

Муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеский центр «Импульс»

Рассмотрена и обсуждена
на педагогическом совете
Протокол № 1
От «06» 10 2021г

УТВЕРЖДАЮ
Директор МКУ ДО ДЮЦ
«Импульс»
Е.Н.Логинова
Приказ № 1 «06» 10 2021г



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**
туристско-краеведческой направленности

«ЮНЫЙ ТУРИСТ»

Уровень усвоения программы: базовый, углубленный
Возраст учащихся: 9-14 лет
Срок реализации: 2 года

Автор:
Ерохина Елена Анатольевна,
педагог дополнительного образования

Содержание

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ	3
РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ	1
1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	1
1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ	2
1.3 ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:	3
1.4 СВОДНЫЙ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	6
1.6 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	8
Содержание программы 1 года обучения.	8
Содержание программы 2 года обучения.	13
РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ	18
2.1 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.	18
2.1.1 Нормативно-правовое обеспечение:	18
2.1.2 Материально-техническое обеспечение:	19
2.1.3 Обеспечение образовательного процесса:	20
2.2 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ	20
2.4 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ	21
2.5 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ	21
Список нормативно-правовых документов:	21
Список литературы для педагога:	21
Список литературы для детей:	22
Список интернет источников:	22
ПРИЛОЖЕНИЯ	1
Карта контроля и оценки достижений.....	1
Календарный учебный график	1

ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ

Ф.И.О. автора	Ерохина Елена Анатольевна, педагог дополнительного образования
Учреждение	МКУ ДО ДЮОЦ «Импульс» г. Шумиха
Наименование программы	«Юный турист»
Объединение	Туристско-краеведческое
Тип программы	Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Направленность программы	Туристско-краеведческая
Образовательная область	Туристско-краеведческая
Вид программы	Модифицированная
Возраст обучающихся	9-14 лет
Срок обучения	2 года
Объем часов по годам обучения	144 часа.
Уровень освоения	Базовый, углубленный
Цель программы	Создание условий для развития личности ребенка и его самореализации средствами туристско- краеведческой деятельности
С какого года реализуется программа	2021 г.

РАЗДЕЛ 1. КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы базируется на социальном заказе муниципального образования день и соответствует указанным направлениям государственной политики в сфере образования и воспитания, решает поставленные задачи средствами **туристско-краеведческой** деятельности, что является **направленностью** программы.

Новизна программы состоит в том, что она разработана и реализуется впервые для данного образовательного учреждения, что преследует новое решение проблем дополнительного образования в данном учреждении. Кроме того, в ходе экскурсионных и походных мероприятий юные туристы не только изучат свой край и его историю, но и создадут основу для развития детско-юношеского туризма.

Идея программы - создание карты и каталога туристских и экскурсионных маршрутов с обозначением значимых достопримечательностей г. Шумиха и Шумихинского округа, а также создание библиотеки из накопленных материалов: учебные плакаты, статьи, доклады, исследовательские и конкурсные работы, разработки экскурсионных маршрутов, отчеты о походах, приобретенные печатные издания.

Программа является модифицированной.

Педагогическая целесообразность программы заключается в гармоничном соединении нескольких видов деятельности в ходе ее реализации: познавательно-образовательной, духовно-нравственного, гражданско-патриотического, экологического воспитания, краеведения и туризма, что дает прочное основание для работы в заявленных сферах, применить разнообразные формы и методы образования, охватить множество интересов, объектов и заинтересованных: как взрослого населения, с его возможностью оказания помощи и содействия в осуществлении этой работы, так и молодого поколения в качестве искателей, исследователей, создателей и потребителей.

По форме организации и процессу обучения программа является интегрированной, т.к. объединяет в себе два вида познания: туризм и краеведение.

Особенностью воспитательного процесса в туристско-краеведческой работе является: использование объектов культурного и природного наследия в качестве наглядного пособия.

Отличительные особенности данной программы заключаются в том, что при **педагогически целесообразной** организации туристско-краеведческой деятельности, способствующей всестороннему развитию ребенка, в учебной группе у учащихся постоянно возникают ситуации успеха, что положительным образом влияет на их психику, становление гармонично развитой личности с положительным социальным настроением. **Практическая значимость программы** позволяет удовлетворить детскую потребность в физической активности, развить спортивные способности и получить необходимые умения в организации и проведении путешествий с получением знаний о своем родном крае.

Уровень освоения:

– базовый – на первом году обучения, предполагает начальное формирование теоретических знаний и практических навыков, раскрытие творческих способностей учащихся посредством краеведения и туризма.

– углубленный – во второй год юные туристы- краеведы более углубленно овладевают основами туристско-краеведческих знаний и умений и навыков.

Содержание программы строится на одном учебно-тематическом плане, но с разным годичным содержанием, в связи с усложнением материала.

Ежегодно в программу вносятся обновления, изменения, дополнения, прописанные в листе адаптации на следующий учебный год.

Адресат программы – принимаются все желающие дети возрастом 9-14 лет физически здоровые. Наполняемость групп: от 10 до 15 человек.

Особенности организации образовательного процесса – группа является разновозрастной, но подход к обучению дифференцированный. Для поступления требуется заявление и согласие родителей, медицинская справка о состоянии здоровья, справка о прививке против клещевого энцефалита.

Объем и сроки освоения программы

№ пп	Уровни подготовки	Год обучения	Кол-во человек в группе	Кол-во часов в неделю	Кол-во часов в год
1	Базовый	1	15	4	144
2	Углубленный	2	12-15	4	144

Форма обучения - очная.

Организационная форма работы – объединение.

Занятия проводятся в учебном кабинете, спортзале, на стадионе, на местности.

Срок обучения по программе – 2 года.

Продолжительность учебного года – 36 недель.

Режим занятий – по 2 часа 2 раза в неделю – учебно-практическое занятие.

1.2 ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Цель программы - создание условий для развития личности ребенка и его самореализации средствами туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:

Образовательные:

- Способствовать расширению кругозора детей, вовлечением в изучение мира и родного края с помощью личного знакомства с ним в туристских путешествиях.
- Прививать навыки наблюдения, исследования, описания, общения, научить ориентироваться в мире информации, обмениваться полученным опытом и знаниями, формировать потребность в совершенствовании своих знаний и умений.
- Формировать умения составлять план путешествия, его организации, ориентироваться на местности, по карте, компасу, освоить бивуачные навыки, навыки самообслуживания в походных условиях и взаимопомощи, совершать пешие походы бесступенные, 1-3 степени, подводить итоги путешествия.
- Способствовать формированию начальным навыкам по спортивному туризму: преодоления препятствий, участия в соревнованиях, прохождения дистанций 1, 2 классов.
- Содействовать овладению комплексом общеукрепляющих физических упражнений, правилам оказания первой помощи и навыкам личной гигиены в туризме.

Развивающие:

- Способствовать развитию личной и социальной активности, чувства взаимопомощи и ответственности за себя за других, навыков коллективной деятельности и коммуникации.
- Развивать навыки самообслуживания без присутствия родителей.
- Укреплять мотивацию у детей к продолжению деятельности в туризме и краеведении.
- Развивать творческие, исследовательские, спортивные способности у детей, их познавательную активность.

Воспитывающие:

- Воспитывать чувство толерантности, доброжелательности и взаимопомощи, комфортной обстановки и бесконфликтного взаимодействия в коллективе в условиях автономного существования группы, формировать положительное восприятие социума и своего значения в нем.
- Воспитывать ответственность за себя, свои поступки и свое поведение по отношению к другим людям и возникающим ситуациям, способствовать умению работать в команде.
- Развивать умение ценить красоту природы родного края, его историю и традиции, развить ответственное отношение к их сохранению.
- Способствовать формированию потребности в здоровом физическом и нравственном образе жизни, знания своих физических возможностей.

