

**Управление образования городского округа Клин**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

**СОГЛАСОВАНО**  
с педагогическим советом  
протокол № 1  
от 28.08.2024 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
Директор \_\_\_\_ Л.В. Марина  
Приказ от 02.09.2024 г. № 59-1

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**  
**ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

**«ТРОПА»**

(стартовый, базовый уровень)

возраст обучающихся: 11-16 лет  
Срок реализации: 3 года

**Автор-составитель:**  
**Вилкина О.В.**  
педагог дополнительного образования

г. Клин, 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Образовательная общеразвивающая программа «Туризм и экология» разработана на основе примерных (типовых) программ для системы дополнительного образования детей «Юные туристы», «Юные туристы-спасатели» автор программы Дрогов И.А., одобренной и утвержденной Министерством образования РФ и Министерством по чрезвычайным ситуациям РФ, в соответствии с законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.; Федеральным законом «Об основах туристической деятельности» от 30.07.2010 № 242-ФЗ.

### **Актуальность данной общеразвивающей программы:**

Изучение родного края становится важнейшим и обязательным компонентом в системе образования, что обусловлено общими целевыми установками современного образования (познание окружающего мира во всем его многообразии, понимание взаимодействия между человеком и процессами, явлениями, происходящими вокруг него, подготовка к жизни в конкретной среде).

Экологическое образование и воспитание невозможно без определенной суммы знаний о природе. Именно поэтому программа предусматривает изучение начального уровня экологической, туристской, краеведческой деятельности для освоения, экологического, туристского и краеведческого минимума и приобретения прочных навыков безопасного участия в туристских путешествиях.

Туристско-краеведческая работа – это важный способ передачи новому поколению накопленного человечеством жизненного опыта и материально – культурного наследия, нравственного оздоровления и культурного развития нации. Принимая во внимание, что будущее поколение страны в современных экономических условиях не должно терять нравственные ориентиры, необходимо развивать туризм во всех его видах и формах. Туристическое объединение работает в Доме Детского творчества много лет. Поэтому продолжение традиций очень важно для воспитания.

Данная программа предлагает разнообразные виды деятельности учащихся: обучаются туристским навыкам, правилам поведения вынужденной автономии, оказанию первой медицинской помощи, знакомятся с историей, монументами и памятниками своего района и края.

Программа предусматривает выездные и пешие походы по историческим местам, по местам отдыха с целью опознавания, тренировки и экологические акции на территории памятников, в пути следования и местах отдыха. При использовании современных технологий имеется возможность использования сети Интернет для знакомства с другими туристическими объединениями по краю, для встреч, совместных походов, отдыха и соревнований. Туризм, личность, труд – звенья одной цепи: это и познание, и повышение культурного уровня, и важное средство общения, и дружба, и укрепление здоровья учащихся, и немало важно – любовь к своей малой родине, природе и истории.

**Направленность** данной программы – естественнонаучная. Программа по виду является модифицированной, по признаку – общеразвивающей с практической ориентацией.

### **Новизна программы.**

Данная программа позволяет конкретизировать цель обучения экологии – формирование экологической культуры человека, дать знания о видах туризма и типах туристского природопользования, о степени воздействия туристской деятельности на окружающую среду.

Новизну программы обуславливает то, что она полностью построена на основе регионального компонента. Учащиеся изучают экологию города Клин, городского округа Клин, Московской области, историю своей малой Родины.

**Отличительные особенности программы.** Заключаются в её комплексном характере, соединении экологии, туризма и краеведения. Отличие от уже существующих дополнительных образовательных программ заключается в том, что большинство программ по экологическому обучению

ориентировано на проведение, в основном, аудиторных занятий, недостаточно используется обучение непосредственно в природных условиях. Хотя давно известно, что наиболее интересными для ребят и эффективными в образовательном и воспитательном плане являются занятия, проведенные в полевых условиях. Методы проведения экологических исследований можно освоить на должном уровне, только погружаясь в изучение самой живой природы.

Данная программа носит комплексный, образовательно-развивающий характер, предусматривает раскрытие индивидуальных психологических особенностей детей, овладение экологическими, краеведческими, туристскими навыками, позволяющими свободно жить и ориентироваться в природе, участвовать в походах и путешествиях.

Учитывая разносторонние интересы детей и многообразие окружающего мира, в содержание программы включены вопросы по экологии, краеведению, истории и туризму, потому что свой родной край необходимо изучать *комплексно*.

Программа предусматривает усиление экологического подхода в обучении, так же большая часть программы уделяется туристской подготовке, технике, походам, путешествиям.

Программа взаимосвязана с общеобразовательными организациями городского округа Клин. На базе ДДТ периодически проходят обучающие совещания с руководителями школьных туристско-экологических и туристско-краеведческих объединений. Согласно отдельному плану в течение учебного года среди обучающихся школ проводятся муниципальные туристско-экологические и туристско-краеведческие мероприятия: фестиваль «Люди идут по свету» (в рамках Международного Дня туризма), туристско-краеведческий слет, научно-исследовательская конференция, конкурс исследовательских краеведческих работ «Отечество. Мой город», Квест-игра

«По тропам родного края», экологические акции: «Кормушки для птиц», «Дни защиты от экологической опасности», конкурс экологического плаката и рисунка «Нам этот мир завещано сберечь», фотоконкурс «Я в туризме», квест-игра «По тропам родного края». (см. Приложение)

Кроме того, программа предполагает налаживание сотрудничества с Клинским филиалом государственного казенного учреждения Московской области «Мособллес» для улучшения качества проводимых исследований и результативности проектной и конкурсной деятельности. ( Приложение Положение муниципального конкурса «Абрамцевский дуб»).

### **Межпредметные связи.**

Программа призвана расширить теоретическую базу знаний образовательных областей: «Биология», «Экология», «Естествознание», «Основы безопасности жизнедеятельности», «География», и осуществляет возможность для их практического применения. Обучающиеся получают необходимые знания по гигиене человека, основам геологии, культуре межличностных отношений (обратной связи), туристской подготовке.

В туризме заложены огромные возможности для воспитания, повышения культурного и образовательного уровня участвующих в нём людей. В туристских путешествиях пополняются знания людей о различных сторонах жизни народа, о своём крае, о разных районах нашей страны.

**Педагогическая целесообразность:** Обучение по программе «Тропа» отвечает потребностям и запросам обучающихся и современным образовательным тенденциям в воспитании детей, так как решает проблемы формирования экологического сознания на основе конкретной, практико-ориентированной деятельности, направленной на изучение и защиту природы, осознании себя как части природы, в том числе природы родного края.

Реализация программы строится на:

- повторном обращении к одним и тем же разделам программы, благодаря чему учащиеся имеют возможность расширить и углубить уже имеющиеся знания, умения и навыки по туризму и краеведению;
- программа построена таким образом, что подросток может на любом этапе стать участником курса без риска иметь пробел в полученных остальных обучающимися знаний;
- программа нацелена на более глубокое изучение одного-двух компонентов туристско-экологической деятельности.

В современных условиях туризм должен занимать значительное место в свободном от учёбы времени школьников, в период каникул, в воскресные и праздничные дни и являться одним из основных направлений воспитательной работы.

Человек – составная часть природы. Туристско-экологическая деятельность многогранна. Большое преимущество туристско-экологической работы перед другими видами деятельности – это предоставление возможностей активного, эмоционально- деятельного познания окружающего мира и реального положения человека в окружающей действительности. 16-ти летний опыт работы в области туризма показал, что различные формы и средства являются действенными методами в формировании нравственных качеств личности подростков. В походах развивается бережное отношение к природе, самостоятельность, умение приходить на помощь людям, организовывать досуг. Ребята чувствуют себя взрослыми, ответственными за безопасное нахождение на природе не только себя, но и других людей. Туристско-экологическая деятельность имеет интегративный характер, потому что воспитательная, социальная, природная, творческо-преобразующая функции нравственного формирования личности подростков реализуются в своей совокупности. Практическая значимость программы заключается в том, что на занятиях обучающиеся осваивают туристические навыки и навыки экологической и природоохранной деятельности: учатся

вязать туристические узлы, разжигать костер, готовить на нем пищу, устанавливать палатку, спускаться и подниматься по крутым склонам, переправляться через ручьи и овраги, учатся любить свой родной край, укрепляют здоровье, осуществлять экологическую и природоохранную деятельность, участвуя в социально значимых акциях, проектах и конкурсах.

Программа позволяет обучающимся получить начальную туристско-экологическую подготовку; овладеть знаниями и практическими умениями в составлении плана похода, в ориентировании на местности с помощью карты и компаса, в организации бивачных работ, в оказании доврачебной помощи в условиях похода и организовывать экологические акции, исследования.

Базовые нормативно-правовые документы, учитываемые при разработке программы:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 29 августа 2013 г. N 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 от 10 сентября 2014 г.;
- Письмо Минобрнауки РФ от 11 декабря 2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;
- Методические рекомендации по разработке дополнительных общеразвивающих программ в Московской области;
- Устав МБУ ДО «Дом детского творчества». Утвержден приказом начальника УО Администрации Клинского муниципального района № 94-1/0 27.05.15 г.

### **Педагогическая целесообразность программы.**

В ходе реализации программы развиваются способности и склонности учащихся к труду, учебе, игре. В нее включены такие виды деятельности как самостоятельная работа с выполнением различных заданий на

экскурсиях, в походах, выбор самостоятельной темы с дальнейшим оформлением реферата. Формы работы: учебно–тренировочные походы, соревнования; туристские вечера, творческие встречи. Выполнение задач занятий, развитие физической и технической подготовленности, соблюдение постоянного режима способствует воспитанию волевых качеств обучающихся. В процессе волевых проявлений формируются инициативность и самостоятельность, решительность и смелость, выдержка и самообладание. Все эти качества взаимосвязаны, но главным, ведущим является целеустремленность, которая в значительной мере определяет уровень воспитания и проявления других качеств. Волевые качества при рациональном педагогическом руководстве становятся постоянными чертами личности. Это позволяет обучающимся проявлять их в трудовой, учебной, общественной и других видах деятельности; даст возможность в подростковом возрасте избежать влияния таких социальных явлений, как юношеский алкоголизм, наркомания, токсикомания и других.

**Цель программы:** создание оптимальных условий для развития и самореализации обучающихся в процессе экологической, туристско-краеведческой и проектно-исследовательской деятельности.

### **Задачи программы:**

Метапредметные:

- создать условия для воспитания трудолюбия, навыков здорового образа жизни;
- приобщить обучающихся к общечеловеческим ценностям;
- создать условия для гармоничного развития личности, совершенствования духовных и физических потребностей; формирования самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке, умения вести себя в коллективе; выработки организаторских навыков



- Создать условия для развития общих познавательных способностей: умение наблюдать, описывать, строить предположения и предлагать способы их проверки, находить причинно – следственные связи.
- Способствовать развитию возможностей приобретения личного экологически ориентированного опыта по взаимодействию с окружающим миром.

