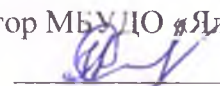


Отдел образования и молодежной политики  
администрации Яльчикского муниципального округа Чувашской Республики

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом детского творчества» Яльчикского муниципального округа  
Чувашской Республики»

Принята на заседании  
педагогического совета  
МБУДО «Яльчикский ДДТ»  
Протокол № 1 от 09.09.2025

Утверждаю:  
Директор МБУДО «Яльчикский ДДТ»  
 Э.И. Смирнова  
Приказ № 61-од от 09.09.2025 г.

## Дополнительная общеразвивающая программа туристическо-краеведческой направленности «Краеведение»



Уровень программы: стартовый  
Возраст обучающихся: 15-17 лет  
Срок реализации: 1 год (72 часа)  
Вид программы: модифицированная

Автор - составитель:  
педагог дополнительного образования  
Быкова Тамара Анатольевна

## Информационная карта программы

|                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|-----------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Образовательное учреждение</b> | Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Дом детского и творчества» Яльчикского муниципального округа Чувашской Республики»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Название программы</b>         | «Юный турист»                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| <b>Ф.И.О. автора, должность</b>   | Быкова Тамара Анатольевна,<br>педагог дополнительного образования                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| <b>Сведения о программе:</b>      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Нормативная база</b>           | Федеральный закон от 29 декабря 2012 года №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»<br>Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р)<br>Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»<br>Устав Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Дом детского и творчества» Яльчикского муниципального округа Чувашской Республики» |
| <b>Область применения</b>         | Дополнительное образование детей                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Направленность</b>             | Туристско-краеведческая                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| <b>Вид программы</b>              | Общеразвивающая                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Возраст учащихся</b>           | 11-14 лет                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>Продолжительность обучения</b> | 1 год                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа рассматривает темы, касающиеся подготовки и осуществления, как простого однодневного туристического похода, так и сложного, многодневного путешествия. Дает практические советы, относительно походного быта, пополнения запасов продовольствия и воды, приготовления пищи, а также ориентирования на местности и характера действия в экстремальных ситуациях.

Кроме того, программа предусматривает знания о животных и растениях, представляющих опасность для человека. Содержит информацию об оказании первой помощи при болезнях и несчастных случаях, от которых, не застрахован ни один путешественник.

Дети в возрасте от 11 – 14 лет имеют наиболее высокие темпы развития физического потенциала в целом. Для них характерным является стремление к неординарным поступкам, жажда состязаний, тяга к творчеству. У юношей и девушек закладываются основные черты личности, заканчивается формирование характера.

Учитывая тягу молодых людей этого возраста к состязательности, романтике и высокую степень социализации личности, программа «Краеведение» предполагает проводить общешкольные соревнования по преодолению спортивно-туристической полосы препятствий, проведение поисково-спасательных работ, а также многодневные и однодневные туристические походы в теплый и холодный периоды года.

Программа объединения – это активный отдых, связанный с физическим трудом, заряд бодрости и творческое удовлетворение. Занятия спортивным ориентированием и туризмом содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья,

помогают познавать и понимать природу, играют важную роль в военно-патриотическом воспитании школьников, в подготовке молодежи к защите Родины. Объединение «Краеведение» - это детско-юношеский коллектив ребят, в котором воспитываются такие качества, как отзывчивость, дружелюбие, чувство прекрасного, творческие и интеллектуальные способности, усидчивость, трудолюбие, коммуникативные качества, самостоятельность, организованность.

### **Новизна**

**Новизна** данной дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы заключается в том, что в рамках объединения действует туристический клуб, объединяющий разновозрастных любителей туризма и активного отдыха: как обучающихся, так и их родителей. С членами клуба помимо освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы, проводятся дополнительные мероприятия: многодневные походы, экскурсии, экспедиции, субботники, соревнования.

### **Актуальность**

**Актуальность** данной дополнительной общеразвивающей программы заключается в том, что туристско-краеведческая работа - это важный способ передачи новому поколению накопленного человечеством жизненного опыта и материально-культурного наследия, нравственного оздоровления и культурного развития нации. Принимая во внимание, что будущее поколение страны в современных экономических условиях не должно терять нравственные ориентиры, скатываться в криминальную среду, алкоголизм и наркоманию, необходимо развивать туризм во всех его видах и формах.

