

Муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования
"Центр детско-юношеского туризма и краеведения" г.о. Самара



"УТВЕРЖДАЮ"
Директор МБУ ДО
"ЦДЮТиК" г.о. Самара
Лайкова Е.Г.
Приказ №90 - од
от «22» июля 2020 г.

Новая редакция программы
принята на основании
решения методического совета
Протокол №4 от 22.07.2020 г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

"Пешеходный туризм"

Направленность: туристско-краеведческая

Вид деятельности: спортивный, пешеходный туризм, краеведение

Уровень освоения: базовый

Возраст детей: 6 - 17 лет

Срок обучения: 1 год (модульная)

Составитель:
Новикова Кира Николаевна
педагог дополнительного
образования

Самара

2020

1. Пояснительная записка.

Настоящая программа включает в себя содержание всех основных разделов подготовки туриста-пешеходника, составляющих целостную систему. Эта система позволяет создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и творческих способностей ребенка, его самоопределения.

Программа предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагогов в непосредственном контакте с окружающей природой. Данная программа предусматривают проведение теоретических и практических учебно-тренировочных занятий, обязательное выполнение контрольных упражнений, участие в туристских соревнованиях и многодневных походах. При этом адаптация организма ребенка к физическим нагрузкам предполагает необходимость их строгого дозирования по объему, продолжительности и напряженности в соответствии с возрастом, а также индивидуальным уровнем развития занимающихся.

В ходе освоения образовательной программы воспитанники должны получить знания, умения и навыки необходимые для получения спортивных разрядов по туризму, спортивному ориентированию, званий «Юный турист России», «Турист России».

Новизна данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что по форме организации образовательного процесса она является модульной.

Дополнительная образовательная программа «Пешеходный туризм» состоит из трёх модулей: «Основы туристской подготовки», «Краеведение», «Топография и ориентирование».

Данная дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа рассчитана на полную реализацию в течение одного года.

Программа ориентирована на обучение детей 6 - 17 лет. По программе «Пешеходный туризм» могут обучаться школьники младшего, среднего и старшего возраста. Объём программы - 144 часа. Режим занятий - 2 раза в неделю по 1 - 2 академических часа, при наполняемости - 10 - 20 обучающихся в группе.

1.1. Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

У воспитанников по окончании программы будут сформированы эмоционально-ценностные отношения к родному краю, его истории, культуре, природе, народу.

Воспитанники будут функционально грамотны, социально компетентны, коммуникабельны, культурны, пройдут путь самопознания, самоопределения и самореализации, выработают адекватную самооценку.

Кроме того, по окончании **первого года** обучения обучающие будут **знать:**

- перечень личного и группового снаряжения;

- организацию питания в походе;
- технику безопасности в походе;
- основы картографии и топографии;
- основные способы ориентирования на местности;
- сбор и оформление краеведческого материала;
- основы туристской подготовки;
- сведения о строении и функциях организма, влияния на него физических упражнений;
- комплектование медицинской аптечки;
- приемы транспортировки пострадавшего;
- как вести здоровый образ жизни;
- об организации бивуака;
- основы инструкторской подготовки;
- о правилах поведения в походе;
- санитарно-гигиенические нормы;
- понятие о природных зонах и ландшафтах,
- особенности выживания в природе.

Уметь:

- составить дневник туристского похода;
- собрать рюкзак;
- разжечь костер;
- готовить на костре простые блюда;
- производить простейшие измерения на местности;
- оказывать доврачебную медицинскую помощь, накладывать жгуты, шины, обрабатывать раны и порезы;
- владеть приемами транспортировки пострадавшего;
- выполнять спортивно-физические упражнения;
- делать фотофиксацию похода;
- знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях в природной, техногенной и социальной средах;
- составлять маршрут похода;
- соблюдать санитарно-гигиенические нормы;
- составить отчет о походе;
- владеть основными навыками действий в экстремальных ситуациях в походе.

