Мамин день (последнее воскресенье ноября)	ноябрь	ПДО
Международный день семьи (15.05)	май	ПДО
Совместные с родителями походы, экскурсии, акции	в течение года	ПДО
Организация отдыха и оздоровления.	май-июнь	ПДО

Руководитель объединения _____ _____

(подпись) ***(расшифровка)***

РАЗДЕЛ № 6. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения по программе учащиеся будут знать:

- природные и культурные особенности своего района,
- некоторые методы краеведческой работы, например, сбор гербария, предсказание погоды и т.д.;
- устройство и правила пользования специальным оборудованием туриста-спортсмена и туриста-ориентировщика;
- правила прохождения этапов дистанции короткой пешеходной 1 класса;
- меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях, полигонных занятиях;
- основные условные знаки топографических и спортивных карт;
- способы ориентирования и основные ориентиры на карте;
- правила гигиены туриста;
- разные игры, применяемые в походе.

К концу обучения по программе учащиеся будут уметь:

- использовать страховочную систему;
- вязать узлы;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия,
- преодолевать лично дистанцию, состоящую из этапов: спуск, подъем по склону, траверс склона, переправу по бревну, навесная переправа,
- переправа по верёвке с перилами, маятниковую переправу, заболоченный участок;
- подбирать личное и групповое снаряжение для похода, подбирать одежду, еду для однодневного похода, экскурсии,
- пользоваться туристским снаряжением, разжигать костры, ставить палатки, укладывать рюкзак, упаковывать и транспортировать продукты, составлять меню;
- комплектовать походную аптечку, уметь применять лекарственные препараты, содержащиеся в аптечке по назначению;
- различать стороны горизонта, ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, измерять расстояние шагами, работать с компасом;

К концу обучения по программе у учащихся будут формироваться и развиваться личностные компетенции:

- физические навыки;
- бережное отношение к природе родного края;
- понимание себя как части коллектива;
- трудовые навыки (общественная работа в походе, совместная подготовка зала к занятиям и т.д.);
- волевые качества: целеустремленность, настойчивость и инициатива,
- ответственность;
- любовь к Родине.

РАЗДЕЛ № 7. РЕСУРСНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Кадровое обеспечение программы «Основы туризма» осуществляется педагогами дополнительного образования, имеющими среднее профессиональное или высшее образование по направлению подготовки и отвечающими квалификационным требованиям и профессиональным стандартам, или обучающимися по образовательным программам высшего образования по специальности и направлению подготовки и успешно прошедшие промежуточную аттестацию не менее чем за два года обучения.

Материально-техническое обеспечение:

- *для теоретических занятий:* ноутбук, колонки, топографические карты, карта Республики Крым;

- *для практических занятий:*

групповое снаряжение: палатки, компасы, секундомер, тенты, ремонтный набор, санитарная сумка с комплектом медикаментов, веревки, карабины, костровые принадлежности, страховочная система, спутниковый трек.

индивидуальное снаряжение: предметы личной гигиены, предметы для приема пищи, термос, фонарик, рюкзак, спальный мешок, каремат.

Рекомендуемый перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря

№ п/п	Наименование	Кол-во единиц
1	Палатки туристские	Компл.
2	Веревка основная (50 м)	2 шт.
3	Веревка основная (40 м)	1 шт.
4	Веревка вспомогательная (60 м)	2 шт.
5	Репшнуры (длина 2–3 м, диаметр 6–8 мм)	Компл.
6	Петли пруссика (веревка 8 мм)	Компл.
7	Система страховочная	Компл.
8	Карабин туристский	Компл.
9	Компас жидкостный для ориентирования	Компл.
10	Планшеты для ориентирования	Компл.
11	Призмы для ориентирования на местности	Компл.
12	Компостеры для отметки прохождения КП	Компл.

13	Секундомер электронный	2 шт.
14	Аптечка медицинская в упаковке	Компл.
15	Тонометр	2 шт.
16	Пила двуручная в чехле	1 шт.
17	Топор в чехле	2 шт.
18	Таганок костровой	2 шт.
19	Тросик костровой	1 шт.
20	Рукавицы костровые (брезентовые)	Компл.
21	Тент хозяйственный	1 шт.
22	Клеенка кухонная	2 шт.
23	Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т. п.)	Компл.
24	Каны (котлы) туристские	2 компл.
25	Ремонтный набор в упаковке	Компл.
26	Рулетка 15–20 м	1 шт.
27	Лента мерная	1
28	Термометр наружный	2 шт.
29	Карандаши цветные, чертежные	Компл.
30	Транспортир	Компл.
31	Карты топографические учебные	Компл.
32	Условные знаки спортивных карт	Компл.
33	Условные знаки топографических карт	Компл.
34	Учебные плакаты «Туристские узлы»	Компл.
35	Маршрутные документы (маршрутные листы)	Компл.
36	Карты спортивные, планы местности, планы микрорайона школы, карты своей местности	Компл.

Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения учащегося

- Рюкзачок для туристских прогулок.
- Спальный мешок.
- Туристские ботинки или обувь на твердой подошве.
- Обувь спортивная.

- Сапоги резиновые.
- Фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л).
- Головной убор.
- Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм).
- Спортивный тренировочный костюм.
- Свитер шерстяной.
- Брюки ветрозащитные.
- Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной).
- Блокнот и ручка.
- Средство от кровососущих насекомых.
- Коврик туристский.
- Перчатки рабочие.
- Носки шерстяные.

Информационное обеспечение: -аудио, -видео, -фото, интернет-источники;

Методическое обеспечение программы включает в себя: методическую литературу и методические разработки для обеспечения образовательного и воспитательного процесса (календарно-тематическое планирование, планы-конспекты занятий, годовой план воспитательной работы, сценарии воспитательных мероприятий и т.д.), которые являются приложениями к программе, а также являются образцом для разработки учебно-воспитательного комплекса. Оригиналы хранятся у педагога дополнительного образования и используются в образовательном процессе.

Образовательный процесс по программе производится очно, в случае необходимости темы занятий могут быть реализованы с применением дистанционных образовательных технологий.

С целью достижения поставленной в программе цели и получения запланированного результата, с учетом индивидуальных особенностей и способностей детей педагог привлекает учащихся к открытию новых знаний и включает учащихся в эту деятельность. Создавая проблемную ситуацию, вместе с детьми определяет цель занятия. Учит детей ставить перед собой цели и искать пути их достижения, а также пути решения возникающих проблем.

Педагог обращает внимание на общие способы действий, создает ситуацию успеха, поощряет учебное сотрудничество между учащимися, учащимися и педагогом. Педагог учит детей оценивать свою деятельность на занятии и деятельность других учащихся с использованием различных способов выражения своих мыслей, отстаивания собственного мнения и уважения мнения других.

В заключительной части занятия проводится краткий анализ достигнутых результатов, что создает у учащихся чувство удовлетворения и вызывает желание совершенствоваться.

Программа предполагает использование различных ***методов обучения:*** словесный метод (беседа, рассказ и др.); наглядный метод (показ упражнений, фотографий, видеоматериалов и др.); метод анализа и синтеза и других

методов.

Внедрение таких современных педагогических технологий, как: развивающего обучения, игровых технологий, личностно-ориентированного подхода в обучении, метод проектов, информационно-коммуникационных технологий, педагогики сотрудничества – способствует оптимизации образовательного процесса и повышению его качества. Используемая методика работы создает наиболее благоприятные возможности для развития физической активности, творческих способностей учащихся.

Формы занятий, планируемые по каждой теме, разделу, различны: беседы, экскурсии, игры, тренировка, соревнования, творческие задания по изученным темам, разделам, просмотр видеофрагмент, беседа, опросы.

Приемы и методы организации учебно-воспитательного процесса варьируются. Педагог широко использует *метод игры:*

- игры: дидактические, развивающие, познавательные, подвижные;
- игры на развитие внимания, памяти, глазомера;
- игра-конкурс, игра-путешествие; ролевая игра;
- настольные, компьютерные игры, игры-конструкторы.

Основные формы деятельности объединения по данной программе: обучение, применение знаний на практике через практические занятия, соревнования, игры, практическая работа по приобщению школьников к здоровому образу жизни через экскурсии, походы, конкурсы, викторины.

Во время проведения практических занятий учащиеся приходят в спортивной форме (закрытая обувь, свитшот с закрытыми локтями, спортивные штаны, закрывающие колени).

Педагогические технологии: групповые технологии, здоровье сберегающие технологии, технология коллективной творческой деятельности, коммуникативная, дифференцированного обучения, проблемного обучения, игровой деятельности.

Алгоритм учебного занятия

- подготовка зала к проведению занятия (проветривание, подготовка необходимого инвентаря);
- организационный момент (приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний);
- теоретическая часть (объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала);
- разминка перед выполнением физической нагрузки;
- практическая часть;
– закрепление изученного материала (выполнение упражнений и заданий по теме, игры);
- окончание занятий (рефлексия, подведение итогов занятия).

РАЗДЕЛ № 8. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Основная литература

Для педагога:

