

**Дополнительная
общеразвивающая программа
«Краеведческий туризм»**

Уровень программы - базовый

Направленность программы – туристско-краеведческая

Возраст обучающихся -7 - 12 лет

Срок реализации программы – 3 года

Автор-составитель:
Медяникова Раиса Лукьяновна,
педагог дополнительного
образования

Корсаков
2024

Содержание

1. Комплекс основных характеристик.....	3
1.1 Пояснительная записка.....	3
1.2. Цель реализации программы.....	5
1.3. Учебный план	8
1.4. Содержание учебной программы	14
1.5. Планируемые результаты	23
2. Комплекс организационно-педагогических условий	25
2.1. Календарный учебный график.....	25
2.2. Условия реализации программы.....	26
2.3. Формы аттестации.....	27
2.4. Оценочные материалы.....	28
3. Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов.	29
Приложение 1	32
Приложение 2	50

1. Комплекс основных характеристик

1.1 Пояснительная записка

Программа «Туризм» **туристско-краеведческой направленности** предлагает разнообразные **виды деятельности** учащихся: дети обучаются туристским навыкам, правилам поведения вынужденной автономии, оказанию первой медицинской помощи, знакомятся с историей, монументами и памятниками своего района и края.

Туристско-краеведческая деятельность является наиболее эффективной в вопросе комплексного воспитания детей. Туризм – мощный катализатор развития ребенка и уникальное педагогическое средство обучения и воспитания. Он позволяет воспитывать коллективизм и товарищество, организовать познание природы родного края в непосредственном контакте с ней, гармонизировать духовное и физическое развитие школьников через детскую туристско-краеведческую деятельность.

Актуальность программы

В последние годы Правительство Российской Федерации одной из важнейших задач считает оздоровление нации. Наша задача - как можно быстрее отвлечь подростков и молодёжь от вредных привычек: наркомании, курения, алкоголизма, токсикомании и бродяжничества. Для этого необходимо привлечь учащихся к занятиям физической культурой и спортом.

Опыт работы показывает, что двухчасовых, даже трёхчасовых занятий в неделю физической культурой на уроках в школе недостаточно. Выход из ситуации возможен при добровольном обучении учащихся в системе дополнительного образования, различных спортивных секциях и кружках. Но не все дети с удовольствием посещают традиционные секции и кружки по отдельным видам спорта.

Туризм, личность, труд – звенья одной цепи: это и познание, и повышение культурного уровня, и важное средство общения, и дружба, и укрепление здоровья учащихся, и немало важно - любовь к своей малой родине, природе и истории. Туризм – это и спорт.

Туризм в силу специфики деятельности и воспитательной среды предоставляет большие возможности в деле профессиональной ориентации школьников. В туристской деятельности трудовое воспитание играет большую роль в выборе будущей профессии детей. Дети получают жизненно-необходимые знания и навыки в ходе походов. Учатся грамотно, действовать в чрезвычайных ситуациях: ориентироваться на местности, обеспечивать укрытия в непогоду, оказывать первую медицинскую помощь и т. д.

Программа направлена на адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессии спасатель, пожарный, высотник и т. д., что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

В процессе туристической деятельности расширяется сфера общения школьников, происходит приобретение навыков социального воздействия, накопления положительного опыта поведения, создаются благоприятные условия для формирования нравственных качеств личности.

Туризм способствует всестороннему развитию личности ребёнка, общему оздоровлению организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического туристского мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота своей Родины.

Актуальность программы определяется потребностью общества в специалистах, владеющих профессиональными навыками и умением, определением и выбором учащимися (ещё на стадии школьного обучения) дальнейшего профессионального развития, обучения и освоения конкретных специальностей, более лёгкой адаптацией «во взрослой» жизни.

Тип программы: одноуровневая

Уровень сложности: базовый

Программа реализуется на русском языке, государственном языке Российской Федерации.

Отличительные особенности программы

При создании программы учитывался современный опыт комплексного подхода к изучению туризма и краеведения в образовательных учреждениях. Данная Программа построена с использованием самых разных источников. Помимо туризма и краеведения, привлечены материалы: этнографии, топонимики, литературы, географии и т.д.

Программа составлена с учетом региональных особенностей и традиций, перспектив деятельности объединений.

В связи с особенностями психофизического развития детей младшего школьного возраста важное место отводится смене видов деятельности учащихся.

Большое внимание уделяется иллюстрированному материалу, наглядным пособиям. Главное – заинтересовать ребенка, ведь заинтересованный человек может быстрее и глубже усвоить учебный материал.

Туристско-краеведческая деятельность содействует всестороннему и гармоничному развитию личности ребенка, затрагивая его различные сферы (интеллектуальную, эмоциональную, волевую и т. д.). Система туристско-краеведческой работы с детьми характеризуется тем, что она способствует созданию такой социальной среды, в которой ребенок мог бы раскрыть собственное «Я», реализовать и развить свои способности и интересы, приобрести полезный жизненный опыт и адаптироваться к современным социально-экономическим условиям.

Туристско-краеведческая деятельность представляет собой одну из моделей такой воспитательной системы, которая характеризуется динамичностью и исторической обусловленностью, многоплановостью, многофункциональностью и комплексностью воздействия на личность ребенка.