### **Педагогическая целесообразность**

Данная программа педагогически целесообразна, т.к. при её реализации благодаря полученным знаниям, учащиеся будут учиться самостоятельно мыслить, осуществлять поиск, работать творчески, приобщаться к науке, учитывать пути и возможности своего организма, бережно относиться к природе.

### **Отличительная особенность**

Разнообразные формы и методы позволяют вовлечь в процесс реализации программы широкий круг учащихся, из родителей и педагогов. Это позволяет создать своеобразную и благоприятную атмосферу общения, воспитания, коммуникативных связей и отношений. Данная программа комплексная и даёт возможность учащимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, жизненные принципы и интерес к познанию окружающего мира. Другая отличительная особенность программы состоит в том, что программа носит интегрированный характер, т.е. объединяет сразу несколько учебных дисциплин: географию, биологию, ОБЖ, краеведение, физическая культура. Совершенно очевидно, что на уровне одного отдельно взятого предмета очень трудно строить работу по развитию всего комплекса свойств, качеств личности, которые лежат в основе её творческих способностей. Интегрированное построение программы даёт возможность более продуктивно решать важные задачи образования.

### **Адресат программы**

В реализации данной образовательной программы участвуют **дети в возрасте 11-14 лет.**

### **Условия набора учащихся**

На занятия принимаются все желающие при наличии медицинской справки о допуске врача.

### **Количество учащихся**

Число обучающихся в группе – 15 человек.

### **Объём и срок освоения программы**

**Срок реализации программы** – 1 год обучения. Объём программы – 72 часов.

Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (45х45) с 10-минутным перерывом.

**Формы организации обучения:** по количеству учащихся, *участвующих в занятии: групповая, индивидуальная, парная;*

по особенностям коммуникативного взаимодействия *педагога и детей: лекция, практикум, соревнование;*

по дидактической цели: *вводное занятие, теоретическое занятие, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, занятие-соревнование.*

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть. Теоретическая часть занятий при работе должна быть максимально компактной и включать в себя необходимую информацию о теме и предмете знания.

**Цель:** способствовать развитию физических качеств и всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, самореализации, социальной адаптации, оздоровлению, творческому развитию личности учащихся.

#### **Задачи:**

##### **1. Обучающие:**

- ✓ расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовки;
- ✓ приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;
- ✓ приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- ✓ знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

##### **2. Воспитательные:**

- ✓ содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- ✓ формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
- ✓ гуманное отношение к окружающему миру;
- ✓ умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

##### **3. Развивающие:**

- ✓ физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- ✓ выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах

#### **Учебный план**

| №  | Наименование темы                                    | Количество часов |        |             |              | Формы аттестации контроля     |
|----|------------------------------------------------------|------------------|--------|-------------|--------------|-------------------------------|
|    |                                                      | всего            | теория | Практика    |              |                               |
|    |                                                      |                  |        | в помещении | на местности |                               |
| 1. | Введение.                                            | 2                | 2      |             |              | Инструктаж                    |
| 2. | Детский пешеходный туризм                            | 4                | 2      | 2           |              | Заполнение «Дневника туриста» |
| 3. | Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе | 4                | 2      |             | 2            | Туристическая тропа           |
| 4. | Безопасность походов                                 | 4                | 2      | 2           |              | Тест по теме                  |
| 5. | Туристский бивак                                     | 6                | 4      | 2           |              | Игровая программа             |
| 6. | Спортивная подготовка туриста                        | 6                | 2      | 2           | 2            | Веселые старты                |
| 7  | Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему    | 4                | 2      | 2           |              | Тест                          |

|     |                                                                   |    |    |    |    |                                        |
|-----|-------------------------------------------------------------------|----|----|----|----|----------------------------------------|
| 8.  | Естественные факторы природы в походе. Закаливание                | 6  | 2  | 2  | 2  | Занимательный калейдоскоп              |
| 9.  | Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе | 4  | 2  | 2  |    | Викторина                              |
| 10. | Подготовка к походу                                               | 6  | 2  | 4  |    | Конкурс «Комфорт в походе»             |
| 11. | Проведение походов                                                | 6  |    |    | 6  | Полоса препятствий.                    |
| 12. | Подведение итогов похода                                          | 4  | 2  | 2  |    | Проект «Рассказ у костра»              |
| 13. | Ориентирование по компасу                                         | 6  | 2  | 4  |    | Движение патруля по заданному маршруту |
| 14. | Туристское снаряжение                                             | 4  | 2  | 2  |    | Игра «Что взять с собой в поход».      |
| 15. | Карта и местность.                                                | 6  | 2  | 2  | 2  | Топо-графический диктант               |
|     | Итого:                                                            | 72 | 30 | 28 | 14 |                                        |