1. Авинда, Владлен. Лик земли прекрасной и печальной: Лирический путеводитель по Восточному Крыму / Владлен Авинда. – Симферополь: Таврия, 2022.
2. Атлас. Автономная Республика Крым. – ЗАО «Институт передовых технологий», Таврический национальный университет им. В.И. Вернадского, Институт географии НАН Украины, 2013.
3. Багров, Н.В., Боков, В.А. и др. Экология Крыма. Справочное пособие. – Симферополь: Крымучпедгиз, 2019.
4. Багрова, Л.А., Боков, В.А., Багров, Н.В. География Крыма. – Киев: Лыбидь, 2013.
5. Балабанов, И.В. Узлы. Издание пятое / И.В. Балабанов. – М.: Издатель Балабанов, 2021.
6. Бардин, К.В. Азбука туризма /К.В. Бардин. – М.: Просвещение, 2020.
7. Воронов, Ю.С., Николин, М.В., Малахова, Г.Ю. Методика обучения юных ориентировщиков технико-тактическим действиям и навыкам: Учебное пособие. / Ю.С. Воронов, М.В. Николин, Г.Ю. Малахова. – Смоленск, 2019. – 84 с.
8. Ганопольский В.И. Уроки туризма / В.И. Ганопольский. – К.: -2021.
9. Закалдаев, Н.В. Пешком по Крыму или Перевалы горного Крыма / Н.В. Закалдаев. – Симферополь, 2021.
10. Коструб, А.А. Медицинский справочник туриста. 2-е издание / А.А. Коструб. – М.: Профиздат, 2020.
11. Подгородецкий, П.Д. Крым. Природа / П.Д. Подгородецкий. – Симферополь: Таврия, 2019.
12. Подгородецкий, П.Д., Кудрявцев, В.Б. География Крыма / П.Д. Подгородецкий, В.Б. Кудрявцев. – Симферополь: Крымучпедиз, 2020.
13. Пустовойт, В.О., Дехтярь, В.Д. Организация и проведение учебно-туристской практики. Учебное пособие / В.О. Пустовойт, В.Д. Дехтярь. – К.: КУТЕП, 2019.

Для учащихся:

1. Акелькин, В. И. и др. Люди идут по свету / В.И. Акелькин. Книга-концерт. – М.: Физкультура и спорт. 2019 г, 399 с.

2. Коструб, А. А. Медицинский справочник туриста / А.А. Коструб. – М: Профиздат, 2022 г, 256 с.

3. Куприн, А. М. Занимательная топография / А.М. Куприн. – М.: Просвещение, 2019 г, 121 с.

4. Попчиковский, В. Ю. и др. Туристские спортивные маршруты / В.Ю. Попчиковский. – М.: Профиздат, 2019 г

5. Стрижев, А. Н. Туристу о природе. (Мир туристских интересов – фенологические наблюдения в походе) / А.Н. Стрижев. – М: Профиздат, 2020 г, 176 с.

6. Штюрмер, Ю. А. Краткий справочник туриста / Ю.А. Штюрмер. М.: Профиздат, 2023 г.

Для родителей:

1. Грошев, И. В. Туризм для лиц пожилого возраста: монография / И.В. Грошев, Е.П. Корчагин. — М.: ИНФРА-М, 2021 г, 303 с.

2. Губа, Д. В. Лечебно-оздоровительный туризм: курорты и сервис : учебник / Д. В. Губа, Ю. С. Воронов. – М.: Спорт, 2020 г, 240 с.

3. Дурович, А. П. Организация туризма: учебное пособие / А. П. Дурович. – М.: РИПО, 2020 г, 295 с.

4. Иванов, А. А. История российского туризма (IX-XX вв.) : учебное пособие / А.А. Иванов. – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2020 г, 320 с.

Интернет-ресурсы:

1. Литература по туризму [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://budetinteresno.info/lit.htm (Дата обращения: 17.05.2024г)

2. Туристическая библиотека «Всё о туризме» Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://tourlib.net/ (Дата обращения: 17.05.2024г)

3. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (раздел «Краеведение») [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://urok.1sept.ru/local-history (Дата обращения: 17.05.2024г)

Дополнительная литература

Для педагога:

1. Воронов, Т.С. Комплексный педагогический контроль в спортивном ориентировании: Учебное пособие. - Смоленск: СГИФК, 2019. – 44 с.
2. Воронов, Н.С. Отбор и прогнозирование результатов в спортивном ориентировании: Учебное пособие. -Смоленск: СГИФК, 2019. – 42 с.
3. Воронов, Н. С. Тесты и занимательные задачи для юных

ориентировщиков: Учебное: пособие. – Смоленск: СГИФК, 2019. – 74 с.
4. Маслов, А.Г., Константинов, Н.С., Дрогов, И.А. Лето, дети и туризм. – М.: ЦДЮТур, 2019. – 127 с.

Для учащихся:

1. Дублянский, В.Н., Илюхин, В.В. Вслед за каплей воды (в пещерах Крыма) / В.Н. Дублянский, В.В. Илюхин. – М.: Мысль,2019.
2. Ена, В.Г. Заповедные ландшафты Крыма. - Симферополь: Таврия, 2021.
3. Закалдаев, Н.В. Пешком по Крыму или Крымские тропы / Н.В. Закалдаев. – Киев: Атика, 2022.
4. Матюшин, Г.Н. Историческое краеведение / Г.Н. Матюшин. – М.: Просвещение, 2020.
5. Скрягин, Л. Н. Морские узлы / Л.Н. Скрягин. – М: Транспорт, 2022г, 128 с.
6. Штюмер, Ю.А. Краткий справочник туриста / Ю.А. Штюмер. – М. «Просвещение», 2021.

Для родителей:

1. Маслов, Н.В. Духовные и нравственные основы образования и воспитания. Белгород: Самшит-издат, 2021 г, 504 с.

