



Комитет по делам образования города Челябинска
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа №51 г. Челябинска» (МБОУ «СОШ №51г. Челябинска»)
454010, г. Челябинск, ул. Агалакова, 46 тел. (351)251-64-90, факс (351)251-64-88 е –
mail:mousoch51@mail.ru

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ТУРИСТСКО-
КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ТУРИЗМ И КРАЕВЕДЕНИЕ»**

Возрастная категория учащихся: 10-17 лет

Срок освоения программы: 1 год

Составитель: Викулов Андрей
Георгиевич,
ПЕДАГОГ ДО

г. Челябинск, 2023 г.

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

Учреждение	Муниципальное бюджетное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №51 г. Челябинска»
Полное название программы	ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ «ТУРИЗМ И КРАЕВЕДЕНИЕ»
Ф.И.О. , должность, категория	Викулов Андрей Георгиевич, педагог ДО
Сведения о программе	
Нормативная база	• - ФЗ «Об образовании в РФ» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года (с изменениями 2019 года); • - Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; • - СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей; • - Устав МБОУ «СОШ №51г. Челябинска».
Область применения	Дополнительное образование
Вид программы	Общеразвивающая
Тип программы	Модифицированная
Направленность программы	Туристско-краеведческая
Форма обучения	Очная
Форма организации содержания и процесса педагогической деятельности программы	Комплексная
Уровень реализации программы	базовый
Уровень освоения содержания программы	Общекультурный
Возраст обучающихся	110-- 17 лет
Продолжительность реализации программы	1 год
Рассмотрена на педагогическом совете	Протокол № 1_Педагогического совета МБОУ «СОШ№51 г.Челябинска» от 29.08.2023 г.

Содержание

№	Название раздела	№ страниц
Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы		
1.1	Пояснительная записка	4
1.2	Цель и задачи программы	7
1.3	Содержание программы	9
1.4	Планируемые результаты.	18
Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий		
2.1	Календарно - учебный график (таблица)	22
2.2	Учебный план (таблица)	23
2.3	Условия реализации программы	25
2.4	Формы аттестации и оценочные материалы	29
2.5	Методические и дидактические материалы	31
2.6	Список литературы (<i>для педагогов, для учащихся и родителей</i>)	38
Приложение		

1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа «Основы туристской подготовки» создана на основе авторских программ А.Г.Маслова, заместителя директора Центра детско-юношеского туризма и краеведения Минобрнауки России и Ю.С.Константинова, директора Центра детско-юношеского туризма и краеведения Минобрнауки России «Обучение детей жизненным навыкам в природной среде» и «Туристы-проводники» (Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программы обучения детей жизненным навыкам в системе дополнительного образования.)

Рабочая программа разработана на основе нормативно-правовых документов:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» и Концепцией развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 04.09.2014 № 1726-р).

Нормативно-правовые акты, регламентирующие структуру и содержание программы:

Федеральный закон от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 17.02.2023) (с изм. и доп., вступ. в силу с 28.02.2023).

2. Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 г. и плана мероприятий по ее реализации».

3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».

4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей».

5. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 02 февраля 2021 № 38 «О внесении изменений в Целевую модель развития региональных систем дополнительного образования детей, утвержденную приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03 сентября 2019 № 467».

6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

7. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых».

8. Письмо Минпросвещения России от 30 декабря 2022 № АБ-3924/06 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методические рекомендации «Создание современного инклюзивного образовательного пространства для детей с ограниченными возможностями здоровья и детей-инвалидов на базе образовательных организаций, реализующих дополнительные общеобразовательные программы в субъектах Российской Федерации»).

9. Приказ Минобрнауки России № 882, Минпросвещения России № 391 от 05 августа 2020 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ» (вместе с «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»).

10. Закон Челябинской области от 29.08.2013 № 515-30 «Об образовании в Челябинской области».

11. Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 30.12.2020 № 01/2795 «Об утверждении Концепции развития региональной системы воспитания и социализации обучающихся Челябинской области на 2021–2025 годы».

12. Приказ Министерства образования и науки Челябинской области от 01.02.2021 № 01/253 «Об утверждении Концепции выявления, поддержки и развития у детей и молодежи Челябинской области».

13. Положение о дополнительном образовании обучающихся Муниципального общеобразовательного учреждения «СОШ № 51г. Челябинска»

14. Образовательная Программа дополнительного образования детей, Муниципального общеобразовательного Учреждение «СОШ № 51г.

15. «Положением о порядке разработки, оформления и утверждения дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы» МБОУ «СОШ № 51 Г. ЧЕЛЯБИНСКА»

АКТУАЛЬНОСТЬ. В последние годы определилась весьма актуальная педагогическая задача формирования психосоциальной компетентности подрастающего поколения - способности эффективно действовать в повседневной жизни, соответствовать её требованиям и изменениям, то есть сохранять высокий уровень мыслительной деятельности и адекватно взаимодействовать с окружающими людьми в различных, в том числе и экстремальных, ситуациях.

Для решения этой задачи необходимо сформировать и развить у детей жизненно важные умения и навыки. К их числу необходимо отнести следующие умения:

- ставить цели;
- принимать решения и решать проблемные ситуации;
- критически мыслить;
- творчески мыслить;
- поставить себя на место другого человека;
- справляться со стрессами и эмоциями;
- позитивно общаться с окружающими;
- осознать себя как личность.

Выработке этих умений способствуют формирование самооценки ребенка, воспитание у него чувства ответственности за свои дела и поступки, а также формирование у него собственных этических ценностей.

Формирование и развитие вышеперечисленных умений возможно лишь в процессе какой-либо практической деятельности детей. Это должно помочь педагогу и ребенку проявлять и закреплять вышеперечисленные качества и умения в практической деятельности и общении детей в коллективе.

Наиболее универсальным видом деятельности в этом случае выступает обучение детей безопасному поведению.

Учитывая тот факт, что туристско-краеведческая деятельность является наиболее эффективной в вопросе комплексного воспитания детей, логично остановиться на обучении детей безопасному поведению в природной среде. Обучение следует начинать с освоения детьми туристско-краеведческих умений и навыков как основного гаранта безопасного поведения. Затем, по мере совершенствования этих навыков, можно переходить к изучению вопросов поведения при возникновении экстремальной ситуации.

В процессе обучения по программе у воспитанников формируется понятие о природе как целостной динамичной системе, которое является опорным для формирования понятия об охране природы. На краеведческом материале воспитанники знакомятся с примерами рационального использования природы, её ресурсов и природных комплексов.

Таким образом, совершенствуя в практической деятельности свою туристско-краеведческую подготовку, умения действовать в экстремальных ситуациях, обучающиеся в объединении дети смогут под руководством педагога выработать в себе и закрепить жизненно важные навыки, перечисленные выше.

Этими соображениями и определяется направленность и содержание предлагаемой программы обучения детей.

Программа рассчитана на 1 год обучения учащихся в возрасте от 10 лет (5 класс).