1.3 ПЛАНИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Требования к результатам освоения программы задают критерии оценки личностных, метапредметных и предметных результатов на каждом году обучения. Результатом деятельности объединения по освоению программы у учащихся будут сформированы универсальные учебные действия: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ (УУД)	
Личностные	<p><i>мотивация к саморазвитию:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь видеть потребности в знаниях и управлять своей познавательной деятельностью; - уметь ориентироваться на моральные нормы и их выполнение, что позволяет выполнять разные социальные роли (гражданин, ученик, собеседник, одноклассник...) и профессиональные роли (путешественник, дежурный, командир...); - уметь адекватно оценивать созданные условия и самостоятельно спланировать свою деятельность; - уметь применять приобретенные знания в своей повседневной жизнедеятельности и соотнести их с профессиональным самоопределением в будущем.
Регулятивные	<p><i>контроль и коррекция своей деятельности:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь выполнять задание в соответствии с целью и заданной ситуацией; - уметь адекватно оценивать ситуацию, самостоятельно принимать решения, вносить необходимые коррективы, действовать; - уметь ставить цель и планировать деятельность для достижения этой цели;
Познавательные	<p><i>мотивация к самообразованию:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь работать с информацией: находить, анализировать, обобщать, подводить итоги, делиться полученными знаниями и опытом; - уметь креативно мыслить, прогнозировать возможные обстоятельства, ставить цели, искать варианты и пути решения; - уметь применять полученные знания в меняющихся условиях; - знать информационно-коммуникационные технологии, уметь пользоваться специальными приборами.
Коммуникативные	<p><i>коммуникация и социальная ответственность:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - уметь адекватно относиться к сложившимся условиям и окружающим; - уметь согласовывать все позиции и находить решения для создания бесконфликтной, дружеской обстановки; - уметь работать в коллективе; - уметь оформлять свои мысли в устной форме, формулировать, аргументировать собственное мнение; - уметь управлять своими эмоциями.
ПРЕДМЕТНЫЕ	
Первый год обучения	Второй год обучения
1 Туризм	
Правила безопасности	
- знать и соблюдать технику безопасности в туризме, на занятиях, на тренировках, в походах	- знать и соблюдать технику безопасности в туризме, - уметь предвидеть опасную ситуацию
- соблюдать правила дорожного движения, уметь переходить дорогу, двигаться вдоль дороги, знать правила поведения в транспорте, посадки и высадки.	- соблюдать правила дорожного движения, уметь организовать переход группы через дорогу, движение вдоль дороги
- знать правила поведения в городе, в лесу, при отставании от группы, потери группы	- соблюдать правила поведения с местным населением в походах
- знать правила поведения с уличными и дикими животными, пресмыкающимися, насекомыми,	- знать и соблюдать правила поведения и общения с животным и растительным мирами, - уметь предвидеть опасную ситуацию,

- знать правила общения с растительным миром	связанную с животными.
Правила гигиены и оказание первой медицинской помощи	
- знать правила санитарии и гигиены в походных условиях	- применять правила санитарии и гигиены в походных условиях, - уметь подготовить место для умывания и туалета
- знать состав аптечки	- уметь формировать походную аптечку из основных лекарственных средств
- знать приемы первой медицинской помощи при порезах, мозолях, ушибах, - уметь распознать признаки обморожения, перегревания, переутомления.	- уметь оказывать первую медицинскую помощь при обмороке, ушибах, повреждениях кожного покрова, - знать способы транспортировки пострадавшего
Походный туризм	
- знать основные сведения по истории туризма в целом.	- знать сведения по истории туризма и его перспективах в Шумихинском районе
- знать и уметь составить перечень личного снаряжения для похода, - уметь по сезону подготовить одежду для экскурсии, однодневного похода	- уметь составлять перечень личного и общественного снаряжения для разных походов в любое время года, - уметь по сезону подготовить одежду для походов, - уметь сшить или отремонтировать одежду для походов
- знать правила питания в туризме и соревнованиях	- уметь составлять меню для разных походов и соревнований
- знать основы бивака, - уметь правильно поставить палатку, натянуть костровой тент, выбрать и собрать топливо для костра	- уметь выбирать место для бивака, костра, выполнять бивачные работы, разводить огонь в сухое время года, знать, как обеззараживать и очищать воду
- знать, какие должности бывают в походе	- уметь распределять должности в походе, выполнять обязанности на должном уровне
- уметь организованно двигаться на маршруте, соблюдать правила движения по дорогам, хождения по равнинным участкам	- уметь организованно двигаться на маршруте согласно правилам хождения по пересеченной местности, с соблюдением ходового режима
- знать основы по организации походов выходного дня и походов 1-2 степеней сложности, участвовать в таких походах, - уметь вести записи в туристских документах: маршрутный лист, дневник инструктора, должностные документа и отчетности.	- уметь применять полученные навыки по организации походов однодневных, многодневных и степенных, знать организацию похода 1 категории сложности, - уметь самостоятельно работать в должностях похода, - применять знания по мерам безопасности и преодолению простейших препятствий, - уметь писать разделы отчета о походе
- знать, особенности велотуризма, виды, категории, - уметь подбирать соответствующую одежду, снаряжение, - уметь укладывать рюкзак, - применять знания по мерам безопасности и преодолению простейших препятствий на велосипеде.	- знать строение велосипеда, его обслуживание, - знать особенности подготовки и проведения велопоходов, - знать порядок движения группы на маршруте: режим, темп. - уметь работать с комплектацией велосипеда, - уметь ремонтировать велосипед, - применять знания по мерам безопасности и преодолению простейших препятствий на велосипеде
- знать, особенности лыжного туризма, виды, категории, - уметь подбирать соответствующую одежду, снаряжение, - уметь укладывать рюкзак, - применять знания по мерам безопасности и	- знать особенности подготовки и проведения лыжных походов, - знать порядок движения группы на маршруте: режим, темп. - применять знания по мерам безопасности и преодолению простейших препятствий на

преодолению простейших препятствий на лыжах	лыжах
Топография и ориентирование	
- знать понятия «план», «карта», условные обозначения, рельеф, читать основную информацию по карте, знать устройство компаса и правила работы с ним	- знать условные обозначения топографических карт, иметь основные навыки работы с картой, компасом, уметь применить эти знания на местности
- знать способы ориентирования по местным предметам, топографическим знакам без компаса	- уметь применять способы ориентирования с компасом на местности, хорошо знать знаки топографических и спортивных карт, азимут
ОФП	
- знать влияние на организм человека физических упражнений, - уметь правильно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений	- уметь правильно выполнять комплекс специальных упражнений
- уметь контролировать свое состояние при физических нагрузках	- контролировать свое физическое развитие: показатели физического развития на втором году обучения должны быть лучше показателей первого года обучения (индивидуально)
Спортивный туризм	
- знать о спортивных соревнованиях в туризме, о туристской технике: прохождение переправ и других препятствий, о самых простых видах туристских соревнований, проходить дистанции 1 класса.	- участвовать в соревнованиях по спортивному туризму на дистанциях 1 класса, научиться проходить дистанции 2 класса
- знать о способах самостраховки и командной страховки, знать 5 видов узлов получить представление о работе с веревкой	- знать 10 видов узлов, их характеристики и виды применения, уметь работать с веревками, применять основные способы самостраховки и командной страховки
- работать с карабинами, жумарами, спусковыми устройствами.	- уметь свободно работать с карабинами, жумарами, спусковыми устройствами, применять их в походах и на соревнованиях.
2 Краеведение	
- знать первичные представления о родном крае, его местоположение на карте России, получить практические навыки работы с картой родного края	- знать природные особенности родного края, отображение его территории на физической и туристской картах предоставляемыми различными источниками (печать, интернет, спутниковая съемка)
- знать, благодаря исследовательской деятельности, природные и исторические достопримечательности г. Шумиха и его окрестностей, представляющие ценность для туристско-краеведческой деятельности	- знать туристские возможности родного края, уметь составить маршруты путешествий для экскурсий, для походов к объектам представляющим интерес и для создания будущей карты туристских маршрутов
- знать технику наблюдения за природой, ведения дневников или записей, написания заметок о местах посещения	- уметь самостоятельно работать с источниками информации по сбору краеведческих сведений, - уметь вести записи по краеведению, выполнять раздел «Краеведческое задание» отчета о походе
Исследовательская деятельность	
- приобрести навыки исследовательской деятельности, - готовить доклады и рефераты	- уметь писать исследовательскую работу, - подготовить материал для создания карты и каталога туристских маршрутов
- знать виды типичных растений и животных родного края, различать ядовитые и съедобные грибы и растения, - знать редкие и исчезающие виды растений и животных в родном крае	- уметь определять основные виды местной флоры и фауны, - знать и уметь применять лекарственные травы

Творческая деятельность	
- иметь представление об оформительской деятельности в туризме	- уметь писать статьи для СМИ, работы на различные конкурсы по краеведению, - уметь писать разделы отчета о походе, знать, как его оформить самостоятельно - оформлять «библиотеку» полученных материалов из: исследовательских и конкурсных работ, отчетов о походах.
- уметь работать с материалом	- уметь составлять карту туристских маршрутов, работать над каталогом туристских маршрутов.

