

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа
имени Героя Российской Федерации Р.А.Китанина
р.п. Тамала Пензенской области

Рассмотрено
на педагогическом совете.
Протокол № 1
от 30 августа 2022 года

УТВЕРЖДАЮ.
Директор МБОУ СОШ р.п.Тамала
Пензенской области
И.С.Сорокина/



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Юный турист»**

Возраст обучающихся: 9 - 13 лет
Срок реализации: 1 год

Составитель программы:
Садомов Владимир Иванович,
учитель физкультуры,
педагог дополнительного образования

р.п. Тамала, 2022г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» (далее - Программа) имеет туристско – краеведческую направленность и ориентирована на развитие физической и социальной активности, нравственное совершенствование, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни у подрастающего поколения.

Программа разработана на основании законодательных и нормативно-правовых документов:

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990).
2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 08.07.2018, с изменением) «Об образовании в Российской Федерации».
3. Указ Президента РФ от 29.05.2017 № 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства на 2018-2027 годы»
4. Постановление Правительства РФ «Об утверждении Правил выявления детей, проявивших выдающиеся способности, сопровождения и мониторинга их дальнейшего развития» (от 17.11.2015 № 1239).
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (вместе с «СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 № 33660).
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».
7. Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».
8. Приказ Минобрнауки России от 29.08.2013 № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 27.11.2013 № 30468).
9. Письмо Минобрнауки РФ от 20.05.2003 № 28-51-391/16 «О реализации дополнительных образовательных программ в учреждениях дополнительного образования детей».
10. Письмо Минобрнауки РФ от 19.10.2006 № 06-1616 «О Методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по финансированию реализации основных образовательных программ дополнительного образования детей. Модель расчета нормативов бюджетного финансирования реализации основных образовательных программ дополнительного образования детей»).
11. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».
12. Письмо Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 06-1260 «О Методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями

по вопросам взаимодействия учреждений общего, дополнительного и профессионального образования по формированию индивидуальной образовательной траектории одаренных детей»).

13. Письмо Минобрнауки РФ № 3242 от 18.11.2015г. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».

14. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2015г. «Методические рекомендации по разработке и оформлению дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ».

15. Приказ Министерства образования Пензенской области от 30.04.2021 №237 / 01-07 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Пензенской области»

16. Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа имени Героя Российской Федерации Р.А. Китанина р.п. Тамала Пензенской области;

17. Локальный акт «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области.

Актуальность программы

Актуальность данной программы заключается в том, что туризм обладает огромным воспитательным потенциалом, способствует воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций. Педагогическая значимость данной программы заключается также в том, что в ней большое внимание уделяется командной деятельности, так как многие практические задачи, встающие перед учащимися, требуют грамотного и эффективного разделения сфер ответственности и согласования совместной работы.

Отличительные особенности программы

Отличительной особенностью этой программы от уже существующих программ данной направленности является то, что в нее внесены добавления краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатой истории Тамалинского района.

При реализации содержания программы расширяются знания, полученные при изучении школьных курсов географии, литературного чтения, изобразительного искусства, формируются межпредметные связи. Важное место отводится практической деятельности, в результате которой дети смогут применять приобретенные знания и умения для ориентирования в своей местности, поиска нужной информации о родном крае.

Новизна программы

Новизна Программы заключается в том, что она адаптирована к условиям обучения и воспитания в условиях р.п. Тамала Пензенской области, учащимся и педагогу, материальной базе МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области», является начальной ступенью на пути к освоению более сложных программ туристско-краеведческой направленности.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность данной Программы обусловлена тем, что ориентирует воспитанника на применение полученных знаний, умений и навыков в области туризма в повседневной деятельности, улучшение своего образовательного результата. Программа призвана помочь педагогу расширить знания детей о родном крае, ощутить свою связь с прошлым и настоящим страны. Кроме того, педагогическую целесообразность образовательной программы мы видим в формировании у учащегося чувства ответственности в исполнении своей индивидуальной функции в коллективном процессе.

Цель и задачи программы

Цель: сохранение и укрепление физического, нравственного, психического здоровья школьников в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:

Обучающие: Формировать начальные туристские знания и умения, необходимые для совершения походов и участия в туристских соревнованиях, приобщать к получению знаний об истории родного края, его природных ресурсах.

Развивающие: Содействовать развитию рационального мышления, зрительной памяти, вниманию, двигательной активности, умению преодолевать физические и психологические трудности, содействовать социализации личности.

Воспитательные: Воспитывать любознательную, ответственную, целеустремлённую, трудолюбивую и самостоятельную личность, чувство любви к родному краю, бережливого отношения к природе.

Адресат программы

Программа рассчитана на возраст детей 9 - 13 лет.

Подростковый возраст характеризуется значительными изменениями, происходящими в сфере самосознания, которые имеют базовое основополагающее значение для всего последующего развития и становления подростка как личности.

Именно в этот период формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками. Оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, иными словами – формируются предпосылки для идентификации ценностного и деятельностного освоения действительности. Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности подростка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Объем и срок освоения программы

Программа рассчитана на 1 год и реализуется в объеме 36 часов. Группа занимается 1 раз в неделю по 45 минут.

Формы обучения

Программа реализуется в очной форме. Программа предусматривает такую организацию учебно-воспитательного процесса, когда широко используются различные виды деятельности. Такое разнообразие делает процесс обучения интересным, а значит более эффективным.

Основная форма организации образовательной деятельности - занятие. В процессе занятия используются коллективные, индивидуальные, групповые формы работы с обучающимися.

Особенности организации образовательного процесса

Занятия проводятся в разновозрастной группе, постоянного состава.

Ведущей формой организации образовательного процесса является занятие. Программа предполагает использование *аудиторных занятий* (включающих освоение теории, практические упражнения). Помимо аудиторных занятий в программе используются *внеаудиторные занятия*: экскурсии, наблюдение за природой, походы выходного дня, соревнования.

Образовательная деятельность по программе осуществляется на *русском языке* (в соответствии с п.12 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденном Приказом Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008).

Планируемые результаты:

Личностные результаты

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к туристско-краеведческой деятельности, формирование уважительного отношения к труду, спорту;

3) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

4) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

5) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Метапредметные результаты:

1. Регулятивные:

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в познавательной деятельности.

2. Умение развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

3. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений.

4. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами.

5. Умение корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.

2. Коммуникативные:

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками.

2. Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

3. Формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий.

4. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности.

3. Познавательные:

1. Умение определять понятия, обобщать, классифицировать, устанавливать причинно-следственные связи, аналогии, строить логическое рассуждение.

2. Умение применять знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач.

3. Смысловое чтение.

Предметные результаты:

В результате освоения Программы учащиеся могут получить комплекс знаний и приобрести определенные умения и навыки в области туризма и краеведения. Перечень предметных результатов в форме приобретаемых знаний, умений и навыков помещён в содержании программы. Знания определяются в соответствии с теоретическими пунктами программы, умения и навыки – с практическими.

Календарный учебный график

Год обучения	Начало занятий	Дата окончания занятий	Кол-во учебных недель	Кол-во учебных часов	Режим занятий
1 год	сентябрь	май	36	36	1 раз в неделю по 45 минут

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование разделов/тем	Количество часов			Форма аттестации/контроля
		Кол-во часов	Теория	Практика	
1	Азбука туристско-	17	6	11	Наблюдение, опросы,

	бытовых навыков юного туриста				спортивный конкурс, конкурс команд, практическая работа, творческая работа, тестирование
2	Азбука топографии и туристского ориентирования	7	3	4	Топографический диктант. Практическая работа Творческая работа Тестирование Конкурс команд Наблюдение Тестирование
3	Основы краеведения	4	1	3	Тестирование Наблюдение на экскурсии
4	Азбука спортивно-оздоровительного туризма	8	2	6	Наблюдение Опрос Практическое занятие Наблюдение в походе Контрольный опросник
	Итого	36	11	25	

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Наименование модулей, тематика занятий	Количество часов			Форма контроля или аттестации
		Кол-во часов	Теория	Практика	
1	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	17	6	11	
1.1	Введение. Информация о работе детского объединения, техника безопасности, анкетирование	1	1	0	Наблюдение
1.2	Туристические путешествия, история развития туризма. Виды туризма	1	1	0	Опросник (Приложение № 1) Опросник «Виды туризма» (Приложение № 2)
1.4	Оздоровительная роль туризма Воспитательная роль туризма.	2	1	1	Спортивный конкурс команд
1.5	Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе	2	1	1	Наблюдение
1.6	Организация биваков и охрана природы	1	0	1	Практическая работа, викторина