#### Личностные:

- воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;
- воспитание коллективизма, освоение стандартов культуры труда и общения;
- формирование умения видеть красоту окружающего мира.
- развивать мотивацию личности к познанию и творчеству;
- физически совершенствовать подростков (развивать силу, выносливость, координацию движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями).

#### Предметные:

- расширение и обобщение знания детей о мире природы, как целостной взаимосвязанной системе.
- обучение основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах;
- расширение знаний по географии, биологии, экологии, полученных в средней школе;
- формирование знаний, умений и навыков самостоятельной исследовательской деятельности.

#### Развернутые предметные задачи:

- дать знания в составлении плана путешествия;
- научить приемам организации бивачных работ;
- научить оказывать доврачебную помощь;
- обучить организации самостраховки;
- научить самостоятельно собирать рюкзак, устанавливать палатку;
- обучить правилам передвижения по пересеченной местности, по лесу и травянистым склонам;
- научить пользоваться картой и компасом, ориентироваться на местности;
- расширить знания по истории родного края;
- познакомить с работой со специальной литературой;
- обучить навыкам проектной деятельности.

Данная программа – двухуровневая. Стартовый уровень -1 год обучения. Базовый уровень – 2 года обучения.

Выполнение программы рассчитано на **3 года обучения**.

Возраст обучающихся **11 до 16 лет**. Заниматься может каждый школьник, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям.

### **Возрастные психологические особенности.**

#### Возраст 11-12 лет

В этом возрасте у детей ещё не сформирована эмоционально-волевая сфера. Затруднена произвольная регуляция собственного поведения. Формируются навыки учебной рефлексии. Присутствует незрелость личностных структур (совесть, приличия, эстетические представления). Преобладает тревожность, страх оценки. Учащиеся ориентированы на общение со значимым взрослым (педагогом) с оправданием ожидания одобрения им.

Поэтому в работе с учащимися данной возрастной группы применяются опорные слова и символы, использование образцов изделий, схем, постоянная смена наглядного материала, обращается особое внимание на доступность дидактического и информационного материала. Преобладает положительная эмоциональная окраска обстановки. На занятиях часто меняются виды деятельности, применяются физкультминутки, игровые,

соревновательные формы, викторины и т.п. (по теме занятия). Обязательно оценивается деятельность каждого учащегося в процессе занятия, в том числе через признание его успешности, различные поощрения. Ребята обучаются навыкам учебной рефлексии через совместную выработку критериев оценки их деятельности.

### Возраст 13 – 15 лет

Подростковый возраст характеризуется перепадами настроения без достаточных причин, повышенной чувствительностью к оценке посторонними внешности, способностей, умений. При этом внешне подростки выглядят самоуверенными, безапелляционными в суждениях.

Ведущая потребность в этом возрасте – общение со сверстниками. Подростков отличает быстрая утомляемость и низкая работоспособность, резкие перепады настроения в связи с бурным психофизиологическим развитием. Замедляется реакция. Подросток не сразу отвечает на вопросы, не сразу начинает выполнять задания. Эмоционально-волевая сфера сформирована слабо. Учащиеся в этом возрасте ориентированы в поведении на поддержание и одобрение со стороны сверстников. Чрезвычайно обидчивы на замечания, особенно в отношении внешности. Подросткам необходимо ощущение социальной востребованности (формирование чувства взрослости).

С учащимися этого возраста занятия организуются в режиме проблематизации, проектной деятельности с опорой на личный опыт учащихся, на яркие и понятные примеры и факты реальной жизни. Используется наглядно-дидактический материал (схемы, иллюстрации, готовые изделия, ключевые слова, символы), информационные стенды. В работе с обучающимися применяются беседы, дискуссии, игры.

Практикуется самостоятельная работа. При планировании занятия оставляется резерв времени, с учётом замедленного реагирования подростков. Сложный материал повторяется неоднократно, используя разные

варианты. По ходу занятия постоянно проверяется правильность понимания с помощью вопросов, игр.

### **Срок реализации программы 3 года.**

Стартовый уровень – 1 год обучения. Может выступать как самостоятельный курс. Так и подготовительный к базовому.

Базовый уровень -2 года обучения.

### **Режим занятий:**

Стартовый уровень 1 год обучения – 144 часа (два раза в неделю по 2 академических часа с 10-15 минутным перерывом между занятиями)

Базовый уровень 1 год обучения – 216 часов в год (два раза в неделю по 3 академических часа с 10-15 минутным перерывом между занятиями.)

Базовый уровень 2 год обучения – 216 часов в год (два раза в неделю по 3 академических часа с 10-15 минутным перерывом между занятиями.)

Основными формами организации занятий являются:

практическое занятие, исследовательская работа, мастер – класс, беседа, выставка, конкурс, экскурсия, игра, поход.

Основными формами организации образовательного процесса являются: групповая и малогрупповая.

В процессе обучения применяются следующие **педагогические технологии**:

1. Технология личностно-ориентированного обучения (И.С.Якиманская) – сочетает обучение (нормативно-сообразная деятельность общества) и учение (индивидуальная деятельность ребенка)
2. Технология коллективной творческой деятельности (И.П.Волков, И.П.Иванов) – выявляет, учитывает, развивает творческие способности детей и приобщает их многообразной творческой деятельности.

3. Игровые технологии (П.И.Пидкасистый, Д.Б.Эльконин) – обладает средствами, интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта.

- Технология дифференцированного обучения: (Автор Л.С. Выготский) определение интересов, наклонностей, способностей учащихся.
- Проектно-исследовательская технология (Автор Зимняя И. А.)

Разработка и защита учащимися различных проектов краеведческой и экологической направленности.

- Новые информационные технологии: (Автор В.В.Гузеев) использование специальных технических информационных средств: компьютер, видеоаппаратура.

#### **Формы проведения занятий:**

- инструктаж по ТБ; беседа, рассказ, показ карт, схем, демонстрация репродукций, аналитическая работа с литературой, наглядная агитация, игра и игровые приемы, выполнение по образцу, экскурсия, поход, работа индивидуально, группами и микрогруппами.

#### **Методы работы**

В ходе реализации данной общеразвивающей программы используются следующие методы работы:

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

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

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

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

### **Структура учебного занятия**

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

#### Подготовительная часть занятия.

Выполняет служебную функцию, так как обеспечивает лишь создание предпосылок для основной учебно-воспитательной работы. Задачи подготовительной части –сообщение задач и намеченного содержания занятия, общее разогревание организма обучающихся и подготовка к предстоящим нагрузкам. Содержание подготовительной части зависит от исходного состояния обучающихся. Эта часть имеет тем большее значение, чем выше степень сложности, интенсивности и травмоопасности предстоящей основной двигательной деятельности. Граница между подготовительной и основной частью занятия условна, поскольку первая как бы переходит во вторую.

#### Основная часть занятия.

Выполняет главную функцию, так как именно в ней решаются все категории задач. Задачи, и содержание основной части изменяются в широких пределах в зависимости от подготовленности занимающихся, их возраста, пола и физического состояния в данный момент. Структура основной части бывает однородной или комплексной (комбинированной). Однородная структура типична для занятий, где все направленно на реализацию одной главной задачи (разучивание сложного двигательного упражнения или развивающие воздействие на определенные функции организма).

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

#### Заключительная часть занятия.

Выполняет функцию организации завершения учебно-воспитательного процесса.

Основная задача заключительной части:

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

#### **Ожидаемые результаты программы:**

В результате работы по программе «Туризм и экология» учащиеся должны достичь следующих результатов:

#### **Предметные результаты:**

Учащиеся должны знать

- определение – туризм, виды туризма, основные формы организации туристского путешествия, гигиенические требования к подбору снаряжения для проведения походов;
- приёмы самоконтроля состояния здоровья, состав походной аптечки;
- основы экологической деятельности
- основы личной гигиены в походе;

- методы и приёмы изучения и описания природных объектов; должны овладеть:
- навыками исследовательской и проектной работы;
- навыками пешеходного туризма; ориентирования на местности, оказания первой доврачебной помощи.

### **Метапредметные результаты:**

Учащиеся должны овладеть

- навыками публичных выступлений, способами решения жизненно-практических задач;
- развитие в себе духовные и физические качества;
- умением работать с различными источниками информации;
- применять на практике знания и умения, полученные в ходе работы над проектами и исследованиями в дальнейшей учебе.

### **Личностные результаты:**

У учащихся должны быть сформированы:

- основы чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;
- основы качеств, необходимых для работы в коллективе, основы стандартов культуры труда и общения;
- начальные навыки самовоспитания.

### **Ожидаемые результаты усвоения программы по годам обучения**

В результате освоения общеразвивающей программы «Туризм и экология» обучающиеся будут знать:

- Основные сведения по истории развития туризма в России. Виды туризма. Основные задачи и содержание туристско-краеведческого движения учащихся «Отечество»,
- Роль туризма в становлении личности. Законы, правила, нормы поведения юных туристов



- Требования, предъявляемые к туристскому снаряжению. Перечень личного и группового снаряжения для походов выходного дня
- Основные требования к месту привала и бивака. Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря. Основные типы костров и их назначение. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров
- Порядок подготовки к походу. Основные источники сведений о районе похода
- Основные требования к продуктам, используемым в походе. Правила хранения продуктов в походе. Принцип составления меню и списка продуктов
- Перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности
- Основные правила движения группы на маршруте. Общие характеристики естественных препятствий и правила их преодоления
- Меры безопасности при проведении тренировочных занятий и в походе, при преодолении естественных препятствий. Правила поведения в населенных пунктах
- Порядок подведения итогов похода
- Основные сведения по подготовке и проведению туристских соревнований. Виды туристских соревнований
- Понятие о масштабе карты. Оформление карт. Их отличительные свойства.
- Различия топографических и спортивных карт
- Стороны горизонта. Понятие азимута и его определение
- Устройство компаса. Четыре действия с компасом. Понятие «ориентиры»
- Способы ориентирования с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Сохранение направления движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий. Организация разведки маршрута. Движение по легенде
- способы оказания первой медицинской помощи при кровотечении, переломах, вывихах, ранениях, ожогах, обморожениях;

Приобретут навыки:

-Составление перечня личного и группового снаряжения для похода выходного дня с учетом погодных условий. Укладка рюкзака. Подгонка снаряжения. Уход за снаряжением

-Выбор места для привала, бивака. Установка палатки и размещение в ней вещей. Разведение костра. Заготовка дров

-Составление плана подготовки похода. Изучение района похода.

-Составление плана-графика движения. Подготовка снаряжения

-Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление на костре каши и супа из концентратов

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

-Соблюдение правил и режима движения. Преодоление несложных естественных препятствий

-Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий. Вязание улов: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь

-Составление отчета о походе. Ремонт снаряжения. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов

-Участие в туристских соревнованиях в качестве участника

-Определение масштаба и расстояния по карте. Копирование участков маршрута на кальку

-Измерение и построение азимутов

-Ориентирование карты по компасу. Выполнение прямой и обратной засечки. Движение по азимуту с помощью компаса

-Определение ориентиров движения, способов привязки, точки стояния.