Программа построена на тесной связи лекционных и практических занятий, участие в различных видах соревнований, которые станут зримым результатом своей работы.

Знания, умения и навыки, полученные при изучении данной программы, учащиеся смогут применить для формирования материалистического мировоззрения учеников, воспитания любви к Родине, углубленного изучения основ наук: географии, истории, биологии, краеведения.

Адресат программы

Программа актуальна для учащихся 7 – 12 лет. В группу принимаются учащиеся, имеющие первоначальные знания и навыки туристско-краеведческой деятельности. К психологическим особенностям детей младшего школьного возраста относится: формирование силы воли, расширение круга общения, появление новых авторитетов вне семьи, осознание собственного «я» с точки зрения своего места в социуме, приобщение к труду, обретение уверенности, развитие самостоятельности и ответственности.

Объем и срок освоения программы.

Период	Продолжительность занятий, ч	Количество занятий в неделю	Количество часов в неделю	Количество недель	Количество часов в год, ч
1 год обучения	2	1	2	34	68
2 год обучения	2	1	2	34	68
3 год обучения	2	1	2	34	68
					204

Режим занятий Занятия проводятся 1 раз в неделю с каждой группой, продолжительность занятия – 2 часа. В конце каждого часа предусмотрен пятнадцатиминутный перерыв (отдых, проветривание помещения).

Объем программы – 204 часа.

Срок реализации программы – 3 года

Программа реализуется на государственном языке РФ - русском.

Наполняемость группы: 6-25 человек

Форма обучения: очная, дистанционная

Методы обучения:

Словесные методы: рассказ, беседа, работа с книгой, справочной литературой, лекции.

Наглядные методы: просмотр фотографий, использование схем, рисунков, видеофильмов,

Практические методы: спортивные тренировки, соревнования, экскурсии, игровые программы в помещении и на свежем воздухе, зачетные занятия, походы, изготовление поделок из природного материала.

Тип занятий: занятия комбинированного типа

Виды занятий:

беседа,

зачет,

конкурс,

соревнование,

самостоятельная работа,

презентация,

практическое учебное занятие.

Защита и анализ практических и творческих работ

Формы организации деятельности

индивидуальная;

работа в группах.

1.2. Цель реализации программы

обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий туризмом, формирование всесторонней гармонично развитой личности.

Задачи:

Для достижения поставленной цели решаются следующие задачи:

Предметные:

- 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.
- укреплять здоровье, содействовать правильному физическому развитию воспитанников;
- создавать условия для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;

Метапредметные:

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

-способствовать социальному и профессиональному самоопределению, творческой самореализации личности;

обучать жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях

Личностные: воспитывать волевые качества: целеустремленность, настойчивость инициативы, ответственность, товарищество и взаимовыручку, любознательную,

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

Планируемые результаты

Личностные:

- развитие учебно-познавательного интереса к новому материалу и способам решения новой частной задачи;
- развитие способности к самооценке на основе критерия успешности занятий;
- развитие основ гражданской идентичности личности в форме осознания “Я” как гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие, осознание своей этнической принадлежности;
- чувства прекрасного и эстетического чувства на основе знакомства культуры родного края, народа;
- формирование основ моральных и нравственных ценностей российского общества;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества с учителем и сверстниками.

Метапредметные:

- овладение способностью принимать и сохранять учебную цель и задачи, самостоятельно преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- умение планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации;
- умение провести сравнение, анализ, обобщение, простейшую классификацию по родовидовым признакам, установление аналогий, отнесение к известным понятиям.

Предметные:

- умение использовать различные способы поиска, обработки, анализа и интерпретации информации в соответствии с учебной задачей; пользоваться словарями и справочной литературой для школьников;
- умение участвовать в учебном диалоге, соблюдать нормы речевого этикета, передавать в связном повествовании полученную информацию;
- расширять, систематизировать и углублять исходные представления о природных и социальных объектах окружающего мира, осознавать целостность окружающего мира,
- осваивать доступные способы изучения природы и общества (наблюдение, опыт, сравнение,
- научиться устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире, в том числе на материале природы и культуры родного края.

Для достижения поставленной цели первого года обучения решаются следующие задачи:

Предметные:

- создавать условия для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- воспитание бережного отношения к природе.

Метапредметные:

- обучать жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- интеграция урочной и внеурочной деятельности.

Личностные:

Воспитывать волевые качества: целеустремленность, настойчивость инициативы, ответственность, товарищество и взаимовыручку.

Для достижения поставленной цели второго года обучения решаются следующие задачи:

Предметные:

- удовлетворение потребности обучающихся в непосредственном познании мира, своего края;
- укреплять здоровье, содействовать правильному физическому развитию воспитанников.

Метапредметные:

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

Личностные:

- передача накопленного опыта человечеством жизненного опыта и материально-культурного наследия;
- формирование морально-психологических качеств.

Для достижения поставленной цели третьего года обучения решаются следующие задачи:

Предметные:

- формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;
- организация совместной деятельности детей и родителей.

Метапредметные:

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

Личностные:

- формирование материалистического мировоззрения школьников;
- формирование всесторонне гармонично развитой личности.

