

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СУДАКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«СУДАКСКИЙ ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА»
ГОРОДСКОГО ОКРУГА СУДАК

ОДОБРЕНА

Педагогическим Советом
Протокол от 27.02.2023 г
№ 2

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ ДОД
«Судакский ЦДЮТ»
городского округа Судак
Е.Г. Потехина
Приказом от 27.02.2023 г.
№ 25/1



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «ВЕСНА-2»

Направленность:

туристско-краеведческая

Срок реализации программы:

1 год

Вид программы: модифицированная

Уровень: стартовый

Адресат программы: 8 – 14 лет

Составитель:

Тимошенко Валерий Витальевич,
педагог дополнительного образования

1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММА

1.1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная дополнительная общеобразовательная программа туристского объединения «Весна» является модифицированной, разработана на основе Образовательной программы для системы дополнительного образования детей «Туризм и краеведение», под общей редакцией: Константинова Юрия Сергеевича, доктора педагогических наук, Заслуженного учителя Российской Федерации, директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения; Маслова Анатолия Григорьевича, кандидата педагогических наук, Заслуженного учителя Российской Федерации, заместителя директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения; И.А. Дрогова, заместителя директора Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения, к.п.н., доцента, мастера спорта по туризму, судьи всесоюзной категории, спасателя II класса.

Рецензенты: Курсаков А.В., к.в.н., доцент, спасатель I класса, мастер спорта по туризму; Латчук В.Н., к.п.н., член учебно-методического совета по безопасности жизнедеятельности высшего педагогического образования при Минобрнауке России, инструктор-спасатель международного класса; Усков С.В. .

Дополнительна общеобразовательная общеразвивающая программа туристского объединения «Весна-2» (далее – Программа) составлена в соответствии с **нормативными документами:**

- Конституция Российской Федерации (в действующей редакции);
- Трудовой кодекс Российской Федерации (в действующей редакции);
- Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании Российской Федерации» (в действующей редакции);
- Федеральный закон от 24.07.1998 №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в действующей редакции);
- 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;

- Положения Федерального проекта «Успех каждого ребенка» в рамках Национального проекта «Образование» на 2019-2024 года, утвержденным 24.12.2018 г.;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 г. № 678-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей»;
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации /Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»
- Методические рекомендации по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ // Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-2563/05;
- Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме // Утв. Министерством просвещения Российской Федерации от 28.06.2019 № МР-81/02вн;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (раздел 6) «Гигиенические нормативы по устройству содержанию и режиму работы организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 №16 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей

и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)»;

– 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»;

– Об образовании в Республике Крым: закон Республики Крым от 06.07.2015 г. № 131-ЗРК/2015 (в действующей редакции);

– 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»;

– 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»;

– Приказ Министерства образования, науки и молодежи Республики Крым от 09.12.2021 г. № 1948 «О методических рекомендациях «Проектирование дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» (на основании решения коллегии Министерства образования, науки и молодёжи Республики Крым от 23.06.2021 года № 4/4);

- Уставом МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» городского округа Судак (в действующей редакции);
- Образовательная программа МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» городского округа Судак;
- другие Федеральные законы и нормативно-правовые акты Российской Федерации и Республики Крым, муниципальные правовые акты городского округа Судак в сфере дополнительного образования.

Направленность программы: туристско-краеведческая.

Предназначена для обучения подростков теоретическим и практическим навыкам пешеходного туризма. Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Актуальность программы. Актуальность данной программы основывается на цикличности туристско-краеведческой деятельности по принципу расширяющейся и углубляющейся гносеологической спирали, должностно-ролевой системе творческого самоуправления и развитии самостоятельности обучающихся детей. Определяется необходимостью изучения начального и базового уровня туристско-краеведческой деятельности для освоения туристского, экологического и краеведческого минимума и приобретения прочных навыков безопасного участия в туристских путешествиях. Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. Вовлечение воспитанников в туристско-краеведческую деятельность позволяет педагогу решать одновременно, в комплексе, вопросы обучения, воспитания, оздоровления, профессиональной ориентации и социальной адаптации детей, формирования навыков здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности.

Освоение Программы предполагает приобретение и развитие таких социально значимых качеств ребят, как: трудолюбие, настойчивость, целеустремленность. Занятия в объединении требуют систематической работы, в результате которой формируется отношение к труду как социально и личностно значимой ценности. В условиях автономного существования туристской группы, в походе воспитанники понимают, что только их труд лежит в основе успешного преодоления маршрута.

Коллективная деятельность в туристском объединении, в конечном итоге, способствует быстрой адаптации обучающихся к условиям социальной среды, к различным социальным ситуациям, деятельности в микрогруппах (от 5 человек) и макрогруппах (до 20 человек); к культурным, психологическим и социологическим факторам. При этом у обучающихся развиваются личностные качества, необходимые для работы в коллективе. В таких условиях у них укрепляется объективные факторы самооценки; мотивация,

направленная на самосовершенствование и самореализацию.

В целом все эти компоненты – необходимые и достаточные условия воспитания человека полезного обществу, способного к созидательному производительному труду, защите Отечества – патриота своей Родины.

Новизна программы. Данная программа предполагает не только постижение азов и основных знаний и навыков пешеходного туризма, но и способствует культурному обогащению, расширению кругозора, углублению знаний по истории Крыма, особенностям и традициям народов, населяющих полуостров. В предлагаемой Программе представлено содержание оздоровительно-познавательной деятельности с учащимися. Учебно-воспитательный процесс требует от обучающегося в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребенка направлена на активную физическую деятельность и непосредственное познание окружающего его мира.

Отличительная особенности программы.

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

Педагогическая целесообразность программы. Использование методики «погружения» обучающихся в проблему (учебно-тренировочный или образовательный процесс, туристско-спортивные мероприятия или организация быта в полевых условиях), для разрешения которой необходимо коллективно-командное (самодеятельное) решение комплекса задач за сравнительно ограниченный временной отрезок с полной концентрацией средств и сил.

Адресат программы. Возраст обучающихся – 8 – 14 лет. Рекомендуемый минимальный состав группы первого года обучения – не менее 16 человек. При наборе обучающихся первого года обучения следует комплектовать группу с превышением состава, так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения и, кроме того, не все дети по тем или иным причинам могут участвовать в учебных и зачетных мероприятиях.

Занятия можно проводить с полным составом объединения, но по мере роста опыта занимающихся следует делать больший упор на индивидуальные занятия. Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Объем и сроки освоения программы. Организация учебно-тренировочного процесса по программе предусматривается в течение календарного года (36 учебных недель – 72 часа). Педагог может увеличивать объемы учебно-тренировочных нагрузок и продолжительность занятий в

каникулярное время. Как правило, в это время организуются учебно-тренировочные походы, сборы, профильные лагеря с круглосуточным пребыванием воспитанников.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

При решении вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками (весовые, объемные, интенсивность тренировок) для занимающихся, необходима их строгая дифференциация и индивидуализация с учетом физического, половозрастного, морально-волевого и функционального развития.

Годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного тренировочно-туристского похода, участия в соревнованиях, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года. Она должна включать краеведческое изучение региона; разработку маршрута; переписку с общественно-туристскими и детско-юношескими организациями (объединениями) региона; распределение должностно-ролевых обязанностей; организационную и хозяйственную подготовку; проверку тактико-технической, морально-волевой, физической готовности воспитанников к учебным походам по родному краю. Педагогу необходимо уделять внимание психологической подготовке воспитанников к зачетному мероприятию, культуре межличностного общения, формированию коллектива.

Уровень программы: стартовый (ознакомительный).

Формы обучения. Занятия проводятся в очной форме (или, при необходимости, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

Особенности организации образовательного процесса. Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Преподаватель должен воспитывать у учащихся умения и навыки самостоятельно принимать решения, неукоснительно выполнять требования «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации», «Правил организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации». Обязательным условием является практическое участие обучающихся в подготовке и проведении соревнований, обучении младших школьников. Для проведения теоретических и практических занятий рекомендуется привлекать учителей – предметников, опытных судей, инструкторов, врачей, спасателей, спортсменов.

Состав группы – постоянный. Занятия – групповые и индивидуальные.

Режим занятий.

Общее количество часов в год – 72 часа.

Занятия проходят 1 раз в неделю по 2 часа или 2 раза в неделю по 1 часу.

Продолжительность учебного занятия:

- 30 – 35 минут для воспитанников до 8 лет;
- 45 минут для остальных обучающихся.

Учебная нагрузка обучающихся по возрасту:

- младший – 2 часа в неделю – групповые;
- средний – 4 часа в неделю – групповые, мелкогрупповые.

Учебные группы по возрасту:

- младший – 7 – 10 лет
- средний – 11 – 14 лет.

Родительские собрания проводятся 1 - 2 раза в год.

1.2. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы – воспитать настоящего патриота Республики Крым, развитого духовно и физически, формирование компетенций личности в процессе усвоения базовых знаний по туризму и краеведению.

Задачи Программы связаны как с познавательной, так и с практической деятельностью детей и подростков.

1. Образовательные (предметные, обучающие):

- научить основным правилам безопасности;
- познакомить с правилами оказания первой помощи;
- ознакомить с окружающей средой, географией и историческими ценностями родного края.

2. Метапредметные (развивающие):

- развить интерес к туризму;
- развить логическое мышление, внимание, память, фантазию, физическое тело;
- способствовать развитию познавательного интереса к географии родного края.

3. Личностные (воспитательные):

- заложить основы формирования спортивной культуры воспитанников;
- воспитать любознательность, трудолюбие, терпение, умение довести начатое дело до конца, взаимопомощь при выполнении работы;
- привить основы культуры труда;
- сформировать коллективные отношения через совместную деятельность, учитывая индивидуальные особенности каждого ребенка.

1.3. ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ ПРОГРАММЫ

Воспитательная работа в рамках программы направлена на воспитание чувства патриотизма и бережного отношения к природе, к русской культуре, ее традициям; уважение к культуре других стран и народов.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы, учащиеся привлекаются к участию (подготовке, проведению) в мероприятиях объединения, учреждения, города, республики: беседах, мастер-классах, конкурсах, соревнованиях, учебно-тренировочных походах.

Предполагается, что в результате проведения воспитательных мероприятий будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышения интереса к занятиям и уровня личностных достижений.

1.4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ТУРИСТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «ВЕСНА»

1 год обучения

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
I. Основы туристской подготовки						
1.1	Вводное занятие Техника безопасности	0.5	0.5	-	Групповое	Опрос
1.2	Туристские путешествия, история развития туризма	0.5	0.5	-	Групповое	Опрос
1.3	Воспитательная роль туризма	0.5	0.5	-	Групповое	Опрос
1.4	Правила поведения на веревочном парке	0,5	0,5	-	Групповое	Опрос
1.5	Этапы веревочного парка	2	0,5	1,5	Групповое	Опрос Проверка на практике
1.6	Личное и групповое туристское снаряжение	3	1	2	Групповое	Опрос Проверка на практике
1.7	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	3	1	2	Групповое	Опрос Проверка на практике
1.8	Подготовка к походу, путешествию	0.5	0.5	-	Групповое	Опрос
1.9	Питание в туристском походе	2	0,5	1,5	Групповое	Опрос
1.10	Туристские должности в группе	0,5	0,5	-	Групповое	Опрос
1.11	Правила движения в походе, преодоление препятствий	4	1	3	Групповое	Опрос Проверка на практике
1.12	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	0.5	0.5	-	Групповое	Опрос
1.13	Подведение итогов туристского похода	0.5	0.5	-	Групповое	Опрос
1.14	Соревнования на веревочном парке	8	2	6	Групповое	Участие
ИТОГО:		26	10	16		
II. Топография и ориентирование						

2.1	Понятие о топографической и спортивной карте	1	1	-	Групповое	Опрос
2.2	Условные знаки	2	0,5	1,5	Групповое	Опрос Проверка на практике
2.3	Ориентирование по горизонту, азимут	1	-	1	Групповое	Опрос Проверка на практике
2.4	Компас. Работа с компасом	1	0.5	0.5	Групповое	Опрос Проверка на практике
2.5	Измерение расстояний	1	0.5	0.5	Групповое	Опрос Проверка на практике
2.6	Способы ориентирования	1	-	1	Групповое	Опрос Проверка на практике
2.7	Ориентирование по местным предметам Действия в случае потери ориентировки	1	0,5	0,5	Групповое	Опрос Проверка на практике
ИТОГО:		8	3	5		
III. Краеведение						
3.1	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки	2	1	1	Групповое	Опрос Викторина
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	2	1	1	Групповое	Опрос Викторина
3.3	Изучение района путешествия	2	1	1	Групповое	Опрос Проверка на практике
3.4	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры	2	1	1	Групповое	Опрос Проверка на практике
ИТОГО:		8	4	4		
IV. Основы гигиены и первая доврачебная помощь						
4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	2	0.5	1.5	Групповое	Опрос Проверка на практике
4.2	Походная медицинская аптечка	2	0.5	1.5	Групповое	Опрос Проверка на практике

4.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	4	0.5	3.5	Групповое	Опрос Проверка на практике
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего	2	0.5	1.5	Групповое	Опрос Проверка на практике
ИТОГО:		10	2	8		
V. Общая и специальная физическая подготовка						
5.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений	1.5	0.5	1	Групповое	Опрос
5.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	1.5	0.5	1	Групповое	Опрос Проверка на практике
5.3	Общая физическая подготовка	12	0.5	11.5	Групповое	Соревнования
5.4	Специальная физическая подготовка	5	0.5	4.5	Групповое	Технический зачет
ИТОГО:		20	2	18		
ИТОГО за период обучения		72	21	51		

Зачетное мероприятие (поход, лагерь, слет и т.п.) - вне сетки часов

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

1 год обучения

1. Основы туристской подготовки (26 часов)

1.1. Техника безопасности. Туристские путешествия, история развития туризма (1 час)

Теория

Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

1.2. Воспитательная роль туризма (0,5 часа)

Теория

Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Её роль в подготовке к защите Родины, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности.

Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива.

Общественно полезная работа.

1.3. Правила поведения на веревочном парке (0,5 часа)

Теория

1.4. Этапы веревочного парка (2 часа)

Теория

Этапы нижнего яруса: короткие бревна, ступеньки, кочки, длинные бревна, цирк повышенной сложности, параболы.

