

Управление образования администрации
муниципального образования Курганинский район

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования станция
детского и юношеского туризма и экскурсий г. Курганинска

Принята на заседании
педагогического совета
от 24.07.2020г.
Протокол №2



КРАТКОСРОЧНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Шаги в туризм»

Уровень программы: базовый
Срок реализации программы: 2 месяца (36 часов)
Возрастная категория: 10-15 лет
Вид программы: модифицированная

Автор - составитель:
Луценко Кристина Константиновна
Педагог дополнительного образования
МБУДО СДЮТЭ г.Курганинска

г. Курганинск
2020год

1. Пояснительная записка

Рабочая программа «Шаги в туризм» разработана на основе типовых программ Министерства образования и науки РФ туристско-краеведческой направленности: «Пешеходный туризм», «Водный туризм», «Спортивное ориентирование».

Направленность программы – **туристско-краеведческая**.

Туристско-краеведческая деятельность - это сложный вид педагогической работы. Туризм и краеведение - это части единого целого. Туризм без краеведения не интересен, краеведение без знаний основ туристской техники невозможно. Комплексное краеведение способствует усвоению учащимися основ таких наук, как метеорология, картография, геология, почвоведение, археология, этнография и других наук, которые расширяют общенаучный кругозор школьников. Туристские походы и путешествия - это школа бережного отношения к природе это основа экологического воспитания. В течение месяца во время туристско-краеведческой деятельности подростки смогут приобрести первоначальные знания и умения на теоретических и практических занятиях о родном крае, навыки туристско-краеведческого поиска и экскурсионного дела.

Основной целью программы является формирование у обучающихся основ здорового образа жизни и создание условий для освоения начальной туристической подготовки как средства развития функциональных и адаптационных возможностей подростков.

Основные задачи программы:

образовательные - сформировать знания, умения и навыки по технике пешеходного туризма, ориентированию на местности, топографии, краеведению, основам медицинских знаний и оказанию первой помощи, технике безопасности;

воспитательные - сформировать научное мировоззрение в области патриотического, природоохранного, медицинского, экологического и эстетического воспитания;

развивающие - развить практические навыки в организации и проведении различных походов и соревнований.

В основу программы заложены следующие принципы:

- всесторонность, постепенность, непрерывность;
- последовательность (от простого к сложному изучение теоретического материала и выработка практических навыков);
- наглядность и доступность;
- индивидуальный подход.

Адресат программы: Программа «Шаги в туризм» адресована детям 10-15 лет.

Условия набора учащихся

К обучению по программе принимаются все желающие мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучение по данной программе будет актуальным для физически активных детей, проявляющих интерес к изучению окружающего мира, истории и культуры родного края. При зачислении в объединение проводится стартовая диагностика с целью выявления уровня готовности ребенка и его индивидуальных особенностей.

Количество учащихся

Для обучения формируются группы учащихся одного возраста или разных возрастных категорий 10-15 лет, являющиеся основным составом объединения.

Наполняемость группы: 15 человек.

Объем и срок освоения программы

Программа «Шаги в туризм» рассчитана на 2 месяца обучения. Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения и необходимых для освоения программы – 36 часов.

Форма обучения – очная. Программа предусматривает 2 вида занятий: теоретические занятия и практические занятия. На теоретические занятия отводится 16 часов, на практические - 20 часов. В обучении применяется групповая форма с индивидуальным подходом, включающая обучение в малых группах.

Режим занятий. На освоение программы отводится 6 часов в неделю. Занятия в группе проводятся 3 раза в неделю по 2 часа.

2. Учебный план

№ б л о к а	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всег о	Теория	Практика
1	«Шаги в туризм» (Основы туристической подготовки)			
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма. Нормативные документы дисциплины «маршрут».	2	2	0
1.2	Личное и групповое туристское снаряжение	2	2	0
1.3	Организация туристского быта.	2	0	2