1.3. Учебный план

1 год обучения

Наименование разделов	Теория	Практика	Всего	Формы контроля аттестации
1. Введение. История развития туризма. Техника безопасности при проведении походов	1	1	2	Беседа
2. Азбука туристско-бытовых				
2.1. Основы безопасности в природе	2	1	3	Групповая работа
2.2. Личное снаряжение и уход за ним	1	1	2	Собеседование
2.3. Групповое снаряжение и уход за ним. Индивидуальный и групповой ремонтный набор	2	1	3	Собеседование
2.4. Организация бивака. Правила установки палатки	1	3	4	Беседа
2.5. Туристская группа в походе	1	2	3	Фронтальный опрос
3. Азбука топографии				
3.1. Условные знаки карты.	1	2	3	Самостоятельная работа
3.2. Ориентирование по сторонам	1	2	3	Беседа
3.3. Топографический диктант		1	1	Самостоятельная работа
4. Туристическое и экскурсионное				
4.1. Ориентирование по местным признакам. Способы ориентирования	1	3	4	Групповая работа
4.2. Способы отметки на КП	1	2	3	Индивидуальная работа
4.3. Ориентирование экскурсионное	1	2	3	Самостоятельная работа
5. В гостях у Айболита				
5.1. Оказание первой медицинской	1	2	3	Опрос
5.2. Обработка ран, ссадин. Наложение простейших повязок	2	2	4	Систематизация знаний
5.3. Индивидуальная и групповая	1	1	2	Тест
5.4. Способы транспортировки	1	2	3	Тест

5.5. Термический ожог, солнечный	1	2	3	Групповая работа
6. Основы краеведения				
6.1. Туристские возможности края. Охрана природы	1		1	Фронтальный опрос
6.2. Родословная	1		1	Индивидуальная работа
6.3. Земляки	1	1	2	Собеседование
6.4. Памятные места города	1	2	3	Экскурсия
7. Азбука спортивно-				
7.1. Пешеходный туризм		1	1	Групповая работа
7.2. Полоса препятствий.		2	2	Групповая работа
7.3. Туристские узлы и их		2	2	Групповая работа
7.4. Правила поведения при переезде		1	1	Беседа
8. Соревнование по пешеходному		6	6	Соревнование
ИТОГО	23	45	68	

2 год обучения

Наименование разделов	Теория	Практика	Всего	Форма контроля/ аттестации
1. Введение. Экскурсионные объекты. Туристские возможности района	1		1	Беседа
2. Факторы риска				
2.1. Факторы выживания: готовность	1	2	3	Беседа
2.2. Знание приемов самоспасения, навыков выживания		2	2	Индивидуальная работа
2.3. Организация спасательных работ	1	2	3	Фронтальный опрос
2.4. Тактика выживания		1	1	Фронтальный опрос
2.5.Выживание в природной среде	1	1	2	Групповая
3. Сигналы спасения				
3.1 Азбука Морзе, флаги-сигналы	1	2	3	Индивидуальная работа
3.2. Сигнальные костры, свечи	1	2	3	Групповая
3.3. Бутылочная почта, кодовая	1	2	3	Групповая
4. Аварийное ориентирование				
4.1. Приемы работы с картой: знаки водоснабжения, показатели опасности		2	2	Фронтальный опрос
4.2. Определение сторон горизонта		3	3	Фронтальный опрос
4.3. Определение расстояния по карте, звуку, до недоступного предмета, отработка навыков определения расстояния		1	1	Самостоятельная работа
5. Лес встречает по одежке				
5.1. Изготовление средств защиты от неблагоприятных погодных условий	1	2	3	Индивидуальная работа
5.2. Что положить в рюкзак	1	2	3	Индивидуальная работа
6. Действия в аварийной				
6.1. Аварийно-спасательный набор		2	2	Групповая
6.2. Организация водопотребления в аварийной ситуации		2	2	Групповая работа

7. Способы защиты от неблагоприятных климатических условий				
7.1. Виды укрытий: навесы, чумы, вигвамы, гамаки, шалаши, мини-укрытия, лежанки		3	3	Групповая работа
7.2. Оборудование кострового бивака. Кроссворд		2	2	Групповая работа
8. Послеаварийный период				
8.1. Правила перехода безопасных	1	3	4	Беседа
8.2. Изготовление самодельного походного снаряжения		3	3	Индивидуальная работа
9. Доврачебная медицинская				
9.1. Шок, обморок, кровотечение, удушье, боль в животе, грудной клетке;		3	3	Индивидуальная работа
9.2. Способы транспортировки пострадавшего		2	2	Индивидуальная работа
9.3. Солнечные и тепловые удары		2	2	Тест
9.4. Групповая походная аптечка. Конкурс «Лучший медик»		2	2	Индивидуальная работа
10. Самоспасение в зоне стихийного бедствия				
10.1. Пожары, гроза, лавины, пурга	1		1	Беседа
10.2. Предсказание погоды по местным признакам		4	4	Фронтальный опрос
10.3. Соревнование по пешему туризму		4	4	Соревнование
11. Краеведение				
11.1. История родного края. Исторические и культурные памятники.	1	2	3	Фронтальный опрос
итого:	12	56	68	