Этапы верхнего яруса: змейка, гать, кочки повышенной сложности, цирк повышенной сложности, паутина, эскалатор.

1.5. Личное и групповое туристское снаряжение (3 часа)

Теория

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы

рюкзачков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для 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. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практика

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

1.6. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (3 часа)

Теория

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по развешиванию 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.

Практика

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов.

Развешивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

1.7. Подготовка к походу, путешествию (0,5 часа)

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практика

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.

1.8. Питание в туристском походе (2 часа)

Теория

Значение правильного питания в 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.

Практика

Составление меню и списка продуктов для 1-3-х дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

1.9. Туристские должности в группе (0,5 часа)

Теория

Должности в группе – постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет).

Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завтрак), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Практика

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

1.10. Правила движения в походе, преодоление препятствий (4 часа)

Теория

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практика

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

1.11. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий (0,5 часа)

Теория

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.

Практика

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

1.12. Подведение итогов похода (0,5 часа)

Теория

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

Практика

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого на прокат.

Подготовка экспонатов для школьного музея.

Отчетные вечера, выставки по итогам походов.

Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

Практические занятия

Составление отчета о походе. Ремонт и сдача инвентаря. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов.

1.13. Соревнования на веревочном парке (8 часов)

Теория

Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Положения о слете и соревнованиях, условия проведения. Выбор места проведения, размещения участников и судей, оборудование места соревнований. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнования и оформления мест проведения.

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

Практика

Участие в туристских соревнованиях школы, учреждения дополнительного образования на веревочном парке «Весна», района в качестве участников.

2. Топография и ориентирование (8 часов)

2.1. Понятие о топографической и спортивной карте (1 час)

Теория

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координаты точек на карте.

Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты.

Масштабы спортивной карты.

Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практика

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

2.2. Условные знаки (2 часа)

Теория

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практика

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

2.3. Ориентирование по горизонту, азимут (1 час)

Теория

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо ("Роза направлений").

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Практика

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

2.4. Компас. Работа с компасом (1 час)

Теория

Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практика

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, "бабочки" и т.п.).

2.5. Измерение расстояний (1 час)

Теория

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шага в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практика

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построения графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

2.6. Способы ориентирования (1 час)

Теория

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир - маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление

абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).
Протокол движения.

Практика

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

2.7. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки (1 час)

Теория

Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировок, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практика

Упражнения по определению азимута 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.

3. Краеведение (8 часов)

3.1. Родной край, его природные особенности, история, известные земляки (2 часа)

Теория

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность.

Экономика и культура края, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие. История своего населенного пункта.

Практика

Знакомство с картой своего края. "Путешествия" по карте. Проведение краеведческих викторин.

3.2. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи (2 часа)

Теория

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии на предприятия, на стройки, в учреждения и организации. Сбор сведений об истории края в архивах, военкоматах, общественных организациях.

Практика

Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

3.3. Изучение района путешествия (2 часа)

Теория

Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т.п. Подготовка докладов о районе похода: по истории, климату, рельефу, флоре, фауне и т.д.

Практика

Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

3.4. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры (2 часа)

Теория

Краеведческая работа – один из видов общественно-полезной деятельности.

Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий. Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск.

Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы.

Работа в музеях, архивах, библиотеках.

Законодательство по охране природы. Природоохранительная деятельность туристов.

Охрана памятников истории и культуры.

Работа среди местного населения: оказание помощи одиноким и престарелым, организация концертов и встреч.

Практика

Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы.

4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (10 часов)

4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний (2 часа)

Теория

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличение сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями, как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

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.

4.2. Походная медицинская аптечка (2 часа)

Теория

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.

Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практика

Формирование походной медицинской аптечки.

4.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи (4 часа)

Теория

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практика

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

4.4. Приемы транспортировки пострадавшего (2 часа)

Теория

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практика

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

5. Общая и специальная физическая подготовка (20 часов)

5.1. Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений (1,5 часа)

Теория

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов.

Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен.

Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система - центральная и периферическая.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности.

Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

5.2. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках (1,5 часа)

Теория

Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о "спортивной форме", утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

Практика

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

5.3. Общая физическая подготовка (12 часов)

Теория

Основная задача общей физической подготовки - развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка - основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные, индивидуальные занятия членов группы.

Практика

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скалкой, гантелями. Элементы акробатики.

Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Плавание - освоение одного из способов.

5.4. Специальная физическая подготовка (5 часов)

Теория

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов.

Место специальной физподготовки на различных этапах процесса тренировки.

Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы.

Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

Основная цель тренировок - приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

Практика

Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты. Упражнения для развития силы. Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

1.5. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программа объединения предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентирования на местности, ведения краеведческих наблюдений и исследований, оказания первой медицинской помощи, инструкторской деятельности в своем классе, школе, туристском объединении; необходимых знаний, умений и навыков для получения спортивных разрядов по туризму, туристскому многоборью, спортивному ориентированию, званий «Юный турист России», «Турист России».

Освоив данную Программу, учащиеся:

- приобретут специальные знания по вопросам туртехники, ориентированию, доврачебной медицинской помощи;

- познакомятся с историей Российского туризма и перспективами развития туризма в РХ;
- расширят и углубят свои знания в области истории, географии, биологии, литературы родного края, ОБЖ, физической подготовке;
- познакомятся с проблемами экологии и охраны природы РХ;
- научатся работать в команде;
- изучат способы контроля над эмоциями, психологического настроя на участие в соревнованиях и походах;
- разовьют силу, выносливость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями;
- научатся правильно распределять свои силы;
- познакомятся с профессиями, требующими наличие туристских навыков;
- приобретут навыки самообслуживания в условиях походной жизни;
- приучатся к безоговорочному выполнению ТБ при работе с турснаряжением;
- смогут творчески подходить к решению нестандартных ситуаций;
- познакомятся с правилами поведения в общественных местах и культурного поведения в природе, правилами поведения под землей.

Работа по программе строится с учетом ближних и дальних перспектив.

Практические занятия проводятся в 1-дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также на местности (на пришкольном участке, стадионе, в парке) и в помещении (в классе, спортзале), на веревочном парке. Приведенный перечень практических занятий является примерным и может быть изменен педагогом в зависимости от условий работы объединения. Особое внимание необходимо обратить на общую и специальную физическую подготовку занимающихся в объединениях детей.

После года обучения за рамками учебных часов планируется участие в туристском слете, соревнованиях на веревочном парке и на местности, туристском лагере, сборах и т.п.

2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1. Календарный учебный график

Режим образовательного процесса

Учебные занятия по Программе проводятся в свободное от занятий в общеобразовательных учреждениях время в очной форме (или, по необходимости, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий) по расписанию, утвержденному директором МБОУ ДОД «Судакский ЦДЮТ» городского округа Судак.

Учебный год в учреждении ежегодно начинается 01 сентября и заканчивается 31 августа.

Продолжительность учебного года – 36 учебных недель.

Количество учебных дней – 72.

Количество учебных часов – 72.

Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, при проведении занятий с детьми в возрасте до 7 лет продолжительность академического часа может сокращаться до 30-35 минут. В зависимости от особенностей ряда объединений занятия могут проходить без перерывов. Продолжительность перемен между занятиями устанавливается в соответствии с согласованным режимом работы Учреждения на учебный год и составляет 5 – 15 минут.

