

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 «23» мая 2023г.  
Протокол № 3

Утверждаю  
Директор МБУДО СДЮТЭ  
г. Курганинска

\_\_\_\_\_ С.В. Сильченко  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
ТУРИСТКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ  
**«Пешеходный туризм»**

**Уровень программы:** ознакомительный

**Срок реализации программы:** 1 год (72 ч.)

**Возрастная категория:** 11-15 лет

**Состав группы:** 15 человек

**Форма обучения:** очная

**Вид программы:** модифицированная

**Программа реализуется:** бюджет

**ID-номер Программы в навигаторе:** 27603

Автор - составитель:  
Луценко Кристина Константиновна,  
педагог дополнительного образования

г. Курганинск,  
2023 год

## **Раздел 1.Комплекс основных характеристик образования: объем, содержание, планируемые результаты**

### **Пояснительная записка**

Нормативно-методические основы разработки программы представлены в следующих документах:

- 1.Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 г. N 273-ФЗ.
2. Распоряжение правительства РФ от 31.03.2022 г. № 678-р «Об утверждении концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
3. Распоряжение правительства РФ от 12.11.2020 г. №2945-р «О Стратегии развития воспитания в РФ на период до 2025 года».
4. Приказ министерства просвещения РФ от 03.09.2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».
5. Приказ министерства просвещения РФ от 02.02.2021 г. № 38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей».
6. Приказ министерства просвещения РФ от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Паспорт федерального проекта «Успех каждого ребенка» 2018 г.
8. Паспорт приоритетного проекта «Доступное дополнительное образование для детей» 2016г.
9. Приказ министерства труда и социального развития РФ от 22.09.2021 г. № 652н «Об утверждении Профстандарта педагога ДО».
10. Краевые методические рекомендации 2020 «Проектирование дополнительных общеобразовательных программ».

#### **Направленность программы.**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Пешеходный туризм» имеет туристско-краеведческую направленность и ориентирована на подготовку юных туристов к проведению познавательных и безаварийных путешествий, что способствует совершенствованию физического и умственного развития детей, изучению родного края, приобретению полезных навыков.

#### **Актуальность.**

Туристская деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. Вовлечение учащихся в туристско-краеведческую деятельность позволяет педагогу решать одновременно, в комплексе, вопросы обучения, воспитания, оздоровления, профессиональной

ориентации и социальной адаптации подростков, формирования навыков здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности.

### **Новизна.**

Новизна программы заключается в применении новых форм организации образовательной работы с детьми, направленных на деятельностное участие их в общении с природой и окружающим миром.

### **Педагогическая целесообразность.**

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь своей Малой Родины, занятия в объединении «Пешеходный туризм» способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов. Отмечено, что учащиеся, входящие в состав туристской группы, стараются вести здоровый образ жизни, реже совершают поступки асоциального характера. Пешеходный туризм позволяет решить и проблему профориентации. Воспитанники туристских объединений, как правило, в дальнейшем поступают на факультеты туризма. Занятия туризмом дают возможность трудиться в промышленном альпинизме, быть инструктором и экскурсоводом, профессиональным спортсменом, служить в МЧС и бригадах спецназа горных стрелков, работать учителем физкультуры и тренером в спортшколах.

### **Отличительные особенности.**

Программа «Пешеходный туризм» разработана с учетом программ кружков по туризму, спортивному ориентированию (1995г), «Подготовка судей соревнований по туризму» (Константинов Ю.С., 1988г) «Юные инструкторы туризма» (Маслов А.Г., 2002г), «Туризм и краеведение» (В.В. Шляков, 1982г.). Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение», изд. 3 дополненное. Утверждены Главным управлением школ Министерства просвещения СССР, М. "Просвещение" 1982, В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн. Главная задача детского объединения заключается в том, что туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь своей Малой Родины, занятия в объединении «Пешеходный туризм» способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов обучающихся, входящие в состав туристской группы, стараются вести здоровый образ жизни, через занятия пешеходным туризмом. Воспитанники, прошедшие курс обучения смогут продолжить обучение по программе базового уровня с полученным багажом знаний и умений, что позволит им успешнее чувствовать себя в практической работе на местности и результативнее в соревнованиях.