2. Стельникова, О.М. Осознанное родительство- взгляд в будущее. Материалы для бесед с родителями и старшеклассниками / Классный руководитель. – 2018 г, 134 с.

3. Сухомлинский, В.А. Как воспитать настоящего человека. М.: Педагогика, 2019 г, 228 с.

4. Щуркова, Н.Е., Баранова, Е.Ф. (соавтор заключительной главы). Лекции о воспитании. / М.: Центр «Педагогический поиск», 2021 г, 208 с.

РАЗДЕЛ № 9. ПРИЛОЖЕНИЯ

9.1. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка деятельности учащихся делится на два вида: оценка теоретических знаний и практических умений – профессиональные навыки, и оценка поведенческих навыков – особенности коммуникации в группе.

Оценка теоретических знаний и практических умений:

- умения работы с инвентарем;
- знание алгоритма работы выполнения того или иного задания;
- выполнение практических заданий;
- самостоятельное обнаружение и исправление ошибок, недочетов.

Оценка поведенческих навыков:

- бережное отношение к инвентарю;
- оценка результатов своей работы;
- знание и выполнение техники безопасности;
- работа в группе;
- собственная инициатива.

Критерии оценивания

– *1-3 балла – низкий уровень:* учащийся овладел не в полной мере знаниями, умениями и навыками, предусмотренными программой, испытывает серьёзные затруднения при выполнении практических заданий, выполняет лишь простейшие практические задания;
– *4-7 баллов – достаточный уровень:* учащийся объем усвоенных умений и навыков задания выполняет на основе образца, но часто не может оценить их и выполнить; допускает недочеты при выполнении, но самостоятельно их устраняет;
– *8-10 баллов – высокий уровень:* учащийся овладел практически всеми умениями и навыками, предусмотренными программой, самостоятельно работает с инвентарем, не испытывает затруднений, проводит объективный анализ результатов своей деятельности в объединении, проявляет активность и усердие при выполнении заданий.

Результаты диагностики теоретических и практических навыков заносятся в протокол и итоговую ведомость.

ВХОДНОЙ КОНТРОЛЬ

Диагностические задания по выявлению у детей знаний

по туристской деятельности.

«___» _____20__г.

_____

(Фамилия, имя, отчество)

1. Напишите примеры личного снаряжения

_____

2. Напишите примеры общего снаряжения

_____

_____

3. Без какого снаряжения невозможно занятия спортивным туризмом?

_____

_____

4. Какие обязанности кострового в туристской группе?

_____

5. Кто в группе отвечает за питание?

А) Руководитель **Б)** Завхоз **В)** Реммастер **Г)** Медик **Д)** Хронометрист

6. Кто в группе контролирует время (ходовое)?

А) Реммастер **Б)** Руководитель **В)** Медик **Г)** Хронометрист **Д)** Завхоз

7. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?

А) Реммастер **Б)** Медик **В)** Завхоз **Г)** Хронометрист **Д)** Руководитель

8. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?

А) Завхоз **Б)** Руководитель **В)** Медик **Г)** Реммастер **Д)** Хронометрист

ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ КОНТРОЛЬ

«___» _____20__г.

_____

(Фамилия, имя, отчество)

Ответьте на вопросы, выбрав из предложенных вариантов ответов правильный(ые), и обведите его кружочком или поставьте галочку.

«Основы безопасности жизнедеятельности»

1. В доме отключили свет. Чем наименее безопасно воспользоваться для освещения:

а) Фонариком;

б) Свечой;

в) Зажигалкой;

г) Спичками.

2. Если остановился лифт, что надо делать?

а) Кричать и плакать.

б) Громко звать на помощь.

в) Нажать на кнопку связи с диспетчером.

г) Позвонить в службу спасения.

3. В квартире начался пожар, что нужно сделать?

а) Быстро выйти на улицу и вызвать спасателей.

б) Постараться потушить пожар самостоятельно.

в) Открыть все окна в квартире.

г) Все способы правильны.

4. Что необходимо сделать при легком обморожении?

а) Приложить подорожник;

б) Поместить пострадавшего в теплое место и растереть обмороженную часть тела;

в) Полить обмороженный участок тела горячей водой;

г) Намазать согревающей мазью.

5. Как оказать первую помощь, при попадании инородного тела в дыхательные пути?

а) Прополоскать горло;

б) Дать пострадавшему попить;

в) Положить пострадавшего в постель;

г) Начать глубоко дышать, что бы инородное тело выскочило.

6. Как правильно наложить жгут при повреждении крупных артерий конечностей?

а) Жгут накладывать выше раны;

б) Жгут накладывать ниже раны;

в) Жгут накладывать на рану;

г) Жгут накладывать с обеих сторон.

7. Что значит соблюдать «режим дня»?

а) Ложиться спать и вставать в одно и то же время;

б) Выполнять распорядок дня, который мы совершаем в течении дня;

в) делать утреннюю зарядку;

г) Питаться строго по времени.