Контрольные процедуры проводятся в конце каждой темы и на последнем занятии в конце учебного года.

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.

2.2. Условия реализации программы

1) Кадровое обеспечение.

Разработка и реализация Программы осуществляется педагогом дополнительного образования, согласно должностной инструкции, утвержденной приказом директора учреждения, которая разработана на основании профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (в действующей редакции).

Педагог дополнительного образования относится к категории специалистов и является педагогическим (основным) составом учреждения.

Педагог дополнительного образования подчиняется непосредственно заместителю директора по учебно-воспитательной работе.

На должность педагога дополнительного образования назначается лицо:

- имеющее высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования «Образование и педагогические науки» или высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп направлений специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования педагогической направленности;

- не имеющее ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации;

- прошедшее обязательный предварительный (при поступлении на работу) и периодические медицинские осмотры (обследования), а также внеочередные медицинские осмотры (обследования) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации;

- прошедшее аттестацию на соответствие занимаемой должности в установленном законодательством Российской Федерации порядке.

2) Материально-техническое обеспечение.

Учебный кабинет занимает светлую, уютную комнату площадью 20,8 м². В кабинете соблюдается световой, воздушный, тепловой режимы, санитарно-гигиенические требования.

Учебный кабинет имеет естественное боковое левостороннее освещение. Ориентация окон учебного помещения на западную сторону горизонта. В кабинете оборудовано два окна, конфигурация которых прямоугольная, направление светового потока левостороннее. Санитарное состояние окон удовлетворительное. В учебном кабинете оборудована система общего освещения.

Внутренняя отделка помещения соответствует санитарно-гигиеническим требованиям: стены оштукатурены и покрашены водоэмульсионной краской, полы деревянные.

Учебный кабинет оборудован ученическими столами и стульями. Состояние мебели удовлетворительное. При расстановке ученической мебели выдерживаются расстояния между рядами и от стен. Обеспеченность мебелью достаточная. Каждый обучающийся обеспечен удобным рабочим местом за столом в соответствии с его ростом и состоянием зрения и слуха. В учебном кабинете находятся шкафы для хранения методической литературы, дидактического материала.

Основное место занятий – веревочный парк «Весна», природные объекты с деревьями и скальными участками.

Для занятий используются:

- ткань и нитки для ремонта туристского оборудования – палаток, рюкзаков, обуви и т.д.;
- миллиметровая бумага;
- бумага А-4.

Перечень материально-технического оснащения:

- ноутбук,
- проектор,
- интерактивная доска,
- колонки,
- подключение к сети Интернет,
- рюкзаки,
- полиуретановые коврики,
- веревки различных диаметров и метража,
- карабины,
- страховочные системы,
- перчатки,
- каски.

Дидактическое обеспечение программы

Схемы, карты, фотографии, специальная методическая литература, иллюстрации.

Методическое обеспечение программы

Особенности организации образовательного процесса

Образовательный процесс осуществляется в очной форме (или, по необходимости, с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

Методики

Обучение детей по данной Программе предполагает использование на занятиях разнообразных педагогических приемов и методов, как классических, так и эвристических, направленных на выявление и развитие творческих способностей обучающихся.

На занятиях педагог использует собственные методики проведения занятия, с целью обновления содержания образовательного процесса.

Методы обучения:

Словесные:

- рассказ;
- беседа;
- обсуждение;
- устный инструктаж;

Наглядные:

- демонстрация иллюстраций, видеоматериалов, презентации;
- дидактический материал;
- показ технических приемов туризма;

Практические:

- технические зачеты;
- занятия с элементами соревнований;

Для стимулирования и мотивации учебно-познавательной деятельности используются:

- познавательные игры, викторины;
- создание эмоциональных ситуаций;
- предъявление требований;
- убеждение;
- поощрение.

Для контроля и самоконтроля за эффективностью учебно-познавательной деятельности используются следующие методы:

- *устный контроль и самоконтроль* объединяют индивидуальный опрос обучающихся, устный самоконтроль и взаимоконтроль воспитанников.

Необходимо учитывать возрастные психофизиологические особенности детей, их индивидуальные особенности.

Методы воспитания: убеждение, поощрение, упражнение, стимулирование, мотивация и др.

Для решения поставленных воспитательных задач и достижения цели программы, обучающиеся привлекаются к участию, подготовке и проведению мероприятий в объединении, учреждении, городе, республике: походах, олимпиадах, соревнованиях, слетах.

Предполагается, что в ходе реализации программы будет достигнут высокий уровень сплоченности коллектива, повышения интереса к занятиям и уровня личностных достижений, сформируется навык самостоятельной работы.

Формы организации образовательного процесса: групповая, мелкогрупповая (по подгруппам от 5 человек), индивидуальная.

Формы организации учебного занятия: встреча с интересными людьми, акция, беседа, игра (деловая, ролевая), мастер-класс, открытое занятие, практическое занятие, экскурсия, поход, конкурс, «мозговой штурм» и т.д.

Используются различные **педагогические технологии:**

- *проблемного обучения* – учащиеся самостоятельно находят пути решения той или иной задачи, поставленной педагогом, используя свой опыт, творческую активность;
- *дифференцированного обучения* – используется метод индивидуального обучения;
- *личностно-ориентированного обучения* – через самообразование происходит развитие индивидуальных способностей;
- *развивающего обучения* – учащиеся вовлекаются в различные виды деятельности;
- *игрового обучения* – через игровые ситуации, используемые педагогом, происходит закрепление пройденного материала (различные конкурсы, викторины и т.д.);
- *здоровьесберегающие технологии* - проведение физкультурных минуток, занятий по технике безопасности.

Алгоритм учебного процесса:

Работа на занятии проводится в несколько этапов:

- подготовка спортивного зала или спортивной площадки к проведению занятия: натяжка перил, проверка снаряжения, наличия необходимых инструментов – карт, компасов и т.д.;
- организационный момент: приветствие детей, настраивание учащихся на совместную работу, актуализация опорных знаний;
- теоретическая часть: объявление темы занятия, цели и задач, объяснение теоретического материала;
- практическая часть – закрепление изученного материала: выполнение заданий по теме;
- окончание занятий: рефлексия, подведение итогов занятия.

Задача педагога – не только определить конечную цель, но и отслеживать промежуточные результаты, благодаря которым можно своевременно выявить и предупредить возможные отклонения от прогнозируемого результата.

Информационное обеспечение

1. <http://www.tyrist.net/> - справочник туриста и путешественника.
2. www.ecosystema.ru - экология, природа России, игры, методические разработки, определители растений, животных, грибов.
3. <http://hibaratxt.narod.ru/karty/indexsusl.html> условные знаки топографических карт.
4. <http://omac.ru/> - методические разработки по туризму авторской программы Д. Ю. Милехина «Спортивный туризм», 2002 год.
5. <http://www.ch-Hb.ru/general/biblio/projects/enc/index.html>. На сайте приведено очень много разнообразных вопросов для тестов по краеведению. Там же есть готовые разработки краеведческих занятий, материалы, полнотекстовые варианты книг по краеведению.
6. <https://search.rsl.ru/ru/record/01001640536> Штюмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма. - М.: ЦРИБ «Турист», 2012.
7. Программа дополнительного образования "Занимательное краеведение" <https://infourok.ru/programma-dopolnitelnogo-obrazovaniya-zanimatelnoe-kraevedenie1245991.html>

2.3. Формы аттестации

Оценивание в общей подготовленности осуществляется два раза в год, в середине и конце учебного года. При проведении тестирования особое внимание уделяется созданию единых условий для всех воспитанников туристского объединения «Весна». Оценивание проводится в соответствии с внутренним календарем.