1.7	Организация работы по развешиванию и свертыванию лагерь	1		1	Опрос
1.8	Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров	2	1	1	Самостоятельная работа (Приложение № 4)
1.9	Личное и групповое снаряжение и уход за ним. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки	1	-	1	Индивидуальный опрос, конкурс команд
1.10	Узлы, работа с верёвками	2	0	2	Практическая работа (Приложение № 5)
1.11	Питьевой режим и питание на туристской прогулке	1	0	1	Практическая работа
1.12	Туристская группа на прогулке (экскурсии, походе)	3	1	2	Наблюдение на экскурсии
2	Азбука топографии и туристского ориентирования	7	3	4	
2.1	Основные элементы топографии. Понятие о топографической и спортивной карте	2	1	1	Топографический диктант. Практическая работа
2.2	План местности. Условные знаки	2	1	1	Творческая работа Тестирование (Приложение № 6)
2.3	Ориентирование по горизонту, азимут	1	0	1	Конкурс команд
2.4	Компас. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентирования	2	1	1	Наблюдение Тестирование (Приложение № 7)
3	Основы краеведения	4	1	3	
3.1	История и культура родного края. Природа родного края	1	1	0	Тестирование
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	3	0	3	Наблюдение на экскурсии
4	Азбука спортивно-оздоровительного туризма	8	2	6	
4.1	Общая физическая подготовка и оздоровление организма	1	0	1	Наблюдение
4.2	Личная гигиена юного туриста	1	0	1	Опрос
4.3	Обработка ран, ссадин и	2	1	1	Практическое занятие

	наложение простейших повязок. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках				
4.4	Пешеходный поход	3	1	2	Наблюдение в походе
4.5	Итоговое занятие	1		1	Контрольный опросник
	Итого	36	11	25	

Содержание учебного плана

Раздел 1. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста (17 ч)

Тема 1.1. Введение. Информация о работе детского объединения, техника безопасности, анкетирование

Теория: Ознакомление детей с курсом обучения, проведение инструктаж по технике безопасности. Беседа о туризме.

Практика: Знакомство детей с условиями проведения учебных занятий, заполнение анкеты.

Контроль: Наблюдение.

Тема 1.2. Туристические путешествия, история развития туризма

Теория: Туризм. Что это такое? Чем полезны и интересны туристские походы и путешествия. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны

Практика: Опрос учащихся по теме.

Контроль: Опросник.

Тема 1.3. Виды туризма

Теория: Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида

Практика: Игра «Кто я?»

Контроль: Опросник.

Тема 1.4. Оздоровительная роль туризма. Воспитательная роль туризма

Теория: Влияния занятий туризма на общее состояние организма. 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. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания

Практика: Спортивная игра.

Контроль: Спортивный конкурс команд.

Тема 1.5. Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе

Теория: Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Её роль в подготовке к защите Родины, выборе профессии, предстоящей трудовой деятельности.

Практика: Диспут о влиянии занятий туризмом на выбор профессии.

Контроль: Наблюдение.

Тема 1.6. Организация биваков и охрана природы

Практика: Выбор места для бивака и костра на представленных фотографиях. Разработка схемы лагеря. Викторина.

Контроль: Практическая работа.

Тема 1.7. Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря

Практика: Организация работы по развешиванию 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. Защита палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Уборка места лагеря перед уходом группы. Развешивание и свертывание лагеря (бивака).

Контроль: Опрос.

Тема 1.8. Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров

Теория: Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров.

Практика: По выбору задания сложить один из типов костров. Объяснить для чего он применяется.

Контроль: Самостоятельная работа.

Тема 1.9. Личное и групповое снаряжение и уход за ним. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении. Специальное туристское снаряжение. Правила эксплуатации. Перечень личного и командного снаряжения для участников. Уход за ними. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске.

Практика: Умение подобрать снаряжение, приводить снаряжение в рабочее или транспортное состояние. Укладка рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход».

Контроль: Индивидуальный опрос, конкурс команд.

Тема 1.10. Узлы, работа с верёвками

Практика: Вязание узлов различными способами.

Контроль: Практическая работа.

Тема 1.11. Питьевой режим и питание на туристской прогулке, походе

Практика: Рассчитать количество воды на группу в походе. Составление меню и списка продуктов. Составление графика дежурств.

Контроль: Практическая работа.

Тема 1.12. Туристская группа на прогулке (экскурсии, походе)

Теория: Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц.

Практика: Экскурсия

Контроль: Наблюдение на экскурсии.

Раздел 2. Алфавит топографии и туристского ориентирования.

Тема 2.1. Основные элементы топографии. Понятие о топографической и спортивной карте

Теория: Виды условных знаков. Масштабные, внесмешные, линейные, площадные знаки. Понятие о топографической карте. Назначение топографической карты, её отличие от спортивной карты

Практика: Топографический диктант: упражнения на запоминание знаков, решение задач по практическому ориентированию. Работа с картами различного масштаба, упражнения по определению масштаба, измерения расстояния по карте

Контроль: Топографический диктант. Практическая работа.

Тема 2.2. План местности. Условные знаки

Теория: История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества. Простейшие условные знаки

Практика: Рисунок и простейший план местности.

Контроль: Творческая работа. Тест «Топографические знаки».

Тема 2.3. Ориентирование по горизонту, азимут

Практика: Определение горизонта и азимута на заданный предмет, нахождение ориентиров по заданному азимуту, движение по азимуту

Контроль: Конкурс команд.

Тема 2.6. Компас. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентира

Теория: Компас, типы компасов, устройство, правила обращения с компасом. Определение сторон горизонта. Определение сторон горизонта по объектам местности (муравейник, мох, деревья, церковь и др.). Знакомство с действиями в случае потери ориентира, телефоны экстренной службы, поведение людей в экстремальных ситуациях.

Практика: Поиск ориентира по ситуации. Определение сторон горизонта по объектам местности, по предоставленным фотографиям. Поиск ориентира по ситуации.

Контроль: Наблюдение. Тестирование

Раздел 3. Основы краеведения

Тема 3.1. История и культура родного края. Природа родного края

Теория: История, культура и природные особенности Тамалинского района. Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе.

Контроль: Тест «Знаю и люблю свой край».

Тема 3.2. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев

Практика: Экскурсии по объектам р.п. Тамала: исторические, архитектурные, природные, памятные места. Музеи Тамалинского района.

Контроль: Экскурсия.

Раздел 4. Азбука спортивно-оздоровительного туризма

Тема 4.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма

Практика: Разучивание комплекса упражнений.

Контроль: Наблюдение.

Тема 4.2. Личная гигиена юного туриста

Практика: Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними

Контроль: Опрос.

Тема 4.3. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках

Теория: Оказание помощи при травмах. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран; при тепловом и солнечном ударе, ожогах. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение.

Практика: Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему (определение травмы, практическое оказание помощи). Ведение дневника самоконтроля.

Контроль: Практическая работа.

Тема 4.4. Пешеходный поход

Теория: Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения). Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).

Практика: Закрепления знаний по туризму в походе.

Контроль: Наблюдение в походе. Контрольный опросник.

Комплекс организационно-педагогических условий

Календарный учебный график

№ п/п	Дата	Неделя	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения
1.	По расписанию занятия	1	16.00-16.45	Учебное занятие	1	Введение. Информация о работе кружка, техника безопасности, анкетирование	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
2.		2		Учебное занятие	1	Туристические путешествия, история развития туризма. Виды туризма	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
3.		3-4		Учебное занятие Практическое занятие	2	Оздоровительная роль туризма. Воспитательная роль туризма	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
4.		5-6		Учебное занятие Практическое занятие	2	Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
5.		7		Практическое занятие	1	Организация биваков и охрана природы	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
6.		8		Практическое занятие	1	Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
7.		9-10		Учебное занятие Практическое занятие	2	Типы костров. Правила разведения костра, работы с топором, пилой при заготовке дров	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
8.		11		Практическое занятие	1	Личное и групповое снаряжение и уход за ним. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
9.		12-13		Практическое занятие	2	Узлы, работа с верёвками	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
10.		14		Учебное занятие	1	Питьевой режим и питание на туристской прогулке, походе	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области

11.		15-17		Учебное занятие Практическое занятие	3	Туристская группа на прогулке (экскурсии, походе)	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
12.		18-19		Учебное занятие Практическое занятие	2	Основные элементы типографии. Понятие о топографической и спортивной карте	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
13.		20-21		Учебное занятие Практическое занятие	2	План местности. Условные знаки	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
14.		22		Практическое занятие	1	Ориентирование по горизонту, азимуту	
15.		23-24		Учебное занятие Занятие-игра	2	Компас. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентирования	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
16.		25		Викторина	1	История и культура родного края. Природа родного края	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
17.		25-28		Экскурсия	3	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
18.		29		Практическое занятие	1	Общая физическая подготовка и оздоровление организма	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
19.		30		Учебное занятие	1	Личная гигиена юного туриста	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
20.		31-32		Учебное занятие Практическое занятие	2	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках	МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области
21.		33-36		Учебное занятие, поход	4	Пешеходный поход	Тамалинский район
				Итого	36		

Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение

Материально – техническое обеспечение кабинета

- стол рабочий;
- стулья;
- доска аудиторная;
- компьютер;
- проектор;
- экран.
- фотоаппарат;
- ноутбук.