### 1.3.2. Содержание учебного плана 1 года обучения

**1. Введение.** Беседа о туризме и о работе кружка, о значении туризма для человека. Виды туризма, особенности походов. Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ презентации по теме «Туризм»). Законы туристов. Сочинение сказок и стихотворений на тему «Туризм».

**2. Детский пешеходный туризм.** Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта». Приобщение детей к романтике походной жизни. Ведение «Дневника туриста»

**3. Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе.** Начальные формы самоконтроля детей. Меры предупреждения плоскостопия. Техника правильной ходьбы в походе. Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, движение по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, по тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.

**4. Безопасность походов.** Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

Обязанности направляющего (проводника) и замыкающего. Режим ходового дня и режим на дневке. Правила поведения туристов на коротких привалах. Хронометраж движения группы по маршруту.

#### **5. Туристский бивак.**

Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака.

Планировка бивака. Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развертывание и свертывание бивака). Графики дежурств на биваках.

Типы костров и их назначение. Костровое оборудование. Выбор и заготовка топлива. Сушка обуви и одежды. Общественно полезная работа на дневках. Охрана природы, Свертывание бивака. Противопожарные меры.

Питание в походе. Что такое калорийность пищи. Примерный набор продуктов питания для туристского похода. Расфасовка, упаковка и переноска продуктов. Что такое меню, как оно составляется. Учет расхода продуктов в пути. Водно-солевой режим в походе. Выбор и обеззараживание воды. Просмотр и обсуждение презентации «Туристский бивак»

**6. Спортивная подготовка туриста.** Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику. Рассказы о мужестве и находчивости туристов, спортсменов, проявленных ими в годы войны на фронте, в тылу врага и в походах в мирное время.

Физическая и морально-волевая подготовка туриста. Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО. Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Книги о путешествиях и путешественниках. Нормативы юношеских разрядов по туризму, нормы на звание младшего инструктора по туризму. Подвижные игры и веселые старты.

**7. Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему.** Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждения и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Транспортировка пострадавшего.

*Практические занятия.* Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.

**8. Естественные факторы природы в походе. Закаливание.** Беседа о средствах физического воспитания. Природные явления. Правила поведения туристов во время дождя, грозы. Что такое закаливание, навыки закаливания. Виды закаливающих процедур.

*Практическое занятие.* Укрытие бивака от дождя, солнца

**9. Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе.** Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые.

История края, памятные исторические места. Знатные люди края. Роль туристов в охране памятников истории и культуры края.

Охрана природы. Закон об охране природы.

Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк. Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе.

*Практические занятия.* Знакомство с картой области (края). «Путешествия» по карте. Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин.

**10. Подготовка к походу.** Правила организации и проведения туристских походов. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ.

Подбор группы. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Обязанности командира туристской группы, завхозов, краеведа, старшего проводника и других ответственных лиц.

Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т. п.

Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, плана-графика движения, сметы расходов.

Подбор и подготовка личного и группового снаряжения.

Организация ночлегов в помещениях. Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе.

Оформление походной документации, получение разрешения на выход в поход.

Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Укладка рюкзака.

Типичные ошибки туристов при укладке рюкзака. Подбор хранения картографического материала.

Сообщение о вариантах летнего зачетного похода, распределение тем докладов. Распределение обязанностей и заданий по краеведческой работе, план фото- и киносъемок, ведение календаря погоды и протокола (хронометража) движения.

*Практические занятия.* Разработка маршрутов и планов-графиков учебно-тренировочных походов, заслушивание докладов о районе похода: по истории, флоре, фауне, рельефу и т. д., подготовка маршрутной документации, копирование карт. Подготовка группового и специального снаряжения, закупка, расфасовка и раскладка продуктов. Укладка рюкзаков. Составление графиков дежурств. Контрольные сборы: проверка личной и групповой готовности к выходам в походы.