Методы оценивания уровня знаний учащихся:

- однодневный поход;

- опросы;
- анкетирование учащихся;
- соревнования.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: аналитический материал, видеозапись, грамота, диплом, свидетельство (сертификат), готовая работа, дневник достижений обучающегося, журнал посещаемости, материал анкетирования и тестирования, методическая разработка, портфолио, перечень готовых работ, фото, отзыв детей и родителей, статья и др.

Формы 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 уроке и представляет собой основную форму контроля. Используются такие методы, как наблюдение, вызов-опрос, контрольные испытания, театральные постановки, импровизация, где ребята могут применить свои знания на практике, выполняя задания коллективно и индивидуально.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в виде театральной постановки. Цель – выявление результатов обучения, определение качества приобретенных знаний, навыков, подготовка и проведение массовых мероприятий, участие в конкурсных программах.

Формы проведения контроля обучающихся определяются педагогом в соответствии с дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программой. К ним относятся:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов опросов, анкет, тестов, открытых занятий;
- диагностика освоенных навыков.

В течении учебного года идёт анализ уровня приобретённых навыков, отслеживается развитие качеств личности, уровень результатов обучения по Программе. Подведение итогов реализации программы проводится с учётом возрастных показателей детей, согласно Учебного плана. Данная система позволяет комплексно подойти к оценке знаний обучающихся, так как даёт возможность оценить не только качество усвоенных знаний, но также умение применять полученные знания, умения и навыки на практике.

Результаты заносятся в диагностическую карту и дают возможность отразить уровень планируемых результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы.

Методика выявления, диагностики и оценки получаемых результатов разрабатываются педагогом в соответствии с требованиями, локальными актами, принятыми в образовательной организации.

2.4. Список литературы

Список литературы для педагога

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М., Серебrenиков А.В. Туристская топография. М., Профиздат, 1985.
3. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. М., ЦРИБ "Турист", 1989.
4. Баленко С.В. Школа выживания, Приложение к журналу "Зарубежное военное обозрение, М., часть 1 - 1992, часть 2- 1994 г.
5. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.
6. Березина Н., Лисс О., Самсонов С. Мир зеленого безмолвия. – М.: Мысль, 1983.
7. Бринк И.Ю., Бондарец М.П. Ателье туриста. М., ФиС, 1990.
8. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М., ЦРИБ "Турист", 1983.
9. Волович В.Г. Академия выживания. – М.: ТОЛК, 1996.
10. Волович В.Г. Как выжить в экстремальной ситуации. М., "Знание", 1990.
11. Выживание в экстремальных условиях. М., ИПЦ "Русский раритет", 1993.
12. Выживание. Сост. С.И.Коледа, П.Н. Драчев, Минск, ООО "Лазурак", 1996.
13. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. М., Издательский дом "Вокруг света", 1994.
14. Ганопольский В.И. Организация и подготовка спортивного туристского похода. М., ЦРИБ "Турист", 1986.
15. Губанов И.А., Крылова И.Л., Тихонова В.Л. Дикорастущие полезные растения СССР. М., "Мысль", 1976.
16. Казанцев А.А. Организация и проведение соревнований школьников по спортивному ориентированию на местности. М., ЦДЭТС МП РСФСР, 1985.
17. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. М., Профиздат, 1984.
18. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
19. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1997.
20. Кошельков С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
21. Краткий справочник туриста. М., Профиздат, 1985.
22. Кублицкий Г. Весь шар земной. М., "Детская литература", 1986.
23. Куликов В.М. Походная туристская игротка. Сборники № 1,2. М., ЦДЮТур МО РФ, 1994.
24. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1997.
25. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований «Школа безопасности». - М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.

26. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско – краеведческих объединений учащихся. – М., ЦДЮТур Минобразования России, 1999.
27. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М., Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000.
28. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе: Учебное пособие. М.: Академия, 2004.
29. Нурмимаа В. Спортивное ориентирование. М., ФСОРФ, 1997.
30. Огородников Б.И. С картой и компасом по ступеням ГТО. М., ФиС, 1989.
31. Организация и проведение поисково-спасательных работ силами туристской группы. М., ЦРИБ "Турист", 1981.
32. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. М., Профиздат, 1987.
33. Ротштейн Л.М. Школьный туристский лагерь. М., ЦДЮТур МО РФ, 1993.
34. Рыжавский Г.Я. Биваки. М., ЦДЮТур МО РФ, 1995.
35. Стрижев Ю.А. Туристу о природе. М., Профиздат, 1986.
36. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. Пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений. М., Просвещение, 1990.
37. Шибаев А.В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
38. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., ФиС, 1983.
39. Штюмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма. М., ЦРИБ "Турист", 1992.
40. Энциклопедия туриста. М., Научное издательство "Большая Российская энциклопедия", 1993.

Литература, рекомендованная для детей и родителей

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.
2. Бринк И.Ю., Бондарец М.П. Ателье туриста. М., ФиС, 1990.
3. Губанов И.А., Крылова И.Л., Тихонова В.Л. Дикорастущие полезные растения СССР. М., "Мысль", 1976.
4. Зорина Т.Г. Школьникам о лесе. М., "Лесная промышленность", 1971.
5. Клан Я., Ванчур Б., Грибы. Прага, "Артия" 1984.
6. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1997.
7. Краткий справочник туриста. М., Профиздат, 1985.
8. Кублицкий Г. Весь шар земной. М., "Детская литература", 1986.
9. Кук Ф. Мое обретение полюса. М., "Мысль", 1987.
10. Куликов В.М. Походная туристская игротка. Сборники № 1,2. М., ЦДЮТур МО
11. Лондон Д. Любовь к жизни. Архангельск, Северо-Западное книжное издательство, 1977 г.
12. Основы медицинских знаний учащихся. Под ред. Гоголева М.И. М., Просвещение 1991.
13. Стрижев Ю.А. Туристу о природе. М., Профиздат, 1986.

14. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., ФиС, 1983.

3. ПРИЛОЖЕНИЯ

3.1. Оценочные материалы

- Какие основные правила техники безопасности должны неукоснительно соблюдаться при прохождении маршрута?
 - Какие нормативные документы по туризму вы знаете?
 - Что включает в себя подготовка к походу (необходимая документация)?
 - Какие элементы учитываются при подведении итогов похода?
 - Расскажите о технике преодоления искусственных и природных препятствий.
 - Что необходимо учитывать при движении в ночное время?
 - Назовите основные способы ориентирования.
 - Продемонстрируйте основные способы ориентирования.
 - Расскажите о Всероссийском туристско-краеведческом движении учащихся «Отечество».
 - Что нужно знать о маршруте?
 - Какую общественно полезную работу необходимо выполнять на маршруте?
 - Что такое врачебный самоконтроль, и как он осуществляется?
 - Соревнования по общей физической подготовке.
 - Соревнования по специальной физической подготовке.
 - Что вы знаете о работе МЧС?
 - Что включает в себя оказание первой доврачебной помощи?
 - Расскажите и покажите приемы транспортировки пострадавшего.
 - Расскажите о тактике и технике движения в экстремальных ситуациях.
 - Расскажите о способах добычи пищи и воды.
 - Расскажите о способах изготовления специального снаряжения.
- Все эти вопросы в различных вариациях отрабатываются на промежуточных и основных аттестациях.