Время, отведенное на обучение, составляет 4 часа в неделю, причем практические занятия составляют большую часть программы.

Занятия проводятся с полным составом объединения, но по мере роста опыта детей делается больший упор на групповые (2-3 человека) и индивидуальные занятия, особенно на том этапе обучения, когда начинается специализация.

Первый год обучения по программе является базовым.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Преемственность и согласованность данной программы с образовательными программами общеобразовательной школы проявляются в областях изучения предметов: история (краеведение), ОБЖ, физическая культура, география, биология, математика.

Систематические занятия по данным программам должны способствовать приобретению воспитанниками знаний о своем крае; технике и тактике туризма (в избранном виде); об ориентировании на местности; оказании первой медицинской помощи; о действиях в экстремальных ситуациях природного характера. Совокупность этих знаний будет являться фундаментом для выработки жизненных навыков.

Новизна программы обусловлена подбором содержания программы, адаптированной на региональные особенности и краеведческое образование средствами туризма. Комплексность программы основывается на цикличности туристско-краеведческой деятельности по принципу расширяющейся и углубляющейся гносеологической спирали, должностно-ролевой системе творческого самоуправления и развития самостоятельности обучающихся детей. При этом предполагается концентрация усилий образовательно-воспитательного и тренировочного процессов в четырех основных направлениях:

1. Развитие самостоятельности воспитанников на базе создания благоприятных условий для проявления ими инициативы, развития творческого потенциала, ответственности и самовыражения личности в достижении общественно ценных и личностно-значимых целей.
2. Морально-волевая подготовка в процессе выполнения должностных функций каждым членом группы, преодоления специфических сложностей (факторов выживания), возникающих в экстремальных ситуациях.
3. Формирование разносторонне развитой личности.
4. Физическое воспитание и дополнительное образование средствами туризма и краеведения.

При этом учитываются принципы организации самостоятельности объединения (группы) для успешной реализации данных программ:

- обеспечение общественно полезной, нравственно-ценной и личностно-значимой для воспитанников направленности туристско-краеведческой и специальной деятельности;
- насыщение деятельности детей элементами творчества и инициативы, основой которых становится последовательное переключение с воспроизводящих на активные творческие, поисковые виды деятельности;
- дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, что помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;
- гедонистическая направленность деятельности объединения, предполагающая организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость.

Программа предполагает углубленное изучение во время походов истории, природы и культуры родного края — своей малой родины, о ней можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания.

1.2 ЦЕЛЬ:

Основной целью данного курса является создание необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья, профессионального самоопределения, адаптации к жизни в обществе, организации содержательного досуга обучающихся детей и подростков через организацию походов и путешествий разной степени сложности.

ЗАДАЧИ:

Личностные

- развитие чувства товарищества и личной ответственности;
- приобщению к здоровому образу жизни.

Предметные:

- владеть основами туристских навыков по устройству бивуака;
- пользоваться простейшим туристским инвентарём и оборудованием;
- применять на практике экологические и санитарные нормы в сфере активного туризма;
- использовать полученную информацию для выполнения исследовательских работ

Метапредметные

- развить интерес к познанию родного края и окружающего мира;
- развить основы экологического мышления и природоохранные навыки;
- развить умение сопоставлять простые факты, связанные с природными

Для эффективного усвоения учебного материала, развития жизненных навыков предусматривается организация практической деятельности занимающихся преимущественно на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время учебно-тренировочных походов, сборов, соревнований, лагерей, экспедиций и путешествий. Следует учитывать интеллектуальный аспект туристско-спортивного направления дополнительного образования, тесной связи между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленностью.

Процесс успешного развития жизненных навыков неразрывно связан с активной умственной и физической деятельностью обучающихся, индивидуальной и коллективной работой по выполнению обязанностей в группе в период подготовки и проведения походов, соревнований. Воспитанники должны быть призваны активно соучаствовать в выработке, анализе и реализации действий по решению тактических и технических задач поведения, действий в экстремальных ситуациях.

Организация учебно-тренировочного процесса предусматривается в течение календарного года (35 учебных недель). Возможно проведение учебно-тренировочных занятий в каникулярное время. В это время возможна организация учебно-тренировочных походов, сборов, профильных лагерей с круглосуточным пребыванием занимающихся. Предусматривается использование методики «погружения» детей в проблему (учебно-тренировочный или образовательный процесс, туристско-спортивные мероприятия или организация быта в полевых условиях).

Особое внимание уделяется вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия. Программа предполагает углубленное изучение вопросов выживания и деятельности туриста в экстремальных условиях природной среды и непосредственно на дистанциях (этапах) соревнований.

При решении вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками (весовые, объемные, интенсивность тренировок) для занимающихся, необходима их строгая дифференциация и индивидуализация с учетом физического, половозрастного, морально-волевого и функционального развития.

Годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного туристского похода, экспедиции, участия в соревнованиях, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года. Она включает в себя краеведческое изучение региона; разработку маршрута;

переписку с общественно-туристскими и детско-юношескими организациями (объединениями) региона; распределение должностно-ролевых обязанностей; организационную и хозяйственную подготовку; проверку тактико-технической, морально-волевой, физической готовности воспитанников к учебным походам по родному краю. Уделяется внимание психологической подготовке воспитанников к зачетному мероприятию, культуре межличностного общения, формированию коллектива.

Реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации»; «Временных правил подготовки и проведения соревнований «Школа безопасности» («Правила соревнований по спортивному туризму»; «Правила соревнований по спортивному ориентированию»; «Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ»).

1.3 СОДЕРЖАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ.

1. Основы туристской подготовки

Туристские путешествия, история развития туризма.

Теоретическое занятие:

Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью. Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

История развития движения «Школа безопасности». Его цели и задачи. Воспитательная роль туризма.

Теоретическое занятие:

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

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

Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива.

Общественно полезная работа.

Личное и групповое туристское снаряжение.

Теоретическое занятие:

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы.

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

Практические занятия:

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

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Теоретическое занятие:

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по 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. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

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

Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

Практические занятия:

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

Подготовка к походу, путешествию.

Теоретическое занятие:

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: знакомство с литературой, картами, отчетами о походах; запросы в местные образовательные и другие учреждения; получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Практические занятия:

- Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов.
- Составление плана-графика движения в 1-3-дневном походе.
- Подготовка личного и общественного снаряжения.

Питание в туристском походе.

Теоретическое занятие:

Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов.

Практические занятия:

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

Туристские должности в группе.

Теоретическое занятие:

Должности в группе постоянные и временные. Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

Практические занятия:

- Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Правила движения в походе, преодоление препятствий.

Теоретическое занятие:

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практические занятия:

- Отработка движения колонной.
- Соблюдение режима движения.
- Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: лес, густой кустарник, завалы, заболоченная местность.

Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.

Теоретическое занятие:

Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности.

Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице.

Правила поведения при переездах группы на транспорте.

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки.

Правила пользования альпенштоком.

Использование простейших узлов и техника их вязания.

Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Практические занятия:

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

Подведение итогов туристского похода.