1.2. Мониторинг программы

На этапе приема новых воспитанников отсутствует отбор по каким либо категориям знаний и умений. Главное – желание ребенка заниматься пешеходным туризмом, совершенствовать здоровый образ жизни. Поэтому с ребятами, пришедшими на занятия, проводятся только вводные ознакомительные беседы о целях, задачах и планах работы детского объединения, о сроках и формах проведения занятий. В ходе этих бесед выявляются начальные знания ребят по туризму.

На первом году обучения особое внимание уделяется техническим приемам и бытовым навыкам пешеходного туризма, а также обеспечению безопасности, без которых нельзя организовать поход, экспедицию, провести занятия, тренировки. При изучении тем, связанных с краеведением и экологией, большую пользу окажет посещение краеведческого и других музеев.

Занятия следует строить так, чтобы обучающиеся проявляли больше самостоятельности, отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой подготовки. Большое значение имеют занятия, связанные с подготовкой снаряжения, его ремонт и хранением, работы на биваке, выполнением краеведческой работы. Особое место в топографии занимает обучение навыкам быстрого чтения карты. Занятия по ориентированию необходимо проводить на местности. Для овладения техникой пешеходного туризма необходимо участие в различных соревнованиях, слетах, экспедициях.

Входной контроль включает в себя:

- выявление знаний, умений и навыков воспитанников в начале занятий и определение их способностей;
- комплектование групп согласно готовности учащихся;
- диагностика личностных качеств воспитанника согласно поставленными программой задач.

Промежуточный Контроль знаний воспитанников осуществляется как в процессе изучения отдельной темы (на каждом занятии), так и после завершения изучения. После изучения темы проводятся заключительное обобщающее занятие.

Результаты проведения группового и индивидуального туристского поиска представляются воспитанниками в виде рукописных или печатных материалов по предложенной или выбранной тематике.

Текущий контроль включает в себя:

- сопоставление практического результата с ожидаемым (отбор дидактических материалов, знакомство с основами здорового образа жизни, и туристскими навыками);
- выявление пробелов в знаниях;
- диагностика изменений личностных качеств воспитанника.

Одним из системообразующих признаков реализации программы является использование методик диагностирования сформированности социально-значимых качеств воспитанников и уровня развития у них основных психических процессов.

Итогом первого года обучения является:

- Теоретический зачет по результатам полученных знаний;
- участие в пешем степенном походе;
- участие в соревнованиях I класса сложности.

Форма контроля и диагностики результатов.

Программа предусматривает проведение систематической (не менее 2-х раз в

течение каждого года занятий) психолого-педагогической и медико-функциональной диагностики и тестирования, занимающихся с целью контроля над влиянием занятий на их организм и отслеживания динамики развития функциональных, физических и творческих способностей детей. Такое наблюдение позволит своевременно корректировать объем, интенсивность и продолжительность занятий, а также поможет при разработке совместно с семьей, психологом и медицинскими работниками лично ориентированных «образовательных маршрутов» для каждого воспитанника.

Для текущего контроля функциональной грамотности и оценки знаний, умений и навыков обучающихся используются задания тестового типа, содержащие небольшое количество вопросов (не более 10) на определение умения искать, распознавать необходимые объекты, классифицировать по определенным признакам.

Промежуточный и итоговый контроль социальных компетенций осуществляется с применением следующих методов диагностики:

тестирование;

анкетирование;

сдача теоретического зачета;

анализ результатов деятельности воспитанников (участие в конкурсах, играх, соревнованиях, походах).

проведение мониторинга;

смотр туристского снаряжения и туристических навыков;

анализ результатов деятельности воспитанников (участие в соревнованиях, олимпиадах, походах).

1.Модуль «Основы туристской подготовки».

Реализация этого модуля направлена на обучение техническим приемам и бытовым навыкам пешеходного туризма, а также обеспечению безопасности, без которых нельзя организовать поход, экспедицию, провести занятия, тренировки.