уровня сформированности практических и теоретических навыков

Учебный год _____

Название Программы: Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа туристского объединения «Весна-2»

Группа № _____

35

3.2. Методическое обеспечение программы

1 год обучения

№ п/п	Раздел программы	Форма организации и форма проведения занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного процесса	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Виды и форма контроля
1	Вводное занятие Техника безопасности	Групповая Лекция	Словесный Беседа	Методическая литература	Опрос
2	Основы туристской подготовки. Туристская подготовка.	Групповая Лекция	Словесный Беседа	Методическая литература Компьютер	Опрос
3	Топография и ориентирование	Групповая Лекция Практика	Словесный Объяснение Выполнение	Карты, компасы	Опрос Проверка на практике
4	Краеведение	Групповая Лекция	Словесный Беседа	Методическая литература	Опрос Викторина
5	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	Групповая Лекция Показ Практика	Словесный Объяснение Выполнение	Методическая литература Аптечка	Опрос Проверка на практике
6	Общая и специальная физическая подготовка	Групповая	Объяснение Выполнение	Спортивный инвентарь	Проверка на практике Соревнования

План-конспект занятия по теме «Установка палатки. Размещение вещей в ней»

Цель: Научить учащихся устанавливать палатку и размещать вещи в ней.

Задачи:

1. Познакомить учащихся с видами палаток.
2. Показать, как ставить палатку.
3. Формирование интереса к занятиям туризмом.

Необходимое оборудование: Доска, магниты, рисунки с видами палаток, каркасная палатка.

Тип занятия: Объяснение нового материала.

Методы обучения: Наглядно- иллюстрационный.

Формы обучения: Беседа, рассказ, демонстрация.

План занятия

1. Организационный момент.
 - Приветствие, сообщение темы занятия, целей и задач.
2. Объяснение нового материала.
 - Что такое палатка.
 - Какие бывают палатки.
 - Из чего они состоят.
 - Размещение вещей в палатке.
 - Установка палатки.
3. Закрепление изученного материала.
 - Установка палатки на практике.
4. Заключительная часть.
 - Подведение итогов занятия.

Ход занятия

Метод. Рекомендации

Организационный момент.

Здравствуйте. Сегодня на занятии мы с вами узнаем, что такое палатка, какие они бывают, из чего состоят. Научимся ставить каркасную палатку.

Объяснение нового материала.

Итак, что же такое палатка? Как вы думаете?

Палатка- Это домик туриста.

Палатка используется туристами для сна, отдыха и укрытия от непогоды. Палаток выпускается такое количество, что рассказать об особенностях каждой из них вряд ли возможно. По конструкции палатки бывают: каркасные, полу каркасные и бескаркасные. В каркасных палатках конструктивной основой является жесткий каркас, на который натягивают полотно палатки. В полу каркасных полотно натягивается частично за счет каркаса, частично при помощи растяжек. В бескаркасных палатках полотнище натягивается на центр стойки или между естественными опорами при помощи растяжек.

Раньше самой распространенной палаткой являлась брезентовая бескаркасная двускатная палатка. Изготовлена она из водоотталкивающей ткани или палаточного брезента. Весит она от 5 до 6 кг, в высоту имеет 1,5 метра, площадь пола — 2 х 1,5 метра (рис.). В такую палатку свободно помещается

3-4 человека, но при желании можно вместить и 4—5 человек, правда, лежать им придется на боку.

Также пользовалась популярностью и альпинистская «памирка», зарекомендовавшая себя в глазах туристов в любых условиях с лучшей стороны. Она чуть легче — 3 кг; пол и крыша изготовлены из прорезиненного перкаля; чуть ниже — 1,2 метра — и чуть меньше по площади — 2 x 1,3 метра. Помещается в «памирку» 4 человека, при желании — 5.

Следует помнить, что такая палатка защищает от дождя не слишком долго. Промокать палатка начинает прежде всего в тех местах, где на крыше образовались морщины, поэтому важно всегда натягивать палатку идеально ровно, чтобы не создавать себе проблем во время непредвиденного дождя. Кроме того, капать начинает и в тех местах, к которым изнутри прикасаются голова и плечи. В дождливую погоду нужно быть осторожным, чтобы не устроить внутри палатки такой же дождь, как снаружи.

Чтобы обезопасить палатку от дождя, туристы часто применяют накидку из полиэтилена, причем делают ее достаточно большой, чтобы накрыть ею не только саму палатку, но и сложенные возле нее рюкзаки, которые вовсе не обязательно хранить внутри палатки, в которой и без того не слишком просторно. Полиэтилен легко крепится на палатке с помощью бельевых прищепок, веревки, оттяжек самой палатки или воткнутых рядом с палаткой в землю веток. Если полиэтилена не хватает на всю палатку, можно накрыть только ту ее часть, в которой располагаются туловища спящих.

Вещи в таких палатках можно размещать в нутрии. Вещи достают из рюкзака и укладывают их в палатки. Мягкие вещи кладут под голову, можно по бокам. Рюкзаки и обувь оставляют возле входа в нутрию палатки.

Такие палатки сейчас используются очень редко. На смену им пришли более удобные в эксплуатации палатки.

Это современные туристические палатки, которые выпускают в данный момент или в последние годы. Эти палатки значительно отличаются от традиционных двухскатных брезентовых «домиков» о которых мы говорили раньше. Сейчас речь пойдет о каркасных палатках.

Каркасные палатки бывают: Одноместные, двухместные, трехместные, четырехместные, экстремальные, кемпинговые, зимние, тенты.

Современные туристические палатки отличаются от традиционных наличием упругого каркаса, отлично держащего форму и нередко вообще избавляющего туриста от необходимости пользоваться растяжками...

Но первое, чего хотелось бы подробно коснуться, описывая современные палатки, это различие по «однослойности» и «двуслойности». Однослойные палатки не имеют тента (или так называемой внешней палатки). Они, разумеется, меньше весят, ставить их проще и быстрее. Но в таких палатках собирается конденсат, стекающий по стенкам и увлажняющий как самого туриста, так и его спальник, и другие вещи. Есть «однослойки» из «дышащих» материалов, однако это далеко не всегда хорошее решение проблемы, поскольку влага может попасть к Вам и извне — в виде дождя.