Теоретическое занятие:

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого на прокат.

Подготовка экспонатов для школьного музея.

Отчетные вечера, выставки по итогам походов.

Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

Практические занятия:

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

Туристские слеты и соревнования.

Теоретическое занятие:

Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Положения о слете и соревнованиях, условия проведения. Выбор места проведения, размещения участников и судей, оборудование места соревнований. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнования и оформления мест проведения.

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

Практические занятия:

- Участие в туристских соревнованиях школы, учреждения дополнительного образования, района в качестве участников.

2.Топография и ориентирование

Понятие о топографической и спортивной картах.

Теоретическое занятие:

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт.

Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координаты точек на карте.

Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты.

Масштабы спортивной карты.

Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практическое занятие:

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

Условные знаки.

Теоретическое занятие:

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам.

Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки.

Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей.

Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих.

Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Практические занятия:

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

Ориентирование по горизонту, азимут.

Теоретическое занятие:

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимуты истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

Практические занятия:

- Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов.
- Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Компас. Работа с компасом.

Теоретическое занятие:

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечки. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

Практические занятия:

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

Измерение расстояний.

Теоретическое занятие:

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шага в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

Практические занятия:

- Измерение своего среднего шага (пары шагов), построения графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

Способы ориентирования.

Теоретическое занятие:

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковой ориентир, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование Солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).

Протокол движения.

Практические занятия:

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

Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.*Теоретическое занятие:*

Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута по Солнцу в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, о выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практические занятия:

- Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, Солнцу, Луне, Полярной звезде.
- Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

3. КраеведениеРодной край, его природные особенности, история, известные земляки.*Теоретическое занятие:*

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление области. Транспортные магистрали. Промышленность. Экономика и культура края, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие. История своего населенного пункта.

Практические занятия:

- Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте.
- Проведение краеведческих викторин.

Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев.*Теоретическое занятие:*

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии на предприятия стройки, в учреждения и организации. Сбор сведений об истории края.

Практические занятия:

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

Изучение района путешествия.*Теоретическое занятие:*

Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого

похода, посещение музеев и т.п. Подготовка докладов о районе похода: по истории, климату, рельефу, флоре, фауне и т.д.

Практические занятия:

- Подготовка и заслушивание докладов о районе предстоящего похода.

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

Теоретическое занятие:

Краеведческая работа - один из видов общественно полезной деятельности.

Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий. Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск.

Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы.

Работа в музеях, архивах, библиотеках.

Законодательство по охране природы. Природоохранительная деятельность туристов.

Охрана памятников истории и культуры.

Работа среди местного населения: оказание помощи одиноким и престарелым, организация концертов и встреч.

Практические занятия:

- Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов.
- Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы.

4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка.

Теоретическое занятие:

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи.

Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом.

Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличение сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки.

Практические занятия:

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

Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Теоретическое занятие:

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Практические занятия:

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

Приемы транспортировки пострадавшего.

Теоретическое занятие:

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

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

Практические занятия:

- Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

5. Общая и специальная физическая подготовка

Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.

Теоретическое занятие:

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов.

Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен.

Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система - центральная и периферическая.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности.

Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

Практические занятия:

- Ведение дневника самоконтроля.

Общая физическая подготовка.

Теоретическое занятие:

Основная задача общей физической подготовки — развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка - основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные, индивидуальные занятия членов группы.

Практические занятия:

- Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения с сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики.
- Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика.
- Лыжный спорт.
- Гимнастические упражнения.
- Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол. Плавание - освоение одного из способов.

Специальная физическая подготовка.

Теоретическое занятие:

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов.

Место специальной физподготовки на различных этапах процесса тренировки.

Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы.

Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

Основная цель тренировочных походов - приспособление организма к походным условиям.

Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

Практические занятия

- Упражнения на развитие выносливости. Упражнения на развитие быстроты.
- Упражнения для развития силы.
- Упражнения для развития гибкости, на растягивание и расслабление мышц.

1.4 Планируемые результаты

Предметные :

Знать:

- правила техники безопасности при нахождении в природной среде во время прогулки;
- основные положения экологических и санитарно-гигиенических требований при проведении туристских мероприятий в природной среде;
- теоретические основы активного туризма в природной среде;
- основные понятия о биолого-краеведческой составляющей родного края.

Уметь:

- владеть основами туристских навыков по устройству бивуака;
- пользоваться простейшим туристским инвентарём и оборудованием;
- применять на практике экологические и санитарные нормы в сфере активного туризма;
- использовать полученную информацию для выполнения исследовательских работ.

Личностные:

- чувством товарищества и личной ответственностью;
- приобщению к здоровому образу жизни.
- Чувствовать уверенность в себе, верить в свои возможности.
- Принимать сверстников, помогать им, принимать помощь от взрослого и сверстников.

Метапредметные:

- интерес к познанию родного края и окружающего мира;
- основы экологического мышления и природоохранные навыки;
- умение сопоставлять простые факты, связанные с природными явлениями

Требования к знаниям, умениям и навыкам членов объединения

Результаты работы на каждом этапе определяются степенью освоения практических умений на основе полученных знаний. Критерий успешности определяется результатом участия в соревнованиях, конкурсах, а также личными зачетными соревнованиями объединения по вопросам содержания программы. Оценивается уровень развития коллектива (коэффициент групповой сплоченности, социометрия) и каждого учащегося.

№ п/п	Название разделов и тем	Знания	Умения и навыки
1. Основы туристской подготовки			
1.1.	Туристские путешествия, история развития туризма.	Основные сведения по истории развития туризма в России. Виды туризма. Основные задачи и содержание туристско-краеведческого движения учащихся «Отечество».	
1.2.	Воспитательная роль туризма.	Роль туризма в становлении личности. Законы, правила, нормы поведения юных туристов.	
1.3.	Личное и групповое туристское снаряжение.	Требования, предъявляемые к туристскому снаряжению. Перечень личного и группового снаряжения для походов выходного дня.	Составление перечня личного и группового снаряжения для похода выходного дня с учетом погодных условий. Укладка рюкзака. Подгонка снаряжения. Уход за снаряжением.

1.4.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	Основные требования к месту привала и бивака. Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря. Основные типы костров и их назначение. Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров.	Выбор места для привала, бивака. Установка палатки и размещение в ней вещей. Разведение костра. Заготовка дров.
1.5.	Подготовка к походу, путешествию.	Порядок подготовки к походу. Основные источники сведений о районе похода.	Составление плана подготовки похода. Изучение района похода. Составление плана-графика движения. Подготовка снаряжения.
1.6.	Питание в туристском походе.	Основные требования к продуктам, используемым в походе. Правила хранения продуктов в походе. Принцип составления меню и списка продуктов.	Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление на костре каши и супа из концентратов.
1.7.	Туристские должности в группе.	Перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности.	Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода.
1.8.	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Основные правила движения группы на маршруте. Общие характеристики естественных препятствий и правила их	Соблюдение правил и режима движения. Преодоление естественных препятствий.
1.9.	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	Меры безопасности при проведении тренировочных занятий и в походе, при преодолении естественных препятствий. Правила поведения в населенных пунктах.	Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий. Вязание улов: ткацкий, прямой, проводник, восьмерка, булинь.
1.10.	Туристские слеты, соревнования.	Основные сведения по подготовке и проведению туристских соревнований. Виды туристских соревнований.	Участие в туристских соревнованиях в качестве участника.
1.11.	Подведение итогов туристского похода.	Порядок подведения итогов похода.	Составление отчета о походе. Ремонт снаряжения. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов.