1.4 СВОДНЫЙ УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Разделы программы	Количество часов в год					
		1 год			2 год		
		Всего	Теория	Практика	Всего	Теория	Практика
	Комплектование	2		2	2		2
	Введение	2	2		2	2	
1	Туризм	112	34	78	112	34	78
2	Краеведение	28	6	22	28	6	22
	ВСЕГО:	144	42	102	144	42	102

1.5 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

для первого и второго годов обучения

№	Тема	Количество часов - 144			Форма организации занятия	Форма контроля
		Всего	Теория	Практика		
	Комплектование групп	2		2	Беседа	
	Вводное занятие.	2	2		Беседа	Опрос
1	ТУРИЗМ	112	34	78		
	Основы туризма	22	11	11		
1.1	Туризм, его виды, история	2	1	1	Лекция, презентации, самостоятельная работа	Опрос
1.2	Техника безопасности при проведении туристских походов, экскурсий, тренировок. ПДД	2	1	1	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.3	Санитария и гигиена.	2	1	1	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.4	Аптечка. Медицина	2	1	1	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.5	Первая помощь пострадавшему.	2	1	1	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.6	Организация туристского быта. Костры. Палатки.	4	2	2	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы

1.7	Должности в туристской группе	2	1	1	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.8	Питание в туристском походе	4	2	2	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.9	Личное и групповое туристское снаряжение	2	1	1	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
	Топография и ориентирование	10	4	6		
1.10	Условные знаки. Топознаки.	2	1	1	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос
1.11	Карты. Рельеф. Масштаб.	4	1	3	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос
1.12	Компас. Азимут.	2	1	1	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос, наблюдение
1.13	Ориентирование без компаса. Действия в случае потери ориентировки	2	1	1	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос, анализ работы
	ОФП	6	3	3		
1.14	Влияние на организм человека физических упражнений, их значение в туризме.	2	1	1	Беседа, практич. занятие	Опрос
1.15	Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм.	2	1	1	Беседа, практич. занятие	Опрос
1.16	Физические упражнения	2	1	1	Беседа, практич. занятие	Опрос
	Пеший туризм	4	2	2		
1.17	Пеший туризм, его особенности, снаряжение, одежда	2	1	1	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.18	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	2	1	1	Лекция, практич. занятие	Наблюдение
	Велотуризм	4	2	2		
1.19	Велотуризм, его особенности, снаряжение, одежда	2	1	1	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.20	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	2	1	1	Лекция, практич. занятие	Наблюдение
	Лыжный туризм	4	2	2		
1.21	Лыжный туризм, его особенности, снаряжение, одежда	2	1	1	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.22	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	2	1	1	Лекция, практич. занятие	Наблюдение
	Поход	20	4	16		
1.23	Поход, его виды	2	2		Лекция, презентация	Опрос
1.24	Подготовка к походу	9	1	8	Беседа, практич. занятие	Опрос, анализ
1.25	Подведение итогов похода	9	1	8	Беседа, практич. занятие	Анализ, зачет

	Спортивный туризм	40	4	36		
1.26	Спортивный туризм, его особенности	2	1	1	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.27	Этапы дистанции, их виды, особенности	2	1	1	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.28	Веревка. Узлы. Страховка. Железо	4	2	2	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
1.29	Работа на дистанциях	32		32	Практическое занятие	Наблюдение, самоконтроль
	Слеты и соревнования	2	2	2		
1.30	Туристские слеты и соревнования. История. Виды	2	2		Лекция, презентация	Опрос
2	КРАЕВЕДЕНИЕ	28	6	22		
2.1.	Родной край, его природные особенности. Изучение района путешествия.	2	1	1	Беседа, лекция, презентация, практич. занятие	Опрос
2.2.	Туристские возможности родного края. Экскурсионные объекты. Достопримечательности	2	1	1	Беседа, презентация,	Опрос
2.3	Основы исследовательской деятельности	2	1	1	Беседа, практич. занятие	Опрос
2.4	Работа в музее. Выполнение краеведческого задания	16		16	Практическое занятие	Наблюдение
2.5	Работа по каталогу маршрутов и карты	2	1	1	Практическое занятие	Анализ работы
	Творческая деятельность	4	2	2		
2.6	Оформительская деятельность в туризме. Создание библиотеки полученных материалов.	2	1	1	Беседа, практич. занятие	Опрос, наблюдение
2.7	Создание карты и каталога туристских маршрутов г. Шумиха.	2	1	1	Беседа, практич. занятие	Опрос, наблюдение
	ВСЕГО ЧАСОВ:	144	42	102		

1.6 СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Содержание программы 1 года обучения.

Тип занятия	Тема занятия	Кол-во часов
	КОМПЛЕКТОВАНИЕ	2
<i>Практика:</i>	Комплектование групп первого года обучения	2
	ВВЕДЕНИЕ	2
<i>Теория:</i>	Вводное занятие, ознакомление с программой, с учебным планом, с правилами обучения в ОУ, ТБ и ОТ.	2
1.	ТУРИЗМ	112
	Основы туризма	22
1.1	<i>Туризм, его виды, история</i>	2
<i>Теория:</i>	Туризм, как средство познания родного края. Великие географические	1

	открытия. Знаменитые путешественники. История туризма в России. Детско-юношеский туризм. Виды туризма. Связь туризма и краеведения	
Практика:	История туризма в России. (самостоятельная работа)	1
1.2	<i>Техника безопасности при проведении туристских походов, экскурсий, тренировок. ПДД</i>	2
Теория:	Знакомство с инструкциями по ТБ. Дисциплина и ответственность в туризме. Правила поведения в общественных местах, связанных с туристскими маршрутами. Меры безопасности при различных погодных явлениях. Правила поведения на дороге и транспорте: движение по дорогам, посадка, высадка, поведение в транспорте. Правила поведения: в городе, в лесу, при отставании или потери группы, при встрече с дикими и домашними животными, правила сбора трав, ягод и грибов. Меры безопасности при заготовке дров и приготовлении пищи на костре.	1
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - викторины по ТБ в туризме. <i>В путешествиях</i> - соблюдение правил безопасности во время туристских мероприятий. Определение съедобных ягод, трав, грибов. Игра на знатока съедобных и ядовитых грибов, ягод, растений. Отработка способов преодоления естественных препятствий: травянистых склонов, крутых участков, оврагов и ручьев, спусков и подъемов.	1
1.3	<i>Санитария и гигиена</i>	2
Теория:	Правила санитарии и гигиены в походных условиях, организация гигиенических мест в походе. Общие гигиенические требования в походе их значимость – индивидуальная и групповая. Требования к одежде и обуви. Поддержание чистоты тела и ног. Меры для предупреждения потертостей и мозолей. Меры предотвращения травмирования. Профилактика укусов клещей и других насекомых.	1
Практика:	Моделирование ситуаций. Кейс-игры на оказание медицинской помощи.	1
1.4	<i>Аптечка. Медицина</i>	2
Теория:	Состав аптечки, правила ее комплектации. Травмы возможные в походе. Признаки обморожения, перегревания, переутомления, пищевого отравления. Приемы первой медицинской помощи при мелких травмах (порезы, мозоли, ушибы, растяжения).	1
Практика:	Отработка приемов оказания первой помощи при различных травмах. Комплектование походной аптечки. Конкурс «Собери аптечку».	1
1.5	<i>Первая помощь пострадавшему</i>	2
Теория:	Травмы возможные в походе.	1
Практика:	Приемы оказания первой помощи при различных травмах. Способы транспортировки пострадавшего. Кейс-игры на оказание медицинской помощи.	1
1.6	<i>Организация туристского быта. Костер. Палатки.</i>	4
Теория:	Основные требования к месту бивака. Привалы и ночлеги в походе. Организация работы. Палатки, их виды и назначения, установка, предохранение от намокания, размещение в них вещей и участников. Правила поведения в палатке. Костер, его типы и функции, разведение костра в различную погоду. Заготовка и хранение дров. Приготовление пищи на костре. Сушка и ремонт одежды в походе.	2
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - отработка «типов костров» из палочек, соревнование на лучшее знание костров и их функцию; сбор-разбор палаток на время, на правильность установки, порядок внутри палатки. Конкурс – кто быстрее соберет бивуак. <i>В походе</i> - определение мест для бивака. Развертывание и свертывание лагеря. Работа с бивуачным снаряжением. Работа с костром, способы заготовления растопки и разжигания костра. Сбор-разбор палаток.	2
1.7	<i>Должности в туристской группе.</i>	2
Теория:	Туристские должности в походе, их обязанности. Обязанности	1