### **Адресат программы.**

Прием детей в объединения осуществляется при отсутствии у них медицинских противопоказаний, возраст учащихся от 11-15 лет, программа

не предусматривает никаких условий отбора по способностям, принимаются все желающие дети разного возраста и пола.

Для учащихся этого возраста характерны живой интерес к окружающей жизни, жажда ее познания, огромная восприимчивость к тому, что он узнает самостоятельно и от взрослых. У детей этого возраста заметно повышается производительность психических процессов – восприятия, мышления и речи, внимания, памяти, воображения. Внимание становится более сосредоточенным, устойчивым (ребенок способен им управлять), в связи с этим развивается способность запоминать: мобилизуя волю, ребенок сознательно старается запомнить правила, последовательность действий при выполнении заданий и т.п. Поведение становится более целенаправленным, целеустремленным.

Занятия по программе проводятся на базе общеобразовательных школ и непосредственно на СДЮТЭ. Набор учащихся производится по желанию учащихся и на основании личных заявлений от родителей (законных представителей), а также через АИС «Навигатор» <https://xn--23-kmc.xn--80aafey1amqq.xn--d1acj3b/program/27603-programma-peshekhodnyi-turizm>

#### **Уровень программы, объем и сроки.**

Программа «Пешеходный туризм» ознакомительного уровня, рассчитана сроком на 1 учебный год и составляет 72 часа в год.

#### **Форма обучения.**

Форма проведения занятия очная. Групповая форма с ярко выраженным индивидуальным подходом. Возможно применение дистанционного обучения. Дистанционное обучение обладает рядом качеств, которые делают его весьма эффективным при работе с детьми находящимися на удалении. Главным образом, эффективность достигается за счет индивидуализации обучения, каждый ребенок занимается по удобному для него расписанию и в удобном для него темпе; каждый может учиться столько, сколько ему лично необходимо для освоения того или иного навыка. Возможна перестановка тем программы в образовательном процессе по усмотрению педагога. В течение года в объединениях могут проводиться массовые мероприятия.

#### **Режим занятий.**

Программа занятий рассчитана на 72 часа. Продолжительность 1 занятия -2 часа.

#### **Особенности организации образовательного процесса.**

В каникулярный период организуются практические занятия на местности (экскурсии, соревнования и тд.).

При проведении практических занятий на местности в пределах населенного пункта занятие может быть продлено до 4 часов.

### **Цель и задачи программы**

#### **Цель программы.**

Формирование системы знаний по пешеходному туризму, воспитание волевых и морально-этических качеств, укрепление здоровья.

**Образовательные (предметные) задачи:**

- сформировать знания об уникальности, культурных и природных особенностях Краснодарского края и Курганинского района;
- прививать навыки здорового образа жизни, укрепления здоровья, комфортного нахождения в природной среде в любых погодных условиях;
- сформировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде;
- научить рациональным приемам преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности,

**Личностные задачи:**

- привить учащимся экологические навыки и бережное отношение к природе;
- выработать у учащихся организационные качества, умение вести себя в коллективе;
- содействовать созданию коллектива единомышленников;
- воспитывать самостоятельность, ответственность;
- развить интерес к туристско-краеведческой деятельности;
- содействовать развитию психических процессов: памяти, внимания, воображения, мышления посредством туристско-краеведческой работы
- способствовать развитию дружеского коллектива в группе.

**Возраст обучающихся, участвующих в реализации программы.**

Структура и содержание составлены с учетом психолого-педагогических особенностей учащихся. Возраст обучающихся участвующих в программе 11-15 лет. Группа обучающихся формируется на постоянной основе независимо от пола из учащихся начальной и средней школы. Состав группы 15. Осуществляется индивидуальный и дифференцированный подход к детям с учетом их возрастных и психолого-педагогических особенностей.

**Сроки реализации образовательной программы.**

Срок реализации общеобразовательной общеразвивающей программы составляет 1 год.