2. Топография и ориентирование

2.1.	Понятие о топографической и спортивной картах.	Понятие о масштабе карты. Оформление карт. Их отличительные свойства. Различия топографических и спортивных	Определение масштаба и расстояния по карте. Копирование участков маршрута на кальку.
2.2.	Условные знаки.	Группы условных знаков. Изображение рельефа на карте. Типичные формы рельефа.	Чтение и изображение топографических знаков. Определение рельефа по карте.

2.3.	Ориентирование по горизонту, азимут	Стороны горизонта. Понятие азимута и его определение.	Измерение и построение азимутов.
2.4.	Компас. Работа с компасом.	Устройство компаса. Четыре действия с компасом. Понятие «ориентир»	Ориентирование карты по компасу. Выполнение прямой и обратной засечки. Движение по азимуту с помощью компаса.
2.5.	Измерение расстояний.	Способы измерения расстояния по карте и на местности. Использование курвиметра.	Измерение расстояний на карте и на местности.
2.6.	Способы ориентирования.	Способы ориентирования с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Сохранение направления движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий. Организация разведки маршрута. Движение по легенде	Определение ориентиров движения, способов привязки, точки стояния. Сохранение направления движения.
2.7.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	Определение сторон горизонта по небесным светилам и местным предметам. Порядок действий в случае потери ориентировки.	Определение сторон горизонта по небесным светилам и местным предметам. Определение направления выхода в случае потери ориентировки.
3. Краеведение			
3.1.	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	Основные сведения о климате, растительном и животном мире родного края. Транспортные магистрали. Основные сведения по истории, культуре своего населенного пункта и своего края.	
3.2.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	Памятники истории, культуры и природы родного края. Музеи.	Разработка маршрута по интересным местам своего края.
3.3.	Изучение района путешествия.	Планирование маршрута с учетом посещения интересных мест. Сбор краеведческих сведений о районе похода.	Разработка маршрута и сбор краеведческих сведений.
3.4.	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и	Порядок выполнения краеведческих и краеведческих заданий на маршруте.	Выполнение краеведческих и экологических заданий на маршруте. Изучение краеведческих объектов.

4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь			
4.1.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.	Гигиенические требования при занятиях туризмом. Гигиена тела, одежды и обуви. Сущность закаливания и систематических занятий спортом.	Уход за телом, одеждой и обувью. Подбор одежды и обуви для занятий и похода. Комплекс утренней зарядки.
4.2.	Походная медицинская аптечка.	Состав медицинской аптечки, ее хранение при транспортировке. Назначение и дозировка препаратов. Личная аптечка туриста.	Подбор состава медицинской (групповой и личной) аптечки на поход выходного дня и многодневный поход. Применение медицинских препаратов.
4.3.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Правила оказания первой доврачебной помощи при тепловом и солнечном ударе, ожогах. Оказание помощи утопающему обмороженному, пораженному электрическим током. Наложение повязок.	Оказание первой доврачебной помощи. Способы обеззараживания воды.
4.4.	Приемы транспортировки пострадавшего.	Способы транспортировки. Определение способа транспортировки пострадавшего.	Изготовление транспортировочных средств и транспортировка пострадавшего.
5. Общая и специальная физическая подготовка			
5.1.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	Краткие сведения о строении организма человека. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья и предотвращение травматизма.	
5.2.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	Значение врачебного контроля и самоконтроля.	Осуществление самоконтроля и ведение дневника самоконтроля.
5.3.	Общая физическая подготовка.	Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и при подготовке к походу.	Выполнение принятых в школьной программе нормативов по физической подготовке.
5.4.	Специальная физическая подготовка.	Значение специальной физической подготовки в развитии различных групп мышц.	

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

1	Продолжительность освоения программы	1 год
2	Начало освоения программы	01.09.
3	Окончание освоения программы	31.05.
4	Регламентирование образовательного процесса (режим работы объединения)	Расписание.
5	Выходные и праздничные дни	Выходной день: суббота, воскресенье Праздничные дни, установленные Правительством РФ: <u>На учебный год:</u> 4 ноября — День народного единства 1,2,3,6 и 8 января - Новогодние каникулы; 7 января - Рождество Христово; 23 февраля - День защитника Отечества; 8 марта - Международный женский день; 1, 4, 5 мая - Праздник Весны и Труда; 9 мая - День Победы; 12 июня - День России.
6	Каникулы (сроки, продолжительность)	с 27 декабря по 08 января
7	Входное обследование уровня подготовленности обучающихся	с 01.09. - 10.09.
8	Сроки промежуточной аттестации освоения программного материала обучающимися (ст 58 п. 1 ФЗ № 273)	с 15.12. - 20.12.
9	Дата итоговой аттестации освоения программы (дата итогового занятия)(ст.61 п.1 ФЗ № 273)	31.05. – <u>дата завершения программы</u> для группы по году обучения (на каждый год обучения может быть одна и более групп, которые имеют одинаковую дату начало и окончания программы)

2.2 Учебный план

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теор.	Практика
1. Основы туристской подготовки				
1.1.	Туристские путешествия, история развития туризма.	1	1	-
1.2.	История развития движения «Школа безопасности». Его цели и задачи. Воспитательная роль туризма.	1	1	-
1.3.	Личное и групповое туристское снаряжение.	7	2	5
1.4.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	12	3	9
1.5.	Подготовка к походу, путешествию.	17	4	13
1.6.	Питание в туристском походе.	4	1	3
1.7.	Туристские должности в группе.	5	2	3
1.8.	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	15	5	10
1.9.	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий. Использование простейших узлов и техника их вязания.	10	2	8
1.10.	Подведение итогов туристского похода.	4	1	3
1.11.	Туристские слеты и соревнования.	8	2	6
		82	24	58
2. Топография и ориентирование				
2.1.	Понятие о топографической и спортивной картах.	2	1	1
2.2.	Условные знаки.	2	1	1
2.3.	Ориентирование по горизонту, азимут.	2	1	1
2.4.	Компас. Работа с компасом.	4	1	3
2.5.	Измерение расстояний.	4	2	2
2.6.	Способы ориентирования.	2	1	1
2.7.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	5	2	3
		21	9	12
3. Краеведение				
3.1.	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	6	2	4
3.2.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	4	1	3
3.3.	Изучение района путешествия.	7	2	5
3.4.	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	4	1	3
		21	6	15
4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь				
4.1.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка.	2	1	1
4.2.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	2	1	1
4.3.	Приемы транспортировки пострадавшего.	4	2	2
		8	4	4
5. Общая и специальная физическая подготовка				

5.1. 5.2.	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	1	1
5.3.	Общая физическая подготовка.	9	1	8
5.4.	Специальная физическая подготовка.	5	1	4
		16	3	13
Итого за период обучения:		140	46	94

2.3 УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Средства, необходимые для реализации программы:

- Наличие педагога, имеющего туристический опыт, позволяющий проводить категорийные походы;
- наличие материального оснащения, необходимого для проведения категорийных походов и участия в соревнованиях.