	дежурного по приготовлению пищи. Вне должностные обязанности общие для исполнения каждым участником (сбор топлива).	
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> – работа по распределению должностей, отработка их в группе по очереди. <i>В походе</i> - выполнение должностных обязанностей в период подготовки к походу, во время похода и при подведении его итогов.	1
1.8	<i>Питание в туризме.</i>	4
Теория:	Питание в туризме. Значение правильного питания в походе. Походная посуда, костровое оборудование для приготовления пищи. Нормативы закладки продуктов. Составление меню. Продукты для похода, их развеска и фасовка, способы хранения, распределение между участниками похода, переноска в рюкзаках. Безопасность при приготовлении пищи на костре. Питание бутербродами в однодневном походе. Использование термосов в походе и правила безопасного пользования. Вода. Питьевой режим в походе. Транспортировка воды.	2
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - составление меню и списка продуктов для похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Кейс-игра на тему питания. Викторина на продукты. <i>В походе</i> - приготовление пищи на костре.	2
1.9	<i>Личное и групповое туристское снаряжение. Одежда.</i>	2
Теория:	Личное и групповое туристское снаряжение, их понятие, значение, комплектация, вес. Рюкзаки, их виды, назначения, укладка. Перечень личного снаряжения для похода в различных условиях, требования к нему. Одежда и требования к ней для различных путешествий. Ремнабор, его состав и назначение.	1
Практика:	Комплектование снаряжения, определение его веса, распределение между участниками группы, укладка рюкзаков, подгонка и ремонт снаряжения. Подбор одежды по заданным условиям.	1
	Топография и ориентирование	10
1.10	<i>Условные знаки. Топознаки.</i>	2
Теория:	Понятие о местных предметах и топографических знаках, знаках бедствия.	1
Практика:	Работа со знаками на картах, с карточками-заданиями, упражнения на запоминание знаков.	1
1.11	<i>Карты. Рельеф. Масштаб.</i>	4
Теория:	Понятие «план», «карта». Виды карт и масштаб карт. Рельеф, его формы, способы изображения на плане и карте. Характеристика местности по рельефу. Горизонталь. Курвиметр. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Нанесение нитки маршрута на карте.	1
Практика:	Работа с картой. Копирование участка карты. Измерение расстояний и сторон горизонта на карте.	3
1.12	<i>Компас. Азимут.</i>	2
Теория:	Компас, его устройство, виды, принципы работы, правила пользования. Азимут.	1
Практика:	Работа с компасом. В учебном кабинете - ориентирование карты по компасу. В походе - отработка техники работы с компасом.	1
1.13	<i>Ориентирование без компаса. Действия в случае потери ориентировки</i>	2
Теория:	Виды туристского ориентирования. Способы ориентирования. Определение сторон горизонта по местным приметам. Ориентирование при различных погодных условиях, в разное время года, дня и ночи. Поиск отличительных ориентиров. Аварийные ситуации. Запасные варианты маршрута.	1
Практика:	В учебном кабинете - выполнение заданий по определению сторон	1

	горизонта. В походе - отработка техники работы по ориентированию.	
	ОФП	6
1.14	<i>Влияние на организм человека физических упражнений, их значение в туризме.</i>	2
Теория:	Влияние на организм физических упражнений. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения с помощью упражнений. Виды физических упражнений для развития различных групп мышц.	1
Практика:	Отработка физических упражнений для развития различных групп мышц.	1
1.15	<i>Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм.</i>	2
Теория:	Врачебный контроль и самоконтроль - периодичность проведения. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Понятие о спортивной форме, утомлении, переутомлении, нагрузках, постепенности, постоянстве. Возможные травмы и способы их предупреждения.	1
Практика:	Отработка самостоятельного контроля над самочувствием.	1
1.16	<i>Физические упражнения</i>	2
Теория:	Комплекс общеразвивающих упражнений.	1
Практика:	Выполнение на занятиях комплекса общеразвивающих упражнений,	1
	Пеший туризм	4
1.17	Пеший туризм, его особенности, снаряжение, одежда	2
Теория:	Пеший туризм, виды, категории. Особенности подготовки и проведения пеших походов. Одежда. Снаряжение. Укладка рюкзака.	1
Практика:	Занятия по подбору одежды, снаряжения, укладка рюкзака.	1
1.18	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	2
Теория:	Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Обязанности направляющего и замыкающего. Характеристика препятствий пешего похода.	1
Практика:	Отработка техники движения в походе.	1
	Велотуризм	4
1.19	<i>Велотуризм, его особенности, снаряжение, одежда</i>	2
Теория:	Велотуризм, его особенности, виды, категории. Строение велосипеда, его обслуживание. Подготовка и проведение велопоходов. Одежда. Снаряжение. Укладка рюкзака.	1
Практика:	Занятия по работе с велосипедом, его комплектацией. Занятия по подбору одежды, снаряжения, укладка рюкзака.	1
1.20	<i>Правила движения в походе. Преодоление препятствий</i>	2
Теория:	Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Обязанности направляющего и замыкающего. Характеристика препятствий велопохода.	1
Практика:	Отработка техники движения в походе.	1
	Лыжный туризм	4
1.21	<i>Лыжный туризм, его особенности, снаряжение, одежда</i>	2
Теория:	Лыжный туризм, виды, категории. Подготовка и проведение походов. Одежда. Снаряжение. Укладка рюкзака.	1
Практика:	Занятия по подбору одежды, снаряжения, укладка рюкзака.	1
1.22	<i>Правила движения в походе. Преодоление препятствий</i>	2
Теория:	Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Обязанности направляющего и замыкающего. Характеристика препятствий лыжного похода.	1
Практика:	Отработка техники движения в походе.	1
	Поход	68
1.23	<i>Поход, его виды</i>	2

Теория:	Разнообразие походов, его виды, предназначения: ПВД, длительность, категории, экскурсии.	2
1.24	Подготовка к походу	9
Теория:	Определение цели и района путешествия. Планирование похода и составление плана подготовки к походу. Инструкция по проведению походов. Распределение обязанностей. Изучение района путешествия, подбор карт, заполнение маршрутной документации, изучение отчетов путешествий. Составление графика путешествия, подготовка снаряжения. Составление сметы. Подготовка снаряжения, закупка продуктов питания и их распределение по участникам. Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Организация движения с направляющим и замыкающим, их обязанности. Движение по дорогам, по пересеченной и лесной местности. Естественные и искусственные препятствия. Преодоление спусков и подъемов, способы переправ через болота, ручьи.	1
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - распределение должностей, составление списка, сбор и распределение снаряжения, продуктов питания. Работа с картой, документацией, сметой. Составление плана похода. <i>В походе</i> - отработка техники движения, преодоления спусков, подъемов, оврагов и болот.	8
1.25	Подведение итогов похода	9
Теория:	Обсуждение итогов похода, отчеты ответственных по участкам работы. Обработка собранных материалов. Выполнение творческих заданий по отчету.	1
Практика:	Написание и оформление отчета о походе, материалов, полученных в походе. Предварительная работа над созданием карты туристских маршрутов.	8
	Спортивный туризм	40
1.26	Спортивный туризм, его особенности	2
Теория:	Спортивный туризм, его отличия от походного. Виды. Особенности. Дистанции 1 класса. Нормативное выполнение.	1
Практика:	Знакомство с дистанцией – растяжка в помещении	1
1.27	Этапы дистанции, их виды, особенности	2
Теория:	Этапы дистанции, их виды, особенности прохождения. Значение в жизненных условиях, применение в походных условиях	1
Практика:	Знакомство с дистанцией – растяжка на улице	1
1.28	Веревка. Узлы. Страховка. Железо	4
Теория:	Туристская веревка, ее виды, прочность, надежность, отличие от бытовой. Использование веревки в видах туризма, ее назначение. Понятие о командной страховке и самостраховке. Личная страховочная система. Узлы. Железо: его виды, особенности назначения и применения по видам туризма, на этапах. Применение страховки, узлов и железа в бытовых и походных условиях.	2
Практика:	Отработка техники применения веревки, узлов, железа, страховки.	2
1.29	Работа на дистанциях	32
Практика:	Работа на этапах дистанции.	32
	Слеты и соревнования	2
1.30	Туристские слеты и соревнования. История. Виды	2
Теория:	Виды туристских соревнований. Нормативы.	2
2	КРАЕВЕДЕНИЕ	28
2.1.	Родной край, его природные особенности. Изучение района путешествия.	2
Теория:	Основные сведения по родному краю. Животный и растительный миры родного края, их ценность и опасности. Географическое положение Зауралья на карте России. Климат, рельеф, полезные ископаемые, животные и растения родного края, их ценность и	1