**11. Проведение походов.** В соответствии с количеством часов, отведенных по примерному тематическому плану занятий кружка, рекомендуется провести в течение учебного года (кроме летнего зачетного похода) пять учебно-тренировочных походов.

Два однодневных по 8 часов.

В результате этих походов кружковцы приобретут опыт движения по маршрутам, ознакомятся с природой и достопримечательностями своего края.

Во время учебно-тренировочных походов необходимо отработать: движение колонной, правила и режим пешего и лыжного движения, выполнение общественных поручений в группе по организационному и хозяйственному самообеспечению, преодоление различных естественных препятствий (подъемы, спуски по залесенным, травянистым, песчаным, 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.

**12. Подведение итогов похода.** Обсуждение итогов похода. Пропаганда туризма. Просмотр фотоматериалов. Составление отчета о походе, паспорта маршрута. Приведение в порядок и сдача снаряжения.

*Практические занятия.* Чистка, ремонт и сдача снаряжения на склад (в ателье проката). Оформление туристского уголка группы, летописи кружка, фотогазеты, составление презентаций о походе. Подготовка выставки о работе кружка для школы. Обсуждение похода в группе, на совместном с родителями собрании. Оформление документации, заполнение учетных карточек (паспортов туриста), награждение участников.

**13. Ориентирование по компасу.** Стороны горизонта. Компас и его устройство. Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо (чертеж). Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние.

Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам.

*Практические занятия.* Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

**14. Туристское снаряжение.** Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста-пешеходника, требования к каждому предмету.

Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Тент к палатке. Уход за снаряжением и его ремонт. Правила укладки рюкзака.

*Практические занятия.* Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».

**15. Карта и местность.** Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейными и числовыми масштабами. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте.

Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспортир. Ориентирование на маршруте с помощью карты и компаса.

*Практические занятия.* Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Топографический диктант. Разбор топографического диктанта. Повторение плохо усвоенных топографических знаков. Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный.

Проложение на карте маршрута по его текстовому описанию (по легенде). Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов).

### 1.3.3. Календарно-тематическое планирование первого года обучения

|       |           | <i>Тема занятия</i>                                                                                    |
|-------|-----------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       |           | <b>Введение (2ч)</b>                                                                                   |
| 1-2   | 1         | Введение.                                                                                              |
|       | <b>2.</b> | <b>Детский пешеходный туризм(4ч)</b>                                                                   |
| 3     | 2.1       | Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта» |
| 4-5   | 2.2       | Приобщение детей к романтике походной жизни.                                                           |
| 6     | 2.3       | Ведение «Дневника туриста»                                                                             |
|       | <b>3</b>  | <b>Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе(4ч)</b>                                        |
| 7     | 3.1       | Начальные формы самоконтроля детей. Техника правильной ходьбы в походе.                                |
| 8-9   | 3.2       | Движение по местности                                                                                  |
| 10    | 3.3       | Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.                |
|       | <b>4.</b> | <b>Безопасность походов(4ч)</b>                                                                        |
| 11    | 4.1       | Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи.                    |
| 12-13 | 4.2       | Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте                             |
| 14    | 4.3       | Хронометраж движения группы по маршруту.                                                               |
|       | <b>5.</b> | <b>Туристский бивак (6ч)</b>                                                                           |
| 15    | 5.1       | Что такое привал и бивак в походе.                                                                     |
| 16-17 | 5.2       | Основные требования к месту привала и бивака. Планировка бивака.                                       |
| 18    | 5.3       | Виды и производство хозяйственных работ на биваке (развертывание и свертывание бивака)                 |
| 19    | 5.4       | Типы костров и их назначение                                                                           |
| 20    | 5.5       | Питание в походе.                                                                                      |
|       | <b>6.</b> | <b>Спортивная подготовка туриста(6ч)</b>                                                               |
| 21    | 6.1       | Какие физические и морально-волевые качества необходимы путешественнику                                |
| 22    | 6.2       | Рассказы о мужестве и находчивости туристов, проявленных ими в походах.                                |
| 23    | 6.3       | Физическая и морально-волевая подготовка туриста                                                       |
| 24    | 6.4       | Закаливание. Комплекс утренней зарядки. Маршевая подготовка. Беговые тренировки.                       |
| 25    | 6.5       | Книги о путешествиях и путешественниках. Подвижные игры.                                               |
| 26    | 6.6       | Веселые старты.                                                                                        |
|       | <b>7</b>  | <b>Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему(4ч)</b>                                           |
| 27    | 7.1       | Личная гигиена туриста.                                                                                |
| 28-30 | 7.2       | Оказание первой доврачебной помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего.               |
|       | <b>8.</b> | <b>Естественные факторы природы в походе. Закаливание (6ч)</b>                                         |
| 31-32 | 8.1       | Беседа о средствах физического воспитания.                                                             |