Методическое обеспечение

№ п/п	Наименование тем и разделов			
		Формы занятий	Методы (приемы)	Обеспечение
1.Основы туристской подготовки				
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма.	Первоначально е изучение материала	Лекция	Тетрадь, письменные принадлежности
1.2	История развития движения «Школа безопасности». Его цели и задачи. Воспитательная роль туризма.	Комбинированное занятие	Беседа	Тетрадь, письменные принадлежности
1.3	Личное и групповое туристское снаряжение.	Комбинированное занятие, Практические занятия	Рассказ, Демонстрация, Практические упражнения	Рюкзак, спальный мешок, походная посуда, топор
1.4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	Первоначально е изучение материала, практич.заняти я	Рассказ, Демонстрация, Практические упражнения	Рюкзак, палатка, тент, топор, пила
1.5	Подготовка к походу, путешествию.	Первонач.изуче -ние материала, практич. занятия	Объяснение, Практические упражнения	Краеведческая литература, карты, алгоритм подготовки похода
1.6	Питание в туристском походе.	Первонач.изуче -ние материала, практич. занятия	Рассказ, Демонстрация, Практические упражнения	Тетрадь, письменные принадлежности, меню
1.7	Туристские должности в группе.	Первонач.изуче -ние материала, практич. занятия	Объяснение, Практические упражнения	Тетрадь, письменные принадлежности
1.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Первонач.изуче -ние материала, практич. занятия	Объяснение, Демонстрация, Практические упражнения	Тетрадь, письменные принадлежности
1.9	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	Первонач.изуче -ние материала, практич. занятия	Объяснение, Демонстрация, Практические упражнения	Основная веревка, репшнур, карабин, альпеншток, страховочная система

1.1 0	Подведение итогов туристского похода.	Комбинированные, повторительно-обобщающее	Беседа, практич. упражнения, самоподготовка	Фото, ватман, походный инвентарь
1.1 1	Туристские слеты и соревнования.	Первонач.изучение материала, практич.занятия, повт-обобщающ.	Рассказ, наблюдение, Практич.упражнения	Снаряжение в соответствии с Положением о соревнованиях
2.Топография и ориентирование				
2.1 .	Понятие о топографической и спортивной картах.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Объяснение, наблюдение, Практич.упражнения.	Топографические и спортивные карты
2.2 .	Условные знаки.	Комбинированное, практические	Демонстрация, письменное упражнение	Топографич. карты, легенда карты
2.3 .	Ориентирование по горизонту, азимут.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, письменные принадлежности
2.4 .	Компас. Работа с компасом.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, письменные принадлежности
2.5 .	Измерение расстояний.	Комбинированное, практические занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, курвиметр, нитка, письменные принадлежности
2.6 .	Способы ориентирования.	Комбинированное, практические занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, письменные принадлежности
2.7 .	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	Комбинированное, практические занятия, повторительно-обобщающее	Беседа, наблюдение, самоподготовка, письменная работа	Компас, карта, письменные принадлежности
3. Краеведение				
3.1 .	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Рассказ, беседа, практические упражнения	Краеведческая литература, карта региона
3.2 .	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных	Комбинированное, практические занятия	Беседа, экскурсии	Краеведческая литература, карта региона, экскурсионные объекты

	объектов, музеи.			
3.3	Изучение района путешествия.	Комбинированное, практические занятия	Беседа, самоподготовка, демонстрация	Краеведческая литература, музеи
3.4	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	Комбинированное, практические занятия, повторительно-обобщающее	Беседа, самоподготовка, демонстрация	Краеведческая литература, музеи

4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, практические упражнения	Медицинская аптечка
4.2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Комбинированное, практические занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Жгут, ватно-марлевая повязка, медиц. аптечка
4.3	Приемы транспортировки пострадавшего.	Комбинированное, практические занятия, повторительно-обобщающее	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Рюкзак, веревка, бруски, штормовка, медиц. аптечка

5. Общая и специальная физическая подготовка

5.1 5.2	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, наглядный метод, самоподготовка	Дневник самоконтроля, литература по анатомии
5.3	Общая физическая подготовка.	Комбинированное, практические занятия	Беседа, практические упражнения	Скакалка, гантели, лыжи, мячи
5.4	Специальная физическая подготовка.	Комбинированное, практические	Беседа, практические упражнения	Скакалка, гантели, лыжи, мячи

		занятия, повтори тельно-обобщ.		
Итого	за	период	140	46
обучения:				94

2.4 Формы аттестации и оценочные материалы.

Годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного туристского похода, экспедиции, участия в соревнованиях, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года. Она включает в себя краеведческое изучение региона; разработку маршрута; переписку с общественно-туристскими и детско-юношескими организациями (объединениями) региона; распределение должностно-ролевых обязанностей; организационную и хозяйственную подготовку; проверку тактико-технической, морально-волевой, физической готовности воспитанников к учебным походам по родному краю. Уделяется внимание психологической подготовке воспитанников к зачетному мероприятию, культуре межличностного общения, формированию коллектива.

Реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации»; «Временных правил подготовки и проведения соревнований «Школа безопасности» («Правила соревнований по спортивному туризму»; «Правила соревнований по спортивному ориентированию»; «Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ»).

Формы отслеживания образовательных результатов: беседа, наблюдение, спортивные конкурсы, открытые и итоговые занятия, соревнования.

Формы фиксации образовательных результатов: грамоты, протоколы диагностики, итоги соревнований.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: спортивные праздники, конкурсы, товарищеские встречи с командами аналогичного возраста; соревнования школьного, районного и краевого уровней

Оценочные материалы

Время проведения	Цель проведения	Формы контроля
Входная диагностика. В начале учебного года (с занесением результатов в диагностическую карту)	Оценка уровня подготовленности	опрос и педагогическое наблюдение;
Текущий контроль. В течение всего учебного года	Определение степени усвоения обучающимися материала. Определение готовности детей к восприятию нового материала. Повышение ответственности и заинтересованности в обучении. Выявление детей, отстающих и опережающих обучение. Подбор наиболее эффективных методов и средств обучения.	беседы, опрос, выполнение практических заданий, участие в соревнованиях, турнирах различного уровня;
Промежуточная аттестация. В конце 1-го, 2-го, 3-го годов обучения (с занесением результатов в диагностическую карту). По окончании изучения темы или раздела (без занесения результатов в диагностическую карту).	Определение степени усвоения обучающимися материала. Определения результатов обучения. Диагностика развития способностей к творческой и практической деятельности	в форме тестирования;
Итоговая аттестация. В	Определение изменения	итоговый контроль в форме

конце изучения программы (с занесением результатов в диагностическую карту).	уровня развития детей, их творческих, физических и интеллектуальных способностей. Определение результатов обучения. Ориентирование учащихся на дальнейшее (в том числе самостоятельное) обучение. Получение сведений для совершенствования образовательной программы и методов обучения. Выявление уровня сформированности познавательной мотивации у обучающихся.	тестирования и рейтинга
---	---	--------------------------------

2.5 Методическое обеспечение программы

Основными принципами обучения учащихся являются: индивидуальный подход, систематичность и последовательность в обучении, связь теории с практикой, сознательность и активность обучаемых, доступность, наглядность, прочность знаний.