	опасности.	
Практика:	Работа с картой..	1
2.2.	Туристские возможности родного края. Экскурсионные объекты. Достопримечательности	2
Теория:	Природные и исторические достопримечательности г. Шумиха. Изучение района путешествия. История города Шумиха и Шумихинского района. Достопримечательности г. Шумиха интересные для проведения походов и экскурсий. Легенды и были родного края.	1
Практика:	Сбор материала для создания карты туристских маршрутов.	1
	Основы исследовательской деятельности	2
2.3	Основы исследовательской деятельности. Смысл и назначение краеведческой работы.	
Практика:	Знакомство с картой г. Шумиха и Шумихинского района. Сбор краеведческого материала, изучение информационных источников по истории, флоре и фауне, карт, посещение музеев. Создание экскурсионных маршрутов к объектам. Подготовка докладов по району путешествия. Сбор материала для создания карты туристских маршрутов.	3
2.4	Работа в музее. Выполнение краеведческого задания	16
Практика:	Работа в музее по теме Краеведения. Выполнение краеведческого задания. Тематические экскурсии в рамках краеведческого задания	16
2.5	Работа по каталогу маршрутов и карты	2
Теория:	Работа по каталогу маршрутов и карты, их предназначение.	1
Практика:	Работа по каталогу маршрутов и карты, их составление.	1
	Творческая деятельность	4
2.6	Оформительская деятельность в туризме. Библиотека.	2
Теория:	Виды оформительской деятельности в туристской группе, значение: газеты, летописи.	1
Практика:	Сбор и оформление накопленного материала для создания библиотеки.	1
2.7	Создание карты и каталога туристских маршрутов г. Шумиха.	2
Теория:	Создание карты туристских маршрутов г. Шумиха.	1
Практика:	Работа над картой туристских маршрутов г. Шумиха.	1

Содержание программы 2 года обучения.

Тип занятия	Тема занятия	Кол-во часов
	КОМПЛЕКТОВАНИЕ	2
Практика:	Комплектование и корректировка групп второго года обучения	2
	ВВЕДЕНИЕ	2
Теория:	Вводное занятие, повтор ознакомления с программой, с учебным планом, с правилами обучения в ОУ, ТБ и ОТ.	2
1.	ТУРИЗМ	112
	Основы туризма	22
1.1	Туризм, его виды, история	2
Теория:	Значение туризма и краеведения в жизни людей.	1
Практика:	Реферативная работа.	1
1.2	Техника безопасности при проведении туристских походов, экскурсий, тренировок. ПДД	2

Теория:	Повторение инструкций по ТБ. Дисциплина и ответственность в туризме. Меры безопасности при различных погодных явлениях. Правила поведения на дороге и транспорте: движение по дорогам, посадка, высадка, поведение в транспорте. Правила поведения в общественных местах, связанных с походной деятельностью. Правила общения с местным населением. Правила поведения: в городе, в лесу, при отставании или потери группы, при встрече с дикими и домашними животными, правила сбора трав, ягод и грибов. Меры безопасности при заготовке дров и приготовлении пищи на костре. Предвидение опасной ситуации на дороге, на месте бивака, связанную с животными и растениями. Меры предосторожности и предупреждения опасных ситуаций.	1
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> – конкурс на лучшую инструкцию по ТБ в туризме. <i>В путешествиях</i> - соблюдение правил безопасности во время туристских мероприятий. Определение съедобных ягод, трав, грибов. Отработка способов преодоления естественных препятствий: травянистых склонов, крутых участков, оврагов и ручьев, спусков и подъемов. Сбор лекарственных трав для дальнейшей работы: гербарий, в медицинских целях...	1
1.3	<i>Санитария и гигиена</i>	2
Теория:	Правила санитарии и гигиены в походных условиях, организация гигиенических мест в походе. Общие гигиенические требования в походе их значимость – индивидуальная и групповая. Организация гигиенических мест в походе. Общие гигиенические требования в походе к чистоте, одежде и обуви. Профилактика заболеваний. Меры для предупреждения потертостей и мозолей. Меры предотвращения травмирования. Профилактика укусов клещей и других насекомых.	1
Практика:	Задания на тему, моделирование ситуаций.	1
1.4	<i>Аптечка. Медицина</i>	2
Теория:	Состав аптечки, правила ее комплектации. Травмы возможные в походе. Признаки обморожения, перегревания, переутомления, пищевого отравления.	1
Практика:	Отработка приемов оказания медицинской помощи. Комплектование походной аптечки.	1
1.5	<i>Первая помощь пострадавшему</i>	2
Теория:	Травмы возможные в походе. Приемы первой медицинской помощи при травмах. Способы транспортировки пострадавшего.	1
Практика:	Отработка приемов оказания первой помощи при различных травмах. Отработка транспортировки пострадавшего	1
1.6	<i>Организация туристского быта. Костер. Палатки.</i>	4
Теория:	Основные требования к месту бивака. Привалы и ночлеги в походе. Организация работы. Палатки, их виды и назначения, установка, предохранение от намокания, размещение в них вещей и участников. Правила поведения в палатке. Костер, его типы и функции, разведение костра в различную погоду. Заготовка и хранение дров. Приготовление пищи на костре. Сушка и ремонт одежды в походе.	2
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - сбор-разбор палаток на время, на правильность установки, порядок внутри палатки. <i>В походе</i> - определение мест для бивака. Развертывание и свертывание лагеря. Работа с бивуачным снаряжением. Работа с костром, способы заготовления растопки и разжигания костра. Сбор-разбор палаток. Конкурсы на лучший быт, на чистоту и порядок в палатке и в дежурство в лагере...	2
1.7	<i>Должности в туристской группе.</i>	2
Теория:	Особенности туристских должностей в походе и вне должностных обязанностей общих для исполнения каждым участником.	1
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> – работа по распределению должностей, отработка их в группе по очереди. Кастинги на самого подходящего к	1

	должности. Конкурсы на лучшее исполнение должностных обязанностей... <i>В походе</i> - выполнение должностных обязанностей в период подготовки к походу, во время похода и при подведении его итогов.	
1.8	<i>Питание в туризме.</i>	4
Теория:	Значение правильного питания в походе. Составление меню. Продукты для похода, их развеска и фасовка, способы хранения, распределение между участниками похода, переноска в рюкзаках. Безопасность при приготовлении пищи на костре. Способы обеззараживания воды.	2
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - составление меню и списка продуктов для похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Конкурс на лучшее меню. Конкурс на предложение блюда для похода. <i>В походе</i> – отработка приготовления пищи на костре.	2
1.9	<i>Личное и групповое туристское снаряжение. Одежда.</i>	2
Теория:	Личное и групповое туристское снаряжение для многодневных походов. Одежда, её изготовление для походов и ремонт. Ремнабор.	1
Практика:	Комплектование снаряжения и ремнабора. Одежда, её изготовление для походов и ремонт. Конкурсы на лучшее изготовление или ремонт вещей, оптимальный подбор и укладку снаряжения... Викторины по родному краю, квесты...	1
	Топография и ориентирование	10
1.10	<i>Условные знаки. Топознаки.</i>	2
Теория:	Понятие о местных предметах и топографических знаках, знаках бедствия.	1
Практика:	Работа со знаками на картах, с карточками-заданиями, упражнения на запоминание знаков.	1
1.11	<i>Карты. Рельеф. Масштаб.</i>	4
Теория:	Топографические и спортивные карты, их отличия, особенности, правила работы при подготовке к походу, соревнованиям, их использование в походе, соревнованиях.	1
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - работа с картами. Работа со знаками на картах, с карточками-заданиями, мини соревнования. Чтение карт, рельефа по карте. <i>В походе</i> - отработка техники работы с картами.	3
1.12	<i>Компас. Азимут.</i>	2
Теория:	Работа с компасом, ориентирование по нему. Азимут. Движение по карте. Ориентирование карты на местности по линейным ориентирам и предметам, по рельефу, дорожкам и азимуту.	1
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - выполнение заданий по ориентированию, работа с карточками, с картами по компасу, по азимуту. Игры на ориентирование. <i>В походе</i> - отработка техники ориентирования по изученным видам.	1
1.13	<i>Ориентирование без компаса. Действия в случае потери ориентировки</i>	2
Теория:	Способы ориентирования по местным приметам. Ориентирование при различных неблагоприятных условиях. Аварийные ситуации.	1
Практика:	<i>В учебном кабинете</i> - выполнение заданий по ориентированию. Игры на ориентирование. <i>В походе</i> - отработка техники работы по ориентированию.	1
	ОФП	6
1.14	<i>Влияние на организм человека физических упражнений, их значение в туризме.</i>	2
Теория:	Совершенствование функций организма с помощью упражнений.	1
Практика:	Отработка физических упражнений для развития различных групп мышц.	1
1.15	<i>Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм.</i>	2