|       |            |                                                                                                                           |
|-------|------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 33-34 | 8.2        | Природные явления. Правила поведения туристов во время дождя, грозы.                                                      |
| 35    | 8.3        | Что такое закаливание, навыки закаливания. Виды закаливающих процедур.                                                    |
| 36    | 8.4        | Укрытие бивака от дождя, солнца.                                                                                          |
|       | <b>9.</b>  | <b>Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе (4ч)</b>                                             |
| 37    | 9.1        | Природа родного края и его история. Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Фотографирование в походе.         |
| 38    | 9.2        | Знакомство с картой области (края). «Путешествия» по карте.                                                               |
| 39    | 9.3        | Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей.                                                  |
| 40    | 9.4        | Подготовка и заслушивание докладов кружковцев о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин. |
|       | <b>10.</b> | <b>Подготовка к походу(6ч)</b>                                                                                            |
| 41-42 | 10.1       | Правила организации и проведения туристских походов.                                                                      |
| 43-44 | 10.2       | Разработка маршрутов и планов-графиков учебно-тренировочных походов                                                       |
| 45-46 | 10.3       | Контрольные сборы: проверка личной и групповой готовности к походу.                                                       |
|       | <b>11.</b> | <b>Проведение походов (8ч)</b>                                                                                            |
| 47    | 11.1       | Движение колонной, правила и режим пешего и лыжного движения.                                                             |
| 48    | 11.2       | Фотографирование, ведение записей, составление описания пути движения и интересных объектов                               |
| 49    | 11.3       | Преодоление различных естественных препятствий                                                                            |
| 50    | 11.4       | Страховка и самостраховка.                                                                                                |
| 51    | 11.5       | Развертывание и свертывание бивака.                                                                                       |
| 52    | 11.6       | Ведение группы по заданному азимуту                                                                                       |
| 53    | 11.7       | Ориентирование по небесным светилам днем и в сумерках.                                                                    |
| 54    | 11.8       | Организация и проведение экскурсий, сбор экспонатов.                                                                      |
|       | <b>12.</b> | <b>Подведение итогов похода (4ч)</b>                                                                                      |
| 55    | 12.1       | Обсуждение итогов похода. Пропаганда туризма.                                                                             |
| 56    | 12.2       | Чистка, ремонт и сдача снаряжения                                                                                         |
| 57    | 12.3       | Оформление туристского уголка группы, летописи кружка, фотогазеты, составление презентаций о походе.                      |
| 58    | 12.4       | Обсуждение похода в группе, на совместном с родителями собрании.                                                          |
|       | <b>13.</b> | <b>Ориентирование по компасу (6 ч)</b>                                                                                    |
| 59    | 13.        | Стороны горизонта. Компас и его устройство.                                                                               |
| 60    | 13.2       | Азимут. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо (чертеж).                                        |
| 61    | 13.3       | Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам.                                                      |
| 62    | 13.5       | Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка).        |
| 63-64 | 13.6       | Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов                   |
|       | <b>14.</b> | <b>Туристское снаряжение (4ч)</b>                                                                                         |
| 65    | 14.1       | Групповое, личное и специальное снаряжение туристов.                                                                      |
| 66    | 14.2       | Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске.                       |

|       |            |                                                                                                                            |
|-------|------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 67    | 14.3       | Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста - пешеходника, требования к каждому предмету.          |
| 68    | 14.4       | Устройство туристской палатки, стойки и колышки для палаток. Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход». |
|       | <b>15.</b> | <b>Карта и местность (6ч)</b>                                                                                              |
| 70    | 15.1       | Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Ориентирование на маршруте с помощью карты и компаса.      |
| 71    | 15.3       | Зарисовка топографических знаков (10—20 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам                     |
| 72    | 15.5       | Топографический диктант. Разбор топографического диктанта. Проложение на карте маршрута по описанию.                       |
| Итого |            | 72 часа                                                                                                                    |