Материально – техническое обеспечение для учащихся

- простые карандаши;
- цветные карандаши;
- ластик;
- бумага формата А4;
- ручки;
- тетради;
- линейка.

Туристское оборудование и снаряжение

Групповое (бивуачное):

- палатка (одноместная);
- тент;
- рюкзак туристический;
- медицинская аптечка.

Костровое:

- 1 котелок;
- поварешка;
- фляжка для питьевой воды;

Комплект для спортивного ориентирования:

- компас;
- планшетка;
- фонарик;
- часы;
- топографические карты местности;
- карандаш;
- линейка;
- транспортир;
- листы ватмана.

Личное снаряжение:

- рюкзак туристический;
- спальник;
- одежда;
- обувь;
- посуда.

Спортивный инвентарь:

- мячи волейбольный;
- футбольный;
- скакалки;
- секундомер.

Информационное обеспечение

Информационное обеспечение реализуется через участие в интернет - конкурсах, выставках, размещение информации о деятельности детского объединения на сайте МБОУ СОШ р.п. Тамала Пензенской области, также использование на занятиях презентаций и видеопособий:

- Презентация «Ориентирование на местности»
<http://prdsdnt.griban.ru/fild/21-oriidntirovaniid-na-midstnosti.html>
- Презентации по краеведению -
<http://prdzdntacia.ucoz.ru/loag/kradvdgdniid/27-1-2>
- презентация «Мертвые города» -<http://goroga-prizraki.narog.ru/goroga.html>
- Презентация «Ориентирование на местности»
<http://prdsdnt.griban.ru/fild/21-oriidntirovaniid-na-midstnosti.html>
- Видео Россия –<http://gorogarossii.blogspot.com/>
- Туриготека (практические рекомендации для организации викторин, игр, КВН, разнообразные игровые программы, спортивно-туристические конкурсы) <http://bank.59209.dgusitd.ru/p50aa1.html>
- Презентация Основы туризма <http://bank.59209.dgusitd.ru/p50aa1.html>

Кадровое обеспечение

Программу может реализовывать педагог, имеющий педагогическое профильное образование.

Формы аттестации

Аттестация обучающихся представляет собой оценку качества усвоения содержания дополнительной общеобразовательной программы. Предусмотрено проведение *промежуточной и итоговой аттестации*.

Промежуточная аттестация проводится по окончании изучения раздела, образовательного модуля или по итогам обучения за полугодие (год). К промежуточной аттестации допускаются все обучающиеся, занимающиеся в детском объединении, вне зависимости от того, насколько систематично они посещали занятия.

Итоговая аттестация представляет собой оценку качества усвоения обучающимся содержания дополнительной образовательной программы по итогам учебного года. К итоговой аттестации допускаются все обучающиеся, закончившие обучение по дополнительной общеобразовательной программе и успешно прошедшие промежуточную аттестацию на всех этапах обучения.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Планируемые результаты, в соответствии с целью программы, отслеживаются и фиксируются в формах

- портфолио,
- готовая работа;
- журнал посещаемости;
- конкурсы;
- фотографии;
- материал опросников и тестирования;
- дневник наблюдения.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов

Образовательные результаты, в соответствии с целью программы, демонстрируются в **формах контроля:**

- конкурсы;
- тесты;
- индивидуальный опрос;
- опросники;
- викторины;
- открытое занятие,
- итоговое занятие,
- соревнование,
- поход.

Оценочные материалы

Для отслеживания личностных результатов используются следующие методики:

- Педагогическое наблюдение.

Для отслеживания метапредметных результатов используются следующие методики:

- Педагогическое наблюдение;
- Методика выявления коммуникативных способностей обучающихся

Для отслеживания предметных результатов используются следующие методики:

- Педагогическое наблюдение;
- Методика Григорьева Д.В., Кулешова И.В., Степанова П.В. «Отношение подростка к Отечеству»
- Тестовые задания для контроля уровня знаний «Оказание первой доврачебной помощи»
- Перечень вопросов для проверки знаний обучающихся после окончания обучения по программе «Юный турист»;
- Тест по ориентированию.

Методические материалы

В туристско–краеведческой деятельности наблюдается разнообразие методов обучения.

Методы обучения:

- словесный (лекция; объяснение; рассказ; чтение; беседа; диалог; консультация);
- наглядно – иллюстрационный (показ наглядных пособий);
- репродуктивный (воспроизведение и повторение способа деятельности по заданиям педагога);
- практический (используется для познания действительности, формирования навыков и умений, углубления знаний);
- методы практико-ориентированной деятельности (упражнения; тренинг; тренировка;
- метод наблюдения (запись наблюдений (зарисовка, рисунки, фото-видео съемка; проведение замеров);
- метод проблемного обучения (самостоятельная постановка, формулировка и решение проблемы обучающимися: поиск и отбор аргументов, фактов, доказательств);
- метод игры (игры на развитие внимания, памяти, глазомера, воображения, игра-конкурс, игра-путешествие, ролевая игра, деловая игра);
- наглядный метод обучения (наглядные материалы: картины, рисунки, плакаты, фотографии, таблицы, схемы, чертежи, графики);
- демонстрационные материалы: модели, приборы, предметы.

Формы организации учебного занятия:

- беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются различными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами;
- практические занятия;
- учебно-тренировочные занятия на местности;
- походы выходного дня;
- соревнования;
- игры;
- конкурсы;
- опросники;
- наблюдения;
- тесты и занятия предмета;
- экскурсии.

Средства наглядности – наглядные пособия, технические средства обучения, используемые в учебном процессе, позволяют существенно повысить эффективность восприятия.

Для обеспечения эффективности реализации программы в образовательном процессе используются педагогические **технологии**:

- **Личностно ориентированные технологии** - ставят в центр всей образовательной системы личность ребенка, работают на обеспечение комфортных и безопасных условий ее развития, реализации ее природных задатков.

- **Проектные технологии** – предполагают включение детей в социально – и личностно-значимую деятельность (работа над творческими проектами).

- **Исследовательские и практические работы** - это получение учебной информации из первоисточников. Обучающиеся учатся работать с историческими документами, книгами, энциклопедиями, периодической печатью.

- **Информационно-коммуникативные технологии** – компьютерные обучающие программы, интернет. Здесь компьютер используется для иллюстрации учебного материала в соответствии с темами программы: изображения изделий , презентаций и мастер - классов, поэтапного выполнения образовательных заданий, создания электронного портфолио и др.

- **Технология модульного обучения** – это разбивка всей программы на модули, каждый модуль имеет законченный блок информации, целевую программу действий обучающегося, рекомендации (советы) педагога по ее успешной реализации.

- **Технология игрового обучения** связана с игровой формой взаимодействия педагога и обучающегося через реализацию определенного сюжета. В образовательном процессе используют занимательные, театрализованные, деловые, ролевые, компьютерные игры.

- **Технология парного обучения** – один из видов педагогических технологий, при котором один обучающий учит другого обучающего. Коммуникация двух учеников происходит в форме диалога.

Дидактические материалы:

- раздаточные материалы,
- инструкционные, технологические карты,
- задания,
- игры,
- упражнения,
- схемы.

Список литературы для педагогов

1. Алексеев, С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин. - М.: Теор. и практ. физ. культ., 2013. - 780 с.
2. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 431 с.
3. Велитченко В. К, Физкультура без травм. [Текст] / В.К. Велитченко - М.: Просвещение, 2013.