<i>Теория:</i>	Врачебный контроль и самоконтроль - периодичность проведения. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.	1
<i>Практика:</i>	Отработка самостоятельного контроля над самочувствием.	1
1.16	<i>Физические упражнения</i>	2
<i>Теория:</i>	Комплекс специальных упражнений.	1
<i>Практика:</i>	Выполнение на занятиях комплекса специальных упражнений, постоянный контроль над самочувствием.	1
	Пеший туризм	4
1.17	Пеший туризм, его особенности, значение.	2
<i>Теория:</i>	Особенности проведения пеших походов, их значение в жизни человека.	1
<i>Практика:</i>	Занятие по подбору одежды, снаряжения, укладка рюкзака.	1
1.18	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	2
<i>Теория:</i>	Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Особенности препятствий пешего похода.	1
<i>Практика:</i>	Отработка техники движения в походе.	1
	Велотуризм	4
1.19	<i>Велотуризм, его особенности, снаряжение, одежда</i>	2
<i>Теория:</i>	Велотуризм. Особенности подготовки и проведения велопоходов. Преодоление препятствий.	1
<i>Практика:</i>	Занятия по работе с велосипедом. Занятия по подбору одежды, снаряжения, укладка рюкзака.	1
1.20	<i>Правила движения в походе. Преодоление препятствий</i>	2
<i>Теория:</i>	Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Особенности препятствий велопохода.	1
<i>Практика:</i>	Отработка техники движения в походе.	1
	Лыжный туризм	4
1.21	<i>Лыжный туризм, его особенности, снаряжение, одежда</i>	2
<i>Теория:</i>	Особенности подготовки и проведения пеших походов. Одежда. Снаряжение. Укладка рюкзака.	1
<i>Практика:</i>	Занятия по подбору одежды, снаряжения, укладка рюкзака.	1
1.22	<i>Правила движения в походе. Преодоление препятствий</i>	2
<i>Теория:</i>	Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Особенности препятствий лыжного похода.	1
<i>Практика:</i>	Отработка техники движения в походе.	1
	Поход	68
1.23	<i>Поход, его виды</i>	2
<i>Теория:</i>	Особенности ПВД и экскурсий, их значение.	2
1.24	<i>Подготовка к походу</i>	9
<i>Теория:</i>	Определение цели и района путешествия. Планирование похода и составление плана подготовки к походу. Инструкция по проведению походов. Распределение обязанностей. Изучение района путешествия, подбор карт, заполнение маршрутной документации, изучение отчетов путешествий. Составление графика путешествия, подготовка снаряжения. Составление сметы. Подготовка снаряжения, закупка продуктов питания и их распределение по участникам. Порядок движения группы на маршруте: режим, темп. Организация движения с направляющим и замыкающим, их обязанности. Движение по дорогам, по пересеченной и лесной местности. Естественные и искусственные препятствия. Преодоление спусков и подъемов, способы переправ через болота, ручьи.	1
<i>Практика:</i>	В учебном кабинете - распределение должностей, составление списка, сбор и распределение снаряжения, продуктов питания. Работа с	8

	картой, документацией, сметой. Составление плана похода. <i>В походе</i> - отработка техники движения, преодоления спусков, подъемов, оврагов и болот, изготовление средств для переноса и транспортировки пострадавшего, отработка оказания медпомощи.	
1.25	<i>Подведение итогов похода</i>	9
Теория:	Обсуждение итогов похода, отчеты ответственных по участкам работы. Обработка собранных материалов, полученных в походе.	1
Практика:	Написание и оформление отчета о походе. Работа над каталогом туристских маршрутов.	8
	Спортивный туризм	40
1.26	<i>Спортивный туризм, его особенности</i>	2
Теория:	Спортивный туризм, его отличия от походного. Дистанции 2 класса. Нормативное выполнение.	1
Практика:	Работа на растяжке в помещении	1
1.27	<i>Этапы дистанции, их виды, особенности</i>	2
Теория:	Этапы дистанции, особенности прохождения.	1
Практика:	Работа на дистанции на улице	1
1.28	<i>Веревка. Узлы. Страховка. Железо</i>	4
Теория:	Применение и работа с туристской веревкой, страховкой и самостраховкой. Применение узлов и работа с железом на этапах. Применение страховки, узлов и железа в бытовых и походных условиях.	2
Практика:	Отработка техники применения веревки, узлов, железа, страховки.	2
1.29	<i>Работа на дистанциях</i>	32
Практика:	Работа на этапах дистанции.	32
	Слеты и соревнования	2
1.30	<i>Туристские слеты и соревнования. История. Виды</i>	2
Теория:	Виды туристских соревнований. Нормативы.	2
2	КРАЕВЕДЕНИЕ	28
2.1.	<i>Родной край, его природные особенности. Изучение района путешествия.</i>	2
Теория:	Особенности животного и растительного мира родного края, их охрана. Животные и растения родного края, их ценность и опасности, умение определить виды растений на местности. Лекарственные растения.	1
Практика:	Работа с литературой по теме. Сбор лекарственных растений, изготовление гербариев.	1
2.2.	<i>Туристские возможности родного края. Экскурсионные объекты. Достопримечательности</i>	2
Теория:	Достопримечательности и объекты родного края, представляющие туристский интерес. Легенды и были родного края. Составление маршрутов путешествий для экскурсий и походов к достопримечательностям г. Шумиха.	1
Практика:	Сбор материала для создания каталога туристских маршрутов. Создание экскурсионных маршрутов к объектам.	1
	Основы исследовательской деятельности	2
2.3	Исследовательская деятельность. Материал для создания карты и каталога туристских маршрутов.	
Практика:	Сбор краеведческого материала, изучение информационных источников по истории, флоре и фауне, карт, посещение музеев. Подготовка докладов по району путешествия. Сбор материала для создания карты туристских маршрутов. Написание исследовательских и конкурсных работ.	3
2.4	<i>Работа в музее. Выполнение краеведческого задания</i>	16

Практика:	Работа в музее по теме Краеведения. Выполнение краеведческого задания. Тематические экскурсии в рамках краеведческого задания	16
2.5	Работа по каталогу маршрутов и карты	2
Теория:	Работа по каталогу маршрутов и карты, их предназначение.	1
Практика:	Работа по каталогу маршрутов и карты, их составление.	1
	Творческая деятельность	4
2.6	Оформительская деятельность в туризме. Библиотека.	2
Теория:	Библиотека туристских материалов.	1
Практика:	Сбор и оформление накопленного материала. Создание библиотеки полученных материалов.	1
2.7	Создание карты и каталога туристских маршрутов г. Шумиха.	2
Теория:	Создание каталога туристских маршрутов г. Шумиха.	1
Практика:	Работа над каталогом туристских маршрутов г. Шумиха.	1

РАЗДЕЛ 2. КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ

2.1 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Программа предусматривает план воспитательной работы, выраженный в мероприятиях, что предполагает участие учащихся в спортивных мероприятиях, соревнованиях, походах выходного дня, экскурсиях, выполнении творческих заданий. Для занятий используются спортивная форма, туристское снаряжение, учебно-методические и наглядные пособия.