3 год обучения

Название темы	Теория	Практика	Всего	Форма контроля/ аттестации
1. Введение. Инструктаж по ТБ. Виды туризма. Особенности пешеходных походов.	1		1	Беседа
2. Подготовка похода, обязанности участников похода				Беседа
2.1. Будем культурными туристами (техническая, физическая, моральная подготовка)	1	2	3	Беседа
2.2. Обязанности участников похода		2	2	Беседа
2.3. Снаряжение для похода		2	2	Беседа
3. Факторы риска и выживания				
3.1. Факторы риска: голод, жажда, холод, переутомление	1		1	Фронтальный опрос
3.2. Факторы выживания: готовность к действиям в аварийной ситуации		3	3	Фронтальный опрос
4. Обеспечение безопасности				
4.1. Сигналы бедствия		2	2	Беседа
4.2. Убежище. Виды убежищ		1	1	Самостоятельная работа
4.3. Виды костров		1	1	Самостоятельная работа
4.4. Добывание воды		1	1	Самостоятельная работа
5. Ориентирование				
5.1. Азимут		1	1	Самостоятельная работа
5.2. Ориентирование по карте		1	1	Самостоятельная работа
5.3. Ориентирование на местности		2	2	Самостоятельная работа
5.4. Ориентирование по местным признакам		3	3	Самостоятельная работа
5.5. Соревнование по спортивному ориентированию		4	4	Самостоятельная работа
6. Топографическая подготовка				
6.1. Топографические карты	1		1	Индивидуальная работа

6.2. Масштаб		2	2	Индивидуальная работа
6.3. Условные знаки карт		1	1	Индивидуальная работа
6.4. Способы измерения расстояния на местности		1	1	Индивидуальная работа
6.5. Глазомер (определение высоты дерева) Тест		1	1	Индивидуальная работа
7. Доврачебная помощь в аварийной ситуации				
7.1. Общие гигиенические требования в походе. Требования к одежде и обуви. Походная аптечка	1		1	Самостоятельная работа
7.2. Помощь при солнечном и тепловом ударе		1	1	Самостоятельная работа
7.3. Помощь при ожогах		1	1	Тест
7.4. Травмы. Первая помощь		2	2	Тест
7.5. Помощь при кровотечениях		2	2	Индивидуальная работа
7.6. Транспортировка пострадавшего. Конкурс «Лучшие медик»		2	2	Групповая работа
8. Техника пешеходного туризма				
8.1. Вязка узлов: проводник, проводник-восьмерка, двойной проводник, грейп-вайн, стремя, штык со шлагом		6	6	Индивидуальная работа
8.2. Итоговое занятие: соревнование по вязке узлов, преодолении препятствий		2	2	Соревнование
8.3. Преодоление препятствий		6	6	Индивидуальная работа
8.4. Итоговое занятие: соревнование по преодолению препятствий		2	2	Соревнование
9. Выживание в природной среде				
9.1. Организация и проведение спасательных работ	1	1	2	Беседа
9.2. Тактика группы при потере какого-либо снаряжения.	1		1	Беседа
9.3. Обустройство ночлега и быта без использования снаряжения ¹	1		1	Беседа
10. Краеведческая работа в походе				

10.1. Природа родного края и его история	2		2	Фронтальный опрос
10.2. Заповедники и заказники Корсаковского городского округа.		1	1	Фронтальный опрос
10.3. Красная книга области	2		2	Фронтальный опрос
итого	11	57	68	

1.4. Содержание учебной программы

1 год обучения

Раздел 1. Введение – 2 часа

Теория

История развития туризма. Польза и значение туризма для оздоровления организма человека, познание окружающего мира и самого себя. Техника безопасности при проведении походов.

Раздел 2. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста – 15 часов

Теория

2.1. Основы безопасности в природе

Правила поведения и соблюдения тишины при участии в туристской прогулке, экскурсии в лес, взаимопомощь в туристской группе. Правила поведения туристов во время различных природных явлений (снегопада, голода, ливня, тумана и пр.). Правила поведения при обнаружении очага возгорания.

Практика

Поиск условно заблудившихся людей по карте.

Теория

2.2. Личное снаряжение и уход за ним

Личное снаряжение туриста для прогулки, участия в походе. Типы рюкзаков, спальных мешков и требования к ним. Правила размещения предметов в рюкзаке. Обувь и одежда для летних и зимних походов. Требования к одежде (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и т.д.). Личная посуда. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур.

2.3. Групповое снаряжение и уход за ним

Теория

Групповое снаряжение: котелки, таганок, саперная лопата, рукавицы, половники, ножи, упаковка для продуктов питания. Требования к групповому снаряжению и уход за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение, устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки. Требования к уходу за снаряжением. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Индивидуальный и групповой ремонтный набор. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, верхонки, ножи, баки для приготовления пищи.

Практика

Упаковка и распределение группового снаряжения для похода между участниками. Укладка рюкзака. Укладка группового оборудования.

2.4. Организация бивака. Правила установки палатки

Теория

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

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников). Планировка и организация бивака на местности. Организация бивачных работ:

выбор места для палаток, костра, забора воды, умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатках. Уборка места лагеря перед уходом группы. Типы костров и их назначение. Костровое оборудование. Правила разведения костра, работа с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Охрана природы. Противопожарные меры. Питание в походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим в походе. Выбор и обеззараживание воды.