4. Дрогов И.А. Организационное и программно-методическое обеспечение учебно тренировочной работы в спортивно-оздоровительном туризме /Монография/ - М.: ООО «Радуга-ПРЕСС», 2014.
5. Демичев С.В. Первая помощь при травмах и заболеваниях. [Текст] / С.В. Демичев - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012
6. Елисеева К.Н., Челноков А.С. Естественнонаучная подготовка школьников к туристско-краеведческим соревнованиям (методические рекомендации). – Южно-Сахалинск: ОАО «Сахалинская областная типография», 2016. – 20 с.
7. Колбовский Е.Ю. Экологический туризм и экология туризма. [Текст] / Е.Ю. Колбовский - М.: Академия, 2013
8. Косолапова Н.В. Безопасность жизнедеятельности. [Текст] / Н.В. Косолапова - М.: КНОРУС, 2012
9. Константинов Ю.С., Слесарева Л.П. Туристско-краеведческая деятельность в школе: Учебно-методическое пособие — М.: МосгорСЮТур, 2012
10. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися [Текст] / Под общ. ред. М.М. Бостанджогло. – Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения Российской Федерации». – М.: Изд-во «Канцлер», 2015. - 24 с.
11. Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологии. [Текст] / А.М. Митяева - М.: Академия, 2012
12. Сборник методических рекомендаций по организации и проведению туристских походов выходного дня. – Южно-Сахалинск, 2016. – 24 с.
13. Словарь юного туриста-краеведа: учебно-метод. пособие / Ю.С. Константинов, А.И. Персин, В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн / под общ. редакцией доктора педагогических наук Ю.С. Константинова. – М.: АНО «ЦНПРО», 2014. – 208 с.
14. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / Под ред. В.Я. Кикотя, И.С. Барчукова. - М.: ЮНИТИ, 2016. - 431 с.

Список литературы для учащихся

1. Азаров, А. В. Обеспечение и защита прав граждан при оказании медицинской помощи / А.В. Азаров. - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2007. - 192 с.
2. Алексеев А.А. Пособие по составлению отчетов о туристских походах, путешествиях и спортивных турах/ А.А. Алексеев. - М. 2004
3. Бабкин, А.В. Туризм. Специальные виды туризма: учеб.пособие / А.В. Бабкин. - Ростов н/Д: Феникс, 2012 – 252 с.

4. Бардин, К.В. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий) [Текст]: учебно-методическое пособие/ К. В. Бардин. М.: 2004. 198 с.
5. Барчуков, И.С. Физическая культура и физическая подготовка: Учебник. / И.С. Барчуков и др. - М.: Советский спорт, 2013. - 431 с.
6. Богатов А.П. Безопасность в туризме/ А.П. Богатов . – М.: Форум, 2007. – 176 с.
7. Верба И. А., Голицын С. М. Туризм в школе; Физкультура и спорт - Москва, 2011. - 160 с.
8. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни : Учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. - М.: КноРус, 2013. - 240 с.
9. Горнолыжный спорт; Физкультура и спорт - Москва, 2012. - 270 с.
10. Демичев С.В. Первая помощь при травмах и заболеваниях. [Текст] / С.В. Демичев - М.: ГЭОТАР-Медиа, 2012
11. Дурович А.П.: Организация туризма/ А.П. Дурович. - СПб.: Питер, 2009
12. Захаренко, О.В. Неотложная медицинская помощь. Симптомы, первая помощь на дому / О.В. Захаренко. - М.: Книга по Требованию, 2010. - 288 с.
13. Киселев, П. А. Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время / П.А. Киселев, С.Б. Киселева, Е.П. Киселева. - М.: Планета, 2015. - 272 с.
14. Константинов Ю. С. «Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей»/ М.: ФЦДЮТК, 2012-180 с.
15. Луговьер, Д.А. Туризм и фотография; Профиздат - Москва, 2010. - 127 с.
16. Марьясис, Е.Д. Азбука здоровья семьи / Е.Д. Марьясис, Ю.К. Скрипкин. - М.: Медицина, 2013. - 208 с.
17. Махов И.И. Туризм на уроках физической культуры для 5-8 классов. [Текст] / И.И. Махов - Белгород: ИПК НИУ "БелГУ", 2012
18. Сидорчук, Е.В. Подготовка туриста [Текст]: учебное пособие /Е. В. Сидорчук, Д.Н. Немытов. М.: Издательский центр «Академия», 2009. 208 с.
19. Соколова М.В. История туризма, Учебное пособие./ - М.: Мастерство, 2012. - 352 с
20. Черныш, И. В. Походная энциклопедия путешественника / И. В. Черныш. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2013. – 448 с.

Интернет-ресурсы:

1. Озеров А.Г. Методические рекомендации по организации исследовательской обучающихся Подготовка исследовательских работ учащихся по краеведению [Электронный ресурс] // А.Г. Озеров 12.11.2013г. - http://www.turcdntrrf.ru/stran/mdtor_razrab.htm
2. Смирнова Л.Л. Дидактические материалы. Готовимся к турслету [Электронный ресурс] // Л.Л. Смирнова. Персональный сайт - http://www.turcdntrrf.ru/stran/mdtor_razrab.htm
3. Алешин В.М. Ориентирование на местности (способы ориентирования по положению солнца, по звездам, по снежному покрову, по расположению растений и др.) [Электронный ресурс] // В.М. Алешин http://rdvolution.al.lbdst.ru/sport/00153421_0.html

4. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании [Электронный ресурс] // В.М. Алешин. http://tourlib.ndt/books_tourism/alshyn.htm 13.02.2014г.
5. Статья Как правильно пользоваться компасом при спортивном ориентировании [Электронный ресурс] // 02.06.2013г. <http://www.karabin.su/kak-polzovatsya-kompasom/02.06.2013g>.
6. Ганопольский В.И., Безносовых Е.Я. и др. «Основы техники пешеходного и горного туризма» [Электронный ресурс] // В.И.Ганопольский, Е.Я Безносовых. - М http://tourlib.ndt/books_tourism/ganopolsky07.htm
7. Детская мультимедийная энциклопедия. Опасности в природе. [Электронный ресурс] - <http://www.spas-dxtrdmd.ru/dl.php?SIG=146>
8. ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися. [Электронный ресурс] - http://bdlvirtclub.narog.ru/gdt_tur/instr_01.htm
9. ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий. [Электронный ресурс] - <http://my-dru.ru/cat/vndklassnaja-rabota/instruktsiya-po-organizacii-i-provdgniiju-turistskih-pohorov-jdkspdriciij-i-j>

Опросник

1. Что такое туризм?
2. Какое влияние, с социальной точки зрения, оказывает туризм на регионы?
3. Чему способствует туризм?
4. Кого можно назвать первыми путешественниками?
5. Как туристические навыки и умения помогают в жизни?
6. Каких русских путешественников вы знаете?
7. Какие достопримечательности древности вы знаете?
8. В какой стране возник первый паромный агент?
9. Кто первый агент Экскурсионных поездов?
10. Для каких народов путешествие - это образ жизни?

Контрольные вопросы «Виды туризма»

1. Что такое экологический туризм?
2. Назовите три формы религиозного туризма.
3. Где впервые зародился сельский туризм?
4. Какие центры делового туризма вам известны?
5. Что означает термин «талассотерапия»?
6. Чем отличается приключенческий спорт от приключенческого путешествия?
7. В чём заключается сущность культурно-познавательного туризма?
8. Чем отличается активный спортивный туризм от пассивного?
9. Кому присваивается значок «Юный турист России»

Памятка туриста

Турист должен:

Знать:

- все места, где он жил, живет и путешествует;
- где он находится, свое мест положение относительно сторон света, в каком он природном и экономическом регионе (даже если в этот момент он едет под землей или летит над облаками);
- на какой высоте над уровнем моря стоит или летит.

Уметь:

- хорошо ходить пешком на лыжах, ездить с интересом на любом транспорте, при этом он всегда должен смотреть на ландшафт и уметь видеть ландшафт, людей, погоду, небо, архитектуру;
- слышать звуки ландшафта, слышать его запахи, чувствовать его ногами, руками, всем телом, всей душой;
- путешествовать – это двигаться в пространстве так, чтобы путь одновременно пролегал по земле, в твоей душе и мире знаний;
- видеть по особенному, в близком – далекое, но и близкое в далеком, задумываться над тем, что видит вокруг.