2.1.1 Нормативно-правовое обеспечение:

Международные:

1. Конвенция о правах ребёнка.
2. Декларация прав ребёнка.

Федеральные:

Образование:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ).
2. Концепция дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
4. СанПиН 2.4.4. 3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима образовательных организаций дополнительного образования детей». Утверждены Постановлением главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04 июля 2014 г. № 41.

Туризм:

1. Федеральный закон от 24 ноября 1996 г. N 132-ФЗ «Об основах туристской деятельности в Российской Федерации» с изменениями от 5 февраля 2018 г. N 16-ФЗ
2. Распоряжение Правительства РФ от 20.09.2019 г. № 2129-р «Стратегия развития туризма в Российской Федерации на период до 2035» года.
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации, Министерства экономического развития Российской Федерации от 19 декабря 2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной

среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых, организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий».

4. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации. Приложение 1 к приказу Минобразования от 13 июля 1992 г. № 293.

Туризм и спорт:

1. Федеральный закон от 04.12.2007 № 329-ФЗ (ред. от 02.07.2013) «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
2. Приказ №345 от 16.04.2018 Минспорта РФ «Об утверждении федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта «спортивный туризм».
3. Правила вида спорта «Спортивный туризм» Утверждены приказом Минспорта России от 22 июля 2013 г. N 571.
4. Письмо от 18.10.2013 № ВК-710-09 «О Рекомендациях по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений оборудования и инвентаря»

Туризм и краеведение:

1. Приказ Министерства образования РФ от 13.07.1992 г. N 293 «Об утверждении нормативных документов по туристско-краеведческой деятельности».
2. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с учащимися. 2015г.
3. Приказ Министерства культуры Российской Федерации от 05.04.2017 г. № 511 «Об утверждении общих требований к туристским маршрутам (другим маршрутам передвижения) для прохождения организованными группами детей и порядку организации их прохождения детьми, находящимися в организациях отдыха детей и их оздоровления, либо являющимися членами организованной группы несовершеннолетних туристов, а также к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности прохождения таких маршрутов»

Региональные:

1. Концепция развития системы дополнительного образования детей и молодежи в Курганской области от 17.06.2015 г.
2. Приказ Департамента образования и науки Курганской области от 15.09.2016 года № 1406 «Об утверждении Положения о системе поощрения в детском туризме на территории Курганской области».
3. Закон Курганской области от 03 ноября 2010 года № 73 «О туристской деятельности в Курганской области», с изменениями на 30 мая 2018 года.

2.1.2 Материально-техническое обеспечение:

- кабинет для занятий по теории, спортзал, стадион для практических занятий.
- оснащенность образовательного процесса:

Туризм:

1. Наглядные пособия: виды костров, виды узлов, условные обозначения карт, личное и общественное снаряжение, питание в походе, формирование аптечки и т.п.
2. Туристское снаряжение: палатки, рюкзаки, костровое оборудование (тренога, котлы и т.д.).
3. Спортивное туристское снаряжение: веревки, карабины, жумары, спусковые устройства, страховочные системы, каски, и т.д.
4. Велосипеды.

5. Лыжи в комплекте: крепления, палки.
6. Карты топографические.
7. Компасы, курвиметры, линейки и т.д.
8. Карточки заданий.

Краеведение:

1. Краеведческая литература.
2. Отчеты о походах (вновь создаваемая библиотека)
3. Исследовательские, реферативные, творческие работы.

Коллективная и творческая деятельность:

1. Вновь создаваемые печатные материалы объединения, фотоальбомы, летописи.

Учебно-методическое оснащение:

1. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист-краевед»;
2. План-конспекты занятий;
3. Методические разработки, презентации по туризму и краеведению;
4. Фото и видео материалы по туризму и краеведению;
5. Литература по туризму и краеведению: учебники, брошюры, художественные книги для детей;
6. Сборник игр.

2.1.3 Обеспечение образовательного процесса:

Форма организации деятельности на занятии – фронтальная, групповая, индивидуальная.

Основными формами проведения занятий являются:

- учебно-практические занятия – лекции, беседы, тренировки;
- походы (экскурсии) и соревнования.

Структура занятия – приветствие, основной ход, рефлексия, прощание.

Теоретическая часть учебно-практического занятия строится по типу семинара, когда теория и практика являются неразрывными, ведется коллективный разбор изучаемого материала, демонстрируется его практическое использование. Практическая часть – это самостоятельная работа, при которой отрабатываются и нарабатываются навыки необходимые в туризме, спортивном туризме, краеведении, в воспитании. Все занятия включают в себя: выполнение упражнений по физической подготовке, игры на тему туризма и краеведения, изготовление наглядного материала для дальнейшего использования в учебных целях.

Метод обучения в программе строится на применении принципа «расширяющейся и углубляющейся спирали», то есть освещение материала с применением **основных методов**: объяснительно-иллюстративный, проблемно-исследовательский и практический, на каждом витке освоения идет с большим углублением сведений о предмете деятельности. Больше внимание уделяется практическому освоению тем, причем педагог сам планирует свою деятельность так, чтобы это было удобно и безопасно для проведения занятий и наиболее успешному освоению программы. **Основной методический прием** при работе над программой – это практическая работа со все большим усложнением. Программа **разноразовная и разновозрастная**, для полноценного усвоения материала учащиеся делятся на группы по возрастам, и занятия приобретают **комбинированный** характер: для старших – чаще используется метод репродуктивный, для младших – игровой.

2.2 ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ

2.2.1 Формы контроля и результативности:

Виды контроля	Способы контроля
Входящий контроль	- контрольные вопросы для проверки знаний
Промежуточный контроль	- кол-во походов и участия в соревнованиях за полугодие
Итоговый контроль	- кол-во походов и участия в соревнованиях за год - контрольные вопросы для проверки знаний

2.2.2 Формы отслеживания и фиксации результатов:

- отчеты о походах, фотохроника группы;
- зачеты контрольных заданий
- зачеты по нормативам по спортивному туризму.
- протокол участия в походах, экскурсиях, соревнованиях.

Критерии оценки результативности аттестации:

высокий уровень	80-100% усвоения программы за конкретный период, владение терминологией, свободное применение теоретических знаний на практике, высокий процент участия и результатов в соревнованиях, походах, высокий уровень заинтересованности в освоении программы
средний уровень	50-79% усвоения программы за конкретный период, недостаточное владение терминологией, возможное применение теоретических знаний на практике, средний процент участия и результатов в соревнованиях, походах, средний уровень заинтересованности в освоении программы
низкий уровень	0-49% усвоения программы за конкретный период, невладение терминологией, слабое или неприменение теоретических знаний на практике, низкий процент или отсутствие участия и результатов в соревнованиях, походах, слабый уровень заинтересованности в освоении программы

2.4 МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Для полноценного обеспечения образовательного процесса используются следующие методические материалы:

- дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист-краевед»;
- наглядные пособия согласно разделам программы;
- учебные материалы: карты, схемы, дидактический материал, компьютер;
- специальная и учебная литература в электронном и печатном варианте;
- УМК созданное в процессе освоения программы,
- разработанные маршруты для походов.

Кроме того, в первый год обучения была проведена работа по разработке и устройству «Туристского тренировочного комплекса», с помощью которого проводятся тренировки по отработке различных приемов спортивного туризма.