Практика

Определение мест пригодных для разбивки лагеря. Установка палаток. Размещение вещей в палатке. Приготовление пищи на костре.

2.5. Туристская группа в походе

Теория

Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время экскурсии, похода. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности. Работа направляющего и замыкающего.

Практика

Туристская прогулка (экскурсия).

Раздел 3. Азбука топографии – 9 часов

3.1. Условные знаки карты.

Теория

Основы топографии. Способы изображения земной поверхности. Рисунок и простейший план местности (школьный двор). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, плане.

Практика

Рисовка условных знаков. Составление легенды движения группы условными знаками.

3.2. Ориентирование по сторонам горизонта, карте

Теория

Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по местным признакам. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередач и др.). Рельеф местности. Компас. Работа с компасом. Правила обращения с компасом.

Практика

Определение сторон горизонта при помощи компаса в районе школы, по карте. Топографический диктант.

Раздел 4. Туристское и экскурсионное ориентирование – 12 часов

Теория

4.1. Ориентирование по местным признакам. Способы ориентирования

Суточное движение Солнца по небосклону. Полярная звезда, ее нахождение. Определение сторон горизонта по особенностям некоторых предметов.

Практика

Определение сторон горизонта по местным признакам на местности. Определение азимута по карте, расстояния по карте. Тестирование

4.2. Способы отметки на контрольном пункте

Теория

Оборудование контрольного пункта: призмы, компостер. Способы отметки на КП.

Практика

Упражнения в отметке контрольного пункта (спортивный лабиринт).

4.3. Ориентирование экскурсионное

Теория

Памятники истории и культуры, музеи Корсаковского городского округа. Краеведческие и мемориальные музеи, школьные музеи.

Практика**Раздел 5. В гостях у Айболита – 13 часов****5.1 Оказание первой медицинской помощи при ушибах****Теория**

Значение медико-санитарной подготовки. Травмы по время похода, оказание первой медицинской помощи.

Практика

Обработка ран, ссадин

Теория

Способы обработки ран, ссадин. Характеристика травм. Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок. Необходимая помощь. Профилактика.

Практика

Игра «Айболит» (обработка ран, ссадин, наложение повязок).

Индивидуальная и групповая аптечка

Теория

Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для похода. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению, определение срока годности для использования. Обязанности медика группы.

Практика

Упаковка аптечки для похода, Проверка ее комплектности, срока годности, их упаковки.

Способы транспортировки пострадавшего

Теория

Организация элементарной транспортировки пострадавшего при различных типах травм.

Практика

Изготовление транспортных средств из подручного материала. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

Термический ожог. Солнечный удар

Теория

Причины ожогов. Виды ожогов, признаки. Причины солнечного удара. Необходимая помощь. Признаки заболевания.

Практика

Оказание помощи условно пострадавшему. Кроссворд на медицинскую тему.

Тестирование**Раздел 6. Основы краеведения – 9 часов****6.1. Туристские возможности края. Охрана природы****Теория**

Фауна и флора района. Исторические и культурные памятники Корсаковского городского округа. Интересные уголки края.

6.2. Родословная**Теория**

Состав семьи воспитанников (родословная). Семейные традиции и семейные праздники. Интересные люди Корсаковского городского округа. Сведения об истории своего края. Памятники истории, природы своего округа.

Практика

Составление геологического древа своей семьи. Описание экскурсионных объектов.

6.3. Земляки

Теория

Изучение истории школы «Моя школа», «Мой класс», «Мои учителя».

Практика

Встреча и интересными людьми, прослушивание их рассказов о туристской (походной) жизни в школьные годы, в настоящее время.

6.4. Памятные места города**Практика**

Памятные места города. Экскурсия в музей. Просмотр фотоматериалов о прошлом Сахалина, Корсаковского городского округа. Перспективы развития.

Раздел 7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма – 6 часов**7.1. Пешеходный туризм****Теория**

Способы преодоления простейших и естественных препятствий; организация движения группы в лесу; преодоление простых препятствий; движение по дорогам. Переправа через болото, Техника безопасности при преодолении препятствий.

Практика

Преодоление «условного болота» при помощи жердей, кочек.

7.2. Полоса препятствий**Практика**

Преодоление препятствий по бревну, спуск, подъем спортивным способом.

7.3. Туристские узлы и их применение**Практика**

Техника безопасности при проведении туристских походов.

Практика

Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки.

Узлы: прямой, ткацкий, академический, булин, грейпвайн.

Раздел 8. Соревнование по спортивному ориентированию – 6 часа**2 год обучения****Раздел 1. Введение – 1 час****Теория**

История развития туризма. Техника безопасности при проведении походов. Информация о работе передвижного туристского лагеря (фотоматериалы).

Раздел 2. Факторы риска: голод, жажда – 9 часов**2.1. Экстремальные ситуации в походе****Теория**

Правила поведения в лесу при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной среде с представителями животного мира. Необходимость выполнения требований руководителя туристской группы.

Практика

Составление памяток по правилам безопасности.

Знание приемов самоспасения, навыков выживания

Практика

Игры на темы: «Что делать в случае... (задымления, обнаружения очагов возгорания)?»