Иметь:

- одежду и обувь для прогулок в ландшафте в любую погоду;
- туристские ботинки, лыжи, штормовку, свитера, теплые носки, компас, рюкзак, котелок, палатку;
- крепкие ноги, зоркие глаза, хорошую память и трезвый ум;
- иметь образы, картины, схемы мест, карты, фотографии, блокноты (полевые дневники), куда он записывает свои впечатления.

Любить:

- путешествия, впечатления, рассказы о местах путешествия, схемы, пейзажи, фотографии.

Не бывает туриста без любви к самым разнообразным местам, к способам, средствам, навыкам постижения этого разнообразия и приобщения к нему.

Настоящим туристом можно стать только по зову сердца, туристом можно быть постоянно или не быть вообще. С природой у туриста связаны знания, умения, имущество, и любовь.

Заповеди туриста

- Учись понимать природу, стань ее другом и защитником.
- Радуйся красоте природы, не навреди ей своим небрежным отношением.
- На лоне природы веди себя тихо и незаметно: смотри, слушай, не шуми.
- Пользуйся любым случаем для того, чтобы сделать для природы что-либо полезное.

- Будь другом всех живых существ, не мучай и не убивай животных.
- Охраняй чистоту вод, заботься о колодцах и родниках.
- Следи за чистотой природной силы и не оставляй после себя следов пребывания в ней.
- Помогай тем, кто заботится о природе, защищай ее от вредителей и несознательных туристов.

Список необходимого снаряжения

Групповое снаряжение: палатки, тент, котелки, топор, медаптечка, техаптечка, примус, веревки, карабины, спусковые устройства.

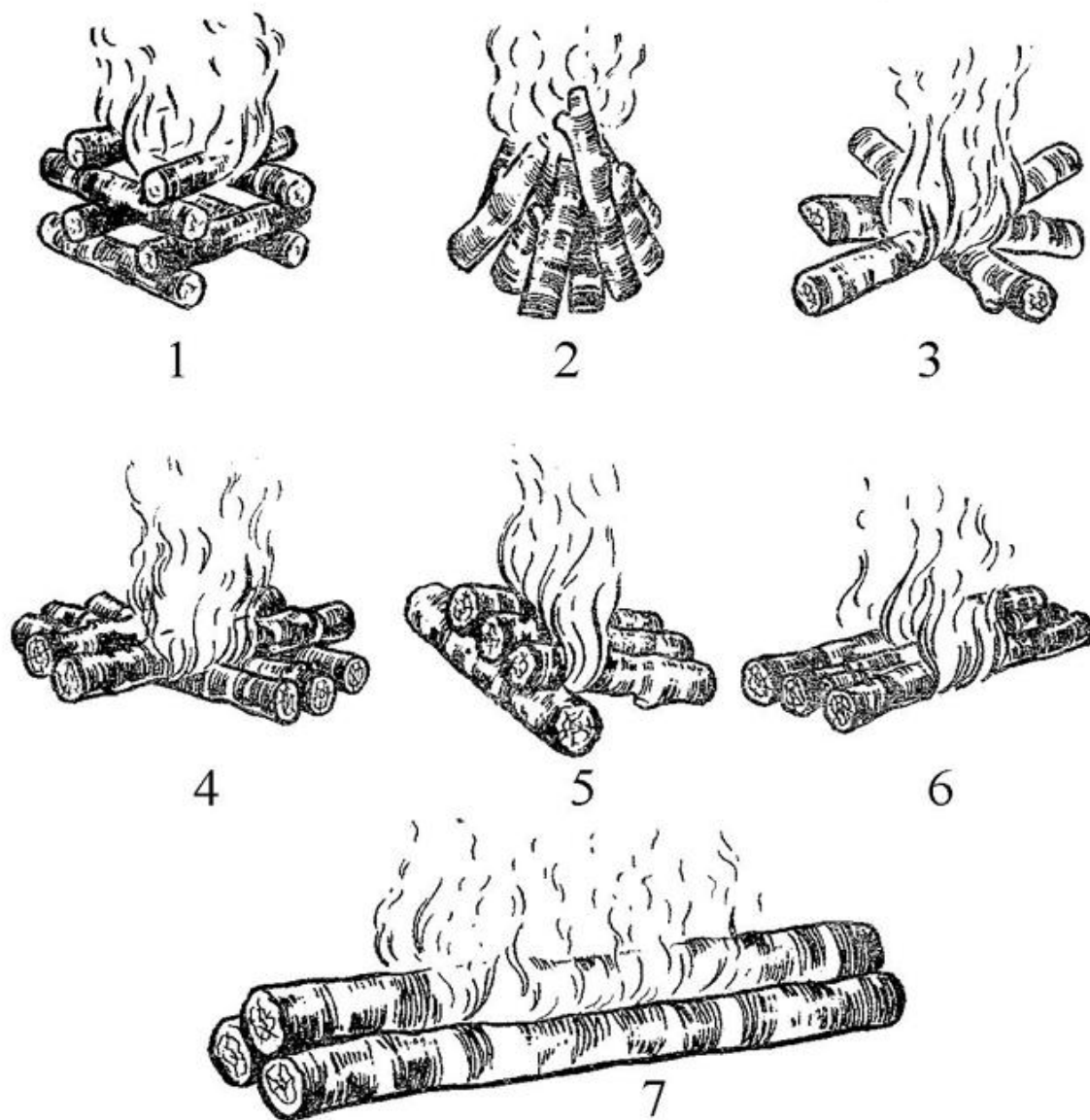
Личное снаряжение: спальник, запасная обувь, носки, спортивный костюм, штормовой костюм, куртка теплая, шапочка теплая, рюкзак, гермомешок, система страховочная, каска, репшнур, кольцо-репшнур, рабочие перчатки, накидки от дождя, нож, фонарь, компас.

Комплект снаряжения и набор продуктов питания должны позволять командам принимать участие в походах и соревнованиях при любых погодных условиях.

Оборудование для краеведческой работы:

Компас, компас горный, геологический молоток, папка для гербария, лупа, бинокль, термометры (воздушный, почвенный, водный), флюгер, осадкомер, рулетка, снегомерная рейка, планшет для съемки местности, магнитофон, фотоаппарат, радиометры и дозиметры бытовые, гербарии растений, коллекции минералов и горных пород, карты, таблицы, видеофильмы, диапозитивы, фотографии.

Виды костров

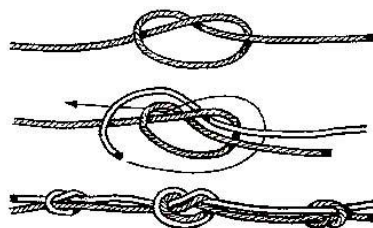
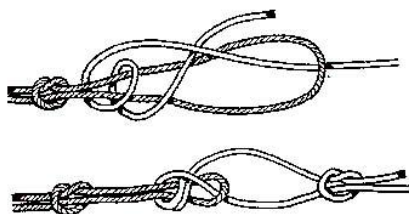


Виды костров: 1—колодец; 2—шалашик; 3—звёздный;
4—таёжный -1; 5—таёжный-2; 6—таёжный-3;
7—большой таёжный из брёвен

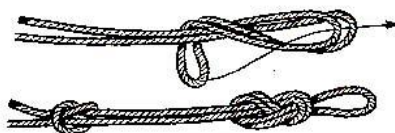
Виды узлов



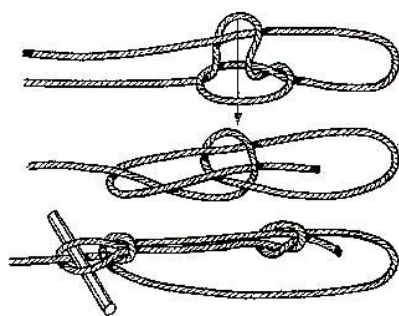
Проводник



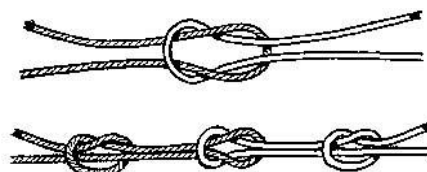
Встречный



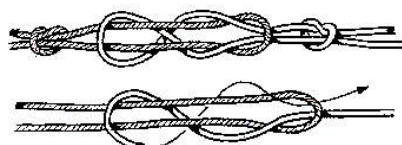
Брам-шкотовый



Восьмёрка



Булинь

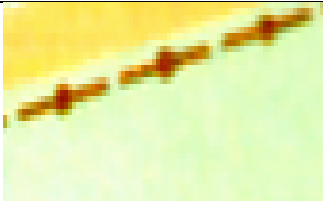
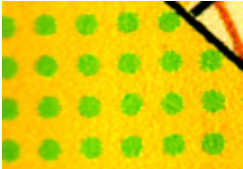
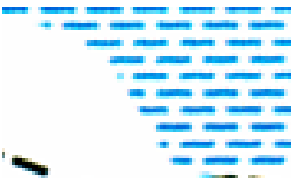
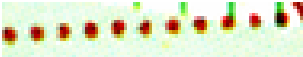
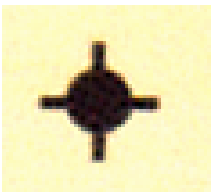


Прямой

Академический

ТЕСТ «Топографические знаки»

Что означает этот символ?