При изучении данной программы применяются следующие методы обучения: устное изложение материала (рассказ, лекция, объяснение), беседа, показ (демонстрация, экскурсия, наблюдение), упражнения (устное, письменное, практическое), самоподготовка.

В состав методов обучения входят отдельные элементы, которые называются неметодическими приемами. Например, диктовка основных определений для записи при устном изложении материала, определение назначения предмета путем прямого объяснения или наводящих рассуждений, показ иллюстраций. Одни и те же приемы могут входить в состав различных методов. Так, например, закрепление материала путем беседы со слушателем проводится и при изложении материала преподавателем, и при показе, и при проведении практических занятий. Привитие самостоятельности учащимся достигается осмысленным изучением материала: обобщением, сравнением, определением важности действий, объяснением причин неправильного выполнения технических приемов. Так, при изложении нового теоретического материала вместо объяснения проводится беседа, в процессе которой воспитанники делают основные выводы.

Выбор материала зависит также от индивидуальных особенностей педагога, учащихся, условий занятия. Учитывается окружающая обстановка, состояние и количество снаряжения. Занятие по каждой теме любого раздела имеет свою специфику, которая определяется как содержанием учебного материала, так и воспитательными целями. Качественного проведения определенного занятия недостаточно для решения общей задачи. Для этого необходимо правильно построить всю систему занятий по курсу в целом.

Занятия делятся на следующие виды: первоначального изучения материала; повторительно-обобщающие; комбинированные, включающие в себя все основные звенья процесса обучения; семинарские; практические. Первые три вида занятий - теоретические. Основной вид занятий - комбинированный. Практические занятия проводятся при отработке упражнений по технике и тактике изучаемого вида туризма. Занятия по первоначальному изучению материала в основном сводятся к его восприятию и осмыслению воспитанниками. Практические занятия направлены на закрепление знаний, формирование навыков и умений. В конце изучения темы проводятся повторительно-обобщающие занятия, на которых рассматриваются основные вопросы их взаимосвязи. Логическое единство требует, чтобы части занятия были внутренне связаны. Для этого в начале занятия проводится работа, способствующая усвоению изучаемого материала (повторение предшествующего материала, сообщение цели и учебных вопросов). Полное овладение знаниями, умениями, навыками происходит через процесс усвоения, состоящий из отдельных взаимодополняющих и взаимодействующих познавательных звеньев: восприятие - осмысление - закрепление - применение.

Методы обучения.

- метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по спортивному туризму, выполнение диагностических тестов и заданий по психологической подготовке спортсменов.
- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания;

Методическое обеспечение

№ п/п	Наименование тем и разделов			
		Формы занятий	Методы (приемы)	Обеспечение
1.Основы туристской подготовки				
1.1	Туристские путешествия,	Первоначальное изучение	Лекция	Тетрадь, письменные

	история развития туризма.	материала		принадлежности
1.2	История развития движения «Школа безопасности». Его цели и задачи. Воспитательная роль туризма.	Комбинированное занятие	Беседа	Тетрадь, письменные принадлежности
1.3	Личное и групповое туристское снаряжение.	Комбинированное занятие, Практические занятия	Рассказ, Демонстрация, Практические упражнения	Рюкзак, спальный мешок, походная посуда, топор
1.4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	Первоначально е изучение материала, практич. занятия	Рассказ, Демонстрация, Практические упражнения	Рюкзак, палатка, тент, топор, пила
1.5	Подготовка к походу, путешествию.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, Практические упражнения	Краеведческая литература, карты, алгоритм подготовки похода
1.6	Питание в туристском походе.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Рассказ, Демонстрация, Практические упражнения	Тетрадь, письменные принадлежности, меню
1.7	Туристские должности в группе.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, Практические упражнения	Тетрадь, письменные принадлежности
1.8	Правила движения в походе, преодоление препятствий.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, Демонстрация, Практические упражнения	Тетрадь, письменные принадлежности
1.9	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, Демонстрация, Практические упражнения	Основная веревка, репшнур, карабин, альпеншток, страховочная система
1.10	Подведение итогов туристского похода.	Комбинированные, повторительные, обобщающие	Беседа, практич. упражнения, самоподготовка	Фото, ватман, походный инвентарь
1.11	Туристские слеты и соревнования.	Первонач. изучение материала, практич. занятия, повт-	Рассказ, наблюдение, Практ. упражнения	Снаряжение в соответствии с Положением о соревнованиях

		обобщающ.		
2.Топография и ориентирование				
2.1	Понятие о топографической и спортивной картах.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Объяснение, наблюдение, Практич.упражнения.	Топографические и спортивные карты
2.2	Условные знаки.	Комбинированное, практические	Демонстрация, письменное упражнение	Топографич. карты, легенда карты
2.3	Ориентирование по горизонту, азимут.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, письменные принадлежности
2.4	Компас. Работа с компасом.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, письменные принадлежности
2.5	Измерение расстояний.	Комбинированное, практические занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, курвиметр, нитка, письменные принадлежности
2.6	Способы ориентирования.	Комбинированное, практические занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Компас, карта, письменные принадлежности
2.7	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	Комбинированное, практические занятия, повторительно-обобщающее	Беседа, наблюдение, самоподготовка, письменная работа	Компас, карта, письменные принадлежности
3. Краеведение				
3.1	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.	Первонач.изучение материала, практич. занятия	Рассказ, беседа, практические упражнения	Краеведческая литература, карта региона
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.	Комбинированное, практические занятия	Беседа, экскурсии	Краеведческая литература, карта региона, экскурсионные объекты
3.3	Изучение района путешествия.	Комбинированное, практические занятия	Беседа, самоподготовка, демонстрация	Краеведческая литература, музеи
3.4	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и	Комбинированное, практические занятия,	Беседа, самоподготовка, демонстрация	Краеведческая литература, музеи

	памятников культуры.	повторительно-обобщающее		
4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь				
4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Походная медицинская аптечка.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, практические упражнения	Медицинская аптечка
4.2	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Комбинированное, практические занятия	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Жгут, ватно-марлевая повязка, медиц. аптечка
4.3	Приемы транспортировки пострадавшего.	Комбинированное, практические занятия, повторительно-обобщающее	Объяснение, демонстрация, практические упражнения	Рюкзак, веревка, бруски, штормовка, медиц. аптечка
5. Общая и специальная физическая подготовка				
5.1 5.2	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	Первонач. изучение материала, практич. занятия	Объяснение, наглядный метод, самоподготовка	Дневник самоконтроля, литература по анатомии
5.3	Общая физическая подготовка.	Комбинированное, практические занятия	Беседа, практические упражнения	Скакалка, гантели, лыжи, мячи
5.4	Специальная физическая подготовка.	Комбинированное, практические занятия, повторительно-обобщ.	Беседа, практические упражнения	Скакалка, гантели, лыжи, мячи
Итого за период обучения:		140	46	94

Формы организации образовательного процесса: групповая, индивидуальная, командная, массовая.