**Формы и методы работы.**

Форма обучения – очная. Данная программа может быть реализована в электронном формате с применением дистанционных технологий. В связи с этим применяются следующие дистанционные образовательные технологии:

1. Системы дистанционного обучения, с использованием социальных сетей, мессенджеров.
  2. Комплексные кейс – технологии (основаны на самостоятельном изучении).
  3. Информационные-коммуникативные технологии (использование разнообразных компьютерных обучающих программ, электронных учебников представленные в открытом доступе в сети Интернет) и т.д.
- Программа включает комплексные занятия, теоретические и практические занятия по технике туризма и спортивному ориентированию, тренировки по общефизической. К общеразвивающим упражнениям относятся упражнения, направленные на развитие и воспитание основных физических качеств,

укрепление мышц и связок, совершенствование координационных способностей организма. Теоретические занятия имеют определенную целевую направленность: вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий. В теоретической части в образовательном процессе используются традиционные методы обучения: словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут); наглядные (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, технике туризма).

Занятия проводятся с использованием различных форм организации учебной деятельности (групповая, массовая, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению. Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование и др. Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности. Кроме того, используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видео занятие и др. Основной составляющей образовательного процесса являются регулярные занятия, как теоретические, так и практические, а также участие в соревнованиях по туризму и ориентированию. Занятия в объединении имеют преимущественно практический характер, включающий игровые моменты, соответствующие возрасту обучающихся. Лишь небольшая часть занятий проводится в форме рассказа и бесед. Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик, пояснения с примерами наглядного показа и др.

**Результат обучения в количественном выражении.** По окончании 1 года обучения с высоким уровнем освоения программы должно быть 60 %, со средним- 30 %, с низким - 20 %. Для дальнейшего обучения по программе «Пешеходный туризм», переводятся не менее 80% учащихся.

### Учебный план

№ п/п	Тема	Количество часов			Форма аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2	-	устно
2.	Детский пешеходный туризм	4	2	2	зачет
3.	Ходьба – основной способ	4	2	2	устно

	передвижения в пешем походе				
4.	Краеведение	2	2	-	зачет
5.	Спортивная подготовка туристов	8	2	6	зачет
6.	Безопасность походов	6	2	4	зачет
7.	Туристические узлы	14	2	12	зачет
8.	Ориентирование по компасу и другими способами	12	2	10	зачет
9.	Туристическое снаряжение	4	2	2	зачет
10.	Туристическая стенгазета	2	-	2	устно
11.	Типы костров и их различие	4	2	2	зачет
12.	Туристическая техника	6	2	4	устно
13.	Поход выходного дня	2	-	2	зачет
14.	Итоговое занятие	2	-	2	зачет
	<b>ИТОГО:</b>	<b>72</b>	<b>22</b>	<b>60</b>	

### Содержание образовательной программы.

#### 1. Вводное занятие.

Теория: Беседа о туризме и работе кружка. Инструктаж по технике безопасности.

#### 2. Детский пешеходный туризм.

Теория: Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни

Практика: Приобщение учащихся к романтике походной жизни. Экскурсия по лесным тропам.

#### 3. Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе.

Теория: Начальные формы самоконтроля. Виды ходьбы, правильность осанки в движении.

Практика: Техника правильной ходьбы. Движение по склонам.

#### 4. Краеведение.

Теория: Животный и растительный мир родного края. Охрана природы. История края. Памятные исторические места.

#### 5. Спортивная подготовка туристов.

Теория: Физические и моральные качества путешественника. Рассказы о мужестве туристов в ВОВ.

Практика: Подготовка к сдаче норм комплекса ГТО. Беговые упражнения. ОФП для групп мышц верхних и нижних конечностей. Ходьба, бег по пересеченной местности ОРУ.

#### 6. Безопасность походов.

Теория: Правила безопасного похода. Элементарные приемы первой доврачебной помощи.

Практика: Правила поведения туристов в лесу, на воде, на склонах, во время грозы. Обязанности направляющего и замыкающего. Правила поведения туристов на коротких привалах.

#### 7.Туристические узлы.

Теория: Ознакомление с туристическими узлами и их применение.

Практика: Вязание узлов, проводник схватывающий, прямой. Вязание узлов, узел двойного проводника. Закрепление вязания узлов. Проводник схватывающий, прямой. Вязание узлов. Удавка. Ткацкий. Закрепление вязания узлов. Удавка. Ткацкий. Закрепление темы. Вязание узлов.

#### 8.Ориентирование по компасу и другими способами.

Теория: Обучение ориентированию по компасу. Определение сторон. Закрепление обучения работы с компасом, ориентирование в лесу.