	а) улучшенная дорога б) непреодолимая река в) тропа		А) канава с водой Б) проселочная дорога В) узкая просека
	А) земляной вал Б) разрушенная каменная стена В) сухая канава		А) яма Б) лощина В) бугор
	А) внемасштабный объект рельефа Б) воронка В) микробугорок		А) земляной обрыв Б) земляной вал В) основная горизонталь
	А) фруктовый сад Б) открытое пространство В) лес, проходимый в одном направлении		А) озеро Б) запретная территория В) непреодолимое болото
	А) заболоченность Б) непреодолимое болото В) труднопроходимое болото		А) сухая канава Б) тропа В) маленькая промоина
	А) большая башня Б) церковь В) маленькая башня		А) внемасштабный искусственный барьер Б) финиш В) точка начала ориентирования

Тест по ориентированию

1. Устройство, облегчающее ориентирование на местности – это
 - а. Карта
 - б. Компас
2. Прибор позволяющий определять стороны света, ориентируясь на магнитное поле Земли.
 - а. Магнитный компас
 - б. Гидрокомпас
 - в. Электронный компас
3. Азимут – это
 - а. Направление твоего ориентира
 - б. Угол в градусной мере
 - в. Угол между севером и направлением твоего ориентира
 - г. Угол в градусной мере между севером и направлением твоего ориентира
4. Географическая карта универсального назначения, на которой подробно изображена местность.
 - а. Топографическая карта
 - б. Физическая карта
 - в. Ландшафтная карта
 - г. Спортивная карта
5. Каким условным знаком обозначается «корч, пень»:

А. 	Б. 	В. 	Г. 
--	--	---	--

6. Как обозначается на карте для спортивного ориентирования «старт»?
 - а. Треугольник
 - б. Круг
 - в. Круг в кружочке
 - г. Треугольник в кружочке
7. Координата в системе географических координат, которая определяет месторасположение точки относительно «нулевого меридиана»:
 - а. Долгота
 - б. Широта
 - в. Медиана
 - г. Параллель
8. Как обозначается «непреодолимая ограда»:

а. 	б. 	в. 	г. 
--	--	--	--

9. Каким условным знаком на карте обозначается «группа камней»:

а. 	б. 	в. 	г. 
--	--	--	--

10. Чертёж участка местности, выполненный глазомерной съёмкой, с обозначенными важнейшими объектами (для ориентирования) :

- а. Кроки'
- б. набросок
- в. иллюстрация
- г. Рисунок местности

11. Каким условным знаком обозначается «бугор»:

А. 	Б. 	В. 	Г. 
--	--	---	--

12. Каким цветом на карте обозначается «открытое, окультуренное пространство»?

- а. Желтым
- б. Оранжевым
- в. Зелёным
- г. На белом фоне зелёные вертикальные полосы

13. Как обозначается «пересыхающий ручей»:

а. 	б. 	в. 	г. 
--	--	---	--

14. Географическая координата в числе систем сферических координат, которая определяет точки, расположенные на поверхности Земли относительно экватора.

- а. Параллель
- б. Медиана
- в. Долгота
- г. Широта

15. Каким условным знаком на карте обозначается «воронка»:

а. 	б. 	в. 	г. 
--	--	--	--

16. Как обозначается «тропа» на карте:

А. 	Б. 	В. 	Г. 
--	--	---	--

17. Сколько видов костров существует?

- а. 6
- б. 8
- в. 4
- г. 5

18. Как на карте обозначается «линия электропередач»:

А. 	Б. 	В. 	Г. 
--	--	---	--

19. Это такие объекты местности, ширина которых не существенна для показа в масштабе карты и может быть отображена условно, за счет толщины соответствующего символа, а длина намного больше ширины и превышает 1 мм на карте.

- а. Объёмные ориентиры
- б. Точечные ориентиры
- в. Площадные ориентиры
- г. Линейные ориентиры

20. Что такое промоина?

- а. Горизонтальная поверхность, с одной стороны ограниченная подошвой, а с другой бровкой
- б. Большая яма сложной формы
- в. Лощина с обрывистыми склонами
- г. Тальвег с примыкающими склонами

Ответы на тест

1	б
2	а
3	г
4	а
5	а
6	а
7	а
8	б
9	г
10	а
11	в
12	б
13	г
14	г
15	а
16	в
17	б
18	б
19	г
20	в

1	б
2	в
3	в
4	а
5	б
6	а
7	б
8	в
9	б
10	а
11	а
12	в
13	б
14	а
15	а
16	а
17	в
18	в
19	в
20	в

**Перечень вопросов
для проверки знаний обучающихся после окончания
обучения по программе «Юный турист»**

1. Понятие о туризме. Какие вы знаете виды туризма?
2. Назовите возможные опасности в походе.
3. Общие гигиенические требования в походе.
4. Назовите назначение и состав медицинской походной аптечки.
5. Правила оказания первой помощи при отравлениях и желудочно-кишечных заболеваниях.
6. Назовите признаки отморожения и правила оказания доврачебной помощи.
7. Как избежать ожогов, тепловых и солнечных ударов?
8. Правила оказания первой помощи при ожогах, тепловом и солнечном ударе.
9. Первая доврачебная помощь при порезах, ранениях острыми предметами, при появлении гнойных ран.
10. Как остановить кровотечение из раны?
11. Назовите признаки ушибов, растяжений и правила оказания первой помощи.
12. Признаки вывихов, переломов и правила оказания доврачебной помощи. Порядок наложения шин.
13. Назовите причины возникновения потертостей, наминов, мозолей. Порядок оказания первой помощи.
14. Назовите способы и правила транспортировки пострадавшего.
15. Что входит в перечень личного снаряжения? Требования к одежде и обуви.
16. Перечислите, что входит в групповое снаряжение.
17. Как правильно уложить вещи в рюкзак и обеспечить его влагонепроницаемость?
18. Порядок установки палаток различных типов и размещение в них вещей, предохранение палаток от намокания.
19. Цели походов. Классификация походов по степеням.
20. Назовите туристские должности в группе. Постоянные и временные должности.
21. Правильная организация движения группы на маршруте. Режим и темп движения, привалы, питьевой режим.
22. Выбор места для ночлега (бивака). Основные требования к месту бивака.
23. Дайте общую характеристику к естественным препятствиям. Преодоление рек, заболоченных участков.
24. Требования безопасности: на транспорте, при преодолении препятствий.
25. Какие вы знаете узлы, применяемые в туризме. Назовите группы по назначению.
26. Основные типы костров и их назначение.

27. Выбор места для костра. Меры безопасности при обращении с огнем. Экологические требования.
28. Что относится к костровым приспособлениям. Варочная посуда. Способы подвески котлов.
29. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
30. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
31. Набор продуктов для приготовления пищи на костре. Перекус. Упаковка и хранения продуктов.
32. Суточные нормы продуктов на человека. Понятие о меню-раскладке.
33. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи.
34. Назовите способы обеззараживания воды.
35. Понятие о топографической карте, её значение для туристов.
36. Содержание топографической карты. Разграфка и номенклатура топокарт.
37. Понятие о масштабе. Виды масштабов.
38. Какой из двух масштабов крупнее: а) 1 : 50000 или б) 1 : 1000
39. Назовите способы измерения расстояний на карте. Работа с численным и линейным масштабами.
40. Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба 1 : 25000?
41. Назовите виды условных знаков и их общие свойства.
42. Как делятся условные топонимы по группам? Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.
43. Что изображают представленные топонимы? (По усмотрению проверяющего).
44. Назовите способы изображения рельефа на картах. Сущность горизонталей.
45. Назовите типичные формы рельефа и их изображения на топокартах.
46. Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.
47. Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) и магнитный.
48. Определение истинного азимута на местности.
49. Определение магнитного азимута на местности.
50. Компас. Типы компасов и их назначение.
51. Какие вы знаете способы ориентирования на местности?
52. Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности?
53. Назначение спортивной карты и её отличие от топокарты.
54. Назовите виды соревнований по спортивному ориентированию
55. Правила поведения в лесу и на водоёмах.
56. Наблюдения в походе. Признаки изменения погоды.