«Ориентирование»

1.Часть земной поверхности, которую мы видим вокруг себя на открытом месте:
А) Полюс. Б) Горизонт. В) Местность. Г) Рельеф. Д) Ориентир.

2.Угол между направлением на север и на какой-нибудь определенный предмет местности:
А) Восток Б) Полюс В) Ориентир Г) Азимут Д) Компас.

3.Умение правильно находить стороны горизонта на местности – это?
А) Горизонт б) Ориентирование

4.Прибор для ориентирования
А) Транспортир. Б) Ориентир В) Компас. Г) Азимут. Д) Нивелир.

5.Окрашенный конец стрелки куда всегда должен показывать?
А) На юг б) На север В) Туда, где встает Солнце

6. Сторона горизонта, имеющая азимут 270°:
А) Север Б) Запад В) Восток Г) Юг Д) Северо-запад.

7. Учащиеся возвращаются от озера, расположенного на востоке от школы в направлении:
А) Южном Б) Северном В) Юго-восточном Г) Юго-западном Д) Западном

8. В каком направлении возвращаются покорители Южного полюса:
А) Восточном. Б) Западном. В) Южном. Г) Северном. Д) Все ответы верны

«Первая медицинская помощь».

1. Что такое гипоксия?
А- кислородное голодание;
Б- обезвоживание организма;
В- перегрев организма;
Г- охлаждение организма;
Д- тепловое облучение.

2. Кровотечение — это
А- отравление АХОВ;
Б- дыхательная функция;
В- повышенное артериальное давление;
Г- истечение кровью из кровеносных сосудов при нарушении целости их стенки;
Д- перелом кости.

3. Как остановить обильное венозное кровотечение?
А- наложить давящую повязку;
Б- наложить жгут;
В- обработать рану спиртом и закрыть стерильной салфеткой;
Г- продезинфицировать спиртом и обработать йодом;
Д- посыпать солью.

4. При ранении сонной артерии необходимо срочно:
А- наложить тугую повязку.
Б- наложить жгут.
В- зажать пальцем артерию ниже раны.

5. При ранении кровь течёт непрерывной струёй. Это кровотечение
А- Паренхиматозное
Б- Венозное.
В- Капиллярное.
Г- Артериальное.

6. Характерные признаки артериального кровотечения:
А- Кровь тёмного цвета, вытекает ровной струёй.
Б- Кровь алого цвета, вытекает пульсирующей струёй.
В- Кровоточит вся поверхность, вытекает в виде небольших капель.

7. Артериальное кровотечение возникает при:
А- повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении;
Б- поверхностном ранении;
В- неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.

8. Уменьшения кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:
А- внутреннем кровотечении;
Б- поверхностных ранениях;
В- любых ранениях конечности.

9. Самым надежным способом остановки кровотечения в случае повреждения крупных артериальных сосудов рук и ног является:
А- наложение давящей повязки;
Б- пальцевое прижатие;
В- максимальное сгибание конечности;
Г- наложение жгута;

10. При открытом переломе конечности с сильным кровотечением раны необходимо в первую очередь:
А – Обработать край раны йодом;

Б – Провести иммобилизацию конечности;
В – Промыть рану перекисью водорода;
Г – Остановить кровотечение.

Количество набранных баллов _____

Педагог дополнительного образования _____ _____

ИТОГОВЫЙ КОНТРОЛЬ

«___» _____20__г.

_____

(Фамилия, имя, отчество)

Ответьте на вопросы, выбрав из предложенных вариантов ответов правильный(ые), и обведите его кружочком или поставьте галочку.

1. Определите истинное высказывание о туристическом походе.

а) Значительное число людей предпочитают тихий спокойный отдых;

б) Малоподвижный образ жизни отрицательно сказывается на состоянии человека;

в) Туризм нужен только специалистам.

2. Трудности, возникающие в походе по независящим от туриста обстоятельствам – это?

а) Субъективные; б) Объективные; в) Когнитивные.

3. Выберите все правильные варианты ответа. К объективным трудностям относятся?

а) Метеорологические условия;

б) Переправы через водотоки;

в) Недостаточный опыт руководителя;

г) Недостаточная физическая и техническая подготовка туристов;

д) Конфликт среди участников туристической группы;

е) Характер подстилающей поверхности.

4. Вес пустого рюкзака не должен превышать:

а) 1,5 кг.; б) 2 кг.; в) 1,2 кг.

5. При планировании многодневного похода необходимо предусмотреть:

а) 1-2 запасных дня; б) 2-3 запасных дня; в) 3-4 запасных дня.

6. После приема пищи в туристическом походе, необходимо предусмотреть время на:

а) Отдых;

б) Физические упражнения;

в) Гигиенические процедуры.

7.Укажите правильные действия туристов при преодолении препятствий:

а) Двигаться по лесу по одному;

б) Если нет тропы, идти ускоренным шагом, чтобы быстрее пройти участок пути;

в) Идущие впереди должны предупреждать об опасностях.