Формы организации учебного процесса. Программа включает комплексные занятия, теоретические и практические занятия по технике туризма и спортивному ориентированию, тренировки по общефизической и специальной физической подготовке (ОФП и СФП). Средствами общей физической подготовки являются общеразвивающие упражнения таких видов спорта как, легкая атлетика, лыжные гонки, гимнастика и др. К общеразвивающим упражнениям относятся упражнения направленные на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координационных способностей организма. Занятия по ОФП направлены на комплексную тренировку всех групп мышц с обязательным включением кроссовой подготовки. Специальная физическая подготовка направлена на развитие специфических физических качеств, необходимых в спортивном туризме: специальной выносливости, скоростной выносливости, силовой выносливости, силы, ловкости и быстроты. Теоретические занятия имеют определенную целевую направленность: вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий.

В теоретической части в образовательном процессе используются традиционные методы обучения: словесные (рассказ, объяснение, беседа, диспут); наглядные (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); практические (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, выполнение технических приемов техники туризма). Метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по спортивному туризму, выполнение диагностических тестов и заданий по психологической подготовке спортсменов. Занятия проводятся с использованием различных форм организации учебной деятельности (групповая, массовая, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению. Рекомендуемые типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование и др.. Рекомендуемые формы занятий: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности, занятия по ОФП и СФП в спортивном зале и на местности. Кроме того используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видео занятие и др. Основной составляющей образовательного процесса являются регулярные занятия, как теоретические, так и практические, а так же участие в соревнованиях по спортивному туризму и ориентированию. Важным аспектом обучения являются туристские походы (походы выходного дня – 1-2 дня и многодневный походы, как правило в каникулярное время.)

Педагогические технологии

технология группового обучения,
технология развивающего обучения,
технология проблемного обучения,
технология исследовательской деятельности,

Алгоритм занятия:

I этап - организационный.

Задача: подготовка детей к работе на занятии,

Содержание этапа: организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность и активизация внимания.

II этап - подготовительный (подготовка к восприятию нового содержания).

Задача: мотивация и принятие детьми цели учебно-познавательной деятельности.

Содержание этапа: сообщение темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей.

III этап - основной. В качестве основного этапа могут выступать следующие:

1 Усвоение новых знаний.

Задача: обеспечение восприятия, осмысления и первичного запоминания связей и отношений в предмете изучения. Целесообразно при усвоении новых знаний использовать упражнения, которые активизируют познавательную деятельность детей.

2. Первичная проверка понимания.

Задача: установление правильности и осознанности усвоения нового учебного материала, выявление неверных представлений, их коррекция и анализ.

3 Закрепление знаний

Тренировочные упражнения, задания, выполняемые детьми самостоятельно или в микрогруппах.

4.Обобщение и систематизация знаний.

Задача: формирование целостного представления знаний по теме. Распространенными способами работы являются беседа и практические задания.

IV этап – контрольный.

Задача: выявление качества и уровня овладения знаниями, их коррекция.

Используются тестовые задания, виды устного опроса, вопросы и задания различного уровня сложности (репродуктивного, творческого, поисково-исследовательского).

Основные виды занятий тесно связаны и дополняют друг друга, проводятся с учетом интересов детей.

Дидактические материалы:

-Картотека упражнений для туристов (карточки).

-Картотека общеразвивающих упражнений для разминки

-Схемы и плакаты освоения технических приемов (вязание узлов)

-Электронное приложение к «Энциклопедии спорта»

-«Правила соревнований по спортивному туризму (Регламент)».

-Понятие о Разрядных требованиях. Условия выполнения юношеских разрядов, 3 взрослого.

- Знакомство с основными положениями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами».

- Знакомство с основными положениями «Правил соревнований по спортивному ориентированию». - Знакомство с пунктами Регламента проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция - пешеходная». Раздел «Определение результатов».

- Изучение пунктов раздела № 1 «Основные положения» Правил соревнований по спортивному туризму (группа дисциплин - дистанции): цели, задачи и характер соревнований.

- Изучение пунктов раздела № 1 «Основные положения» Правил соревнований по спортивному туризму (группа дисциплин - дистанции).

Методические рекомендации При составлении учебно-тематического плана педагог должен исходить из своей педагогической и туристско-краеведческой квалификации, необходимо учитывать следующие факторы: объем учебного материала, цикличность по сезонам, последовательное усложнение материала.

В соответствии с возрастными особенностями учащихся используются разнообразные формы организации занятий и методы обучения. На занятиях используется групповая и индивидуальная работа под руководством педагога, что требует от учащихся общения друг с другом и педагогом.

Занятия в учебном кабинете состоят из теоретической и практической части. Теоретическая часть включает беседы, рассказы, которые способствуют эффективному усвоению туристско-краеведческих знаний. При проведении занятий большую роль играет использование дидактических материалов, наглядных пособий, презентаций, учебных фильмов. Практическая

часть занятий предполагает поисково - исследовательскую, проектную работу учащихся по решению поставленной проблемы, выполнение практических упражнений по изучаемой теме, оформление материалов краеведческой работы, разработку маршрутов, подготовку туристских мероприятий. При проведении занятий применяются технологии проблемного и диалогового обучения, проектно - исследовательские и игровые технологии, интерактивные методики, проводится рефлексия. При этом активно используются информационно - коммуникативные технологии.

Занятия на местности предусматривают практическую работу учащихся по физической и технико - тактической подготовке, экскурсии, краеведческие наблюдения на природе, сбор краеведческого материала, проведение природоохранных мероприятий, благоустройство памятников. При проведении практических занятий активно применяются образовательные технологии личностно - ориентированного и игрового обучения, педагогики сотрудничества, используются интерактивные методики, особое внимание уделяется рефлексии. Вне сетки часов происходит участие в походах, в соревнованиях, туристских слетах, краеведческих конкурсах, проектной деятельности.