	Привалы и ночлеги			
1.4	Питание в туристском походе. Туристские должности в группе	2	2	0
1.5	Организация передвижения в походе, преодоление препятствий	2	0	2
1.6	Техника безопасности в туристских походах и на занятиях	2	0	2
1.7	Виды костров. Способы разведения и тушения костров	2	0	2
1.8	Основы работы с верёвкой	2	0	2
	Итого	16	6	10
2	«Знакомство с краем»			
2.1	Топография и ориентирование			
2.1.1	Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки	2	0	2
2.1.2	Компас. Работа с компасом, азимут. Измерение расстояний на местности	2	0	2
2.1.3	Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки	2	2	0
	Итого	6	2	4
2.2	Краеведение			
2.2.1	Природные особенности, история, природные памятники Курганинского района. Природно-климатические условия.	2	2	0
2.2.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов. Краеведческие и школьные музеи. Изучение района путешествия	2	2	0
	Итого	4	4	0
3	«Познай себя»			
3.1	Основы гигиены и правила оказания первой помощи			
3.1.1	Личная гигиена туриста. Походная аптечка	2	2	0
3.1.2	Основные правила и приемы первой доврачебной помощи в походе	2	0	2
3.1.3	Приемы транспортировки пострадавшего	2	0	2
	Итого	6	2	4

3.2	Общая и специальная физическая подготовка			
3.2.1	Строение и функции организма человека и влияние на него физических упражнений	2	2	0
3.2.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм	2	0	2
	Итого	4	2	2
	Итого по блоку	36	16	20

3. Программный материал по теоретической и практической подготовке

Программа предусматривает теоретические и практические занятия. Теоретические занятия могут проводиться в виде бесед, лекций, конференций, круглого стола. Практические занятия проводятся как в помещении, так и на открытой местности в населенном пункте и за его пределами. Программа предусматривает однодневные походы в первый год обучения, во второй год двухдневные походы, учебно-тренировочные выходы. Для проведения теоретических занятий рекомендуется использовать учебные видеофильмы, презентации, фотографии, отчеты о ранее совершенных походах, карты различных масштабов. Для проведения практических занятий рекомендуется создавать базу туристского специального снаряжения (веревки, карабины, страховочные системы и т.д.).

Во время учебно-тренировочных выходов необходимо отработать: движение колонной, правила и режим пешего движения, выполнение общественных поручений в группе по организационному и хозяйственному самообеспечению, преодоление различных естественных препятствий (подъемы, спуски по заселенным, травянистым, каменистым склонам, движение через густой подлесок, по заболоченной местности, переправы по бревнам, кладям, камням, броды). Страховка и самостраховка. Развертывание и свертывание бивака. Использование карты и компаса, сличение карты с местностью, ведение группы по заданному азимуту. Ориентирование по небесным светилам днем и в сумерках.

Проведение наблюдений, вычерчивание схем, нанесение дополнений и исправлений на карту, фотографирование, ведение записей, составление описания пути движения и интересных объектов, организация и проведение экскурсий, сбор экспонатов. Подведение итогов можно проводить в форме

устных или письменных высказываний каждого участника похода о его результатах, о тех или иных случаях, о товарищах.

В воспитании грамотных и культурных туристов огромное значение имеют разборы походов. Практически важно после каждого учебно-тренировочного похода на очередном занятии или прямо в походе у вечернего костра уделить время для обсуждения его итогов. Удачно проведенный разбор итогов похода учит ребят думать, критически относиться к себе и товарищам, заставляет осмыслить обильный поток информации, полученной во время похода. Для руководителя обсуждение похода — еще одно средство изучения воспитанников, позволяющее глубже узнать их характеры, образ мыслей, наклонности.

Блок 1 «Шаг в туризм» (Основы туристской подготовки)

Тема: 1.1. Туристские путешествия, история развития туризма

Туризм, как средство познания своего края, физического и духовного развития личности, оздоровления, привития самостоятельности и трудовых навыков. История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, конный и др. Характеристика каждого вида туризма. Понятие о спортивном туризме. Нормативные документы по спортивному туризму: Регламент «Туристско-спортивные мероприятия, связанные с прохождением туристских маршрутов». Нормативы на значки «Юный турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму дисциплины «маршрут» (Регламент по спортивному туризму).

Тема: 1.2. Личное и групповое туристское снаряжение

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно, трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, их преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для пеших, водных походов. Снаряжение для зимних походов. Снаряжение для водных походов. Подготовка личного снаряжения к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтного набора. Хозяйственный набор туристской группы: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимних походов. Особенности снаряжения для водных походов.