8. Безопаснее всего переходить водоем по прозрачному льду, безопасная толщина льда для одного человека:

а) 5 см;

б) 10 см;

в) 7 см.

9. Укажите места, где не рекомендуется организовывать бивак, не менее 3-х примеров.

_____

Количество набранных баллов _____

Педагог дополнительного образования _____ _____

ЛИСТ ДИАГНОСТИКИ

уровня сформированности практических и теоретических навыков

Учебный год_____

Название Программы: Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческого объединения «Основы туризма»

Группа №_____

№п/п	Фамилия, имя	Раздел/ тема	Критерии							
			Теория				Практика			
			Высокий	Средний	Достаточный	Итоговая	Высокий	Средний	Достаточный	Итоговая

9.2. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методические и дидактические материалы.

Методическая литература и методические разработки, планы-конспекты занятий (календарно-тематическое планирование, годовой план воспитательной работы, сценарии воспитательных мероприятий, дидактический материал т.д.), обучающие программы в электронном виде (мастер-классы в сети Интернет), нормативно-правовые акты и документы; основная и дополнительная литература, тесты, анкеты.

ПЛАН-КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ

Объединение: «Основы туризма»
Руководитель: Абдураманов Сейтмемет Энверович
Тема занятия: «Приёмы и способы движения тропами и травянистыми склонами»
Цель занятия: изучение приемов и способов движения на пересеченной местности.
Задачи занятия:
Образовательная: изучение приемов и способов движения;
Развивающая: развитие координации;
Воспитательная: воспитание у детей устойчивости на неровной поверхности.
Тип занятия: изучение нового материала.
Вид занятия: беседа, практическое занятие.
Форма организации: групповая, индивидуальная.
Оборудование и наглядные материалы: треккинговые палки, видеоматериал.

Ход занятия

1. **Организационная часть**

Проверка присутствующих, проверка готовности к работе, инструктаж по технике безопасности.

2. **Актуализация знаний**

Повторение ранее изученного материала. Теоретический опрос.

3. Сообщение новой темы

Теоретическая часть. Работа с терминологией.

Техника и тактика движения по пересеченной местности

Тактика — совокупность средств и приемов для достижения намеченной цели. Основная цель в туристском походе — прохождение маршрута с наименьшими затратами сил и с максимальной безопасностью. Вокруг этих двух определяющих основной цели в зависимости от ситуации возникнут и другие цели, и задачи, но на выбор тактики они не оказывают решающего воздействия.

Техника туризма — это правила и приемы движения и преодоления естественных препятствий, встречающихся на маршруте. Основное правило при построении маршрута и движении по нему — если есть возможность, то препятствие лучше обойти.

Практическая часть. Просмотр видеофрагментов. Разбираем приемы движения по тропам с различным покровом.

Препятствия на маршруте. Преодоление естественных препятствий требует мобилизации сил группы, организованности, взаимопомощи. Руководитель должен помнить, что преодоление препятствия — это важный воспитательный момент. Первые прошедшие препятствие ждут, когда вся группа преодолеет его, оказывают посильную помощь - поддерживают, подают руку или альпеншток. Взаимопомощь может выражаться и в разгрузке заболевшего, более слабого товарища при подъеме по крутому мокрому склону и т.д. Следует приучить ребят не бросаться на препятствие, а остановиться и дождаться команды руководителя.

Движение по сильно залесенной местности. При движении по лесу нужно использовать попутные проселочные дороги, просеки, тропы, поляны. По тропе, даже слабозаметной, идти гораздо легче, чем напрямую – по азимуту. К тому же тропа, как правило, огибает препятствия или пересекает их в удобном месте. При движении через густой подлесок следует придерживать ветки, отводить их рукой не в горизонтальной плоскости (в направлении собственного движения), а в вертикальной, пригибая ветку себе под бедро, чтобы они не стегали лицо идущего сзади. Для защиты от веток и сучков лучше двигаться в штормовке. Глаза защитит шапочка с большим плотным козырьком. Члены группы должны идти с интервалом в 3 - 5 метров, позволяющим не терять друг друга из виду. Идущие впереди должны предупреждать голосом об опасных местах: ямах, торчащих корнях деревьев, лежащих поперек тропы бревнах, скользких местах. Не следует наступать, если это возможно, на поваленные деревья. Поваленные деревья лучше обойти или перешагнуть, при этом группа не останавливается и, главное, не теряет темп.

Преодоление крутых склонов. Подъем в гору - молча. Ждать товарищей, помогать друг другу. На крутые склоны удобнее подниматься наискось. Если подъем затяжной - серпантином (то левым, то правым боком к склону). При подъеме ногу рекомендуется ставить на всю подошву, а не на мысок.

Движение по шоссе.

Если нет возможности избежать движения по шоссе, надо идти строгой цепочкой по левой обочине, навстречу транспорту.

При движении по травянистым склонам. При подъеме по травянистому склону ногу ставят всей стопой, чтобы усилить сцепление подошвы с травой. С

увеличением крутизны склона носки ног все более разворачивают. При спуске ногу ставят всей стопой, ноги слегка согнуты. При подъемах и спусках надо стараться использовать каждый прочно лежащий камень, выбоину, кочку как ступеньку, ставя на них ногу горизонтально.