Практика: Обучение работы с топографической картой. Изучение обозначения гор, рек, леса, рельефа. Теория Ориентирование по признакам мох, таяние снега. Определение сторон по местным признакам. Практика Закрепление ориентирования по местным признакам с выходом на экскурсию. Проведение соревнований по ориентированию

#### 9.Туристическое снаряжение.

Теория: Групповое, личное и специальное снаряжение туристических требований к предметам снаряжения.

Практика: Укладка рюкзака, установка палатки. Уход, ремонт снаряжения.

#### 10.Туристическая стенгазета.

Теория: Рисунки на тему «Мы о походе...»

#### 11.Типы костров и их различие.

Теория: Каких типов бывают костры и их применение.

Практика: Практическое занятие с укладкой и разжиганием костра.

#### 12.Туристическая техника.

Теория: Что такое карабин. Какие виды существуют.

Практика: Занятие на скалодроме. Подъем спортивным способом. Спуск спортивным способом. Умение натягивания переправы способом «Полистпаса»

#### 13.Поход выходного дня.

#### 14.Итоговое занятие.

### **Планируемые результаты обучения.**

По окончании учебного года обучающиеся должны знать:

- компас, планшет и их устройство;
- правила эксплуатации и хранения снаряжения;
- основные условные знаки и опознавать их на местности; - права и обязанности участников похода;
- виды походов и способы проведения походов, действия участника похода в ходе похода и по его окончании;
- задачи общей физической подготовки, взаимосвязь физической, технической, тактической подготовок;



- роль и значение специальной физической подготовки для роста индивидуального туристского мастерства
- методы проведения контрольных нормативов;
- основное групповое и личное снаряжение, виды рюкзаков, основные требования к ним, виды костров и их назначение, биваки.

Уметь:

- соблюдать правила движения в группе;
- находить выход из аварийных ситуаций;
- правильно вести поиск заблудившихся;
- передвигаться по дорогам и тропам с помощью компаса и карты;
- читать масштаб карт;
- читать и расшифровывать основные топографические знаки;
- определять крутизну склона и его высоту;
- выполнять действия по выбору пути движения и выбирать оптимальный путь;
- соблюдать права и обязанности участников похода, правильно использовать техническую информацию о маршруте;
- выполнять общеразвивающие упражнения для мышц шеи, плечевого пояса, спины, живота, ног, выполнять разминку и заминку;
- соблюдать меры личной гигиены, соблюдать правильный и здоровый режим питания;
- реализовывать теоретические и практические навыки по походной работе; - укладывать рюкзак;
- разводить костер, уметь приготовить пищу на костре; - уметь убирать место привалов и бивуаков.

#### **Примерная структура занятия:**

1. Организация начала занятия постановка образовательных, воспитательных, развивающих задач, сообщение темы и плана занятия.
2. Актуализация знаний (повторение) - проверка имеющихся у детей знаний и умений для подготовки к изучению новой темы.
3. Объяснение нового материала - ознакомление с новыми знаниями и умениями, показ образца эталона знаний и умений.
4. Закрепление - Упражнения на освоение и закрепление знаний, умений и навыков по образцу, на перенос в сходную или измененную ситуацию.
5. Подведение итогов занятия, формулирование выводов. Особенности организации образовательного процесса.

Образовательный процесс учитывает следующую особенность: выстроенная единая педагогическая система обеспечивает преемственность задач, средств, методов, организационных форм обучения всех возрастных групп. Образовательный процесс осуществляется в разновозрастной группе постоянного состава. При решении вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками образовательный процесс, реализует принципы дифференцирования и индивидуализации: учет физического, функционального, половозрастного, морально-волевого развития каждого подростка.