### **Предполагаемые результаты:**

#### **Результаты обучения (предметные):**

- ✓ расширяют и углубляют знания, дополняющие школьную программу по географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовки;
- ✓ приобретут умения и навыки в работе с картой, компасом;
- ✓ приобретут специальные знания по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- ✓ познакомятся с проблемами экологии и охраны природы.

#### **Результат воспитывающей деятельности:**

- ✓ будет гармонично развита личность, усовершенствованы духовные и физические потребности;
- ✓ будут сформированы самостоятельность и волевые качества в любой обстановке;
- ✓ сформируют гуманное отношение к окружающему миру;
- ✓ научатся вести себя в коллективе, выработают организаторские навыки в случае необходимости.

#### **Результаты развивающей деятельности (личностные):**

- развивается физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- выполняют в течение учебного года соответствующие спортивные разряды по туризму и ориентированию, примут участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

### **Ожидаемые результаты:**

#### **Результаты обучения (предметные):**

- обучатся правилам создания «базы вопросов» на заданную тему;
- обучатся умению анализировать свою деятельность;
- будут созданы условия для самореализации личности на основе индивидуального и дифференцированного подхода через включение в активную досуговую деятельность.

#### **Результат воспитывающей деятельности:**

- сформируют положительные эмоции, благоприятный психологический климат в процессе досуговой деятельности и межличностного общения;
- сформируется ценностное отношение к природе родного края.

#### **Результаты развивающей деятельности (личностные):**

- разовьют ловкость, силу, выносливость, координацию движений;
- разовьют логическое мышление;
- разовьют коммуникативность.

## **Календарный учебный график**

Учебный год по дополнительной общеразвивающей программе «Юный турист» начинается с 15 сентября и заканчивается 31 мая, число учебных недель -72 часа

## **Условия реализации программы**

### Материально-техническое обеспечение программы

#### Сведения о помещении

- Учебный кабинет
- 8 столов
- 16 стульев
- Компьютер
- Проектор
- Экран

#### Туристическое снаряжение

- Палатки – 3 шт.
- Рюкзаки – 8 шт.
- Печь для палатки – 1 шт.
- Котелок – 2 шт.
- Спальные мешки – 15 шт.
- Коврики - 15 шт.
- Тент – 1 шт.
- Дождевики – 10 шт.
- Компасы – 5 шт.
- Горелка – 1 шт.
- Фонарь налобный – 5 шт.
- Топор – 1 шт.
- Лыжные комплекты – 5 шт.

## **Методическое обеспечение**

- Методические разработки занятий;
- Подборка информационной справочной литературы;
- Наглядные пособия по темам;
- Видео- и фотоматериалы.

## **Форма аттестации**

Результативность контролируется на протяжении всего процесса обучения. Для этого предусмотрено использование форм контроля:

- входной контроль (срок проведения, форма);
- текущий контроль (формы контроля знаний, умений и навыков учащихся в процессе обучения);
- промежуточный контроль (формы контрольных занятий в течение учебного года);
- итоговый контроль (формы контрольных занятий в конце учебного года).

## **Оценочные материалы.**

### **Критерии оценки успеваемости учащихся по программе:**

- тестирование, сдача контрольных нормативов по ОФП;
- освоение учащимися программы по группам;
- рост спортивных достижений;
- участие в походах;
- участие в районных, республиканских соревнованиях, конкурсах, научно – практических конференциях, слётах;
- участие в судействе школьных соревнований, походов, слётов по туризму;

- текущий (практические занятия или опрос после каждой темы);
- итоговый (в конце освоения каждого раздела программы – зачётный поход вне сетки часов).

### Методические материалы

**Формы организации учебного занятия:** беседа, игра, лекция, практическое занятие, соревнование, поход, экскурсия;

**педагогические технологии:** группового обучения, дифференцированного обучения, игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающая технология, технология поддержки учащегося.