Двуслойки являют собой симбиоз двух палаток — внутренней и внешней. Внешняя — это непромокаемый, непродолаваемый тент, так или иначе

натягивающийся на внутреннюю, полностью накрывая последнюю. Как правило, тент оттягивается от внутренней палатки небольшими растяжками для лучшей вентиляции и защиты от осадков. При этом не использование растяжек в большинстве случаев не влияет на устойчивость конструкции в целом, так как всю ее растягивает и удержит пружинящий каркас (правда, туннельные палатки все же нужно растягивать – об этом ниже). В тенте должны быть предусмотрены специальные вентиляционные отверстия: например, в виде таких слуховых окошек на вершине. Внутренняя палатка делается из дышащего, легкого, «промокаемого» материала. Сверху у внутренней палатки крупные сетчатые отверстия. Вход делается из двух слоев – внутреннего (анти москитного и вентиляционного) и внешнего – герметичного. Весь конденсат, выделяемый при дыхании, выходит через вентиляцию и оседает на стенках тента, но не внутри жилого помещения.

Перед тем как продолжить описание конструктивных форм, скажем несколько слов о каркасе. Именно наличие простого, легкого каркаса, создающего и поддерживающего форму туристической палатки, делает ее удобной и универсальной. То есть отвечающей современным требованиям. По сути дела, каркас современной палатки – это две или больше упругих дуги из прочных коротких трубочек, сквозь которые проходит своеобразная прочная «резинка», соединяющая их воедино. Трубочки быстро вставляются одна в другую и так же быстро складываются, и убираются. Для наглядности опишем процесс установки стандартной двухслойной палатки.

Итак, достаем и расстилаем в любом понравившемся нам месте соответствующей площади внутреннюю палатку, «пригвоздив» ее углы к земле (что, впрочем, далеко не обязательно). Достаем каркас в виде двух «стопок» трубок с «резинками» посередине. Вставляем трубки одну в другую и делаем две таких тонюсеньких жерди. Затем поочередно и перпендикулярно продеваем «жерди» в петли, которыми изобилуют грани куполообразной палатки. По углам, у дна, видим подобие коротких ремешков с отверстиями, усиленными металлом. Теперь нам нужно вставить концы «жердей» в эти отверстия, после чего они превратятся в дуги и сделают из бесформенного куса материи аккуратный, удобный походный домик. Осталось натянуть тент и прикрепить его к угловым ремешкам, а также открыть вентиляционные отверстия. По периметру можно растянуть внешнюю палатку специальными стропами, привязав их к колышкам.

Собственно говоря, только что мы описали способ установки куполообразной (или полусферической) каркасной палатки. Эта форма наиболее популярна и универсальна. Место для установки такой палатки найти легко и просто. Куполообразные туристические палатки исключительно устойчивы. В безветренную погоду палатку можно ставить без боковых растяжек. В случае необходимости, установленную палатку можно легко поднять и перенести на новое место – буквально одной рукой. Большой внутренний объем и разносторонность позволяют чувствовать себя в ней свободно и комфортно: как лежа, так и сидя. У куполообразных палаток практически всегда два входа, что очень удобно для совместного «проживания» нескольких человек.

Перейдем к описанию еще одного распространенного вида каркасных палаток. Этот вид объединяет «палатки-полубочки» или туннельные палатки. Как видно из названия, палатки эти имеют вытянутую форму в виде половинки разрезанного вдоль цилиндра. Дуги устанавливаются без пересечений, параллельно по ширине палатки. Устанавливая «полубочку» невозможно обойтись без растяжек. Следует обращать внимание на направление ветра (если он сильный), так как перпендикулярный ветер при недостаточной укрепленности дна и силе растяжения всех боковых сторон палатки, может просто-напросто развернуть ее или деформировать дуги, неподдерживаемые друг другом (как в куполообразных палатках). Зато в «полубочках» можно оборудовать более комфортные спальные места, больше возможности для размещения одежды и множества других нужных вещей внутри. Если грамотно и аккуратно «растянуть» палатку-полубочку по всему периметру и прочно «пригвоздить» дно, то можно создать отличный, удобный «домик» для многодневного проживания. Кроме того, у «полубочек» тамбуры оказываются просторней и устойчивей...

Что касается тамбуров. Тамбур туристической палатки – это некое помещение между входом внутренней палатки и тентом. Очень удобное, например, для того, чтобы хранить под крышей, но вне жилой части всякие вещи типа рюкзака, обуви, пил, топоров и проч. Надо сказать, что тамбуры, хотя бы в зачаточном виде, есть практически у всех современных палаток. У простых сферических они образуются растяжкой передней части тента. Если тамбур большой, в нем можно готовить на примусе, переодеваться и выполнять другие операции под защитой от дождя, но не в палатке. Полноценный тамбур имеет собственный каркас. (Правда, такой тамбур заметно увеличивает общий вес палатки). Иногда это самостоятельная дуга, вдетая в пазы кромки тента. Но гораздо устойчивее окажется и тамбур, и палатка в целом, если дуги тамбура пересекаются с дугами палатки. Итак, тамбуры могут быть разными: всего лишь частью прикрепленного к земле колышком тента, продолжением туннелеобразного тента «полубочки», являть собой небольшой навес на стойках, иметь отдельный каркас или прочный каркас, пересекающийся с каркасом палатки и т.п. Но наиболее удобным видом тамбура лично мне кажется тамбур с боковым входом и несколькими дугами в каркасе. Такой тамбур оказывается просторной, полноценной «прихожей». С противоположной от входа в палатку стороны имеется защищенное со всех сторон помещение для хранения снаряжения и припасов, при этом остается еще очень много места для других целей..., впрочем, многие из тех, кто во время отдыха на природе делает более или менее серьезные переходы, считают такие изыски неоправданной роскошью, ввиду значительно возрастающей массы туристической палатки и общего объема «багажа».

3. Закрепление нового материала.

Учащиеся сами пробуют устанавливать палатку.

4. Заключительная часть.

Сегодня на занятии мы коснулись наиболее общего описания основных видов туристических палаток, используемых в походах и слетах.

Так же еще существуют большие, так называемые, «кемпинговые» палатки, рассчитанные на многодневное пребывание на природе большого количества людей имеют свои конструктивные особенности и по причине громоздкости и огромного веса пригодны в основном для автомобилистов. Но об этом в другой раз.

Вы все молодцы, хорошо усвоили тему. Спасибо.

Дети высказывают свои предложения.

Дети записывают какие бывают палатки.

Это современные туристические палатки, которые выпускают в данный момент или в последние годы. Эти палатки значительно отличаются от традиционных двухскатных брезентовых «домиков» о которых мы говорили раньше. Сейчас речь пойдет о каркасных палатках.

Каркасные палатки бывают: Одноместные, двухместные, трехместные, четырехместные, экстремальные, кемпинговые, зимние, тенты.

Современные туристические палатки отличаются от традиционных наличием упругого каркаса, отлично держащего форму и нередко вообще избавляющего туриста от необходимости пользоваться растяжками...

Пошаговая инструкция установки палатки

- а) достаньте и расстелите на земле внутреннюю палатку вниз чёрным дном;
- б) соберите дуги, вставив их части одна в другую, и положите их накрест;
- в) вставьте дуги в отверстия по углам внутренней палатки, а затем прикрепите внутреннюю палатку к дугам с помощью пластиковых крючков;
- г) тент накиньте на каркас с внутренней палаткой и вставьте концы короткой стойки (если она есть) в карманы, расположенные на внутренней стороне тента;
- д) с внутренней стороны тента закрепите застежки на дугах и застегните пряжки на углах палатки;
- е) Закрепите палатку с помощью колышков, которые идут в комплекте.
- ж) застегните все молнии на входах на внутренней палатке и тенте; на случай непогоды закройте вентиляционные окна, выкопайте канавку по периметру вокруг палатки, что помешает воде проникнуть внутрь.