Организация спасательных работ

Теория

Готовность к действиям в аварийной ситуации. Знание приемов самоспасения, навыков выживания. Организация спасательных работ.

Практика

Действия группы в аварийной ситуации (ориентирование по местным признакам, солнцу, луне, полярной звезде, оказание первой медицинской помощи).

Тактика выживания**Практика**

Техника безопасности при действиях в аварийной ситуации. Работа с компасом: упражнения по определению азимута на предмет, нахождение предмета по заданному азимуту.

Раздел 3. Сигналы спасения – 9 часов**Теория**

3.1. Значение сигналов спасения. Виды сигналов спасения: азбука Морзе, подача сигналов флагами, зеркалом.

Практика

Обучение подаче сигналов при помощи Морзе, флагами, зеркалом.

3.2. Сигнальные костры, свечи**Теория**

Подача сигналов бедствия при помощи сигнальных костров, свечей. Виды сигнальных костров.

Практика

Подача сигналов при помощи сигнальных костров, свечей.

3.3. Бутылочная почта, кодовая сигнализация**Теория**

Бутылочная почта, ее история. Кодовая сигнализация.

Практика

Подача сигналов бедствия в виде бутылочной почты, кодовой сигнализации.

Раздел 4. Аварийное ориентирование – 8 часов**Теория**

4.1. Приемы работы с картой, знаки водоснабжения, искусственных сооружений, речной гидрографии, местности

Практика

Основы топографии. Способы изображения на планах и топографических картах водных объектов, искусственных сооружений, речной гидрографии, форм рельефа.

4.2. Определение сторон горизонта**Практика**

Определение сторон горизонта по часам, культовым объектам, солнцу, звездам, местным признакам, определение расстояния на глаз, шагами.

Определение расстояния по карте, звуку, до недоступного предмета

Практика

Знакомство с различными способами определения расстояния на карте. Способы **определения расстояния по звуку, до недоступного предмета.**

Раздел 5. Лес встречает по одежке – 6 часов**5.1. Изготовление средств защиты****Теория**

Одежда для походов, обувь, головные уборы в разные времена года. Изготовление **индивидуальных средств защиты от неблагоприятных погодных условий. Виды укрытий.**

Практика

Изготовление индивидуальных средств защиты от неблагоприятных погодных условий: одежды, укрытий (шалаш, тент, навес, норка, настил).

5.2. Что положить в рюкзак**Теория**

Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Правила размещения предметов в рюкзаке. Личное снаряжение в соответствии с погодными условиями.

Практика

Укладка рюкзака, подготовка снаряжения. Уход за снаряжением и его ремонт.

Раздел 6. Действия в аварийной ситуации – 8 часов

6.1. Аварийно-спасательный набор

Практика

Подготовка аварийно-спасательного набора: иглы, нитки, набор пуговиц, заплаток, шнуров, леска, зеркало, тент, сухое горючее, огарок свечи, нож, крючки, спички в герметической упаковке, индивидуальная аптечка, перевязочный материал.

6.2. Организация водопотребления в аварийной ситуации

Практика

Способы добывания воды. Способы очистки воды.

6.3. Обеспечение продуктами питания

Практика

Приготовление продуктов питания из дикорастущих съедобных растений, грибов, охоты, рыбалки. Оказание первой доврачебной помощи при отравлении.

Раздел 7. Способы защиты от неблагоприятных климатических условий – 8 часов

7.1. Виды укрытий

Практика

Строительство укрытий: навес, чум, вигвам, гамак, шалаш, мини-укрытия, лежанки.

7.2. Оборудование кострового бивака

Практика

Виды костров для приготовления пищи и обогрева (нодья, колодец, полинезийский, 3 бревна, решетка. Костровое оборудование и его назначение. Способы добывания огня в дождливую погоду.

Раздел 8. Послеаварийный период – 7 часов

Правила перехода аварийных участков

Теория

Меры безопасности при преодолении опасных участков. Техника перехода по мокрому грунту, заболоченным участкам, осыпям, крутым склонам. Туристский строй: темп, шаг, интервал, порядок движения.

Практика

Преодоление болота при помощи жердей, кочек. Преодоление реки при помощи навесной переправы, параллельных веревок.

Изготовление походного самодельного походного снаряжения

Практика

Изготовление из пластиковых бутылок плота, спасательного жилета. Изготовление из бересты одежды, обуви, головного убора.

Раздел 9. Доврачебная медицинская помощь в аварийной ситуации – 8 часов

9.1.

Практика

Шок, обморок, кровотечение, удушье, боль в животе, грудной клетке.

9.2

Практика

Способы транспортировки пострадавшего.

9.3.

Практика

Способы оказания первой медицинской помощи при солнечном и тепловом ударе.

9.4.**Практика**

Составление походной аптечки. Назначение медикаментов, их назначение.

Раздел 10. Самоспасение в зоне стихийного бедствия – 6 часов**10.1. Действия и поведение в зоне стихийных бедствий****Теория**

Пожар, гроза, лавины, пурга – действия участников похода. Техника безопасности в зоне стихийных бедствий.

Практика

Отработка навыков действия во время пожара, грозы, пурги, схода лавины.

10.2.**Теория**

Предсказания погоды по местным признакам, поведению животных.