### Методическое обеспечение

| № п/п     | Название раздела, темы              | Материально-техническое оснащение, дидактико-методический материал                                                  | Формы, методы, приёмы обучения     | Формы подведения итогов     |
|-----------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
|           | Введение                            | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал;<br>столы, стулья. | Занятие-лекция                     | Опрос                       |
| <b>1.</b> | <b>Основы туристской подготовки</b> |                                                                                                                     |                                    |                             |
|           | История развития туризма            | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; столы, стулья     | Занятие-лекция                     | Опрос                       |
| 1.2.      | Основные виды туризма               | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; столы, стулья     | Занятие-лекция                     | Опрос                       |
| 1.3.      | Туристические должности в группе    | Помещение;<br>Компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; столы, стулья     | Занятие-лекция                     | Опрос                       |
| 1.4.      | Организация похода                  | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; столы, стулья     | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 1.5.      | Меры безопасности в походе          | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;                                                                           | Занятие-лекция                     | Опрос                       |

|       |                                                                          |                                                                                                                                                             |                                           |                                   |
|-------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------|
|       |                                                                          | разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья                                                                                 |                                           |                                   |
| 1.6.  | Кодекс туриста                                                           | Помещение;<br>компьютер, проектор,<br>экран;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья                                 | Занятие-лекция                            | Опрос                             |
| 1.7.  | Морально-волевая<br>подготовка                                           | Помещение;<br>компьютер, проектор,<br>экран;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья                                 | Занятие-лекция                            | Опрос                             |
| 1.8.  | Туристическое<br>снаряжение                                              | Помещение;<br>компьютер, проектор,<br>экран;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья,<br>туристическое<br>снаряжение | Занятие-лекция                            | Опрос                             |
| 1.9.  | Основные<br>правила укладки<br>рюкзака                                   | Помещение;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья, рюкзаки                                                          | Занятие-лекция,<br>занятие-<br>тренировка | Опрос,<br>практическое<br>занятие |
| 1.10. | Типы палаток и<br>их постановка                                          | Помещение;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья, палатки                                                          | Занятие-лекция,<br>занятие-<br>тренировка | Опрос,<br>практическое<br>занятие |
| 1.11. | Костер и его виды                                                        | Помещение;<br>компьютер, проектор,<br>экран;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья                                 | Занятие-лекция                            | Опрос                             |
| 1.12. | Костровое<br>хозяйство. Меры<br>предосторожност<br>и при работе с<br>ним | Помещение;<br>компьютер, проектор,<br>экран;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,<br>фотоматериал;<br>столы, стулья                                 | Занятие-лекция                            | Опрос                             |
| 1.13. | Организация<br>бивака                                                    | Помещение;<br>компьютер, проектор,<br>экран;<br>разработка занятия,<br>наглядные пособия,                                                                   | Занятие-лекция,<br>занятие-<br>тренировка | Опрос,<br>практическое<br>занятие |

|           |                                                                    |                                                                                                                                     |                                    |                             |
|-----------|--------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
|           |                                                                    | фотоматериал;<br>столы, стулья.                                                                                                     |                                    |                             |
| 1.14.     | Разработка маршрута однодневного похода                            | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал;<br>столы, стулья                  | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 1.15.     | Питание в походе                                                   | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал;<br>столы, стулья                  | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 1.16.     | Итоговое занятие по пройденному разделу                            | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал;<br>столы, стулья                  | занятие-тренировка                 | практическое занятие        |
| <b>2.</b> | <b>Основы топографии и ориентирования</b>                          |                                                                                                                                     |                                    |                             |
| 2.1.      | Понятие о топографической и спортивной картах                      | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал, карты, линейка, курвиметр, компас | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 2.2.      | Стороны горизонта. Азимут: истинный и магнитный, прямой и обратный | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; карта, компас, линейка            | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 2.3.      | Знакомство с компасом.                                             | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; компас, карта                     | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 2.4.      | Итоговое занятие по пройденному разделу                            | Помещение;<br>компьютер, проектор, экран;<br>разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; компас, карта                     | занятие-тренировка                 | практическое занятие        |