Аптека на корню (Примерный перечень вопросов)

1. Листья и корни этого растения используют от боли при ушибе.
(Лопух, подорожник)
2. Листья этого растения обжигают нас,
Сок из листьев этого растения спасает нас.
Весной его используют на суп.
Голову мыть его отваром – волосы растут. (Крапива-
кровоостанавливающее, витаминное средство, укрепляет и ускоряет рост
волос.)
3. Расскажите о целебных свойствах ромашки и применение её в
косметических целях.
4. Какое дерево избавляет ноги от пота, запаха, трещин? (Кора дуба).
5. Сок этого растения используют вместо йода, для выведения
бородавок, настоем из листьев умываются, моют голову. (Чистотел.)
6. Чем чистить зубы в лесу? (Древесным углём, мятой, расщеплённой
веточкой сосны, ели, дуба.)
7. В народе её называют «царь-ягода». Ягоды, листья и корни
применяют при воспалениях желудочно-кишечного тракта, воспалениях
почек, при заболеваниях сердечно-сосудистой системы. Листья заваривают
как чай в витаминных сборах. (Земляника лесная.)
8. Сок какого лекарственного растения останавливает кровотечение?
(Пастушьей сумки.)
9. В медицине используют плоды и цветы этого ценного
лекарственного растения, готовят различные препараты, которые улучшают
работу сердца. Плоды- хороший витаминный корм для птиц в зимнее время.
(Боярышник.)
10. Берёза всегда была символом прекрасного и возвышенного,
символом России. Что ты знаешь о её лечебных свойствах? (Берёзовый сок-
при отеках, цинге; настой и отвар почек – противовоспалительное и
ранозаживляющее средство, отвар листьев для мытья головы.)
11. Это исконно русское дерево. Ложки и чашки на Руси резали,
прежде всего, из этого дерева. Среди деревьев-медоносов не имеет себе
равных. Особенно ценны цветки этого дерева. Настой и отвар соцветий
применяют в качестве потогонного и противовоспалительного средства при
простудных заболеваниях. (Липа.)
12. Какие еще лекарственные растения вы знаете ? Расскажите об их
целебных свойствах и методах применения.

Тематическая викторина «Живые барометры»

Гусь и утка ныряют. (К дождю)

Гуси полощутся. (К теплу)

Птицы весной выют гнезда на солнечной стороне. (Лето будет холодным)

Кукушка издает звуки, похожие на кваканье. (К дождю)

Вороны рассаживаются по нижним сучьям, жмутся к земле. (К сильному ветру)

Ласточки летают над самой землей. (К ухудшению погоды)

Ласточки и стрижи летают высоко. (К хорошей погоде)

Куры купаются в пыли, воробьи нахохлились. (К ухудшению погоды)

Голуби разворковались. (К хорошей погоде)

Соловей поет всю ночь. (Будет хорошая погода)

Кричит иволга. (Предвещает дождь — название этой птицы произошло от слова «влага»)

Бурундук клокочет. (К ненастью, название зверька произошло от слова «буря»)

Кошка сворачивается во сне клубком. (К холоду)

Рыба выскакивает из воды. (К дождю)

Муравьи прячутся в муравейник и закрывают все ходы. (Приближается дождь)

Пчелы сидят в улье и громко гудят. (К непогоде)

Рано просыпаются мухи, чуть свет вылетают из ульев пчелы. (К улучшению погоды)

Днем, в самую жару, паук вышел на охоту. (К непогоде)

Поздно вечером сильно трещат кузнечики. (К хорошей погоде)

На траве ранним утром блестит роса. (Дождя не будет)

Обильный урожай щавеля. (Будет мягкая зима)

Много полевого осота. (Зимой будет холодно)

Клен и каштан «плачут» — на краях их листьев выделяются капельки воды. (К дождю)

«Плачут» водные растения — камыш, стрелолист, частуха, ежеголовник. (К ненастью)

Листья деревьев показывают изнанку. (Приближается дождь)

Загадки леса

(Примерный перечень вопросов)

1. Перечисли: какие птицы улетают на юг, а какие остаются зимовать в лесу?
2. Как ориентироваться в лесу по паутине, по свежим пням, камням?
3. Как определить стороны горизонта по хвойным и лиственным деревьям
4. Полезны ли лесные муравьи? Где и как они проводят зиму?
5. Почему муравьи строят свои муравейники возле деревьев и пней? С какой стороны от дерева всегда располагаются муравейники?
6. Перечислите, какие вы знаете съедобные грибы и съедобные ягоды.
7. Назовите признаки, по которым можно предсказать хорошую погоду и признаки плохой (дождливой) погоды.
8. Где и на протяжении какого времени развивается личинка стрекозы? Приносит стрекоза пользу или вред?
9. Какие жители леса проводят зиму в спячке, какие ведут активный образ жизни?
10. Почему листья с верхушек деревьев опадают последними?
11. Какое лесное растение называют одновременно мужским и женским именем?
12. Почему сосна и ель остаются круглый год зелеными?

Туристские игры

Игры на местности очень популярны у детей. Они укрепляют здоровье, воспитывают инициативу, наблюдательность, внимание, зрительную память, находчивость, решительность в действиях. Игры учат умению ориентироваться на местности по солнцу, компасу, маскироваться, ползать по-пластунски, «читать» следы и дорожные знаки, знать приемы сигнализации.

Начинать надо с простых игр, а затем переходить к более сложным. Обычно игры проходят в виде соревнования между отдельными игроками или небольшими группами. Для коллективных игр характерна всё время меняющаяся ситуация, требующая быстроты реакции.

Для проведения игр нужно хорошо подготовиться. Очень важна предварительная подготовка. Нужен разнообразный инвентарь: щиты, флажки, палатки, компасы и т.д.

«Эстафета «Рюкзачок бежит по кругу»

Ведущий подает сигнал, по которому дети начинают передавать рюкзачок друг другу по кругу. По второму сигналу движение рюкзачка прекращается. Тот, у кого оказался рюкзачок, должен его быстро надеть. Дети вместе с водящим начинают счет до тех пор, пока ребенок не наденет рюкзачок. Игра продолжается. Отмечаются дети, затратившие на надевание рюкзачка меньшее количество времени.

Подвижная игра «Найди свой рюкзачок»

Участники игры по сигналу разбегаются по полянке, услышав второй сигнал, быстро возвращаются к своему рюкзачку и берут его в руки. Игра повторяется 2-3 раза. Отмечаются дети, быстро нашедшие свои рюкзачки.

«Отгадай»

На туристический слет съехались разные туристы: пешие, водные, велотуристы, мототуристы и т.д. (их изображают дети). По сигналу педагога они выходят на середину площадки и имитируют действия своих героев согласно принятой роли. Судья (водящий) должен узнать, какие туристы приехали на слет. Игрок, наиболее точно и выразительно выполняющий свою роль, становится водящим.

«Ориентирование без карты»

Играющие разбиваются на две группы. В каждой группе игроки делятся на пары. Руководитель предлагает первой паре определить стороны света по деревьям, другая пара определяет по солнцу, третья — по часам, четвертая — по компасу, пятая — по пням и т.д. Для каждой группы задания даются одинаковые, но каждая новая пара определяет стороны света с нового места. Кто правильнее и быстрее выполнит задание, тот получает очко. Выигрывает та группа, пары которой в сумме наберут больше очков.

«Соревнование топографов»

Для многих игр важно уметь читать карту, быстро и правильно определять стороны горизонта. Эта игра готовится заранее. На середине большой поляны или футбольного поля ставится щит с буквой «А». От

него по сторонам света (промежуточные стороны горизонта) на различных расстояниях ставят пять-шесть щитов с другими буквами. Первоначально в игре участвует столько ребят, сколько щитов расставлено по кругу. У каждого компас. По сигналу руководителя участники игры, стоя в центре, определяют последовательно стороны горизонта, а затем шагами меряют расстояния до щитов.

Игра "Шагомер".