Сохранение направления движения

- уметь соорудить временное убежище из подручного материала, уметь добывать пищу, воду, огонь, изготавливать оружие для охоты и рыбалки;

Личностными результатами будут:

- положительное отношение учащихся к занятиям двигательной деятельностью,

–накопление знаний и формирование умений использовать природные ценности для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей,

– достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты, формируемые в ходе программы, отражают:

– Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;

– Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире, с учетом устойчивых познавательных интересов;

– Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

– Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в природе..

- физическое и психическое оздоровление воспитанников; воспитание патриотизма и верности своей Родине; приобретение жизненно-важных двигательных навыков и умений:

Учащиеся могут сдать нормативы на 1, 2 и 3-й юношеские спортивные разряды по туризму, а также на значки «Юный турист России» и «Турист России»;

Качество практических навыков проверяется на соревнованиях. Улучшение результатов команды — критерий спортивно-технического роста учащихся. Возможна сдача нормативов на спортивные разряды по туристскому многоборью.

После первого года занятий основной целью обучающихся является летний зачетный некатегорийный поход и важным стимулом для них должно стать получение в результате занятий юношеских спортивных разрядов по туризму.

Дать ребятам возможность освоить все премудрости туризма — значит привить им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию.

### **Характеристика ожидаемых результатов реализации программы**

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения программы «Туристы-экологи». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении обучающихся к занятиям туризмом, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать полученные знания и опыт для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в туристско-экологической деятельности.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей обучающихся, проявляющихся в

активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретённые на базе освоения программы «Туристы-экологи», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни обучающихся.

Предметные результаты характеризуют опыт обучающихся в творческой деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения программы «Туристы-экологи». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах туристско-экологической деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач.

#### **Программа имеет свои способы проверки результатов:**

Результативность освоения программы выявляется в ходе проведения текущего, и итогового мониторинга. Текущий контроль проводится по результатам освоения тем и разделов программы. Итоговая аттестация проводится по завершению реализации дополнительной общеразвивающей программы.

#### **Критерии оценки результатов:**

Положительными результатами работы педагога по данной программе можно считать:

- сохранение контингента учащихся на всем протяжении обучения (состав группы изменился менее чем на 30%);
- постоянный рост спортивно-технического мастерства (от участия в степенных походах к участию в походах 3-4 категории сложности);
- рост уровня спортивных достижений команды (выступление на соревнованиях, слетах);
- привлечение старших учащихся к судейству на окружных и городских соревнованиях;

### **Способы оценки результатов:**

Для оценки качества знаний, умений и навыков учащихся используется различного рода контрольно-проверочные мероприятия. Так, в конце каждого года обучения следует проводить зачет по теоретическому курсу с проверкой знаний по изученным дисциплинам.

По завершении изучения курса учащиеся должны уметь самостоятельно разрабатывать маршруты походов по равнинной части до 1 категории сложности, составлять и рассчитывать продуктовую раскладку, перечень группового и личного снаряжения, рассчитывать вес рюкзака.

В связи с этим целесообразно контроль практических навыков в этой области провести с использованием так называемой проектной методики. Т.е. предложить учащимся самостоятельно разработать маршрут похода по заданному району и в заданные сроки. Нет большей награды, чем практическая реализация того проекта, который ты сам разработал. Не следует забывать, что педагог работает не для себя, а для детей, поэтому желательно, чтобы районы походов предлагались самими детьми. А для того, чтобы они имели представление о том, куда и как можно пойти в поход, следует в рамках изучения темы «Краеведческая подготовка» провести семинар по районам путешествий. Причем, важно, чтобы дети самостоятельно подготовили сообщения о выбранных районах, а помощь педагога заключалась бы в подборе иллюстративного и демонстрационного материала и в небольших дополнениях к сообщению.

Уровень технического мастерства проверяется на соревнованиях, которые проводят местные и городские туристские организации.

### **Диагностика основных результатов**

Ожидаемые результаты	Низкий уровень Не освоены (1-3 балла)	Средний уровень Освоены слабо (4-7 балла)	Высокий уровень Освоены в полном объеме (8-10 балла)
Вязка узлов	Не умеет вязать узлы, путает их названия и применение	Умеет вязать часть узлов (30-60%), знает	Умеет вязать все узлы, знает названия, правильно применяет

		названия, но не всегда правильно применяет	
Определение азимута	Не знает, что такое азимут, не умеет пользоваться компасом	С ошибками определяет азимут, умеет пользоваться компасом	Всегда правильно определяет азимут, умеет пользоваться компасом
Навыки оказания доврачебной помощи	Не знает теории оказания доврачебной помощи, не умеет накладывать повязки, шины	Слабо знает теорию оказания доврачебной помощи, не всегда правильно накладывает повязки, шины	Хорошо знает теорию оказания доврачебной помощи, без ошибок умеет накладывать повязки, шины
Установка палатки	Не знает правила установки палатки, выбора места бивака	Ошибается в правилах установки палатки, выбора места бивака	Хорошо знает правила установки палатки, выбора места бивака
Укладка рюкзака	Неверно укладывает рюкзак	Укладывает рюкзак с ошибками	Правильно укладывает рюкзак

### **Критерии и показатели сформированности экологической культуры обучающихся**

<b>Критерии</b>	<b>Показатели</b>
Познавательный	Обучающийся усвоил научные знания по экологии и краеведению. Знает нормы и правила организации деятельности и поведения в природе. Осваивает экологические и природоохранные знания, планирует и реализует экологическое самообразование
Мотивационно-ценностный	Понимает ценности природы. Сформировал эмоционально-личностное отношение к окружающей среде. Ответственно ведет себя в окружающей среде. Положительно относится к природоохранительной работе
Деятельностный	Владеет системой экологических умений и навыков, необходимых для решения эколого-природоохранительных проблем. Участвует в экологической деятельности

### **Уровни сформированности экологической культуры**

Уровень	Комментарии
Высокий	Обучающийся обладает глубокими и прочными знаниями современных проблем экологии и охраны окружающей среды. Умеет оперировать и руководствоваться знаниями в экологической деятельности. Проявляет положительный интерес к учебным предметам естественнонаучного и общественно-географического цикла. Проявляет ответственное отношение к природе и понимает важности ее охраны. Осознанно относится к окружающей среде. Проявляет доброжелательность и чуткость по отношению к природе. Демонстрирует гуманное поведение в природе, которое является внутренней нравственной потребностью. Понимает социальную значимость экологического образования и воспитания, потребность в проведении экологической деятельности. Умеет принимать осознанное решение в экологических проблемных ситуациях. Проявляет активное участие на уроках, во внеклассных мероприятиях, в трудовых делах, а также в эколого-пропагандистской работе
Средний	Знает современные проблемы экологии и охраны природы глобального масштаба, но недостаточно ориентируется в локальных и региональных экологических ситуациях. Недостаточно проявляет положительную мотивацию к изучению учебных предметов естественнонаучного и общественно-географического цикла. Недостаточно проявляет ответственное отношение к природе и не понимает важности ее охраны. Выражает отношение к природе на уровне чувств и эмоций, без развития их в экологические убеждения. Недостаточно проявляет гуманное отношения к природе, к людям, самому себе. Эпизодически участвует в трудовых делах, а также в эколого-пропагандистской работе
Низкий	Отрывочно знает современные проблемы экологии и охраны природы. Не понимает важность природоохранительной работы в школе. Отсутствует положительная мотивация к изучению учебных предметов естественнонаучного и общественно-географического цикла. Безответственно относится к природе и не понимает важность ее охраны. Не умеет принимать обоснованное решение проблемной экологической ситуации. Проявляет безучастность в работе на уроках, во внеклассных мероприятиях, в трудовых делах, а также в эколого-пропагандистской работе

### **Подведение итогов и проверка результатов обучения**

Подведение итогов проводится во время зачетных походов. В походе проводятся соревнования на правильность и скорость завязывания узлов, установки палатки, нахождения азимута по компасу.

Проверка результатов обучения проводится на соревнованиях: районных и областных туристических слетах.



## Знания, умения и навыки, получаемые учащимися в результате освоения программы

Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
Туризм, виды туризма	Основные сведения по истории развития туризма в России. Виды туризма. Основные задачи и содержание туристско-краеведческого движения учащихся «Отечество»	
Родной край, его природные особенности, культура и быт, известные земляки	Роль туризма в становлении личности. Законы, правила, нормы поведения юных туристов	
Личное и групповое туристское снаряжение	Требования, предъявляемые к туристскому снаряжению. Перечень личного и группового снаряжения для походов выходного дня	Составление перечня личного и группового снаряжения для похода выходного дня с учетом погодных условий. Укладка рюкзака. Подгонка снаряжения. Уход за снаряжением
Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	Основные требования к месту привала и бивака. Порядок работы по развертыванию и свертыванию лагеря. Основные типы костров и их назначение. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров	Выбор места для привала, бивака. Установка палатки и размещение в ней вещей. Разведение костра. Заготовка дров
Подготовка к походу, путешествию	Порядок подготовки к походу. Основные источники сведений о районе похода	Составление плана подготовки похода. Изучение района похода. Составление плана-графика движения. Подготовка снаряжения
Организация питания в туристском походе	Основные требования к продуктам, используемым в походе. Правила хранения продуктов в походе. Принцип составления меню и списка продуктов	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление на костре каши и супа из концентратов
Туристские должности в группе	Перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода
Правила движения в походе, преодоление препятствий	Основные правила движения группы на маршруте. Общие характеристики естественных препятствий и правила их преодоления	Соблюдение правил и режима движения. Преодоление несложных естественных препятствий

Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
Обеспечение безопасности в туристском походе и на тренировочных занятиях	Меры безопасности при проведении тренировочных занятий и в походе, при преодолении естественных препятствий. Правила поведения в населенных пунктах	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий. Вязание улов: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь
Подведение итогов туристского похода	Порядок подведения итогов похода	Составление отчета о походе. Ремонт снаряжения. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов
Туристские слеты, соревнования	Основные сведения по подготовке и проведению туристских соревнований. Виды туристских соревнований	Участие в туристских соревнованиях в качестве участника
Топография, условные знаки, карта, масштаб	Понятие о масштабе карты. Оформление карт. Их отличительные свойства. Различия топографических и спортивных карт	Определение масштаба и расстояния по карте. Копирование участков маршрута на кальку
Ориентирование по горизонту, азимут	Стороны горизонта. Понятие азимута и его определение	Измерение и построение азимутов
Компас. Работа с компасом	Устройство компаса. Четыре действия с компасом. Понятие «ориентир»	Ориентирование карты по компасу. Выполнение прямой и обратной засечки. Движение по азимуту с помощью компаса
Способы ориентирования	Способы ориентирования с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Сохранение направления движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий. Организация разведки маршрута. Движение по легенде	Определение ориентиров движения, способов привязки, точки стояния. Сохранение направления движения

## Учебный план стартового уровня

### 1 год обучения

№ п/п	Тема	Кол-во часов общее	Теор часы	Практ часы	Форма аттестации/ контроля
1	Туризм, виды туризма	16	8	8	тестирован

					ие
2	Туристское снаряжение	12	6	6	тестирование
3	Организация и проведение похода, путешествия	20	10	10	Зачет, зачетный поход
4	Ориентирование	28	14	14	Зачет, соревнования
5	Краеведение	20	10	10	викторина
6	Медицинская подготовка	12	6	6	Зачет, тестирование
7	Безопасность в походе	12	6	6	Зачет
8	Экологическая работа	12	6	6	Зачет, викторина
9	Однодневные походы ( 4 похода)	12	-	12	Зачетный поход
	<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>	<b>72</b>	<b>72</b>	

### **Содержание учебного плана. Стартовый уровень.**

#### **Тема: Туризм, виды туризма-16 ч.**

**Теория- 8 часов.** Туризм как средство изучения истории, культуры и природных особенностей своего края, средство проверки своих психофизических возможностей. Виды туризма: пеший, горный, лыжный, водный, вело- и мототуризм, спелеотуризм и т. д. Характеристик каждого вида. Спортивный туризм. Традиции в туризме.