|           |                                                                       |                                                                                                                  |                                    |                             |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|-----------------------------|
| <b>3.</b> | <b>Основы гигиены</b>                                                 |                                                                                                                  |                                    |                             |
| 3.1.      | Личная гигиена туриста                                                | Помещение; компьютер, проектор, экран; разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал.                      | Занятие-лекция                     | Опрос                       |
| 3.2.      | Походная аптечка и ее содержимое                                      | Помещение; компьютер, проектор, экран; разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; аптечка, медикаменты | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 3.3.      | Основные правила и приемы оказания первой доврачебной помощи в походе | Помещение; компьютер, проектор, экран; разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; аптечка, медикаменты | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 3.4.      | Изготовление носилок, приемы транспортировки пострадавшего            | Помещение; компьютер, проектор, экран; разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; аптечка, медикаменты | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| 3.5.      | Итоговое занятие по пройденному разделу                               | Помещение; компьютер, проектор, экран; разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал; аптечка, медикаменты | занятие-тренировка                 | практическое занятие        |
| <b>4.</b> | <b>Природоохранная деятельность в походе</b>                          |                                                                                                                  |                                    |                             |
| 4.1.      | Природоохранная деятельность в походе                                 | Помещение, разработка занятия, наглядные пособия, фотоматериал                                                   | Занятие-лекция, занятие-практикум  | Опрос                       |
| <b>5.</b> | <b>Итоговое тестовое занятие по пройденному материалу</b>             |                                                                                                                  |                                    |                             |
| 5.1.      | Итоговое тестовое занятие по пройденному материалу                    | Помещение; компьютер, проектор, экран; разработка занятия, наглядные пособия, столы, стулья                      | Занятие-лекция, занятие-тренировка | Опрос, практическое занятие |
| <b>6.</b> | <b>Зачетный однодневный поход (вне сетки часов)</b>                   | Тренировочный полигон                                                                                            | Занятие-тренировка                 | Практическое занятие        |

### Литература

#### Литература для педагога:

1. Алексеев А.А. «Питание в туристском походе». Москва, Изд.: И.В. Балабанов, 2006.- 96 с.
2. Алешин В.М. «Карта в спортивном ориентировании». Москва, Изд.: «Физкультура и спорт», 2012. – 122 с.
3. Берсон Г.З. «Дикорастущие съедобные растения». С.-Петербург, Изд.: «Гидрометеиздат», 1999. – 87 с.
4. Васильев И.В. «В помощь организаторам и инструкторам туризма». Москва, Изд.: «Профиздат», 2013.- 136 с.
5. Ганопольский В.И. «Туризм и спортивное ориентирование». Москва, Изд.: «Физкультура и спорт», 2009. – 166 с.
6. Коструб А.А. «Медицинский справочник туриста». Москва, Изд.: «Профиздат», 2016. – 126 с.
7. Николаев А.С. «Военная топография». Москва, Изд.: «Воениздат», 1997. – 215 с.
8. Попчиковский В.Ю. «Организация и проведение туристских походов». Москва, Изд.: «Профиздат», 2011. – 188 с.
9. Тыкул В.И. «Спортивное ориентирование». Москва, Изд.: «Просвещение», 2007. – 224 с.
10. Чернобров В.А. «Справочник сталкера». Москва, Изд.: «Вече» 2006, - 384 с.
11. Штюмер Ю.А. «Опасности в туризме, мнимые и действительные». Москва, Изд.: «Физкультура и спорт», 2009. – 162 с.

#### Литература для детей:

1. Бардин К.В. «Азбука туризма». Москва, Изд.: «Просвещение», 2012. - 205 с.
2. Верзилин Н.М. «По следам Робинзона». Минск, Изд.: «Народнаясвета», 2002. – 134 с.
3. Рыжавский Г.Я. «Биваки». Москва, Изд.: ЦДЮТ, 1995.-112 с.
4. Сафонов В. И. «10 писем Робинзону». Москва, Изд.: «Физкультура и спорт», 2007. – 146 с.
5. Суханов А.П. «Питание и ведение хозяйства в туристском походе». Красноярск, Изд.: КГУ, 2003. – 228 с.
6. Штюмер Ю.А. «Карманный справочник туриста». Москва, Изд.: «Профиздат», 2012. – 180 с.