Практика (в помещении). Укладка рюкзаков, подгонка личного снаряжения. Работа с групповым снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт. Распределение снаряжения между участниками учебно-тренировочного (спортивного некатегорийного) похода.

Тема: 1.3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Привалы и ночлеги в походе. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря. Установка палаток. Размещение личного и группового снаряжения в палатке. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения туристов в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы и назначение костров. Правила разведения костра. Правила безопасной работы с топором и пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов в походных условиях. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов туристской группы в помещениях (учебный класс, спортивный зал и т. д.). Правила организации купания в туристском походе.

Практика (на местности). Определение мест для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костров (по назначению).

Тема: 1.4. Питание в туристском походе

Значение рационально организованного питания в походе для здоровья спортсмена-туриста. Варианты организации питания в однодневном походе: с перекусом (бутерброды) и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов в рюкзаки. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте спортивного похода.

Практика (в помещении). Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов.

Туристские должности в группе

Должности в группе постоянные и временные. Командир группы. Требования к командиру. Его обязанности. Постоянные должности в туристской группе. Временные (дежурные) должности и их выполнение в походе. Дежурные (дублеры) по постоянным должностям.

Тема: 1.5. Организация передвижения в походе, преодоление препятствий

Порядок передвижения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий в пешем, водном походе. Движение туристской группы по пересечённой местности. Движение по воде на байдарках.

Практика (на местности). Отработка движения группы колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности. Управление байдаркой.

Тема: 1.6. Техника безопасности в туристских походах и на занятиях

Дисциплина в походе и на практических занятиях – основа безопасности. Соблюдение мер безопасности при проведении занятий в помещении, на местности (улице). Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Правила поведения на воде при передвижении на байдарках. Организация страховки с берега при прохождении водных препятствий. Организация самостраховки и взаимопомощи. Правила пользования «бросалкой» – спасательным концом. Использование простейших узлов, их назначение, техника вязания. Правила поведения туристов в населенном пункте. Взаимоотношения туристов с местным населением.

Практика (на местности). Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Организация переправы по бревну с самостраховкой. Метание спасательных концов для осуществления страховки с берега.

Тема: 1.7. Виды костров. Способы разведения и тушения костров

Теория. Основные распространенные виды костров и их предназначение. Способы разведения и техника безопасности. Способы тушения, контроль.

Практика. Разведение костров различных видов. Тушение костра. Контроль.

Тема: 1.8. Основы работы с веревкой

Теория. Правила контроля состояния веревки при эксплуатации, правила ее хранения и сбережения. Узлы, рекомендуемые для изучения.

Практика. Изучение видов веревок. Вязка узлов. Техника безопасности.

Блок 2 «Знакомство с краем»

2.1. Топография и ориентирование

Тема: 2.1.1. Понятие о топографической и спортивной карте

Роль топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топографических карт для туристов и специалистов различных специальностей. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Карты, пригодные для разработки туристских спортивных маршрутов и для ориентирования в походе. Карты для водных маршрутов, лотция. Рамка топографической карты. Номенклатура.

Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координаты точек на карте. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты. Масштабы спортивных и туристских карт. Способы и правила копирования карт. Способы защиты карт от непогоды в походе и на соревнованиях.

Практика (в помещении). Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты. Чтение карты.

Условные знаки

Понятие о топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и внесматбные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Понятие «рельеф». Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезом вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу. Практика (в помещении). Топографические диктанты, рисовка топографических знаков, упражнения на запоминание знаков, игры. Копирование непротяженных участков (ниток) маршрутов с топографических карт.

Практика (на местности). Поиск на местности изображенных на карте местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Мини соревнования с картами.

Тема: 2.1.2. Компас. Работа с компасом

Компас. Типы компасов. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир. Что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек различными компасами.

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

Измерение расстояний

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Измерение длины среднего шага. Зависимость длины среднего шага от характера местности, по которой передвигается турист.

Способы измерения длины среднего шага. Таблица переводов пар шагов в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практика (на местности). Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Определение пройденного туристом расстояния по затраченному времени. Тренировочные упражнения на глазомер с картами различного масштаба.