## Календарный учебный график

Дата начала и окончания учебного периода	1 сентября 2023г.	до 31 мая 2024г.
Количество учебных недель	36	
Продолжительность каникул	<u>Осенние каникулы</u> <u>Зимние каникулы</u> <u>Весенние каникулы</u>	
Место проведения занятия	МБУ ДО СДЮТЭ г. Курганинска	
Время проведения занятия Перемены - 10 минут		
Форма занятий	Групповая	
Сроки контрольных процедур	Начальная диагностика (сентябрь-октябрь), текущая диагностика (январь-февраль), итоговая диагностика (май)	
Сроки выездов, экскурсий, походов...	Каникулярный период	
Участие в массовых мероприятиях	План (приложение)	

### Раздел № 2 Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации

**Условия реализации программы.**

**Материально-техническое обеспечение.**

#### 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.
Компасы 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 «Пешеходный туризм» педагог дополнительного образования должен иметь высшее или среднее педагогическое образование, иметь удостоверение инструктора детско-юношеского туризма. 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;
- обеспечение взаимодействия с родителями (законными представителями) учащихся, осваивающих дополнительную общеобразовательную программу, при решении задач обучения, развития и воспитания;
- педагогический контроль и оценка освоения дополнительной общеобразовательной программы;

Педагог должен обладать следующими компетентностями:

- профессиональная компетентность;
- информационная компетентность;
- коммуникативная компетентность;
- правовая компетентность. Педагог должен владеть:
- технологиями работы с одаренными учащимися;
- умением работать с социально запущенными детьми, в том числе имеющими отклонения в социальном поведении.

### **Формы аттестации.**

Для отслеживания результативности обучения по программе используются следующие методы:

- педагогическое наблюдение;
- педагогический анализ результатов тестирования, бесед, участия в мероприятиях, активности на занятиях;
- педагогический мониторинг журналов учета посещаемости;
- мониторинг личностного развития (предполагается, что у педагога имеется в наличие разнообразный дидактический и методический материал)

### **Оценочные материалы.**

Программа оснащена пакетом диагностических методик, позволяющих установить уровень освоения программного материала, сформированности

метапредметных умений и навыков и личностного развития учащихся. Диагностические методики педагог подбирает самостоятельно.

### Диагностическая карта оценки ЗУН учащихся объединения «Пешеходный туризм»

№ п/п	Ф.И ребенка	Знает, как ориентироваться на местности по компасу, карте, приметам	Знает виды костров. Способы их разведения	Умеет вязать простейшие узлы, знает их название

#### Список используемой литературы

Список литературы для педагога:

1. Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» Самойленко А.А. Краснодар, 2011. Информация из интернета
2. Программа внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.
3. Антропов К., Шibaев А. В. Переправа, М., ЦДЮТур, 1998.
4. Алексеев А.А. Горообразование и горный рельеф. М, 1999.
5. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М., 1997.
6. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1973.
7. Голов В.П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1973.
8. Инструкция (приказ N 293 от 13.07.92), М., 1992.
9. Куликов В., Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТур, 1997.
10. Кошельков СА. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. М., ЦДЮТ, 1997.
11. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М., ЦДЮТ, 1997.
12. Курилова В.И. Туризм. М., «Просвещение», 1988.
13. Клименко А.И. Карта и компас — мои друзья. М., Детская литература, 1975.
14. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Изд-во ДОСААФ, 1972.
15. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1980.
16. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.
17. Примерное содержание воспитания школьников. Рекомендации по организации системы воспитательной работы общеобразовательной школы. Под ред. доктора педагогических наук, профессора И.С. Марьенко. М., Просвещение, 1980.
18. Программы для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» (сост. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн.). М., 1982, 2001.
19. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся

РФ.М , 1995;

20. Первая помощь в экстремальных ситуациях. М., МВД России, 2000

21. Программы кружков по туризму, спортивному ориентированию и краеведению. Краснодар, 1995.

22. Расторгуев М. Узлы, М., ЦДЮТур, 1994.

23. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма. Свердловск, 1990.

24. Рыжавский Г. Я. Биваки. М., ЦДЮТур. 1995.

25. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС, 2000.

26. Штюрмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.

27. Экологическое воспитание туристов, ЦРНБ «Турист», 1990.

#### **Список литературы для учащихся**

1. Борисов В.И. Занимательное краеведение. Краснодар, Кн. изд., 1969.

2. Канонников А.М. Природа Кубани и Причерноморья. Краснодар, 1977.

3. Ковешников В.Н. Очерки о географических названиях Краснодарского края. Краснодар, КрайСЮТур, 1999.

4. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. М., «Толк», 1996.