Занятия строятся так, что обучающиеся проявляют больше самостоятельности, отрабатывают навыки туристской подготовки, походного быта. Большое значение имеют занятия, связанные с подготовкой снаряжения, его ремонтом и хранением, работами на биваке.

Цель модуля: создание условий для формирования интереса к основам туристской культуры, слагаемыми которой являются: знания в области пешеходного туризма, умение адекватно вести себя в экстремальных ситуациях, ознакомление с основами оказания первой доврачебной помощи, основами санитарно-гигиенических норм в походе, обучающиеся готовятся к самостоятельным действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций, как в природе, так и в условиях современного мира. Модуль предусматривает широкий подход в изучении природы, а также помогает развить навыки автономного

существования в природе.

Обучающие:

- знакомство и овладение навыками туристской, походной деятельности;
- познание природы и истории родного края средствами пешеходного туризма.

Воспитательные:

- формирование умения жить и работать в команде;
- формирование духовно-нравственных ценностных ориентаций на принципах «Кодекса туриста» и лучших традиций туристского движения.

Развивающие:

- развитие коммуникативных способностей;
- развитие общественной активности;
- развитие внимания, образного мышления, наблюдательности.

По окончании изучения модуля обучающиеся будут **знать**:

- основное туристское снаряжение;
- историю туризма в России;
- правила движение в походе;
- организацию питания в походе;
- технику безопасности в походе;
- основы туристской подготовки;
- организацию туристской стоянки;
- правила поведения в походе;
- комплектование медицинской аптечки;
- приемы транспортировки пострадавшего;
- правила ведения здорового образа жизни;
- санитарно-гигиенические правила похода;
- приемы оказания доврачебной помощи;

Уметь:

- составить дневник туристского похода;
- собрать рюкзак;
- разжечь костер;
- готовить на костре простые блюда;
- делать фотофиксацию похода;
- писать отчет о походе;
- составлять маршрут похода;
- транспортировать пострадавшего;
- автономно существовать при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- вести себя в природе;
- ответственно относиться к окружающей среде и как следствие к своему здоровью.

Мониторинг модуля

Входной контроль включает в себя:

- выявление знаний, умений и навыков обучающихся в начале

занятий и определение их способностей;

- диагностика личностных качеств обучающихся согласно поставленным программой задачам.

Промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется как в процессе изучения отдельной темы (на каждом занятии), так и после завершения изучения. После изучения темы проводятся заключительное обобщающее занятие.

Результаты проведения группового и индивидуального туристского поиска представляются воспитанниками в виде электронных материалов по предложенной или выбранной тематике.

Промежуточный контроль включает в себя:

- сопоставление практического результата с ожидаемым (отбор дидактических материалов, знакомство с туристскими навыками);
- выявление пробелов в знаниях.

Для промежуточного контроля функциональной грамотности и оценки знаний, умений и навыков воспитанников используются задания тестового типа, содержащие небольшое количество вопросов (не более 10) на определение умения искать, распознавать необходимые определения и понятия, классифицировать по определенным признакам.

Промежуточный контроль знаний, умений, навыков осуществляется с применением следующих методов диагностики:

- тестирование;
- смотр туристских навыков;
- анализ результатов деятельности воспитанников (участие в соревнованиях, походах).

Итоговый.

Итоговый контроль знаний, умений, навыков осуществляется с применением следующих методов диагностики:

- смотр туристических навыков;
- анализ результатов деятельности воспитанников (участие в соревнованиях, конкурсных мероприятиях, походах).

Итогом обучения на первом модуле является поход выходного дня, а также теоретический зачет.