2.5 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИСТОЧНИКОВ

Список нормативно-правовых документов:

Список представлен в пункте – «2.1.1 Нормативно-правовое обеспечение»

Список литературы для педагога:

1. Алексеев, А.А. Питание в туристском походе [Текст]/А.А. Алексеев. -М.: МОРФ, 1996
2. Баженова, Г.В. Край, где Родина Начинается. [Текст]/ Г.В. Баженова. Шумиха: ОГУП «ШМРТ», 2014
3. Бринк, И.Ю. Ателье туриста [Текст]/ И.Ю. Бринк. - М.: ФиС, 1990
4. Воробьева, Т.П. Современные требования к проектированию дополнительных общеобразовательных программ: методические рекомендации (с изм. и доп.) [Текст] / авт.-сост. Т.П. Воробьева; Институт развития образования и социальных технологий (ИРОСТ). – Курган, 2018. – 102 с.
5. Верзина, А.К. Географические игры в школе. [Текст]/ А.К. Верзина. - Москва, 1996
6. Знатные люди Шумихинского района. Шумиха, 2003
7. История земли Курганской. Уч. Пособие, Курган, 1997
8. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов. [Текст]/ Э.Н. Кодыш. -М.: Физкультура и спорт, 1990

9. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. [Текст]/ Ю.С. Константинов. – Москва, 1995
10. Коструб, А.А. Медицинский справочник туриста [Текст]/ А.А. Коструб. - М.: Профиздат, 1997
11. Кошельников, С.А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. [Текст]/ С.А. Котельников. - Москва, 1997
12. Куприн, А.М. Занимательная картография. [Текст] / А.М. Куприн.- М.: Просвещение, 1999
13. Лаврентьев, М.В. География Курганской области. [Текст]/ М.В. Лаврентьев. - Юж-Урал. Книгоиздат, 1994
14. Литинецкий, И Барометры природы. [Текст]/ И. Литинецкий.- М.: Детская литература, 1992
15. Лукоянов П.И. Безопасности в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях в зимних условиях. [Текст]/ П.И. Лукоянов.- Москва, 1998
16. Лыжные гонки: Примерная программа для системы ДОД [Текст]/ П.В. Квашук и др.. – М.: Советский спорт, 2005 – 72с.
17. Методические рекомендации «Туристский поход с проверкой туристских навыков». Требования для совершения туристского похода на сдачу норм ГТО.
18. Морозов, Е. Шумихинский край в прошлом и настоящем. Уч.пособие. [Текст]/ Е. Морозов. – Шумиха, 1999
19. Первая медицинская помощь, популярная энциклопедия. М. БМР, 1994
20. Сборник методических материалов. «В лагере» 1999
21. Тыкул, В.И. Спортивное ориентирование [Текст]/ В.И. Тыкул. - М.: Просвещение, 1990
22. Формозов, А.Н. Спутник следопыта. [Текст]/ А.Н. Формозов.- М.: Изд-во МГУ, 1989. – 320с
23. Энциклопедия туриста - М. БРЭ, 1993
24. Техническая подготовка на учебных занятиях специализации «Спортивное ориентирование»: Методические указания/ Сост. Н. Н. Ключникова. – Ульяновск: УлГТУ, 2004 – 36 с.

Список литературы для детей:

1. Богданова С. Подарим детям каникулы// Туризм: практика, проблемы, перспективы 2003, №4 - с. 44-45
2. Каверин В. Два капитана. Рассказы.
3. Основы туристской деятельности. / сост. Е.И.Ильина, Москва, 2000.
4. Сысоева О.Е.: Организация летнего отдыха детей. – М.: Владос., 1999. – 176с.

Список интернет источников:

5. О спортивном и школьном туризме - <http://nzvw643umvzqk5q.nzqxe33efzzhk.nblu.ru/met.html>
6. Полезные статьи для путешественников - <https://turclub-pik.ru/blog/>
7. Статьи, книги, фильмы - <http://skifalp.ru/articles/odnstrahovka/index.html>
8. Активный отдых - <http://www.activ43.ru/snaryaga>
9. Походы - <https://ru.wikihow.com/Категория:Походы>
10. Калькулятор раскладки - <http://www.afanas.ru/teapots/rascal.htm>
11. Организации, занимающиеся детским отдыхом и туризмом в Курганской области - <https://tourism-kurgan.ru/организациидетскоготуризма/>
12. Учебные пособия по туризму - <https://www.bibliofond.ru/typeworkrpredmet.aspx?t=19&p=39>
13. Учебное пособие по туризму - <http://www.medical-enc.ru/turizm/>
14. Литература по спортивному ориентированию - <https://orient-murman.ru/index.php/book>

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Карта контроля и оценки достижений

№	Ф.И.	Теоретическая подготовка (в балах от 1 до 3)			Практическая подготовка (участие в походах)		
		Вх.	Пром.	Итог.	1п/г	2п/г	Итог.

Приложение 2

Календарный учебный график

№ занятия	Дата занятия	Кол-во часов	№ темы	Тема занятия	Форма организации занятия	Форма контроля
		2		Комплектование групп	Беседа	
		2		Вводное занятие.	Беседа	Опрос
		184	1	ТУРИЗМ		
		22		Основы туризма		
		2	1.1	Туризм, его виды, история	Лекция, презентации, самостоятельная работа	Опрос
		2	1.2	Техника безопасности при проведении туристских походов, экскурсий, тренировок. ПДД	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.3	Санитария и гигиена.	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.4	Аптечка. Медицина	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.5	Первая помощь пострадавшему.	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		4	1.6	Организация туристского быта. Костры. Палатки.	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.7	Должности в туристской группе	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		4	1.8	Питание в туристском походе	Лекция, беседа, презентации, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.9	Личное и групповое туристское снаряжение	Лекция, беседа, презентации, практич.	Опрос, анализ работы

					занятие	
		10		Топография и ориентирование		
		2	1.10	Условные знаки. Топознаки.	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос
		4	1.11	Карты. Рельеф. Масштаб.	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос
		2	1.12	Компас. Азимут.	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос, наблюдение
		2	1.13	Ориентирование без компаса. Действия в случае потери ориентировки	Лекция, презентация, беседа, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		6		ОФП		
		2	1.14	Влияние на организм человека физических упражнений, их значение в туризме.	Беседа, практич. занятие	Опрос
		2	1.15	Врачебный контроль и самоконтроль. Предупреждение травм.	Беседа, практич. занятие	Опрос
		2	1.16	Физические упражнения	Беседа, практич. занятие	Опрос
		4		Пеший туризм		
		2	1.17	Пеший туризм, его особенности, снаряжение, одежда	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.18	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	Лекция, практич. занятие	Наблюдение
		4		Велотуризм		
		2	1.19	Велотуризм, его особенности, снаряжение, одежда	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.20	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	Лекция, практич. занятие	Наблюдение
		4		Лыжный туризм		
		2	1.21	Лыжный туризм, его особенности, снаряжение, одежда	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.22	Правила движения в походе. Преодоление препятствий	Лекция, практич. занятие	Наблюдение
		68		Поход		
		2	1.23	Поход, его виды	Лекция, презентация	Опрос
		9	1.24	Подготовка к походу	Беседа, практич. занятие	Опрос, анализ
		16	1.25	Пеший поход	Практическое занятие	Наблюдение, самоконтроль
		16	1.26	Велопоход	Практическое занятие	Наблюдение, самоконтроль
		16	1.27	Лыжный поход	Практическое занятие	Наблюдение, самоконтроль
		9	1.28	Подведение итогов похода	Беседа, практич. занятие	Анализ, зачет
		40		Спортивный туризм		

		2	1.29	Спортивный туризм, его особенности	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		2	1.30	Этапы дистанции, их виды, особенности	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		4	1.31	Веревка. Узлы. Страховка. Железо	Лекция, презентация, практич. занятие	Опрос, анализ работы
		32	1.32	Работа на дистанциях	Практическое занятие	Наблюдение, самоконтроль
		26		Слеты и соревнования		
		2	1.33	Туристские слеты и соревнования. История. Виды	Лекция, презентация	Опрос
		24	1.34	Слеты и соревнования их подготовка и проведение	Практическое занятие, соревнование	Протокол результатов
		28	2	КРАЕВЕДЕНИЕ		
		2	2.1.	Родной край, его природные особенности. Изучение района путешествия.	Беседа, лекция, презентация, практич. занятие	Опрос
		2	2.2.	Туристские возможности родного края. Экскурсионные объекты. Достопримечательности	Беседа, презентация,	Опрос
		2	2.3	Основы исследовательской деятельности	Беседа, практич. занятие	Опрос
		16	2.4	Работа в музее. Выполнение краеведческого задания	Практическое занятие	Наблюдение
		2	2.5	Работа по каталогу маршрутов и карты	Практическое занятие	Анализ работы
		4		Творческая деятельность		
		2	2.6	Оформительская деятельность в туризме. Создание библиотеки полученных материалов.	Беседа, практич. занятие	Опрос, наблюдение
		2	2.7	Создание карты и каталога туристских маршрутов г. Шумиха.	Беседа, практич. занятие	Опрос, наблюдение
				Итоговое занятие	Контрольное занятие	Итоговый контроль