**Практика-8 часов.** Наблюдения в лесу. Поход выходного дня. Подготовка ко Дню туриста.

#### **Тема: Туристское снаряжение-12 ч.**

**Теория- 6 часов.** Личное снаряжение. Требования к снаряжению: прочность, легкость, гигиеничность, безопасность в эксплуатации и удобство в использовании. Личное снаряжение для однодневного или трехдневного похода. Подгонка личного снаряжения. Различные типы рюкзаков и

спальных мешков, их преимущества и недостатки. Укладка рюкзака и обеспечение влагонепроницаемости предметов, размещенных в нем. Требования одежде и обуви для летних и зимних походов. Снаряжение для лыжных походов. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезон; условий и вида похода. Обувь туриста и уход за ней. Сушка одежды обуви в условиях похода. Групповое снаряжение и требования к нему. Типы палаток, их назначение преимущества и недостатки. Расположение вещей в палатке, обеспечение влагонепроницаемости. Кухонное оборудование зимних и летних походе Ремонтный набор.

Специальное снаряжение: веревки основные и вспомогательные. Страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток. Комплектование личного и группового снаряжения и уход за ними. Изготовление самодельного снаряжения и работа с ним.

**Практика-6 часов.** Укладка рюкзака. Установка палатки. Разбивка бивака.

**Тема: Организация и проведение похода, путешествия. - 20 ч.**

**Теория- 10 часов.** Подготовка к походу. Туристские должности в группе. Определение сроков, цели и маршрута похода. Совместное составление плана подготовки похода. Работа с картой (в том числе в электронном виде изучение справочников, каталогов, архивных материалов, специальной литературы, работа в Интернете. Разработка маршрута, определен графика движения. Распределение обязанностей в группе. Оформлен походной документации. Смета расходов на проведение похода. Проверка готовности личного и группового снаряжения. Должности в группе: командир группы, штурман, заведующие питанием и снаряжением, краевед, санитар, физорг, фотограф и т. д. Основные требования и функциональные обязанности. Временные должности. Дежурные по кухне, по лагерю.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги в походе. Основным требования к выбору места для привала и ночлега: наличие питьевой воды

дров, безопасность, эстетическая привлекательность. Организация привала в разных природных и климатических условиях с учетом рельефа местности и погоды. Планирование лагеря (выбор места для костра и палаток, для туалетов и мусора и пр.).

Сбор сушняка, основные требования к хранению дров. Самостоятельная установка палаток. Основные требования к размещению в них личного и группового снаряжения. Правила поведения в палатке. Способы предохранения палатки от намокания. Основные правила установки и сборки палатки. Отработка совместных действий.

Типы костров и их назначение. Основные правила разведения костра Самостоятельная (под присмотром взрослого) работа с пилой. Особенности разведения костра в разных метеорологических условиях.

Оборудование кухни. Правила хранения костровых принадлежностей Оборудование столовой. Основные требования к соблюдению гигиенически) норм и правил безопасности при приготовлении пищи. Основные требования к уходу за одеждой и обувью в походе, правила их сушки и ремонта в походных условиях.

Питание в туристском походе. Питьевой режим на маршруте. Значение правильного питания в походе. Полезные продукты. Сроки реализации продуктов питания. Особенности питания в однодневном и многодневном походах. Режим питания. Нормы дневного рациона. Современные возможности для сокращения объема дневного рациона (использование сухофруктов, сушеных грибов, сублимированных продуктов, съедобных растений). Составление меню (с помощью взрослого) на день и на весь поход. Требования к упаковке и размещению продуктов в рюкзаках. Технология приготовления пищи на костре.

Техника преодоления препятствий и тактика движения. Обеспечение техники безопасности в туристском походе. Что такое тактика движения в туристском

походе? Нитка маршрута, план-график похода. Основные понятия о линейных и кольцевых маршрутах. Особенности радикальных выходов. Запасные варианты маршрута, обоснование их необходимости. «Аварийные» ситуации, их прогноз и способы выхода из них. Организация днёвки.

Движение группы на маршруте. Туристский строй, режим движения, темп, режим походного дня. Обязанности направляющего и замыкающего в группе.

Разведка опасных участков маршрута. Определение способов их преодоления. Естественные препятствия и их характеристика: реки, болота, лесные заросли и завалы, склоны, осыпи, снежники.

Движение на равнине. Техника движения по дорогам и тропам, по травянистой поверхности, через кустарники, по мокрому грунту, по болоту, по песку и камням. Страховка и самостраховка на сложных участках маршрута. Специальное снаряжение (страховочная система, веревки, карабины и т. д.) и его использование. Узлы («проводник простой и двойной», «восьмерка», «прямой», «встречный», «схватывающий» и др.) и техника их вязания.

Броды через реки (равнинные, горные) и техника их преодоления . Обеспечение техники безопасности в походе. Дисциплина как основа безопасности в походах и на занятиях. Техника безопасности на занятиях в помещении и на улице, при переездах на транспорте и во время преодоления естественных препятствий. Как вести себя в незнакомом населенном пункте? Местное население и взаимоотношения с ним. Субъективные и объективные опасности в туризме. Объективные опасности: резкие изменения погоды, солнечные ожоги, обморожения, стихийные бедствия, технически сложные участки маршрута, дикие животные и ядовитые змеи и насекомые. Субъективные опасности: слабая физическая, техническая и моральная подготовка участников похода, низкая дисциплина, недооценка сложности препятствий, пренебрежение страховкой, несоблюдение правил безопасного

поведения во время движения и на привале (острые и колющие предметы, огонь и пр.). Прогноз возможной опасности и умение минимизировать ее.

Особенности поведения в природной среде. Правила поведения при общении с природой и животным миром. Опасные явления природы, их возникновение и последствия. Правила безопасного поведения при акклиматизации. Меры предосторожности во время грозы. Ядовитые растения, опасные животные и насекомые. Первая помощь при отравлении, укусе змеи или насекомых. Правила безопасного поведения на воде. Умение обращаться с огнем в лесу.

Подведение итогов туристского похода. Анализ действий участников похода. Отчеты о выполнении своих функциональных обязанностей тех, кто находился на постоянных должностях в походе. Обработка собранных материалов. Выполнение участниками похода творческих работ: фоторепортаж, видеофильм, стенгазета, коллекции и т. д. Оформление дневниковых записей похода. Подготовка экспонатов музея. Отчетные вечера, выставки по итогам похода. Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения.

**Практика-10 часов.** Поход выходного дня. Организация бивака. Сбор краеведческого материала. Разведение костра. Приготовление обеда в походных условиях.

**Тема :Ориентирование. – 28 ч.**

**Теория-14 часов.** Топографическая и спортивная карты. Роль топографии и топографических карт в экономике страны, в обороне государства. Значение топографических карт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка. Старение карт. Какие карты лучше использовать для разработки маршрута и ориентирования в пути?

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты. Определение координат точки на карте. Спортивная карта, ее назначение и отличие от топографической карты. Виды спортивных карт. Масштабы спортивных карт. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, по измерению расстояний на карте.

Способы и правила копирования карт. Способы копирования участка топографической карты (на кальку, с использованием ксерокса). Защита карты от непогоды.

Топографические знаки. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических знаков по группам: масштабные, внемасштабные, площадные и контурные. Сочетание знаков. Пояснительные, цифровые и буквенные характеристики.

Разновидности условных знаков спортивных карт: масштабные, внемасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные пункты, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, гидрография, местные предметы. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщенные, полу горизонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографических спортивных картах. Характеристика местности по рельефу. Знакомство на местности с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. Игры.

Способы ориентирования. Основные, 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). Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнение на глазомерную оценку азимутов. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Упражнения на измерение азимутов на карте транспортиром. Азимутальный, тренировочный треугольник. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечки. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным. Упражнения на засечки, определение азимута на заданный предмет и нахождение ориентиров по заданному азимуту.

Ориентир. Что может служить ориентиром? Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Прохождение азимутальных отрезков. Ориентирование по карте в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте, по заданному маршруту. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения своего местонахождения на карте. Разработка маршрута туристского похода по спортивной карте с подробным описанием ориентиров и составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

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

Движение по легенде, представляющей собой подробное текстовое описание маршрута. Ориентирование по небесным светилам. Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения.

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца. Определение азимута в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приблизительное определение сторон горизонта по расположению культовых сооружений по Солнцу, Луне, Полярной звезде, природным особенностям (рельефу, почве, ветру и пр.)\*

Измерение расстояний. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте разного масштаба ниткой или курвиметром.

Средний шаг. Что влияет на его величину и как его измерить? Таблица перевода шагов в метры. Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графика перевода числа шагов (пар шагов) в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины (рис. 8). Шагомер и его применение в тренировочном процессе. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

Действия в случае потери ориентировки. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время. Искусственное создание ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по установлению своего местонахождения.

**Практика- 12 часов.** Изучение карты района на местности. Поход выходного дня. Ориентирование по компасу. Определение азимута. Ориентирование по местным предметам, Солнцу.

**Тема :Краеведение. – 20 ч.**

**Теория -10 часов.** Родной край, его культурологические и природные особенности, традиции, известные земляки. Сбор и обработка краеведческого материала о районе похода. Климат, растительность, животный мир, рельеф,

реки, озера, полезные ископаемые родного края, его административное деление, транспортные магистрали, промышленность. Экономика, культура и быт населения области, города (поселка и т. д.), перспективы развития. Памятники истории и культуры. Известные земляки, их вклад в развитие города (поселка, деревни и т. д.).

Общественно полезная работа в походе. Природоохранная деятельность во время похода. Приведение в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений. Работа среди местного населения. Запись воспоминаний очевидцев и участников памятных событий.

**Практика- 10 часов.** Экскурсии в музей. Сбор краеведческого материала. Поход выходного дня. Изучение карты области. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин. Прогулки и экскурсии по окрестностям города (поселка, деревни). Экскурсии в музей, посещение различных экскурсионных объектов. Работа со справочной литературой. Встречи с интересными людьми. Сбор краеведческой информации. Ведение походной документации.