Учебно – тематический план модуля «Основы туристской подготовки»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	История развития туризма	2	2	
2.	Личное и групповое туристское снаряжение	4	2	2

3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	6	2	4
4.	Питание в походе	6	2	4
5.	Подготовка к походу, путешествию	6	2	4
6.	Тактики движения, преодоление препятствий в походе	4	2	2
7.	Поведение итогов похода	4	2	2
8.	Техника безопасности в походе	4	2	2
9.	Гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	4	2	2
10.	Походная медицинская аптечка	4	2	2
11.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	4	2	2
12.	Что такое «выживание»	4	2	2
13.	Выживание в различных климатических условиях	4	2	2
14.	Выживание при чрезвычайных ситуациях природного характера	4	2	2
15.	Выживание при чрезвычайных ситуациях антропогенного характера	4	2	2
	ИТОГО:	64	30	34

Содержание изучаемого материала. Модуль "Основы туристской подготовки".

1.1. История развития туризма

Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

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, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение: преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи, топоры,

пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы, ножи, половник и др. Особенное снаряжения для зимнего похода.

Практические занятия

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

1.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.). Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака. Организация работы по разворачиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Организация ночлегов в помещении. Правила купания.

Практические занятия

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Разворачивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

1.3. Питание в походе

Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в 2-3 дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практические занятия

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

1.4. Подготовка к походу, путешествию

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практические занятия

Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-дневном

походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

1.6. Подведение итогов похода

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотограф» видеофильма, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание. Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат. Подготовка экспонатов для школьного музея. Отчетные вечера, выставки по итогам походов. Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

Практические занятия

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

1.7. Тактика движения в походе, преодоление препятствий

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через валы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практические занятия

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

1.8. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий

Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения местным населением.

Практические занятия

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

1.9. Гигиена туриста, профилактика различных заболеваний

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание). Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и

увеличения 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.

Практические занятия

Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

1.10. Походная медицинская аптечка

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

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

Практические занятия

Формирование походной медицинской аптечки.

1.11. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия

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

1.12. Что такое «выживание».

Теоретические занятия

Дается понятие «выживание», а также рассказ о том, какие мероприятия необходимо выполнить для успешного выживания. Узлы и спецснаряжение. Одежда для путешествий.

Практические занятия

Выполнение заданий по подготовке необходимого снаряжения для

выживания в экстремальных ситуациях.

1.13. Выживание в различных климатических условиях.

Теоретические занятия

Полярные области, передвижение в полярных условиях, типы укрытий, особенности разведение огня и приготовление пищи, добывание воды и пищи в условиях холодного климата. Походы горы: климат и местность. Способы ориентирования в горах. Передвижение по горной местности. Опасность ледников и лавин. Специальные альпинистские приемы. Тропическая природная зона, передвижение по джунглям, советы по одежде для тропиков. Лагерь и укрытие, поиск воды и пищи в тропических условиях. Опасные растения и животные. Высокие температуры и недостаточное количество осадков, вода в пустыне и способы ее добычи. Растительная и животная пища. Опасности. Способы построения укрытия в пустыне. Как избежать паники при аварии на воде. Выживание в воде. Спасательные средства и их содержимое. Сигналы бедствия. Добыча воды и пищи.

Практическая работа

Практические занятия

Плановый трехдневный поход. Однодневный зимний поход. - Составление памятки спасения на воде и льду.

1.14. Выживание при чрезвычайных ситуациях природного характера.

Теоретические занятия

Смерчи, ураганы, штормы. Сильный снегопад и оледенение. Гроза. Лесные пожары. Землетрясения и извержение вулканов. Засуха.

Практические занятия

тренировки по спасательным работам (использование средств связи, знаки и сигналы спасения, действия поисковой партии).

1.15. Выживание при чрезвычайных ситуациях антропогенного характера.

Теоретические занятия

Безопасность во время аварийных ситуациях, при террористических актах. Работа МЧС.

Практические занятия

Составление памяток выживания в разных ситуациях. Экскурсия в Центр МЧС.

2. Модуль «Краеведение».

Изучение этого модуля направлено на изучение основ краеведения, познание природы и истории родного края, вовлечение учащихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма.