Список литературы

1. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений учащихся. / Автор-составитель А.Г.Маслов – М.: ЦДЮТиК, 2002.
2. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. – М.: ЦДЮТиК, 2001.
3. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. – М.: ФЦДТЮиК, 2006.
4. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А.. Полевые туристские лагеря. – М.: ВЛАДОС, 2000.
5. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности»: Методическое пособие. - М: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
6. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожakov. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999.
7. Самохин Ю.С., Самохина Т.А. Туризм в детском оздоровительном лагере. – М.: Педагогическое общество России, 2003. *Детям*
8. Снаряжение туриста-водника / Сост.В.Н.Григорьев. – М.: Профиздат, 1986. *Детям*
9. Левит А.И. Южный Урал: География, экология, природопользование. – Челябинск: Южно-Уральское кн. изд-во, 2001. *Детям*
10. Виноградов Н.Б. Страницы древней истории Южного Урала. – Челябинск: Южно-Уральское кн.изд-во,1997. *Детям*
11. Гитис М.С. Челябинская область. Занимательная география в вопросах и ответах. – Челябинск: АБРИС, 2004.
12. Памятники природы Челябинской области./ Сост.Моисеев А.П., Николаева М.Е.. – Челябинск: Южно-Уральское кн.изд-во,1987.
13. Уральский меридиан./ Сост. Мешин А.В., Мельник В.П. - Челябинск: Южно-Уральское кн.изд-во,1986.
14. Книга для чтения по охране по охране природы./ Сост. А.Н.Захлебный. – М.: Просвещение, 1986. *Детям*
15. Петров Н.Н. Человек в чрезвычайных ситуациях. – Челябинск: Юж.-Урал. кн. изд-во, 1995.
16. Азбука туриста-эколога./ Сост. Л.Е.Куприна. – М.: «Турист», 1991.
17. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. – М.: ЦДЮТ РФ, 1996.
18. Докучаева Р.М. Советы Рюкзака Ивановича. – Тюмень, 2000. *Детям*
19. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. – Челябинск: Юж.-Урал. кн. изд-во, 1996. *Детям*
20. Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками: Практическое пособие. – М.: АРКТИ, 2001.
21. Устиновский Н.Н. Обеспечение страховки на туристских соревнованиях. – Екатеринбург, 2000.
22. Устиновский Н.Н. Техника туристского многоборья. – Екатеринбург, 2002.
23. Устиновский Н.Н. Методические рекомендации по проведению соревнований по туристскому многоборью. – Екатеринбург, 2002.
24. Теплоухов В.В.. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма. – 2000.
25. Дерягин В.В., Гитис М.С. Краеведение. Челябинская область. – Челябинск: АБРИС, 2008.
26. Вайзман Д. Руководство по выживанию. – М.: ООО «Издательство АСТ», 2002. – (Мини-энциклопедия)
27. Историческое краеведение. Челябинский Урал: учеб. пособие/ Н.Б. Виноградов, М.С. Гитис, В.М. Кузнецов. – Челябинск: АБРИС, 2008
28. Карманная энциклопедия туриста/ Автор-сост. Шабанов А.Н. – М.: Вече, 2000

29. Моисеев А.П. Южноуральская панорама событий и достижений. Книга для чтения по краеведению: учеб.пособие/ А.П. Моисеев, А.В. Драгунов, М.С. Гитис. Выпуск 1. – Челябинск: АБРИС, 2006
30. Мурох В.И, Стекольников Л.И. Наш зелёный исцеляющий друг. – Минск: Ураджай, 1986
31. Челябинская область. Краткий справочник. – Уральский перекрёсток № 3, 2000
32. Челябинская область. Туристские ресурсы. Справочник-каталог. – Челябинск: АБРИС, 2000
33. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений/ И.Ф. Богоявленский, Е.Н. Литвинов, С.В. Петров и др.; Под общ. ред. Л.В. Лункевич. – М.: ООО «Фирма издательство АСТ», 1999
34. Калишев В.Б. У природы нет плохой погоды. О погоде Урала. Учебно-методическое пособие для внеклассной работы. – Челябинск: Изд-во ЧП «А. Рейх», 1998
35. Географическое краеведение. Челябинская область: справочно-учебное пособие/ М.С.Гитис, А.П.Моисеев – Челябинск:АБРИС, 2008.
36. Колесникова Л.В. Спортивное ориентирование. Рабочая тетрадь юного ориентировщика. – М.: ЦДЮТиК, 2002.

*Детям***Электронные образовательные ресурсы,
доступ к которым обеспечивается учащимся**

1. Концепция краеведческого образования Челябинской области
2. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. Автор Константинов Ю.С.
3. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». Автор А.Г.Маслов
4. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. Автор Остапец А.А.
5. Школа туристских вожаков. Авторы Куликов В.М., Ротштейн Л.М.
6. Программы обучения детей жизненным навыкам в системе дополнительного образования. Авторы Маслов А.Г., Константинов Ю.С.
7. Азбука туризма. Автор К.В.Бардин
8. В помощь организаторам и инструкторам туризма. Рекомендации. Автор И.В.Васильев
9. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма. Корректировка 12.02.2000. Автор В.В.Теплоухов
10. Техника туристского многоборья. Специальное и страховочное снаряжение. Страховка на этапах, связанных с высотой. Автор Н.Н.Устиновский
11. Методическое пособие. Исследовательская деятельность (Метеорологические наблюдения школьников). Автор А.Г.Озеров
12. Рекомендации по ведению краеведческой работы в туристских походах. Автор Юрин В.И.
13. Рекомендации по организации работы по сбору устных исторических источников
14. Библиотека журнала «Русский турист»
15. Карманный справочник туриста. Автор Ю.А.Штюрмер
16. Управление катамараном
17. Маршруты для организации сплавов по рекам Южного Урала
18. Укладка рюкзака
19. Организация и режим питания на маршруте
20. Как вязать узлы для связывания веревок
21. Узлы. Их назначение и применение.
22. Узлы для туризма
23. Организация переправы. Мультимедийная презентация. Автор С.Ганаховский
24. Предсказание погоды. Авторы В.Громов, Г.Васильев
25. Топографические и спортивные карты
26. Условные знаки топографии
27. Условные знаки спортивных карт
28. Топографическая подготовка туриста
29. Рельеф суши. Мультимедийная презентация. Автор Безногова О.Н.
30. Съёмка плана местности. Мультимедийная презентация
31. Устройство компаса. Мультимедийная презентация
32. Туризм и спортивное ориентирование. Автор В.И.Ганопольский
33. Формы и элементы горного рельефа
34. Палеолит на Южном Урале. Мультимедийная презентация
35. Лекарственные растения Челябинской области. Мультимедийная презентация
36. Техника безопасности:
 - Безопасность при организации ночлегов в полевых условиях
 - Тест по ТБ
37. Навесная переправа
38. Порядок движения группы и способы преодоления препятствий

39. Первая медицинская помощь

40. Туристские костры

41. Питание в походе

- Питание в туристском походе. Авторы Н.А.Лысогор, Л.А.Толстой, В.В.Толстая

- Питание в экстремальных условиях

- Организация и режим питания

- Добыча и очистка воды

- Питьевой режим

- Использование дикорастущих съедобных растений

- Приготовление пищи в походных условиях

Упаковка продуктов