Перед каждой командой руководитель ставит кегли на некотором расстоянии от направляющего. Направляющий должен сказать, сколько шагов до кегли. Затем каждый направляющий выполняет шаги-мерки до кегли. Кто оказался прав, тот приносит команде одно очко. Затем кеглю переставляют дальше или ближе и игру продолжают следующие участники.

Игры и задания по ходу движения, игры-упражнения на увеличение интенсивности двигательной активности.

«Ниточка-иглочка»

Дети идут (бегут) в колонне по одному за педагогом и по сигналу выполняют разнообразные задания: бег змейкой между деревьями, ходьба и бег по бревну, прыжки с пенька, подлезание под ветки и т.п.

«Зеркало»

Идя по маршруту, руководитель молча выполняет те или иные движения — дети их копируют (разные положения рук, прыжки с продвижением вперед, разные виды ходьбы и пр.).

«Смена направляющих»

Дети движутся в колонне по одному. Руководитель называет имя ребенка, который должен бегом занять место направляющего.

«Воротца»

Дети становятся парами и идут в обход зала (площадки), держась за руки. На сигнал педагога «Стоп!» все останавливаются и поднимают руки вверх, образуя воротца. Первая пара поворачивается кругом, пробегает под воротцами до конца колонны и встает последней, говоря: «Готово!». Дети опускают руки и продолжают ходьбу до нового сигнала педагога.

«Замкнутый круг»

По сигналу педагога (хлопок, свисток) направляющий, а за ним и вся колонна догоняют замыкающего и продолжают движение до тех пор, пока не окажутся на своем месте.

«Следопыты»

Дети самостоятельно, ориентируясь по заранее разложенным указателям (флажкам, ленточкам, стрелкам), должны найти дорогу на поляну. Направляющие меняются по сигналу педагога.

"Внимание": встать в колонне и запомнить свой порядковый номер. Педагог называет порядковый номер, ученик приседает. Когда все окажутся в приседе, педагог продолжает называть порядковые номера, а дети встают.

Игра «Ушки на макушке».

Дети строятся по туристским группам в колонны по одному. Каждый запоминает свой порядковый номер (или походную должность: например, 1 - ответственный за питание, 2 - эколог и т.д). Педагог называет номер (или походную должность), из каждой команды выбегает соответствующий ученик, обегает предмет, лежащий на расстоянии 7 м. и возвращается к своей команде. Прибежавший первым приносит своей команде одно очко, прибежавший вторым - два очка и т.д. Затем педагог называет другой номер (походную должность) - и игра продолжается. Выигрывает команда, набравшая наименьшее количество очков.

Игра «Надежная связка».

Каждая команда строится в колонну по два, пара берется за руки. По сигналу педагога первые пары бегут к мячу, лежащему на расстоянии 7 м. Не расцепляя рук, обегают его и возвращаются к своей команде. Встают в конце колонны. Затем продолжает игру следующая пара. Выигрывает команда, которая первая закончила бег и показала надежность своих «связок».

Игра «Ох, ух, эх».

Команды выстраиваются в шеренги. Первые в шеренгах выполняют прыжок на двух ногах в длину. Место приземления отмечается. Затем прыжок выполняют следующие в шеренгах игроки. Если игрок не допрыгивает до отметки первого, он говорит «ох»; если допрыгнет – «ух»; если перепрыгнет – «эх». Когда все закончат прыжки, подсчитывают, сколько в команде «охов», «ухов», «эхов». Затем игра начинается с другого конца шеренги.

Игра «Вороны – воробьи».

Дети становятся в две шеренги на середине зала спиной друг к другу на расстоянии 2 м. Если педагог называет «вороны», убегают дети, стоящие в первой шеренге, а «воробьи» стоящие во второй шеренге стараются догнать и осалить их. Те, кого осалили, переходят во вторую шеренгу. Если педагог называет «Воробьи», то убегают дети, стоящие во второй шеренге.

Игры по ориентированию на местности, для развития глазомера и наблюдательности.

«Самый наблюдательный»

Взрослый прячет флажок (бейсболку) в лесу на ограниченном участке, затем называет детям один - два признака, указывающих на местонахождение спрятанного предмета (например, раздвоенная береза и пенё). Тот, кто первым нашел предмет, должен тихо сообщить об этом ведущему. Игра продолжается до тех пор, пока последний игрок не обнаружит спрятанный предмет. Победитель получает звание «лучший следопыт группы».

«Кто быстрее»

Для игры необходимо разделить детей на две команды и выбрать командиров. Каждая команда получает задание: как можно быстрее прийти в заданное место по определенному маршруту. Для одной команды он

обозначается красными лентами, развешенными на деревьях, в кустах и т.п. Для другой — желтыми. Побеждает команда, которая первой придет к финишу и посчитает ленточки, встретившиеся на пути. Звание самой наблюдательной и быстрой получает команда, которая не свернула с пути и правильно сосчитала все ленточки.

«Север-юг»

Определить в лесу север и юг без компаса. Тот, кто назовет большее количество примет, назначается штурманом в походе. Правильность ответов проверяется по компасу.

«Глазомер»

Нужно определить, сколько шагов до того дерева? Все делают свои предположения, а потом проверяют их. Тот, кто угадает или правильное других определит расстояние – будет «Меткий глаз».

Игра «Зоркий глаз».

В кругу раскладывается несколько предметов в определенном порядке (например, мяч, кегля, скакалка, шарик). Игрок несколько секунд смотрит на предметы, затем поворачивается спиной к кругу. Два предмета меняют местами. Задача - установить исходное положение предметов. Игра проводится по группам.

Методика выявления коммуникативных способностей обучающихся

(составлена на основе материалов пособия Р.В Овчаровой
«Справочная книга школьного психолога»)

Цель: выявление коммуникативных способностей обучающихся.

Ход проведения: Обучающимся предлагается ответить на вопросы анкеты, отвечая «да» или «нет», не затрачивая много времени на обдумывание ответом и не задумываясь над деталями.

Вопросы

1. Часто ли Вам удаётся склонить большинство своих товарищей к принятию ими Вашего мнения?
2. Всегда ли Вам трудно ориентироваться в создавшейся критической ситуации?
3. Нравится ли Вам заниматься общественной работой?
4. Если возникли некоторые помехи в осуществлении Ваших намерений, то легко ли Вы отступаете от задуманного?
5. Любите ли Вы придумывать или организовывать со своими товарищами различные игры и развлечения?
6. Часто ли Вы откладываете на другие дни те дела, которые нужно было выполнить сегодня?
7. Стремитесь ли Вы к тому, чтобы Ваши товарищи действовали в соответствии с Вашим мнением?
8. Верно ли, что у Вас не бывает конфликтов с товарищами из-за невыполнения ими своих обещаний, обязательств, обязанностей?
9. Часто ли Вы в решении важных дел принимаете инициативу на себя?

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

для контроля уровня знаний

Оказание первой доврачебной помощи

1. Травмы кожи, тканей, органов без нарушения целостности кожи:
 - а) ушиб
 - б) перелом
 - в) ожог
 - г) обморожение

2. Нарушения целостности костей:
 - а) ушиб
 - б) перелом
 - в) ожог
 - г) обморожение

3. Перелом, сопровождающийся повреждением не только кости, но и кожи:
 - а) простой
 - б) частичный
 - в) открытый
 - г) закрытый

4. Шину НЕ накладывают при переломе:
 - а) голени
 - б) плечевой кости
 - в) грудной клетки
 - г) бедра

5. Большую опасность для человека представляют укусы:
 - а) мух
 - б) таежного клеща
 - в) кузнечика
 - г) майского жука

6. Пузыри на припухлой покрасневшей коже – признак ожога:
 - а) 1 степени
 - б) 2 степени
 - в) 3 степени
 - г) 4 степени

7. Перегревание организма это:
 - а) тепловой удар
 - б) солнечный удар
 - в) загорание

г) ожог

8. При химическом ожоге необходимо пораженное место:

а) промыть большим количеством проточной водой

б) смазать кремом

в) обработать йодом

г) наложить повязку

9. Если больной потерял сознание, остановилось дыхание, пульс не прощупывается, то срочно делается:

а) звонок в пункт скорой помощи

б) укол

в) искусственное дыхание и непрямой массаж сердца

г) транспортировка пострадавшего в больницу

10. Первая доврачебная помощь при отравлении некачественной пищей:

а) звонок в пункт скорой помощи

б) промывание желудка

в) принять таблетку

г) транспортировка пострадавшего в больницу

ОТВЕТЫ

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ	а	б	в	в	б	б	а	а	в	б