Цель модуля: экологическое воспитание, воспитание бережного отношение к природе, животным и растениям нашего края, создание условий для наиболее эффективного развития интеллектуальных, творческих

способностей личности обучающегося в процессе освоения местного краеведческого материала, развитие познавательной активности, интеллектуальных способностей и исследовательских умений личности.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных задач:

Обучающие:

- знакомство и овладение навыками краеведческой, исследовательской деятельности;
- изучение краеведения Самарского края.

Воспитательные:

- формирование умений вести исследовательскую работу;
- формирование духовно-нравственных ценностных ориентаций;
- воспитание патриотизма.

Развивающие:

- развитие коммуникативных способностей;
- развитие познавательной активности обучающихся.

По окончании обучения на третьем модуле обучающиеся будут **знать:**

- достопримечательности Самарского края;
- Героев Самарского края и выдающихся земляков;

Уметь:

- сбор и оформление краеведческого материала;
- делать фотофиксацию экскурсии.

Мониторинг модуля.

Входной контроль включает в себя:

- выявление знаний, умений и навыков обучающихся в начале занятий и определение их способностей.

Промежуточный контроль знаний и умений обучающихся осуществляется как в процессе изучения отдельной темы (на каждом занятии), так и после завершения изучения. После изучения темы проводятся заключительное обобщающее занятие.

Результаты участия в соревнованиях представляются обучающимися в виде электронных материалов по предложенной или выбранной тематике.

Промежуточный контроль включает в себя:

- сопоставление практического результата с ожидаемым (отбор дидактических материалов, знакомство с правилами участия в соревнованиях по спортивному туризму);
- выявление пробелов в знаниях.

Для промежуточного контроля функциональной грамотности и оценки знаний, умений и навыков обучающихся используются задания тестового типа, содержащие небольшое количество вопросов (не более 10) на определение умения искать, распознавать необходимые определения и понятия, классифицировать по определенным признакам.

Промежуточный контроль знаний, умений, навыков осуществляется с

применением следующих методов диагностики:

- тестирование;
- выставка - презентация творческих работ.

Итоговый.

Итоговый контроль знаний, умений, навыков осуществляется с применением следующих методов диагностики:

- анализ результатов деятельности обучающихся (участие в выставках, конкурсах).

Итогом обучения на втором модуле является участие в конкурсах по краеведению, выставках-презентациях, а также теоретический зачет.

Учебно–тематический план модуля «Краеведение»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	20	4	16
2.	Общественно-полезная работа в походе. Охрана природы и памятников культуры	20	4	16
3.	Родословие	4	2	2
4.	Патриотическое воспитание	4	2	2
	ИТОГО:	48	12	36

Содержание изучаемого материала.

Модуль "Краеведение".

2.1. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи

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

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, школьные музеи. Экскурсии. Сбор сведений об истории края в архивах.

Практические занятия

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

2.2. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и другим школьным предметам в соответствии с местными условиями. Краеведческие должности: юный историк-краевед, краевед-летописец, краевед-фотограф, метеоролог, ботаник, зоолог, орнитолог, краевед-географ, краевед-эколог и т. д.

Содержание заданий туристским группам от школы и учреждений.

Деятельность по охране природы в условиях похода. Изучение и охрана памятников истории и культуры. Виды памятников. Использование памятников истории и культуры в учебной и воспитательной работе. Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксации их: составление описаний, сбор образцов для коллекций, видео- и фотосъемка, зарисовки в походе, составление схем участков маршрута, нанесение отсутствующих подробностей и исправлений на карту маршрута. Правила сбора и хранение реликтовых и других материалов. Редкие и охраняемые растения и животные. Участие в общественных мероприятиях, помощь школам и лесничествам.

Практические занятия

Выполнение заданий государственных и общественных организаций. Проведение краеведческих наблюдений. Сбор гербариев, материалов для школьных музеев. Оформление отчетов и паспортов туристских маршрутов, экскурсионных объектов на маршруте.

2.3. Родословие

Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники.