5. Расторгуев М. Ситникова С. Карабинные узлы. М., «Кроу лимитед», 1995. 6. Туристская игротека, под ред. Константинова Ю.С. М., ВЛАДОС 2000.

7. Фредерик Лисак «Горы». М., АСТ. Астрель, 2003.

8. Энциклопедия туриста. М., 1993г.

## Оценочные материалы (промежуточная аттестация обучающихся)

- Туризм – это...  
А) вид спорта, в котором занимаются только экстремальными видами плавания.  
Б) один из видов активного отдыха в свободное время (прогулка, поездка, поход, экскурсия).  
В) наука о вязании узлов.
- Всемирный день туризма отмечают... А) 27 сентября Б) 20 сентября  
В) 25 сентября
- Первоклассники – туристы хорошо знают свою школу. Назовите адрес школы, в которой вы учитесь.  
А) ул. Карла Маркса – 23 Б) ул. Ленина – 23 В) ул. Свердлова – 23
- Почему наш город называется Кунгур? А) по фамилии основателя – Кунгуров Б) по названию реки Кунгурки В) в честь животного – кенгуру
- Выберите старинные предметы быта А) компьютер, мобильный телефон.  
Б) телевизор, радио В) керосиновый фонарь, литовка
- Что обозначает знак – F , в международной кодовой таблице воздушных сигналов «земля-воздух»?  
А) нужны медикаменты Б) не способны двигаться В) нужны пища и вода
- Как называется узел, изображённый на картинке.



- А) «прямой» Б) «морской» В) «восьмерка»
- Выберите прибор, который определяет стороны света  
А) часы Б) компас В) радиостанция
  - На какой стороне дерева больше мхов и лишайников? А) на северной  
Б) на южной  
В) на западной
  - Что мне делать? Как мне быть? Нужно срочно позвонить.  
Должны знать и ты, и он в этом месте...  
А) телефон Б) граммофон В) смартфон
  - Заболел живот у Ромы,

Не дойти ему до дома. В ситуации такой

Нужно знак найти. Какой? А) место остановки автобуса Б) место остановки трамвая

В) пункт первой медицинской помощи

12. Выбери продукты, которые полезны для нашего организма А) чипсы, гамбургер

Б) газированная вода, мармелад с красителями В) фрукты, овощи, ягоды, молоко, хлеб

13. Выбери, что полезно А) гулять на улице Б) кушать жирную пищу В) много кушать

14. Поход – это...

А) организованное, запланированное путешествие Б) проезд на автобусе

В) плавание на лодке

15. Костер – это... А) пожар Б) горящая куча дров В) огонь в печи

16. Назови тип костра, изображенный на картинке



А) «шалаш» Б) «таежный» В) «звездный»

17. Бивак – это...

А) место расположения людей на отдых и ночёвку в условиях природной среды Б) название палатки В) тип костра

### Виды узлов.







## Итоговый тест.

1. Что относится к личному снаряжению? А). Палатка. Б). Рюкзак. В). Котелок. Г). Куртка. Д). Нож.
2. Что относится к общественному (групповому) снаряжению? А). Свитер. Б). Картографический материал. В). Веревка. Г). Велосипед. Д). Топор.
3. Что относится к специальному снаряжению? А). Лыжи. Б). Ботинки. В). Коврик. Г). Бахилы. Д). Спальник групповой.
4. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке? А). Кроссовки. Б). Свитер. В). Носки шерстяные. Г). Белую рубашку. Д). Шапку.
5. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)? А). Сушка обуви. Б). Махание горячей веткой. В). Борьба за место у костра. Г). Бег вокруг костра. Д). Чтение книги.
6. Каков порядок установки палатки? А). Застегнуть вход палатки. Б). Вынуть палатку из чехла. В). Натянуть и закрепить боковые оттяжки. Г). Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек. Д). Растянуть и закрепить днище палатки. Е). Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.
7. Каков порядок сборки палатки? А). Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку. Б). Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька. В). Уложить в чехол. Г). Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние. А). Уложить на землю и свернуть.
8. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более? А). Сделать подруб запила (со стороны 1/3). Б). Определить естественный наклон дерева. В). Когда дерево начнет падать, отойти в сторону. Г). Сделать надпил на 1/3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево. Д). С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока обнадпила не совместятся.
9. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде? А). Нодья. Б). Колодец. В). Шалаш. Г). Таежный. Д). Любой.
10. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?