10.3. Соревнование по пешеходному туризму**Практика**

Игра «Я собираюсь в поход».

Раздел 11. Краеведение- 3 часа**Практика**

История родного края. Исторические и культурные памятники. Экскурсия по городу

3 год обучения**Раздел 1. Введение – 1 час****1.1. Виды туризма.****Теория**

Особенности пешеходных походов. Техника безопасности при проведении походов.

Просмотр фотографий летнего передвижного палаточного лагеря.**Раздел 2. Подготовка похода – 7 часов****Теория**

2.1. Правила организации и проведения туристских походов. Подбор группы. Техническая, физическая и моральная подготовка туриста. Охрана природы. Закон об охране природы.

Практика

Составление плана подготовки похода. Составление плана-графика движения.

Обязанности участников похода

Практика

Комплектование группы. Распределение обязанностей в группе (командир, завхоз, краевед, старший проводник, медик). Составление сметы расходов на питание участников похода.

2.3. Снаряжение для похода**Практика**

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переносе. Укладка рюкзака. Игра «Что взять с собой в поход».

Раздел 3. Факторы риска и выживания – 4 часа**Теория**

3.1. Составление плана похода, разработка маршрута. Факторы риска: голод, жажда, холод, переутомление.

3.2. Факторы выживания: готовность к действиям в аварийной ситуации

Практика

Аварийный набор неприкосновенного запаса (НЗ), индивидуальный спасательный набор. Травмы (раны, переломы, вывихи). Переохлаждение организма. Обморожение. Отравление. Голод. Холод. Жара и жажда. Составление памятки.

Раздел 4. Обеспечение безопасности – 5 часов

4.1. Сигналы бедствия

Практика

Подача сигналов бедствия при помощи зеркала, яркой одежды, костра, вспышки ракет, знаки-сигналы на местности, звуковые сигналы и т.д. Составление памятки.

4.2. Убежище, виды убежищ

Практика

Убежище. Виды убежищ, укрытий: навес, чум, траншея под деревом, гамак жердевый. Отработка практических навыков по строительству разных видов убежищ, укрытий.

4.3. Виды костров

Практика

Виды костров. Отработка практических навыков по умению разложить разные виды костров: колодец, скат, крест, пушка, очаг охотника.

4.4. Добывание воды

Практика

Способы добывания воды (составление памятки) – сбор росы, сок из медвежьей трубки, березовый сок, в руслах пересохших рек и т.д.

Раздел 5. Ориентирование – 13 часов

5.1. Азимут

Практика

Понятие о технике ориентирования. Азимут. Определение азимута на заданный предмет, определение предмета по заданному азимут.

5.2. Ориентирование по карте

Практика

Карта соревнований по спортивному ориентированию. Чтение значков на спортивной карте. Сравнение с топографической картой. Зарисовка спортивных знаков.

5.3. Ориентирование на местности

Практика

Отработка практических навыков спортивного ориентирования на местности.

5.4. Ориентирование по местным признакам

Практика

Ориентирование по полярной звезде, суточное движение солнца в разное время дня, по квартальным столбам, кресту на церкви, годовым кольцам на пне спиленного дерева и т.д. Составление памятки.

Раздел 6. Топографическая подготовка – 6 часов

6.1. Топографические карты

Теория

Значение топографических карт для туриста. Топографические знаки. Отличие топографических знаков от спортивных.

6.2. Масштаб

Практика

Виды масштаба, изображение масштаба на карте. Мелкомасштабные, среднемасштабные и крупномасштабные карты.

6.3. Условные знаки топографических карт:

Практика

Зарисовка топографических знаков. Топографический диктант.

6.4. Способы измерения расстояния на местности

Практика

Измерение расстояния на местности при помощи шагов, шагомера, курвиметра. Упражнения на прохождение отрезков различной длины.

6.5. Глазомер

Практика

Определение высоты предмета (дома, дерева, кустарника и т.д.) разными способами.

Раздел 7. Доврачебная помощь в аварийной ситуации – 9 часов**Теория**

7.1. Общие гигиенические требования в походе. Требования к одежде и обуви. Походная аптечка.

Личная гигиена туриста. Понятие о гигиене. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности организма к простудным заболеваниям. Профилактика заболеваний. Гигиена обуви, одежды. Походная аптечка (личная, групповая).

7.2. Первая медицинская помощь при солнечном и тепловом ударах**Практика**

Оказание первой медицинской помощи при солнечном и тепловой ударах.

7.3. Первая медицинская помощь при ожогах

Практика

Виды ожогов. Оказание первой помощи при ожогах разной степени.

7.4. Травмы. Первая помощь

Практика

Виды травм. Оказание помощи при ранах, вывихе, переломах.

7.5. Помощь при кровотечениях

Практика

Виды кровотечения. Оказание помощи при кровотечениях.

7.6. Транспортировка пострадавшего

Практика

Способы транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, состояния. Виды транспортировки (на рюкзаке, веревке, по перечных палках, на шестах со штормовками). Изготовление носилок, волокуш из штормовок.

Раздел 8. Техника пешеходного туризма – 20 часов**8.1. Вязка узлов****Практика**

Узлы: проводник, проводник-восьмерка, двойной проводник, грейп-вайн, стремя, штык со шлагом.