Практические занятия

Рассказ о своих родителях, родственника. Составление фотоотчетов, рисование генеалогического дерева.

2.4. Патриотическое воспитание.

Воспитательное значение военно-патриотической работы. Героические страницы из истории нашего края. Земляки – герои. Пропаганда героических подвигов. Изучение материалов, связанных с боевыми традициями нашего народа.

Практические занятия

Знакомство с системой работы школьных музеев боевой славы, мемориальных музеев наших земляков-героев. Сбор сведений о наших земляках-героях.

3. Модуль «Топография и ориентирование».

Изучение этого модуля направлено на изучение основ ориентирования, формирование умений работать с картой, развитие внимания, образного мышления, наблюдательности.

Цель модуля: картографическая грамотность, умение ориентироваться в пространстве, привитие интереса к изучению географических особенностей родного края, расширение кругозора обучающихся.

Достижение цели обеспечивается решением следующих основных задач:

Обучающие:

- знакомство и овладение навыками ориентирования;
- физическая подготовка к участию в слетах и походах.

Воспитательные:

- формирование осознанного ведения здорового образа жизни (приобщение к занятиям спортом, туризмом, профилактика вредных привычек).

Развивающие:

- развитие коммуникативных способностей;
- развитие физической активности.

У воспитанников по окончании изучения модуля будут сформированы компетенции, необходимые для выживания в экстремальных ситуациях в природной среде.

Кроме того, по окончании обучения обучающиеся будут **знать**:

- основы картографии и топографии;
- способы ориентирования на местности;

Уметь:

- производить простейшие измерения на местности;
- пользоваться картой, компасом, определять азимут.

Мониторинг модуля.

Входной контроль включает в себя:

- выявление знаний, умений и навыков обучающихся в начале занятий и определение их способностей.

Промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется как в процессе изучения отдельной темы (на каждом занятии), так и после завершения изучения. После изучения темы проводятся заключительное обобщающее занятие.

Результаты обучения представляются обучающимися в виде электронных материалов по предложенной или выбранной тематике.

Промежуточный контроль включает в себя:

- сопоставление практического результата с ожидаемым (отбор дидактических материалов, знакомство с основами здорового образа жизни);
- выявление пробелов в знаниях;
- диагностика изменений личностных качеств воспитанника.

Для промежуточного контроля функциональной грамотности и оценки знаний, умений и навыков обучающихся используются задания тестового типа, содержащие небольшое количество вопросов (не более 10) на определение умения искать, распознавать необходимые определения и понятия, классифицировать по определенным признакам.

Промежуточный контроль знаний, умений, навыков осуществляется с применением следующих методов диагностики:

- тестирование;
- смотр туристских навыков.

Итоговый.

Итоговый контроль знаний, умений, навыков осуществляется с применением следующих методов диагностики:

- смотр туристских навыков;
- анализ результатов деятельности воспитанников (участие в соревнованиях).

Итогом обучения является:

- Теоретический зачет по результатам полученных знаний;

- участие в походе выходного дня, соревнованиях по спортивному ориентированию.

Учебно – тематический план модуля «Топография и ориентирование»

№ п/п	Наименование тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Понятие о топографической и спортивной карте	2	1	1
2.	Условные знаки	4	2	2
3.	Ориентирование по горизонту, азимут	10	2	8
4.	Компас. Работа с компасом	4	2	2
5.	Способы ориентирования	12	4	8
	ИТОГО:	32	11	21

Содержание изучаемого материала.

Модуль "Топография и ориентирование".

3.1. Понятие о топографической и спортивной карте

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути. Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте. Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практические занятия

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

3.2. Условные знаки

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталей основные, утолщенные, полугоризонталей. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практические занятия

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

3.3. Ориентирование по горизонту, азимуту

Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, созданных природой, людьми. Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью. Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники. Действия отдельного члена группы, участника соревнований в случае потери им ориентировки. Основная задача - движение по тропам и дорогам до выхода к населенным пунктам, стремление как можно меньше срезать тропинки, идти по азимуту. Обязательное извещение организаторов соревнований о своем местонахождении при выходе к людям во избежание напрасных поисковых работ.