Движение в горах. В горах, даже двигаясь по долине, туристы практически постоянно находятся на склоне, совершая подъем или спуск. Это требует определенных навыков движения. Поднимаясь по тропе, сгибают в колене ногу, на землю ставят вею стопу. Для лучшего сцепления подошвы с грунтом носки разворачивают немного во внешнюю сторону. Через небольшие камни, лежащие на пути, если это возможно, лучше перешагивать, если нет, то наступать осторожно, не выпрямляя ногу полностью с тем, чтобы не поднимать свой центр тяжести.

4. Закрепление материала

Опрос по технике преодоления различных видов троп. Проверка на правильность выполнения технических приемов. Выявление ошибок и способы их исправления.

5. Подведение итогов занятия. Рефлексия

Опрос учащихся: какой, по их мнению, участок является самым опасным для прохождения, а какой – более безопасным; что было более сложным для усвоения, а что – менее сложным.

6. Используемая литература

Таймазов, В.А. Теория и методика спортивного туризма: учебник / под ред. В. А. Таймазова и Ю. Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2014.

Сценарий мероприятия, посвященного Всемирному дню туризма

Цель мероприятия: развитие интереса учащихся к туристической деятельности, здоровому образу жизни.

Задачи мероприятия:

- формирование знаний о туризме, о выживании в природных условиях как основы для развития творческого потенциала личности;
- формирование основы здорового образа жизни;
- формирование эмоционально-положительного отношения друг к другу, чувства коллективизма.

Оборудование: ноутбук, проектор, музыкальные колонки, карточки с изображениями, жетоны.

Ход мероприятия

Ребята! Сегодня отмечается всемирный день туризма. Путешествовать, как же это отлично! Нет ни одного человека на земле, который бы не любил странствовать по свету. Праздник любого, кто ощущает себя туристом, и не

важно, будет это поездка к ближайшей лесной опушке или в экзотическую страну. В этот день можно поздравить всех, кто связан с путешествиями и туризмом: экскурсоводы, туроператоры, работники гостиниц.

Просмотр видеоролика («Что такое туризм»)

Сегодня мы отправимся в увлекательное путешествие. А каким другим словом можно заменить слово «путешествие»? *(Поход)*

Каждый из вас знает, что в поход отправляются те, кто не боится дальних дорог, кто с нетерпением ждёт новых встреч с солнцем, ветром, костром, палаткой и интересными людьми.

А как называют таких людей? *(Туристы)*

Сегодняшнюю нашу встречу, мы и посвятим таким людям.

А путешествовать будем по нашему краю.

Но прежде, необходимо подготовиться к путешествию. Для этого предлагаю поучаствовать в конкурсах, а самых активных участников ждёт вознаграждение.

Конкурс «Загадки про туризм»

В кармане моем –
замечательный друг:
Он знает, где север, и знает, где юг.
(Компас)

Два ремня висят на мне,
Есть карманы на спине.
А в поход пойдешь со мной –
Я повисну за спиной.
(Рюкзак)

Он в походе очень нужен,
Он с кострами очень дружен.
Можно в нем уху сварить,
Чай и кофе вскипятить.
(Котелок)

На привале нам помог:
Суп варил, картошку пек.
Для похода – хорошо,
Но с собой не понесешь.
(Костер)

Назовите вещи, которые туристу необходимо положить в рюкзак.
(Свитер, консервы, кружка, фонарь, полотенце, компас, фотоаппарат, аптечка, тушёнка и др.)

Каждому туристу необходимо знать «секреты рюкзака», именно это мы и попробуем выяснить.

Конкурс «Секрет рюкзака»

1.Верен ли следующий вывод: чем дальше от спины отодвинут рюкзак, тем тяжелее нести? (Да)

2.Какие вещи лучше класть на дно рюкзака? (Мягкие: одеяла, полотенца.)

3.Где в рюкзаке должны находиться самые тяжёлые вещи? (Под лямками вверху).

4.Как с рюкзаком легче идти? (Слегка наклонившись вперёд).

5.Почему в рюкзаке для хлеба определяется место вверху? (Чтоб не крошился).

6.Определите место в рюкзаке для сыпучих продуктов. (В середине рюкзака).

Итак, рюкзаки готовы. Можно идти в поход.

А можно ли, если неизвестен прогноз погоды? (Нет)

Верно. Туристу необходимо знать сводку погоды.

Внимание! Приготовьтесь к следующему конкурсу ***«Прогноз погоды».***

1.Вечерний ветер стих. Дым от костра поднимается столбом. К вечеру на траве появилась роса. У реки стало холоднее. Какая будет погода? (хорошая, солнечная).

2.Вокруг луны появился большой белый круг, а звёзды на небе начинают мерцать. Что это значит? (Будет ненастная погода).