**Тема: Медицинская подготовка. - 12 ч.**

**Теория -6 часов.** Походная медицинская аптечка. Принципы составления походной медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка основных препаратов. Содержание медицинской аптечки для однодневных и многодневных походов. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению основных лекарственных препаратов.

Личная аптечка туриста. Индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.

Первая доврачебная помощь. Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удары, 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.

Способы обеззараживания питьевой воды.

**Практика- 6 часов.** Оказание первой помощи. Тренировочные занятия по оказанию первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, установление диагноза, оказание практической помощи).

**Тема :Безопасность в походе. – 12 ч.**

**Теория -6 часов.** Специальное снаряжение: веревки основные и вспомогательные. Страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток. Комплектование личного и группового снаряжения и уход за ними. Движение на равнине. Техника движения по дорогам и тропам, по травянистой поверхности, через кустарники, по мокрому грунту, по болоту, по песку и камням. Страховка и самостраховка на сложных участках маршрута. Специальное снаряжение (страховочная система, веревки, карабины и т. д.) и его использование. Узлы («проводник простой и двойной», «восьмерка», «прямой», «встречный», «схватывающий» и др.) и техника их вязания.

Броды через реки (равнинные, горные) и техника их преодоления . Обеспечение техники безопасности в походе. Дисциплина как основа безопасности в походах и на занятиях. Техника безопасности на занятиях в помещении и на улице, при переездах на транспорте и во время преодоления естественных препятствий. Как вести себя в незнакомом населенном пункте? Местное население и взаимоотношения с ним. Субъективные и объективные опасности в туризме. Объективные опасности: резкие изменения погоды, солнечные ожоги, обморожения, стихийные бедствия, технически сложные

участки маршрута, дикие животные и ядовитые змеи и насекомые. Субъективные опасности: слабая физическая, техническая и моральная подготовка участников похода, низкая дисциплина, недооценка сложности препятствий, пренебрежение страховкой, несоблюдение правил безопасного поведения во время движения и на привале (острые и колющие предметы, огонь и пр.). Прогноз возможной опасности и умение минимизировать ее.

Особенности поведения в природной среде. Правила поведения при общении с природой и животным миром. Опасные явления природы, их возникновение и последствия. Правила безопасного поведения при акклиматизации. Меры предосторожности во время грозы. Ядовитые растения, опасные животные и насекомые. Первая помощь при отравлении, укусе змеи или насекомых. Правила безопасного поведения на воде. Умение обращаться с огнем в лесу.

Приемы транспортировки пострадавшего. Выбор способа транспортировки и переноса пострадавшего в зависимости от характера и места повреждения, от его состояния, от числа оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, внутри рюкзака, на веревке. Перенос пострадавшего вдвоем на поперечных палках, на шестах или лыжах, накрытых штормовками, на носилках-плетенках. Изготовление носилок из шестов и веревок. Волокуши из лыж. Тренировка по изготовлению носилок, волокуш. Отработка способов переноса пострадавшего.

**Практика- 6 часов.** Преодоление препятствий и болотистой местности. Спуски и подъемы. Переправа по бревну и параллельным перилам. Изготовление носилок и транспортировка пострадавшего. Поход выходного дня. Вязка туристических узлов.

**Тема: Экологические работы. - 12 ч.**

**Теория - 6 часов.** Организация экологической работы. Экология района. Изучение растений района. Изучение фауны района. Климат, растительность,

животный мир, рельеф, реки, озера, полезные ископаемые родного края.  
Правила подготовки к муниципальным экологическим акциям и конкурсам.

**Практика- 6 часов.** Поход выходного дня. Изучение растений района.  
Изучение фауны района.

По итогам обучения стартового уровня обучения обучающийся в области техники туризма должен уметь:

- технически грамотно передвигаться по пересеченной местности, по лесу, травянистым склонам, используя приемы самостраховки;
- передвигаться с рюкзаком непрерывно в течение 40-45 минут в пешем походе;
- самостоятельно пользоваться карабином и обвязкой, вязать основные узлы;
- определять масштаб карты, ориентировать карту по компасу, определять азимут на заданный предмет;
- комплектовать личную аптечку, переносить пострадавшего, изготавливать носилки;
- накладывать повязки, обрабатывать рану, делать искусственное дыхание.

### **В области хозяйственно-бытовой деятельности**

Учащийся должен уметь:

- самостоятельно укладывать рюкзак;
- устанавливать и собирать палатку;
- выбирать место для привала и ночлега, собирать сушняк и заготавливать дрова на длительный период, разводить и тушить костер;
- грамотно осуществлять сушку одежды и обуви;
- убирать территорию лагеря;

- с помощью руководителя составлять меню, участвовать в расфасовке и упаковке продуктов, готовить пищу на костре;

- самостоятельно мыть посуду, поддерживать порядок на кухне.

### **Результаты личностного развития**

Учащийся должен уметь:

- знать и уметь применять навыки здорового образа жизни;
- приобщаться к общечеловеческим ценностям;
- совершенствовать духовных и физических потребностей.

### **Учебный план**

#### **Базового уровня 1-й год обучения**

№ п/п	Тема	Кол-во часов общее	Теор часы	Практ часы	Форма аттестации/ контроля
1	Туризм, виды туризма	24	8	16	тестирование
2	Туристское снаряжение	18	6	12	тестирование
3	Организация и проведение похода, путешествия	30	10	20	Зачет, зачетный поход
4	Ориентирование	42	14	28	Зачет, соревнования
5	Краеведение	30	10	20	викторина
6	Медицинская подготовка	18	6	12	Зачет, тестирование
7	Безопасность в походе	36	12	24	Зачет
8	Экологическая работа	18	6	12	Зачет, викторина
9	Однодневные походы ( 6 походов)	24	-	24	Зачетный поход
	<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	<b>72</b>	<b>144</b>	

### **Содержание программы базового уровня 1-й год обучения**

**Тема: Туризм, виды туризма-24 ч.**

**Теория- 8 часов.** Туризм как средство изучения истории, культуры и природных особенностей своего края, средство проверки своих психофизических возможностей. Виды туризма: пеший, горный, лыжный, водный, вело- и мототуризм, спелеотуризм и т. д. Характеристики каждого вида. Спортивный туризм. Традиции в туризме.

**Практика-16 часов.** Наблюдения в лесу. Поход выходного дня. Подготовка ко Дню туриста.

**Тема:Туристское снаряжение-18 ч.**

**Теория- 6 часов.** Личное снаряжение. Требования к снаряжению: прочность, легкость, гигиеничность, безопасность в эксплуатации и удобство в использовании. Личное снаряжение для однодневного или трехдневного похода. Подгонка личного снаряжения. Различные типы рюкзаков и спальных мешков, их преимущества и недостатки. Укладка рюкзака и обеспечение влагонепроницаемости предметов, размещенных в нем. Требования одежде и обуви для летних и зимних походов. Снаряжение для лыжных походов. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезон; условий и вида похода. Обувь туриста и уход за ней. Сушка одежды обуви в условиях похода. Групповое снаряжение и требования к нему. Типы палаток, их назначение преимущества и недостатки. Расположение вещей в палатке, обеспечение влагонепроницаемости. Кухонное оборудование зимних и летних походе Ремонтный набор.

Специальное снаряжение: веревки основные и вспомогательные. Страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток. Комплектование личного и группового снаряжения и уход за ними. Изготовление самодельного снаряжения и работа с ним.

**Практика-12 часов.** Укладка рюкзака. Установка палатки. Разбивка бивака.

**Тема: Организация и проведение похода, путешествия. - 30 ч.**



**Теория- 10 часов.** Подготовка к походу. Туристские должности в группе. Определение сроков, цели и маршрута похода. Совместное составление плана подготовки похода. Работа с картой (в том числе в электронном виде изучение справочников, каталогов, архивных материалов, специальной литературы, работа в Интернете. Разработка маршрута, определена графика движения. Распределение обязанностей в группе. Оформлен походной документации. Смета расходов на проведение похода. Проверка готовности личного и группового снаряжения. Должности в группе: командир группы, штурман, заведующие питанием и снаряжением, краевед, санитар, физорг, фотограф и т. д. Основные требования и функциональные обязанности. Временные должности. Дежурные по кухне, по лагерю.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги в походе. Основным требованием к выбору места для привала и ночлега: наличие питьевой воды дров, безопасность, эстетическая привлекательность. Организация привала в разных природных и климатических условиях с учетом рельефа местности и погоды. Планирование лагеря (выбор места для костра и палаток, для туалетов и мусора и пр.).

Сбор сушняка, основные требования к хранению дров. Самостоятельная установка палаток. Основные требования к размещению в них личного и группового снаряжения. Правила поведения в палатке. Способы предохранения палатки от намокания. Основные правила установки и сборки палатки. Отработка совместных действий.

Типы костров и их назначение. Основные правила разведения костра Самостоятельная (под присмотром взрослого) работа с пилой. Особенности разведения костра в разных метеорологических условиях.

Оборудование кухни. Правила хранения костровых принадлежностей Оборудование столовой. Основные требования к соблюдению гигиенических норм и правил безопасности при приготовлении пищи. Основные требования

к уходу за одеждой и обувью в походе, правила их сушки и ремонта в походных условиях.

Питание в туристском походе. Питьевой режим на маршруте. Значение правильного питания в походе. Полезные продукты. Сроки реализации продуктов питания. Особенности питания в однодневном и многодневном походах. Режим питания. Нормы дневного рациона. Современные возможности для сокращения объема дневного рациона (использование сухофруктов, сушеных грибов, сублимированных продуктов, съедобных растений). Составление меню (с помощью взрослого) на день и на весь поход. Требования к упаковке и размещению продуктов в рюкзаках. Технология приготовления пищи на костре.

Техника преодоления препятствий и тактика движения. Обеспечение техники безопасности в туристском походе. Что такое тактика движения в туристском походе? Нитка маршрута, план-график похода. Основные понятия о линейных и кольцевых маршрутах. Особенности радикальных выходов. Запасные варианты маршрута, обоснование их необходимости. «Аварийные» ситуации, их прогноз и способы выхода из них. Организация днёвки.

Движение группы на маршруте. Туристский строй, режим движения, темп, режим походного дня. Обязанности направляющего и замыкающего в группе.

Разведка опасных участков маршрута. Определение способов их преодоления. Естественные препятствия и их характеристика: реки, болота, лесные заросли и завалы, склоны, осыпи, снежники.

Движение на равнине. Техника движения по дорогам и тропам, по травянистой поверхности, через кустарники, по мокрому грунту, по болоту, по песку и камням. Страховка и само страховка на сложных участках маршрута. Специальное снаряжение (страховочная система, веревки, карабины и т. д.) и его использование. Узлы («проводник простой и

двойной», «восьмерка», «прямой», «встречный», «схватывающий» и др.) и техника их вязания.