Штормовые растяжки следует растягивать лишь в том случае, если палатка стоит на открытой местности. Если группа расположилась в лесу, где нет ветра, эти растяжки совершенно не нужны.

3.3. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН РАБОТЫ ТУРИСТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «ВЕСНА-2»

№ п-п	Тема, раздел программы. Содержание работы на каждое занятие	Дистанционное обучение	Количество часов	Календарные сроки выполнения	Коррекция
1	2	3	4	5	6
1	Вступительное занятие. ТБ (вводный инструктаж), ТБ (первичный инструктаж). Оздоровительная роль туризма		0.5		
1.1	Оздоровительная роль туризма		0.5		
1.2	Туристские путешествия, история развития туризма		0.5		
1.3	Воспитательная роль туризма	ДИС	0.5		
1.4	Правила поведения на веревочном парке		0,5		
1.5	Этапы веревочного парка		0,5		
1.6	Этапы веревочного парка		0,5		
2	Основы туристской подготовки. Туристская подготовка				
2.1	Личное и групповое туристское снаряжение	ДИС	0.5		
2.2	Личное снаряжение и уход за ним.	ДИС	0,5		
2.3	Групповое снаряжение и уход за ним.	ДИС	1		
2.4	Правила размещения предметов в рюкзаке		1		
2.5	Организация туристского быта		0.5		
2.6	Привалы и ночлеги	ДИС	0,5		
2.7	Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря		1		
2.8	Установка палаток. Размещение вещей в них		1		
2.9	Питание в туристском походе	ДИС	1		
2.10	Приготовление пищи на костре		1		
2.11	Туристские должности в группе	ДИС	0,5		
2.12	Правила движения в походе		0,5		
2.13	Преодоление препятствий		0,5		
2.14	Преодоление препятствий		1		
2.15	Преодоление препятствий		1		
2.16	Преодоление препятствий		1		
2.17	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий		0.5		
2.18	Подведение итогов туристского похода		0.5		
2.19	Соревнования на веревочном парке		1		
2.20	Соревнования на веревочном парке		1		
2.21	Соревнования на веревочном парке		1		
2.22	Соревнования на веревочном парке		1		
2.23	Соревнования на веревочном парке		1		
2.24	Соревнования на веревочном парке		1		
2.25	Соревнования на веревочном парке		1		
2.26	Соревнования на веревочном парке		1		

3	Топография и ориентирование				
3.1	Понятие о топографической и спортивной карте	ДИС	1		
3.2	Условные знаки		1		
3.3	Характеристика местности по рельефу		1		
3.4	Ориентирование по горизонту, азимут		1		
3.5	Компас. Работа с компасом		1		
3.7	Измерение расстояний		1		
3.8	Способы ориентирования		1		
3.9	Ориентирование по местным предметам		0,5		
3.10	Действия в случае потери ориентирования		0,5		
4	Краеведение				
4.1	Родной край, его природные особенности		1		
4.2	История, известные земляки	ДИС	1		
4.3	Туристские возможности родного края	ДИС	1		
4.4	Обзор экскурсионных объектов, музеи	ДИС	1		
4.5	Изучение района путешествия		1		
4.6	Подготовка докладов о районе похода		1		
4.7	Общественно полезная работа в путешествии		1		
4.8	Охрана природы и памятников культуры		1		
5	Основы гигиены и первая доврачебная помощь				
5.1	Личная гигиена туриста	ДИС	1		
5.2	Профилактика различных заболеваний		1		
5.3	Походная медицинская аптечка		1		
5.4	Личная аптечка туриста		1		
5.5	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи		1		
5.6	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи		1		
5.7	Определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи		1		
5.8	Определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи		1		
5.9	Приемы транспортировки пострадавшего		1		
5.10	Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего		1		
6	Общая и специальная физическая подготовка				
6.1	Краткие сведения о строении и функциях организма человека	ДИС	1		
6.2	Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья		0.5		
6.3	Врачебный контроль и самоконтроль		0.5		
6.4	Дневник самоконтроля		1		

6.5	Развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов		1		
6.6	Развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов		1		
6.7	Развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов		1		
6.8	Развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов		1		
6.9	Развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов		1		
6.10	Всесторонняя физическая подготовка		1		
6.11	Всесторонняя физическая подготовка		1		
6.12	Всесторонняя физическая подготовка		1		
6.13	Всесторонняя физическая подготовка		1		
6.14	Требования к физической подготовке		1		
6.15	Требования к физической подготовке		1		
6.16	Характеристика средств физической подготовки		1		
6.17	Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов		1		
6.18	Характеристика и методика развития		1		
6.19	Характеристика и методика развития		1		
6.20	Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода		1		
6.21	Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода		1		
7	Летние зачетные соревнования на рельефе.		Вне сетки часов		
ИТОГО:			72		

3.4. Лист корректировки дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристского объединения «Весна-2»

№ п/п	Причина корректировки	Дата	Согласование с заведующим подразделением (подпись)

		Уборка леса	Весь период	
2	Физическое воспитание Формирование здоровьесберегающей среды и здорового образа жизни	Физическое воспитание: понятие, определение, характеристики и сущность - лекция «Теоретические знания – один из главных факторов укрепления и сохранения здоровья» - беседа Пять правил здорового образа жизни - беседа	Октябрь Октябрь Ноябрь	
3	Гражданско-патриотическое, правовое и поликультурное воспитание	Шефство над партизанскими памятниками «Правомерное поведение – сознание, навыки и привычки» - беседа «Толерантность – это? Америка, Европа и Россия» - лекция-диспут	Весь период Ноябрь Ноябрь	
4	Эстетическое воспитание	«Утратило ли понятие эстетики свое значение в современном мире, уступив практичности и доступности?» - беседа Посещение музеев	Декабрь Каникулы	
5	Трудовое и экономическое воспитание	Выполнение обязанностей в походе – практикум «Экономическое сознание – основа экономической культуры» – лекция	Весь период Декабрь	
6	Духовно-нравственное воспитание	«Концепция духовно-нравственного воспитания - нужно стремиться стать высокоморальным, творческим, профессионально компетентным гражданином» - беседа Утрата духовно-нравственных идеалов и ценностей в обществе, проблематичность самоопределения и самореализации молодого человека - диспут	Январь Февраль	
7	Семейное воспитание	Усвоение знаний, умений и навыков, которые необходимы	Февраль	

		для формирования личности в условиях семьи - беседа		
8	Формирование потребности в самопознании и саморазвитии личности	«Осознание собственного «Я» - это самосознание личности» - лекция «Успех и счастье в целом доступно только гармоничному человеку» - диспут	Март Апрель	
9	Формирование социально-значимых и индивидуальных качеств	Четыре группы социально значимых качеств личности - лекция Этапы социального развития личности - беседа	Апрель Май	
10	Формирование коммуникативной культуры	Современные требования к подготовке учащихся к взрослой жизни – лекция-диспут	Май	