- А).Шалаш.Б).Колодец. В).Таежный.Г).Любой.Д).Нодья.
11. Как правильно развести костер? А).Приготовить дрова от тонких до толстых.Б). Зажечь березовую кору.  
В). Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).  
Г). Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки),а еще выше – потолще.  
Д). Сделать настил из толстых веток.Е). Заготовить березовую кору.  
Ж). По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.
12. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горячей печи?  
А).Без разницы.Б).Да.В).Нет.Г).Может быть временно (подкинуть дрова).
13. Как надо сушить ботинки у костра?А).Поставил и ушел.  
Б).Поставил и попросил дежурного присмотреть.  
В).Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.Г).Не знаю.  
Д).Держишь ботинки в руках.
14. Какие узлы используются для вязки петель?А). Прямой.  
Б). Восьмерка.  
В). Булинь.  
Г). Ткацкий.Д). Штык.
15. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра? А). Прямой.  
Б). Двойной проводник.В). Ткацкий.  
Г). Булинь.  
Д). Встречный.
16. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра? А). Академический.  
Б). Ткацкий.В). Прямой.  
Г). Встречный.  
Д). Брамшкотовый.
17. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?А). Восьмерка.  
Б). Встречный.В). Ткацкий.  
Г). Прямой. Д). Проводник.
18. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?  
А). Встречный.Б). Булинь.  
В). Прямой.
19. К какой группе топографических знаков относится изображение рек, дорог,каналов и троп?  
А).Масштабные.  
Б).Внемасштабные.  
В).Пояснительные.  
Г).Линейные.  
Д).Площадные.
20. К какой группе топографических знаков относится изображение леса,

поляи озера?

А).Масштабные.Б).Внемасштабные.В).Пояснительные.Г).Линейные.  
Д).Площадные.

21. Куда должны быть развернуты лицом участники, обеспечивающие страховку и сопровождение?

А).Спиной к переправляющемуся.Б).Лицом к переправляющемуся. В).Боком к переправляющемуся. Г).Не имеет значения.

22. Как подключается к переправляющемуся веревка сопровождения и страховки?

А).В грудной карабин. Б).Через скользящий карабин. В).В беседку. Г).Не знаю.

**Календарно- тематический план  
 по программе «Пешеходный туризм» 1 год обучения (72 часа)**

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов	Время проведения занятия	Форма занятия	Место проведения	Форма контроля
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>1.</b>		<b>Вводное занятие</b>	<b>2</b>				тестирование
1.1		Беседа о туризме и работе кружка. Инструктаж по технике безопасности	<b>2</b>		теория		
<b>2.</b>		<b>Детский пешеходный туризм</b>	<b>4</b>				устно
2.1		Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни	<b>2</b>		теория		
2.2		Приобщение учащихся к романтике походной жизни. Экскурсия по лесным тропам.	<b>2</b>		практика		
<b>3.</b>		<b>Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе</b>	<b>4</b>				зачёт
3.1		Начальные формы самоконтроля. Виды ходьбы, правильность осанки в движении.	<b>2</b>		теория		
3.2		Техника правильной ходьбы. Движение по склонам.	<b>2</b>		практика		
<b>4.</b>		<b>Краеведение</b>	<b>2</b>				устно
4.1		Животный и растительный мирродного края. Охрана природы. История края. Памятные исторические места.	<b>2</b>		теория		

<b>5.</b>		<b>Спортивная подготовка туристов</b>	<b>8</b>				зачёт
5.1		Физические и моральные качества путешественника. Рассказы о мужестве туристов в ВОВ.	2		теория		
5.2		Подготовка к сдаче норм комплекса ГТО. Беговые упражнения.	2		практика		
5.3		ОФП для групп мышц верхних и нижних конечностей.	2		практика		
5.4		Ходьба, бег попересечённой местности ОРУ.	2		практика		
<b>6.</b>		<b>Безопасность походов</b>	<b>6</b>				зачёт
6.1		Правила безопасного похода. Элементарные приёмы первой доврачебной помощи.	2		теория		
6.2		Правила поведения туристов в лесу, на воде, на склонах, во время грозы.	2		практика		
6.3		Обязанности направляющего и замыкающего. Правила поведения туристов на коротких привалах.	2		практика		
<b>7.</b>		<b>Туристические узлы</b>	<b>14</b>				зачёт
7.1		Ознакомление с туристическими узлами и их применение.	2		теория		
7.2		Вязание узлов, проводник схватывающий, прямой.	2		практика		
7.3		Вязание узлов, узел двойного проводника.	2		практика		
7.4		Закрепление вязания узлов. Проводник схватывающий, прямой.	2		практика		
7.5		Вязание узлов. Удавка. Ткацкий.	2		практика		