Практические занятия

Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам.

3.4. Компас, работа с компасом

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

Практические занятия

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.).

3.5. Способы ориентирования

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий,

сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути). Протокол движения.

Практические занятия

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде. Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных

3. МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Реализация программы предполагается в детском объединении; необходим комплект снаряжения для организации тренировочного процесса и участия в пеших походах, помещение для учебных занятий и хранения инвентаря.

Данная программа может быть эффективно реализована при взаимодействии нескольких факторов.

3.1. Организационно-методическое обеспечение

- разработка учебно-методических комплексов для учебных курсов;
- изучение и отбор новых педагогических технологий при совершенствовании и корректировки уже существующих и проверенных временем;
- использование разнообразных форм работы, активизирующих познавательные и творческие способности детей;
- совершенствование форм и методов воспитательного процесса;
- привлечение педагогов, общественности и учреждений различного типа для сотрудничества с объединением;
- необходимо наличие обработанного и систематизированного фактического материала туристского характера, документов, соответствующих тематике программы;
- необходимо иметь методические разработки соревнований, игр, викторин туристской тематики и владеть методикой их составления;
- заниматься пополнением методической «копилки» игровых, учебных и развивающих упражнений и методик. Для этого необходимо постоянно отслеживать туристский материал, заниматься самообразованием, обмениваться опытом с коллегами на соревнованиях, семинарах, курсах, творческих встречах и конференциях.

3.2. Материально-техническое обеспечение включает в себя наличие материально-технической базы и эффективное ее использование во время прохождения учебных курсов.

Для реализации программы используется следующее материально-техническое обеспечение: палатки, рюкзаки, коврики, спальники, топоры, пилы, котелки, тенты,

фонарики, веревки (10мм-40мм), карабины, обвязки, репшнуры, гитары, технические средства обучения: фотоаппарат, видеокамера, ноутбук и т.д.

3.3. Дидактическое обеспечение программы

Для проведения занятий нужно иметь:

- инструкции техники безопасности в походе;
- топографические карты;
- аудио – видеоматериалы;
- карты туристских маршрутов,
- отчеты о туристских походах.

4. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. Москва, 2014.
2. Алексеев А.А. Пособие по составлению отчетов о туристских походах, путешествиях и спортивных турах/ - М. 2015.
3. Буйленко В.Ф. Туризм. Ростов-на-Дону/ Феникс, 2018.
4. Житенёв С.Ю. Российский энциклопедический словарь «Туризм». М. Институт наследия. 2018 г.
5. Жихарев А.М. Собираемся в поход. – Ярославль: Академия развития, 2015.
6. Константинов Ю.С. «Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей»/ М.: ФЦДЮТК, 2016.
7. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. (Учебно-методическое пособие). – М.: ФЦДЮТиК, 2016.
8. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 2015.
9. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Константинова Ю.В. Словарь юного туриста. – М.: ФЦДЮТиК, 2015.
10. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М.: ВЛАДОС, 2015.
11. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». – М.: ВЛАДОС, 2015.
12. Новиков А.Л.. Учебно-познавательные игры с элементами топографии (Учебное пособие). – М: ЦДЮТиК, 2012.
13. Прутик Ю.С. История туризма. М. Федеральное агентство по туризму, 2016.
14. Сондерс Р., Хоук Г. "Отдых у реки. 150 секретов юного туриста". М. Клевер-Медиа-Групп. 2019.
15. Сосновская Р.Л. Идём в поход!? Советы начинающему туристу. 2-е издание. Москва: Товарищество научных изданий КМК. 2016.
16. Суворова Г.М. Безопасный отдых и туризм. – М.: Юрайт, 2018.
17. Хоук Г. "Поход в лес. 150 секретов юного туриста". М. Клевер-Медиа-Групп. 2019.