Тема: 2.1.3. Способы ориентирования. Действия в случае потери ориентировки

Ориентирование на местности с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Оценка скорости движения при ориентировании на местности. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка на местности при плохой видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения при ориентировании. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировок, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью.

Практика (в помещении). Упражнения по отбору основных (контрольных) ориентиров на карте по заданному маршруту, поиску на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Разработка маршрута туристского похода на спортивной (топографической) карте с подробным описанием ориентиров и составлением примерного графика движения.

Практика (на местности). Занятия по практическому прохождению маршрута, движение по легенде. Составление абрисов отдельных участков. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

2.2. Краеведение

Тема: 2.2.1. Родной край, его природные особенности, история, природные памятники

Климат, растительный и животный мир Краснодарского края. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность. Экономика и культура области, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники природы, истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие. История своего населенного пункта. Практика (в помещении). Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.

Тема: 2.2.2. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов. Краеведческие и школьные музеи

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

Практика (на местности). Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям своего населенного пункта, посещение музеев, экскурсионных объектов.

Изучение района путешествия

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

Практика (в помещении). Подготовка, заслушивание и обсуждение докладов по району предстоящего похода.

Блок 3 «Познай себя»

3.1. Основы гигиены и правила оказания первой помощи

Тема: 3.1.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний

Понятие о гигиене. Соблюдение гигиенических норм при занятиях физическими упражнениями, спортом и туризмом. Личная гигиена туриста-спортсмена. Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания организма, его значение для повышения работоспособности человека и увеличение сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой. Систематические занятия физическими упражнениями как

важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов. Здоровый образ жизни.

Практика (в помещении). Разучивание комплекса упражнений утренней гимнастики. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними. Усвоение гигиенических навыков. Практика (на местности). Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса.

Походная медицинская аптечка

Комплектование медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Лечебные травы и растения. Личная аптечка первой медицинской помощи туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

Практика (в помещении). Формирование походной медицинской аптечки. Приготовление напитков из лечебных (тонизирующих) трав и растений.

Тема: 3.1.2. Основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи в походе

Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Формирование у туристов навыков самоконтроля за самочувствием. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Первая помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка. Практика (в помещении). Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Наложение простейших повязок, обработка ранок и ссадин, мозолей.

Практика (на местности). Способы обеззараживания питьевой воды.

Тема: 3.1.3. Приемы транспортировки пострадавшего

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера травмы и места повреждения, его состояния, от количества транспортирующих. Транспортировка в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок. Изготовление носилок из шестов, волокуши

из лыж. Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практика (на местности). Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

3.2. Общая и специальная физическая подготовка

Тема: 3.2.1. Строение и функции организма человека и влияние на него физических упражнений

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов. Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен. Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система - центральная и периферическая. Влияние физических упражнений различной направленности на укрепление здоровья, работоспособность. Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий физической культурой, спортом и туризмом.

Тема: 3.2.2. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм

Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом и туризмом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма. Оздоровительный и реабилитационный туризм. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятия «спортивная форма», «утомление», «перетренировка». Дневник самоконтроля. Практика (в помещении). Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

4. Планируемые результаты

На стартовом уровне учащиеся должны:

- работать с атласом и контурной картой;
- знать название и находить на карте месторасположение крупных рек, озёр и водохранилищ края;
- вести наблюдения за природой и заполнять «Дневник наблюдений за Кубанской природой»;
- различать растения различных природных сообществ;
- знать о развитии физической культуры и спорта в своем крае;
- вести здоровый образ жизни;

На базовом уровне учащиеся должны:

- овладеть техникой и тактикой прохождения технических этапов дистанций пешеходного туризма, техникой и тактикой прохождения спортивных походов;
- уметь ориентироваться на местности;
- выполнять в походных условиях необходимые краеведческие наблюдения и исследования;
- знать правила оказания доврачебной помощи при нарушениях здоровья и травмах в походе и уметь осуществлять такую помощь;
- овладеть навыками культуры межличностного общения;

5. Ожидаемые результаты реализации программы

Воспитательные результаты внеурочной туристско-краеведческой деятельности школьников распределяются по трем уровням.