7.6		Закрепление вязания узлов. Удавка. Ткацкий.	2		практика		
7.7		Закрепление темы. Вязание узлов.	2		практика		
8.		<b>Ориентирование по компасу и другими способами</b>	12				зачёт
8.1		Обучение ориентированию по компасу. Определение сторон.	2		теория		
8.2		Закрепление обучения работы с компасом, ориентирование в лесу.	2		теория		
8.3		Обучение работы с топографической картой. Изучение обозначения гор, рек, леса, рельефа.	2		практика		
8.4		Ориентирование по признакам мох, таяние снега. Определение сторон по местным признакам.	2		теория		
8.5		Закрепление ориентирования по местным признакам с выходом на экскурсию.	2		практика		
8.6		Проведение соревнований по ориентированию	2		практика		
9.		<b>Туристическое снаряжение</b>	4				зачёт
9.1		Групповое, личное и специальное снаряжение туристических требований к предметам снаряжения.	2		теория		
9.2		Укладка рюкзака, установка палатки. Уход, ремонт снаряжения.	2		практика		
10.		<b>Туристическая стенгазета</b>	2				Защита проекта
10.1		Рисунки на тему «Мое Представление о походе»	2		практика		
11.		<b>Типы костров и их различие</b>	4				устно
11.1		Каких типов бывают костры и их применение	2		теория		

11.2		Практическое занятие с укладкой и разжиганием костра.	2		практика		
<b>12.</b>		<b>Туристическая техника</b>	<b>6</b>				зачёт
12.1		Что такое карабин. Какие виды существуют.	2		теория		
12.2		Занятие на скалодроме. Подъём спортивным способом. Спуск спортивным способом.	2		практика		
12.3		Умение натягивания переправы способом «Полистпаса»	2		практика		
<b>13.</b>		<b>Поход выходного дня</b>	<b>2</b>				
13.1		Подготовка личного снаряжения к однодневному походу	2		теория		
<b>14.</b>		<b>Итоговое занятие</b>	<b>2</b>				зачёт
14.1		Подведение итогов	2		теория		
		<b>Итого</b>	<b>72</b>				

## План воспитательной работы объединения «Пешеходный турист»

### Пояснительная записка.

Воспитательная работа с детьми направлена на формирование у них духовных ценностей, развитие патриотизма, формирование и углубление знаний о своем крае, своей стране, мире в целом. Позволяет развить любовь к окружающему миру, культуру ведения здорового образа жизни, снизить риск попадания ребенка в неблагоприятную социальную среду.

**Цель:** сформировать и укрепить патриотическую, духовную и гражданскую позицию обучающегося, снизить возможность попадания в группу риска.

### Задачи:

- привить интерес к истории страны, истории праздников.
- сформировать такие качества как: мужество, честность, доброта, порядочность.
- научить ценить свою страну, родной край, семью.

№	Мероприятие	Сроки
1.	Беседа, посвященная Дню солидарности борьбы с терроризмом.	сентябрь
2.	Беседа о профессии Учитель (ко Дню учителя)	октябрь
3.	Викторина, посвященная Дню гражданской обороны.	октябрь
4.	Чтение стихотворений, посвященных матери (ко Дню Матери)	ноябрь
5.	Спортивная акция: «Занимаясь спортом, сохраним здоровье» (ко всемирному Дню борьбы со СПИДом)	декабрь
6.	«Урок мужества» (ко Дню Защитника Отечества)	февраль
7.	Конкурс открыток, посвященных Международному женскому дню	март
8.	Урок «Мы и Космос» ко Дню Космонавтики	апрель
9.	Акция «Георгиевская лента»	май