Броды через реки (равнинные, горные) и техника их преодоления . Обеспечение техники безопасности в походе. Дисциплина как основа безопасности в походах и на занятиях. Техника безопасности на занятиях в помещении и на улице, при переездах на транспорте и во время преодоления естественных препятствий. Как вести себя в незнакомом населенном пункте? Местное население и взаимоотношения с ним. Субъективные и объективные опасности в туризме. Объективные опасности: резкие изменения погоды, солнечные ожоги, обморожения, стихийные бедствия, технически сложные участки маршрута, дикие животные и ядовитые змеи и насекомые. Субъективные опасности: слабая физическая, техническая и моральная подготовка участников похода, низкая дисциплина, недооценка сложности препятствий, пренебрежение страховкой, несоблюдение правил безопасного поведения во время движения и на привале (острые и колющие предметы, огонь и пр.). Прогноз возможной опасности и умение минимизировать ее.

Особенности поведения в природной среде. Правила поведения при общении с природой и животным миром. Опасные явления природы, их возникновение и последствия. Правила безопасного поведения при акклиматизации. Меры предосторожности во время грозы. Ядовитые растения, опасные животные и насекомые. Первая помощь при отравлении, укусе змеи или насекомых. Правила безопасного поведения на воде. Умение обращаться с огнем в лесу.

Подведение итогов туристского похода. Анализ действий участников похода. Отчеты о выполнении своих функциональных обязанностей тех, кто находился на постоянных должностях в походе. Обработка собранных материалов. Выполнение участниками похода творческих работ: фоторепортаж, видеофильм, стенгазета, коллекции и т. д. Оформление

дневниковых записей похода. Подготовка экспонатов музея. Отчетные вечера, выставки по итогам похода.

Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения.

**Практика-20 часов.** Поход выходного дня. Организация бивака. Сбор краеведческого материала. Разведение костра. Приготовление обеда в походных условиях.

**Тема: Ориентирование. – 42 ч.**

**Теория-14 часов.** Топографическая и спортивная карты. Роль топографии и топографических карт в экономике страны, в обороне государства. Значение топографических карт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка. Старение карт. Какие карты лучше использовать для разработки маршрута и ориентирования в пути?

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты. Определение координат точки на карте. Спортивная карта, ее назначение и отличие от топографической карты. Виды спортивных карт. Масштабы спортивных карт. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, по измерению расстояний на карте.

Способы и правила копирования карт. Способы копирования участка топографической карты (на кальку, с использованием ксерокса). Защита карты от непогоды.

Топографические знаки. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических знаков по группам: масштабные, внемасштабные, площадные и контурные. Сочетание знаков. Пояснительные, цифровые и буквенные характеристики.

Разновидности условных знаков спортивных карт: масштабные, внемасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные пункты, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, гидрография, местные предметы. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщенные, полу горизонтали. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографических спортивных картах. Характеристика местности по рельефу. Знакомство на местности с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков. Игры.

Способы ориентирования. Основные, 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). Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнение на глазомерную оценку азимутов. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Упражнения на измерение азимутов на карте транспортиром. Азимутальный, тренировочный треугольник. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечки. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным. Упражнения на засечки, определение азимута на заданный предмет и нахождение ориентиров по заданному азимуту.

Ориентир. Что может служить ориентиром? Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Прохождение азимутальных отрезков. Ориентирование по карте в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте, по заданному маршруту. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения своего местонахождения на карте. Разработка маршрута туристского похода по спортивной карте с подробным описанием ориентиров и составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

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

Движение по легенде, представляющей собой подробное текстовое описание маршрута. Ориентирование по небесным светилам. Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца. Определение азимута в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приблизительное определение сторон горизонта по расположению культовых сооружений по Солнцу, Луне, Полярной звезде, природным особенностям (рельефу, почве, ветру и пр.)\*

Измерение расстояний. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте разного масштаба ниткой или курвиметром.

Средний шаг. Что влияет на его величину и как его измерить? Таблица перевода шагов в метры. Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графика перевода числа шагов (пар шагов) в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины

(рис. 8). Шагомер и его применение в тренировочном процессе. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

Действия в случае потери ориентировки. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время. Искусственное создание ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по установлению своего местонахождения.

**Практика- 28 часов.** Изучение карты района на местности. Поход выходного дня. Ориентирование по компасу. Определение азимута. Ориентирование по местным предметам, Солнцу.

**Тема:Краеведение. – 30 ч.**

**Теория -10 часов.** Родной край, его культурологические и природные особенности, традиции, известные земляки. Сбор и обработка краеведческого материала о районе похода. Климат, растительность, животный мир, рельеф, реки, озера, полезные ископаемые родного края, его административное деление, транспортные магистрали, промышленность. Экономика, культура и быт населения области, города (поселка и т. д.), перспективы развития. Памятники истории и культуры. Известные земляки, их вклад в развитие города (поселка, деревни и т. д.).

Общественно полезная работа в походе. Природоохранная деятельность во время похода. Приведение в порядок памятников истории и культуры, воинских захоронений. Работа среди местного населения. Запись воспоминаний очевидцев и участников памятных событий.

**Практика- 20 часов.** Экскурсии в музеи. Сбор краеведческого материала. Поход выходного дня. Изучение карты области. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин. Прогулки и экскурсии по окрестностям

города (поселка, деревни). Экскурсии в музеи, посещение различных экскурсионных объектов. Работа со справочной литературой. Встречи с интересными людьми. Сбор краеведческой информации. Ведение походной документации.

**Тема: Медицинская подготовка. - 18 ч.**

**Теория -6 часов.** Походная медицинская аптечка. Принципы составления походной медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка основных препаратов. Содержание медицинской аптечки для однодневных и многодневных походов. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению основных лекарственных препаратов.

Личная аптечка туриста. Индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.

Первая доврачебная помощь. Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удары, 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.

Способы обеззараживания питьевой воды.

**Практика- 12 часов.** Оказание первой помощи. Тренировочные занятия по оказанию первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, установление диагноза, оказание практической помощи).

**Тема: Безопасность в походе. – 36 ч.**



**Теория -12 часов.** Специальное снаряжение: веревки основные и вспомогательные. Страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток. Комплектование личного и группового снаряжения и уход за ними. Движение на равнине. Техника движения по дорогам и тропам, по травянистой поверхности, через кустарники, по мокрому грунту, по болоту, по песку и камням. Страховка и самостраховка на сложных участках маршрута. Специальное снаряжение (страховочная система, веревки, карабины и т. д.) и его использование. Узлы («проводник простой и двойной», «восьмерка», «прямой», «встречный», «схватывающий» и др.) и техника их вязания.

Броды через реки (равнинные, горные) и техника их преодоления . Обеспечение техники безопасности в походе. Дисциплина как основа безопасности в походах и на занятиях. Техника безопасности на занятиях в помещении и на улице, при переездах на транспорте и во время преодоления естественных препятствий. Как вести себя в незнакомом населенном пункте? Местное население и взаимоотношения с ним. Субъективные и объективные опасности в туризме. Объективные опасности: резкие изменения погоды, солнечные ожоги, обморожения, стихийные бедствия, технически сложные участки маршрута, дикие животные и ядовитые змеи и насекомые. Субъективные опасности: слабая физическая, техническая и моральная подготовка участников похода, низкая дисциплина, недооценка сложности препятствий, пренебрежение страховкой, несоблюдение правил безопасного поведения во время движения и на привале (острые и колющие предметы, огонь и пр.). Прогноз возможной опасности и умение минимизировать ее.

Особенности поведения в природной среде. Правила поведения при общении с природой и животным миром. Опасные явления природы, их возникновение и последствия. Правила безопасного поведения при акклиматизации. Меры предосторожности во время грозы. Ядовитые растения, опасные животные и насекомые. Первая помощь при отравлении,

укусе змеи или насекомых. Правила безопасного поведения на воде. Умение обращаться с огнем в лесу.

Приемы транспортировки пострадавшего. Выбор способа транспортировки и переноса пострадавшего в зависимости от характера и места повреждения, от его состояния, от числа оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, внутри рюкзака, на веревке. Перенос пострадавшего вдвоем на поперечных палках, на шестах или лыжах, накрытых штормовками, на носилках-плетенках. Изготовление носилок из шестов и веревок. Волокуши из лыж. Тренировка по изготовлению носилок, волокуш. Отработка способов переноса пострадавшего.

**Практика- 24 часа.** Преодоление препятствий и болотистой местности. Спуски и подъемы. Переправа по бревну и параллельным перилам. Изготовление носилок и транспортировка пострадавшего. Поход выходного дня. Вязка туристических узлов.

**Тема: Экологические работы. - 18 ч.**

**Теория - 6 часов.** Организация экологической работы. Экология района. Изучение растений района. Изучение фауны района. Климат, растительность, животный мир, рельеф, реки, озера, полезные ископаемые родного края. Правила подготовки к муниципальным экологическим акциям и конкурсам.

**Практика- 12 часов.** Поход выходного дня. Изучение растений района. Изучение фауны района.

В результате освоения общеразвивающей программы «Туризм и краеведение» учащиеся будут знать:

-Основные сведения по истории развития туризма в России. Виды туризма. Основные задачи и содержание туристско-краеведческого движения учащихся «Отечество»,

-Роль туризма в становлении личности. Законы, правила, нормы поведения юных туристов

-Требования, предъявляемые к туристскому снаряжению. Перечень личного и группового снаряжения для походов выходного дня

-Основные требования к месту привала и бивака. Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря. Основные типы костров и их назначение. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров

-Порядок подготовки к походу. Основные источники сведений о районе похода

-Основные требования к продуктам, используемым в походе. Правила хранения продуктов в походе. Принцип составления меню и списка продуктов

-Перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности

-Основные правила движения группы на маршруте. Общие характеристики естественных препятствий и правила их преодоления

-Меры безопасности при проведении тренировочных занятий и в походе, при преодолении естественных препятствий. Правила поведения в населенных пунктах

-Порядок подведения итогов похода

-Основные сведения по подготовке и проведению туристских соревнований. Виды туристских соревнований

-Понятие о масштабе карты. Оформление карт. Их отличительные свойства.

-Различия топографических и спортивных карт

-Стороны горизонта. Понятие азимута и его определение

-Устройство компаса. Четыре действия с компасом. Понятие «ориентиры»

-Способы ориентирования с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Сохранение направления движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий. Организация разведки маршрута. Движение по легенде

- способы оказания первой медицинской помощи при кровотечении, переломах, вывихах, ранениях, ожогах, обморожениях;

В области техники туризма

Учащийся должен уметь:

- технически грамотно передвигаться по пересеченной местности, по лесу, травянистым склонам, используя приемы самостраховки;

- передвигаться с рюкзаком непрерывно в течение 40-45 минут в пешем походе;

- самостоятельно пользоваться карабином и обвязкой, вязать основные узлы;

- определять масштаб карты, измерять расстояние по карте, ориентировать карту по компасу, определять азимут на заданный предмет, проходить азимутальные отрезки;

- определять пройденное расстояние по затраченному времени, определять расстояние на глаз;

- составлять легенду и двигаться по ней;

- комплектовать личную аптечку, переносить пострадавшего, изготавливать носилки;

- накладывать повязки, обрабатывать рану, делать искусственное дыхание

В области хозяйственно-бытовой деятельности

Учащийся должен уметь:

- самостоятельно укладывать рюкзак;

- устанавливать и собирать палатку;

- выбирать место для привала и ночлега, собирать сушняк и заготавливать дрова на длительный период, разводить и тушить костер;
- грамотно осуществлять сушку одежды и обуви;
- убирать территорию лагеря;
- с помощью руководителя составлять меню, участвовать в расфасовке и упаковке продуктов, готовить пищу на костре;
- самостоятельно мыть посуду, поддерживать порядок на кухне.