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни): приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни; о правилах поведения человека в лесу, у водоемов, на болоте, в горах; о правилах передвижения по дорогам; о правилах обращения с огнем; о правилах обращения с опасными инструментами; о правилах общения с незнакомыми людьми; об основных нормах гигиены; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры; о рисках и угрозах нарушения этих норм; о действенных способах защиты природы; об истории и культуре родного края; о гендерных нормах поведения мальчиков и девочек; об основах организации коллективной творческой деятельности.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтерской (добровольческой) деятельности.

6. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение.

Характеристика помещения, используемого для реализации программы объединения «Шаги в туризм», соответствует СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

Перечень инвентаря из расчета на группу в количестве 15-ти человек:

Рюкзак 60-70 литров	15 шт.
Спальный мешок (+10-0-(-10))	15 шт.
Турковрики	15 шт.
Система страховочная	15 шт.
Палатки 3-4 мест.	5 шт.
Карабины	60 шт.
Ролики одинарные	3 шт.
Жумары	15 шт.
Спусковое устройство «восьмерка»	15 шт.
Топор, котелки 5-7 л.(2 шт), пила, канистра, лопата.	
Горелка газовая (резьбовая)	2 шт.
Аптечка	2 шт.
Компаса жидкостные	5 шт.
Курвиметр	2 шт.
Веревка основная 40 м - 3 шт.	3 шт.
Веревка вспомогательная 20 м.	3 шт.
Репшнур 6-7 мм	50 м.
Каска защитная (альпинистская)	15 шт.
Тент 30 м.кв.	1 шт.

Информационное обеспечение

На занятиях используются мультимедийные презентации, видео и фото материалы, интернет источники.

Кадровое обеспечение

Для реализации программы «Шаги в туризм» педагог дополнительного образования должен иметь высшее или среднее педагогическое образование, иметь удостоверение инструктора детско-юношеского туризма. Требования к педагогическому стажу работы и квалификационной категории педагога не предъявляются. Педагог дополнительного образования должен систематически повышать свою профессиональную квалификацию.

Основными направлениями деятельности педагога являются:

- организация деятельности учащихся, направленной на освоение дополнительной общеобразовательной программы;
- организация досуговой деятельности учащихся;

6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

0 баллов – критерий не проявляется; **1 балл**, – критерий проявляется редко; **2 балла** – критерий проявляется часто; **3 балла** – критерий проявляется постоянно, в полном объеме.

9. Методические материалы

№	Раздел программы	Формы занятий	Приемы и методы организации учебно-воспитательного (общеобразовательного) процесса	Техническое оснащение	Формы подведения итогов
1	«Шаги в туризм» (Основы туристической подготовки)	Групповые в парах (связки)	Практический вербальный, соревновательный, игровой	Видеопроектор, экран, общественное и личное тур. снаряжение	Устный опрос Наблюдение Решение ситуационных задач Тестирование Деловая игра
2	«Знакомство с краем»	Групповые	Практический вербальный, соревновательный, игровой	Видеопроектор, экран, компас, общественное тур. снаряжение	Беседа Наблюдение Решение ситуационных задач Фронтальный опрос
3	«Познай себя»	Групповые в парах	Практический, наглядный, вербальный	Видеопроектор, экран,	Беседа Наблюдение, фронтальный опрос

10. Список литературы

Литература для педагога

- 1 Алекшин И. А. Соревнования по спортивному ориентированию.- М: • Просвещение, 2004г
- 2 Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.:Профиздат, 1997
- 3 Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 2009
- 4 Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТиК, 2013
- 5 Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря.- М.: ВЛАДОС, 2017
- 6 Пешеходный туризм. - Москва, «Физкультура и спорт», 1990
- 7 Самойленко А.А. Детско-юношеский туризм. Учебное пособие. М.: 2016 г.
- 8 Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998
- 9 Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993
- 10 Ю.С Константинов, Л.П. Слесарева Туристско-краеведческая деятельность в школе. - Москва, 2011 г.

Литература для учащихся

- 1 Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском • путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2013 г.
- 2 Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. М.: ВЛАДОС, 2000
- 3 Самойленко А.А., Твердый А.В. Электричкой в горы. Путеводитель. Платонов,
- 4 Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 2008
- 5 Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993
- 6 Ю.С Константинов, Л.П. Слесарева. Туристско-краеведческая деятельность в школе. - Москва, 2018 г