3.Вытянутые длинными узкими полосками с запада быстро движутся облака. Ветер, обычно стихающий к вечеру, усиливается. Какую погоду следует ожидать? (Ненастную).

4.Ласточки и стрижи летают низко над землёй. Цветы сильно пахнут. К чему бы это? (К дождю).

Что ожидает ребят на туристской тропе? Конечно, новые задания. Маршрут нашего похода проложен от вопроса к вопросу.

Викторина

1.Почему в пути привалы для отдыха у туристов должны быть непродолжительными? (Если отдыхать долго, мышцы ног твердеют, идти становится труднее)

2.Почему туристам во время ходьбы рекомендуется дышать носом? (Меньше жажда)

3.Почему туристы делают канавки вокруг палатки? (Для стока воды на случай дождя)

4.Кто в походе самый главный? (Руководитель похода)

5.Что делает замыкающий в туристской цепочке? (Следит за тем, чтобы никто не отстал)

6.Отчего лечит подорожник? (Останавливает кровотечение; применяется, если кто-то натёр ногу, при укусе осы)

7.Зачем для похода спички покрывают парафином или лаком для ногтей? (Чтобы уберечь от влаги)

Какой же поход без костра? Чтобы разжечь его необходимо знать ряд правил.

Конкурс «Костер по всем правилам»

1.Что такое разжига? (Это топливо, которое легко воспламеняется).

2.Какое топливо не годится для разжиги? (Осиновые ветки, хвойные зелёные ветки.).
3.Что является прекрасной разжигой? (Сухие ветки, сухая трава).
4.С какой стороны разжигают костёр? (С подветренной).
5.Костёр разжигается с верху или снизу? (Снизу).
Молодцы вы прошли все поставленные перед вами задачи! Мы гордимся вами. А сейчас я бы хотела напомнить вам ***заповеди туриста:***

1. Нельзя понять смысл туризма, сидя дома.
2. Дорогу осилит идущий.
3. Если ты услал – помоги товарищу, и тебе станет легче.
4. Каким бы маленьким не был оставшийся кусочек хлеба – в походе его делят на всех.
5. Плохой поход бывает у плохих туристов.
6. Успех похода полностью зависит от его подготовки.

В 2024 году День туризма проходит под девизом «Туризм и водные ресурсы: защита нашего общего будущего». Таким образом, Всемирная организация хочет подчеркнуть роль туризма в объединении мировых культур при помощи путешествий.

Вот и подошло к концу наше путешествие. Скажите ребята, вам понравилось путешествовать? Будем заниматься туризмом?

Награждение победителей по итогам конкурсов.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

работы творческого объединения «Школа туризма», год обучения 1.

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата	Прим.
Сентябрь				
1	Вводное занятие. Инструктаж по ТБ.	3		
2	Природные особенности Ленинского района.	3		
3	Виды, объекты Ленинского района.	3		
4	Флора и фауна.	3		
	ИТОГО:	12 ч.		
Октябрь				
1	Топонимика Ленинского района.	3		
2	Топографическая карта.	3		
3	Условные знаки.	3		
4	Азимут.	3		
	ИТОГО:	12 ч		
Ноябрь				
1	Ориентирование по азимуту.	3		
2	Измерение расстояний.	3		
3	Работа с картой и компасом.	3		
4	Способы ориентирования.	3		
	ИТОГО:	12 ч.		
Декабрь				
1	Ориентирование по предметам	3		
2	Потеря ориентровки.	3		
3	Личная гигиена туриста.	3		
4	Походная медицинская аптечка.	3		
	ИТОГО:	12 ч.		
Январь				
1	Мозоли, потертости.	3		
2	Тепловой и солнечный удар.	3		

3	Ожоги, переохлаждения.	3		
4	Помощь утопающему. При ударе электрическим током.	3		
	ИТОГО:	12 ч.		
Февраль				
1	Пищевые отравления. Укусы.	3		
2	Раны, кровотечения, ушибы, переломы.	3		
3	Технические этапы в туризме.	3		
4	Снаряжение в дисциплине «дистанции».	3		
	ИТОГО:	12 ч.		
Март				
1	Работа со снаряжением.	3		
2	Спуск по склону.	3		
3	Подъем по склону.	3		
4	Навесная переправа.	3		
	ИТОГО:	12 ч.		
Апрель				
1		3		
2	Походное снаряжение.	3		
3	Туристский рюкзак и спальник.	3		
4	Установка и сборка палатки.	3		
	ИТОГО:	12 ч.		
Май				
1	Укладка рюкзака.	3		
2	Бивак. Костры и костровое хозяйство.	3		
3	Правила ухода за снаряжением.	3		
4	Итоговое занятие.	3		
	ИТОГО:	12 ч.		

9.4. ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристско-краеведческого объединения «Основа туризм»

№ п/п	Дата внесения изменений	Причина корректировки	На основании / в соответствии с чем внесена корректировка	Внесенные изменения (в каком разделе программы)	Кем внесены изменения (ФИО, подпись)	Согласование с заведующим подразделения, заместителем по УВР (подпись)