### **Результаты личностного развития**

Учащийся должен уметь:

- знать и уметь применять навыки здорового образа жизни;
- приобщаться к общечеловеческим ценностям;
- совершенствовать духовные и физические потребности.

### **Учебный план. Базового уровня 2-й год обучения**

№ п/п	Тема	Кол-во часов общее	Теор часы	Практ часы	Форма аттестации/ контроля
1	Туризм, виды туризма	1	1	-	тестирование
2	Родной край, его природные особенности, культура и быт, известные земляки	2	2	-	тестирование
3	Личное и групповое туристское снаряжение	5	1	4	Зачет, зачетный поход
4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	13	1	12	Зачет, соревнования
5	Подготовка к походу	9	1	8	викторина
6	Организация питания в походе	5	1	4	Зачет, тестирование
7	Туристские должности в группе	3	1	2	Зачет
8	Техника преодоления препятствий и тактика движения в туристском походе	13	1	12	Зачет, викторина
9	Обеспечение безопасности в туристском походе и на тренировочных занятиях. Первая доврачебная помощь	5	1	4	Зачетный поход
10	Охрана природы	5	1	4	тестирование

11	Топография, условные знаки, карта, масштаб	5	1	4	тестирование
12	Ориентирование. Компас, азимут	6	2	4	Зачет, зачетный поход
13	Однодневные походы (10 походов)	90	-	90	Зачет, соревнования
14	Одна 4-х дневная туристическая поездка	36	-	36	викторина
15	Зачетный 2-х дневный поход с полевым ночлегом	18	-	18	Зачет, тестирование
	<b>ИТОГО</b>	<b>216</b>	<b>14</b>	<b>202</b>	

## **Содержание программы базового уровня (2 год обучения)**

### **1. Тема: Туризм, виды туризма (1 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Туризм – средство познания своего края и проверки своих возможностей. Знаменитые русские путешественники. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Понятие о спортивном туризме. Инструктаж по ТБ и ПДД.

### **2. Тема: Родной край, его природные особенности, культура и быт, известные земляки (2 ч.).**

**Теория (2 ч.):** Московская область. Клинский район. Климат, животный мир, реки, озера. Памятники истории и культуры. Прогулки и экскурсии по окрестностям г.Клина и походы по Московской области. Экскурсии в музеи. Инструктаж по ТБ и ПДД. Работа со справочной литературой. Проведение краеведческой викторины.

### **3. Тема: Личное и групповое туристское снаряжение (5 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Перечень личного снаряжения для похода. Требования к снаряжению: прочность, легкость, гигиеничность, безопасность в эксплуатации. Типы рюкзаков, спальных мешков, правила укладки рюкзака.

**Практика (4 ч.):** укладка рюкзака.

### **4. Тема: Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (13 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Продолжительность и периодичность привалов в походе. Выбор места для привала и ночлега. Уборка места лагеря. Хранение костровых принадлежностей. Дежурные по кухне.

**Практика (12 ч.):** Установка палатки. Типы костров.

**5. Тема: Подготовка к походу (9 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Определение цели и района похода.

**Практика (8 ч.):** Распределение обязанностей. Составление плана похода. Оформление походной документации. Смета расходов на подготовку и проведение похода.

**6. Тема: Организация питания в походе (5 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Нормы дневного рациона, вес, калорийность. Нормы закладки продуктов, составление меню, списка продуктов на поход, упаковка и переноска продуктов в рюкзаке.

**Практика (4 ч.):** Приготовление пищи на костре.

**7.Тема: Туристские должности в группе (3 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Должности в группе постоянные и временные. Командир, заведующий питанием, заведующий снаряжением, штурман, краевед, санитар, фотограф, ремонтный мастер, культорг, физорг, ответственный за отчет. Временные должности. Дежурные по кухне.

**Практика (2 ч.):** деловая игра.

**8.Тема: Техника преодоления препятствий и тактика движения в туристском походе (13 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Линейные и кольцевые маршруты и радиальные выходы. Разработка запасных вариантов маршрута. Дневки. Движение группы на маршруте. Туристский строй, режим движения, темп. Разведка сложных участков. Страховка и самостраховка на сложных участках.

**Практика (12 ч.):** Специальное снаряжение (страховочная система, веревки, карабины). Узлы (проводник, восьмерка, прямой, встречный, схватывающий и др.) и техника их вязания.

**9.Тема: Обеспечение безопасности в туристском походе и на тренировочных занятиях. Первая доврачебная помощь (5 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Дисциплина как основа безопасности в походе. Физическая и техническая подготовка. Техника безопасности при переезде на транспорте и при преодолении естественных препятствий. Инструктаж по ТБ и ПДД.

**Практика (4 ч.):** деловая игра.

**10.Тема: Охрана природы (5 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Правила поведения в общении с природой и животным миром, акклиматизация. Меры предосторожности во время грозы. Правила подготовки к муниципальным экологическим акциям и конкурсам.

**Практика (4 ч.):** работа с энциклопедиями, атласами.

**11.Тема: Топография, условные знаки, карта, масштаб (5 ч.).**

**Теория (1 ч.):** Топографические карты. Масштабы топографических карт. Практические занятия: работа с картами, измерение расстояния.

**Практика (4 ч.):** Копирование карт, разработка маршрута по карте.

**12.Тема: Ориентирование. Компас, азимут (6 ч.).**

**Теория (2 ч.):** Основные направления на стороны горизонта. Определение азимута. Типы компасов. Правила обращения с компасом.

**Практика (4 ч.):** Ориентирование карты по компасу, определение азимута на заданный предмет, движение по азимуту.

**13.Тема: Однодневные походы (90 ч.).**



**Практика (10 походов по 9 ч.):** Маршруты походов представлены ниже в «Плане походов выходного дня». Инструктаж по ТБ и ПДД.

**14. Тема: Четырехдневная туристическая поездка (36 ч.).**

Маршрут поездки выбирается из «Плана поездок». Инструктаж по ТБ и ПДД.

**7. Тема: Зачетный двухдневный поход с полевым ночлегом (18 ч.).**

Маршрут похода выбирается из «Плана походов с ночевками». Инструктаж по ТБ и ПДД.

**План походов выходного дня**

1. Клин-Акатьево –Борозда-Клин
2. Демьяново – Акулово – Сохино – Стреглово
3. Клин – Акатьево - Борис Глеб –Клин
4. Клин -Золино – Кленково –Клин
5. Першутино – Борисово – Папивино
6. Праслово – Майданово – пос 31 Октября
7. Стеглово – Марфино -Стреглово
8. Зубово- Боблово
9. Клин – Середниково – Фирсановка – Клин
- 10.Клин – Кузнецово – Поджигородово – Клин
- 11.Экскурсии в г. Тверь (музеи краеведческий, тверского быта, Салтыкова-Щедрина )
- 12.Экскурсии в г. Москва (музеи, театры)
- 13.Экскурсии в музеи г. Клин

**План походов с ночевками**

1. Трехдневный поход с полевым ночлегом – на р. Волгу Конаковский район.
2. Многодневный поход в летние каникулы - Тверская область, озеро Селигер.

## **Ожидаемые результаты**

В области техники туризма

Учащийся должен уметь:

- технически грамотно передвигаться по пересеченной местности, по лесу, травянистым склонам, используя приемы самостраховки;
- передвигаться с рюкзаком непрерывно в течение 40-45 минут в пешем походе;
- самостоятельно пользоваться карабином и обвязкой, вязать основные узлы;
- определять масштаб карты, измерять расстояние по карте, ориентировать карту по компасу, определять азимут на заданный предмет, проходить азимутальные отрезки;
- определять пройденное расстояние по затраченному времени, определять расстояние на глаз;
- составлять легенду и двигаться по ней;
- комплектовать личную аптечку, переносить пострадавшего, изготавливать носилки;
- накладывать повязки, обрабатывать рану, делать искусственное дыхание.

В области хозяйственно-бытовой деятельности

Учащийся должен уметь:

- самостоятельно укладывать рюкзак;
- устанавливать и собирать палатку;
- выбирать место для привала и ночлега, собирать сушняк и заготавливать дрова на длительный период, разводить и тушить костер;
- грамотно осуществлять сушку одежды и обуви;

- убирать территорию лагеря;
- с помощью руководителя составлять меню, участвовать в расфасовке и упаковке продуктов, готовить пищу на костре;
- самостоятельно мыть посуду, поддерживать порядок на кухне.

## Результаты личностного развития

Учащийся должен уметь:

- знать и уметь применять навыки здорового образа жизни;
- приобщаться к общечеловеческим ценностям;
- совершенствовать духовных и физических потребностей.

**1. Перечень оборудования.** Рюкзаки – 15 шт.; Палатки – 4 шт.; Спальные мешки – 15 шт. Туристские коврики – 15 шт. Котелки – 3 шт. Компаса – 10 шт.; Топор, пила – по 2 шт.: Костровые принадлежности – 1 комплект; Вербки – 3 шт. по 40м; Карабины - 30 шт.; Страховочные системы – 15 шт.; Фотоаппарат – 1 шт.; Видеокамера, видеомэгнофон – по 1шт.; Телевизор, видеокассеты; Тент – 1 шт.; Аптечка – 1 шт.; Ремонтный набор – 1 шт.; Фонари – 5 шт.

## 2. Методическое обеспечение программы(1 год)

№ п/п	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного (образовательного) процесса в рамках занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Форма подведения итогов
1.	Виды туризма. ТБ. Нормативные требования	Беседа, игра	Метод комплексного подхода	Наборы открыток, энциклопедия	Ноутбук, CDдиски	Тестирование
2.	Туристско-краеведческие возможности родного края.	Аналитическая работа с литературой, игра	Поисково - исследовательский метод	Справочники, географические	Ноутбук, CDдиски	Викторина Проекты Викторин

	Топография и ориентирование.			атласы		ы Соревнования
3.	Организация и подготовка пешего многодневного похода.	Поход, беседа, работа с литературой, игра	Метод самореализации	Таблицы, справочники	Ноутбук, CD диски	Итоги похода, проект
4.	Туристическая поездка	Поездка	Метод комплексного подхода	Наборы открыток, энциклопедия	Ноутбук, CD диски	Отчет по поездке
5.	Зачетный поход с полевым ночлегом	Поход	Метод самореализации	Таблицы, справочники	-	Итоги зачетного похода

### Методическое обеспечение программы (2 год)

№ п/п	Раздел программы	Формы занятий	Приёмы и методы организации учебно-воспитательного (образовательного) процесса в рамках занятий	Дидактический материал	Техническое оснащение занятий	Форма подведения итогов
6.	Виды туризма. ТБ. Нормативные требования	Беседа, игра	Метод комплексного подхода	Наборы открыток, энциклопедия, стенд	Ноутбук, CD диски	Тестирование
7.	Туристско-краеведческие возможности родного края. Топография и ориентирование.	Аналитическая работа с литературой, игра	Поисково-исследовательский метод-проект	Справочники, географические атласы, учебная литература	Ноутбук, CD диски	Викторина проекты
8.	Организация и подготовка пешего многодневного похода.	Поход, беседа, работа с литературой, игра	Метод самореализации	Таблицы, справочники	Ноутбук, CD диски	Итоги похода, проект
9.	Туристическая поездка	Поездка	Метод комплексного подхода	Наборы открыток, энциклопедия	Ноутбук, CD диски	Отчет по поездке
10.	Зачетный	Поход	Метод	Таблицы,	-	Итоги

ПОХОД ПОЛЕВЫМ НОЧЛЕГОМ	с		самореализаци и	справочни ки		зачетного похода
------------------------------	---	--	--------------------	-----------------	--	---------------------

Планируя занятия по темам или разделам используются следующие виды деятельности: работа с учебной, научно-популярной литературой; работа в группе; практические занятия.

Работа с туристическим снаряжением, ориентирование на местности, по горизонту и азимуту, работа с компасом, разведение костра и установка палатки в любых погодных условиях, укладка рюкзаков, вязка узлов, подготовка и проведение похода.

Пропаганда экологических и краеведческих знаний путем организации выставок, конференций, защиты проектов, праздников, организация посещения музеев, (по выбранным направлениям).

Оказание первой медицинской помощи и наложение перевязки при несложном ранении, приемы транспортировки пострадавшего, анализ экстремальных ситуаций в походе, действия в случае потери ориентировки, значение правильного питания в походе и приготовление пищи на костре.

Основные физические качества, необходимые туристу (сила, выносливость, быстрота).

Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках. Упражнения на развитие силы, быстроты выносливости.

### **Список литературы для педагога**

1. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник для институтов и техникумов физической культуры. М. 2011.
2. Бардин А.К. Азбука туризма. М., 2010
3. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 2012г.
4. В.И.Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 2013г.
5. Берман А.Е. Юный турист. М., 2012

6. Минделевич С.И. Пора в поход. М., 2008
7. Остапец А.А. В походе юные. М., 2007
8. Карманный справочник туриста. М., 2014
9. Верба И.А. Туризм в школе. М., 2011
10. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. М., 2007
11. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., 2009
12. Обухова Л.Ф. Детская психология: теории, факты, проблемы. - 3-е изд., стер. - М.: Тривола, 1998. - 352 с.
13. Эльконин Д.Б. Детская психология: Учебное пособие / Ред. -сост. Б.Д. Эльконин. М., 2008. – 384 с.
14. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2005. – 328 с., илл.
15. Константинов Ю.С., Митрахович С.С. Туристско-краеведческая деятельность в школе. Учебно-методическое пособие. - М.: ФЦДЮТиК, ИСВ РАО, 2011. - 352 с., ил.
16. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие - 2-е изд., стереотип. - М.: ФЦДЮТиК, 2008 г. - 600 с., ил.
17. Горохов, В.Л. Экология: Учебное пособие /В.Л.Горохов, Л.М.Кузнецов, А.Ю.Шмыков. – СПб.: «Издательский дом Герда», 2005. – 688с.
18. Коробкин, В.И. Экология в вопросах и ответах: учеб.пособие /В.И.Коробкин, Л.В.Передельский. – Ростов н/Д : Феникс, 2009. – 378с.

#### **Список литературы для учащихся и родителей**

1. Остапец А.А. На маршруте туристы следопыты. М., 1987
2. Симаков В.И. Туристские походы выходного дня. М., 1984
3. 1001+1 совет туристу: школа выживания / авт.-сост.Н.Б. Садикова.- Минск, 2000
4. Ильичева А.А. Большая энциклопедия выживания. М., 2000
5. Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 2014г.
6. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 2006г.
7. Пасечный П.С. На туристской тропе. М., 2010
8. Попадейкин В.И. Тропами Подмосковья. М., 2004
9. Гранильщиков Ю.В. Семейный туризм. М., 2007

#### **Интернет-источники**

1. <http://turcentrf.ru/>
2. [http://www.rostourunion.ru/vstuplenie\\_v\\_rst/detskiyi.html](http://www.rostourunion.ru/vstuplenie_v_rst/detskiyi.html)

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУ ДО

«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»

Л.В.Марина

«31» августа 2018 г.

**Календарный учебный график**

**дополнительной общеразвивающей программы «Туризм и краеведение»**

Базовый уровень 2 год обучения

№ № П. п	Месяц	Чи сл о	Время проведения занятия	Форма заняти я	Ко л- во ча со в	Тема занятия	Место провед ения	Форма контроля
1	сентябрь	06	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Вводное занятие. Чем интересны походы	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	беседа
2	сентябрь	10	10.00-14.00	наблюдения	4	Наблюдения в лесу	природа	Самостоятельная работа
3	сентябрь	13	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Наблюдения в походе	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	опрос
4	сентябрь	17	10.00-14.00	поход	4	Поход выходного дня	Лес Клин-9	зачет
5	сентябрь	20	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Виды туризма	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
6	сентябрь	24	10.00-14.00	практическое занятие	4	Подготовка к дню туриста	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	опрос
7	сентябрь	27	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Физическая подготовка туриста	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	самоанализ
8	октябрь	1	10.00-14.00	соревнование	4	Фестиваль «Люди идут по свету»	ДДТ	соревнование
9	октябрь	4	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Организация и подготовка похода, путешествия	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
10	октябрь	8	10.00-14.00	практи	4	Укладка	МОУ-	зачет

				ческое заняти е		рюкзака, снаряжения	ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	
11	октябрь	11	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Обязанности в походе	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
12	октябрь	15	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Установка палаток	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	зачет
13	октябрь	18	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Снаряжение в походе	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
14	октябрь	22	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Установка снаряжения	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	зачет
15	октябрь	25	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Организация и проведение похода, путешествия	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
16	октябрь	29	10.00-14.00	поход	4	Поход выходного дня	Клин-9 - Борозд а	экскурсия
17	октябрь	31	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Подведение итогов похода, путешествия	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
18	ноябрь	5	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Сбор материала, фотоотчет	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	выставка
19	ноябрь	8	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Туристский быт. Организация бивака	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
20	ноябрь	12	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Организация бивака	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	зачет
21	ноябрь	15	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Питание в походе. Составление раскладки продуктов для похода	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
22	ноябрь	19	10.00-14.00	практи ческое	4	Розжиг костра, приготовление	МОУ- ШКОЛ	зачет



				заняти е		еды	А «ЮНО СТЬ»	
23	ноябрь	22	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Выбор места под бивак. Виды палаток	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
24	ноябрь	26	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Виды палаток. Установка палаток	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	зачет
25	ноябрь	29	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Географическая карта.	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
26	декабрь	03	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Изучение карты района на местности	Клин-9	зачет
27	декабрь	06	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Условные знаки на карте и местности. Топография	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
28	декабрь	10	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Изучение топографическ их знаков	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	зачет
29	декабрь	13	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Условные знаки на карте и местности	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
30	декабрь	17	10.00-14.00	экскур сия	4	Поездка в Дмитров	г.Дмит ров	выставка
31	декабрь	20	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Рельеф на карте	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
32	декабрь	24	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Изучение рельефа на местности	Клин-9	зачет
33	декабрь	27	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Ориентировани е	МОУ- ШКОЛ А «ЮНО СТЬ»	собеседова ние
34	январь	7	10.00-14.00	практи ческое заняти е	4	Ориентировани е на местности	Клин-9	зачет
35	январь	10	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Компас. Работа с компасом.	МОУ- ШКОЛ	опрос

						Азимут	А «ЮНОСТЬ»	
36	январь	14	10.00-14.00	практическое занятие	4	Определение азимута на местности	Клин-9	зачет
37	январь	17	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Контрольные пункты	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
38	январь	21	10.00-14.00	практическое занятие	4	Ориентирование в лесу	Клин-9	зачет
39	январь	24	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Туристические возможности родного края	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
40	январь	28	10.00-14.00	соревнование	4	Краеведческая викторина	ДДТ	Игра-испытание
41	январь	31	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Природа родного края	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
42	февраль	4	10.00-14.00	практическое занятие	4	Изучение экологии района	Клин-9	зачет
43	февраль	7	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	История родного края	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
44	февраль	11	10.00-14.00	экскурсия	4	Экскурсия в краеведческий музей	Краеведческий музей	опрос
45	февраль	14	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Выдающиеся люди края	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
46	февраль	18	10.00-14.00	экскурсия	4	Экскурсия в музей	Музей Гайдара	тесты
47	февраль	21	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Изучение района путешествия	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
48	февраль	25	10.00-14.00	практическое занятие	4	Изучение района путешествия в	Краеведческий музей	собеседование

				е		годы ВОВ		
49	февраль	28	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Личная гигиена туриста	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
50	март	4	10.00-14.00	практическое занятие	4	Физическая подготовка	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	соревнование
51	март	7	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Профилактика различных заболеваний	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
52	март	11	10.00-14.00	практическое занятие	4	Преодоление оврагов	Клин-9	зачет
53	март	14	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Походная медицинская аптечка	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
54	март	18	10.00-14.00	практическое занятие	4	Переправа по бревну	Клин-9»	зачет
55	март	21	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Безопасность в походе, путешествии	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
56	март	25	10.00-14.00	практическое занятие	4	Спуски и подъемы	Клин-9	зачет
57	март	28	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Доврачебная помощь пострадавшим	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
58	апрель	1	10.00-14.00	экскурсия	4	Экскурсия в музей	Музей в Боблово	опрос
59	апрель	4	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Транспортировка пострадавшего	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	собеседование
60	апрель	8	10.00-14.00	практическое занятие	4	Изготовление носилок	МОУ-ШКОЛ А «ЮНОСТЬ»	зачет
61	апрель	11	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Узлы в туризме	МОУ-ШКОЛ А	собеседование

							«ЮНОСТЬ»	
62	апрель	15	10.00-14.00	практическое занятие	4	Вязка туристических узлов	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	зачет
63	апрель	18	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Страховочные системы	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
64	апрель	22	10.00-14.00	практическое занятие	4	Навесная переправа	Клин-9»	зачет
65	апрель	25	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Преодоление естественных препятствий	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
66	апрель	29	10.00-14.00	практическое занятие	4	Преодоление болотистой местности	Клин-9»	зачет
67	май	3	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Организация экологической работы	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
68	май	6	10.00-14.00	поход	4	Поход выходного дня	Клин-9-Золино	зачет
69	май	10	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Экология района.	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
70	май	13	10.00-14.00	практическое занятие	4	Изучение растений района.	Клин-9-	зачет
71	май	17	15.00-15.45 16.00-16.45	беседа	2	Экологическая работа	МОУ-ШКОЛА «ЮНОСТЬ»	собеседование
72	май	20	10.00-14.00	экскурсия	4	Изучение фауны района.	Клин-9-	зачет