8.2. Итоговое занятие

Практика

Соревнования по вязке узлов.

8.3. Преодоление препятствий

Практика

Спуск и подъем по склону спортивным способом, переправа по бревну, жердям, кочкам, на ходулях, транспортировка пострадавшего.

8.4. Итоговое занятие

Практика

Соревнования по преодолению препятствий.

Раздел 9. Тактика и техника движения в походе – 3 часа

9.1. Организация движения

Теория

Преодоление препятствий. Порядок движения в группе на маршруте. Туристский строй. Режим движения. Темп. Обязанности направляющего замыкающего. Режим ходового дня.

9.2. Движение по заселенной местности

Теория

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по травяным склонам. Техника безопасности при движении в туристских походах. Правила поведения в незнакомой местности. Взаимоотношения с местным населением.

Раздел 10. Краеведческая работа в туристском походе– 4 часа

10.1. Природа родного края и его история

Теория

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Роль туристов в охране памятников истории и культуры края.

10.2. Заповедники и заказники Корсаковского городского округа

Практика

Просмотр видеоматериалов о заповедниках и заказниках округа. Путешествие по карте Корсаковского городского округа. Заслушивание докладов о достопримечательностях округа. Проведение краеведческой викторины.

1.5. Планируемые результаты

Планируемые результаты первого года обучения

Личностные:

- развитие учебно-познавательного интереса к новому материалу и способам решения новой частной задачи;
- развитие познавательного интереса к профессии «спасатель»;
- формирование основ моральных и нравственных ценностей российского общества.

Метапредметные:

- умение осуществлять информационную, познавательную и практическую деятельность с использованием различных средств информации и коммуникации.

Предметные:

- научиться устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире, в том числе на материале природы и культуры родного края;
- приобретение навыков самостоятельной работы.

Должны знать:

- не менее четырех фактов, влияющих на здоровье (режим, физкультура, закаливание, питание и т.д.);
- перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему;
- специальное снаряжение (для установки палатки, организации бивака, веревки основные, вспомогательные, репшнур);
- не менее 10 условных знаков топографических карт;
- способы оказания первой доврачебной помощи;
- способы ориентирования на местности.

Должны уметь:

- выполнять комплекс утренней гимнастики;
- выполнять основные санитарно-гигиенические нормы (мытьё рук, ног, стирка носков, мытьё посуды, уборка бивака);
- передвигаться с рюкзаком в течение 45-50 минут в пешем походе;
- технически грамотно передвигаться по пересеченной местности. Используя приемы самостраховки.
- читать карту местности, используя условные топографические знаки;
- оказывать первую доврачебную помощь при солнечном ударе, термических ожогах, ушибах;
- уметь транспортировать пострадавшего;

- определять азимут по компасу на заданный (азимут) ориентир и ориентир по заданному азимуту.

Планируемые результаты второго года обучения

Личностные:

- развитие учебно-познавательного интереса к новому материалу и способам решения новой частной задачи;
- развитие способности к самооценке на основе критерия успешности занятий.

Метапредметные:

- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- умение планировать, контролировать и оценивать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

Предметные:

- умение использовать различные способы поиска, обработки, анализа и интерпретации информации в соответствии с учебной задачей; пользоваться словарями и справочной литературой для школьников.

Должны знать:

- приемы самоспасения;
- организацию спасательных работ;
- квалификационные требования к спасателям;
- сигналы спасения;
- способы добывания воды;
- способы добывания огня;
- способы защиты от неблагоприятных условий;
- способы ориентирования;
- способы оказания доврачебной медицинской помощи в аварийной ситуации.

Должны уметь:

- применять приемы самоспасения;
- организовать спасательные работы;
- действовать в условиях:
- а) стихийных бедствий; б) авариях и катастрофах техногенного характера.
- подавать сигналы бедствия (зеркалом, звуковые сигналы, азбука Морзе, радиотехническими средствами)
- добывать огонь без спичек не менее 3-х способов;
- сооружать укрытия при неблагоприятных погодных условиях (навес, шалаш, гамак, мини-укрытие);
- ориентироваться по местным признакам, солнцу, звездам, в ночное время;
- оказывать первую доврачебную помощь при обмороке, шоке, кровотечениях, утоплениях, укусах ядовитых насекомых;
- применять лекарственные препараты в походных условиях;
- Добывать и обеззараживать воду не менее чем пятью способами.

Планируемые результаты третьего года обучения

Личностные:

- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.

Метапредметные:

- овладение способностью принимать и сохранять учебную цель и задачи, самостоятельно преобразовывать практическую задачу в познавательную;
- освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

Предметные:

- умение использовать различные способы поиска, обработки, анализа и интерпретации

информации в соответствии с учебной задачей; пользоваться словарями и справочной литературой для школьников;

- умение участвовать в учебном диалоге, соблюдать нормы речевого этикета, передавать в связном повествовании полученную информацию.

Должны знать:

- назначение и применение различных видов снаряжения;
- способы обеспечения безопасности человека, правила поведения и действия при стихийных бедствиях;
- тактику и технику движения в походе;
- способы хранения личного и кухонного снаряжения, продуктов питания;
- основы топографии;
- лекарственные, пищевые, ядовитые растения;
- оказывать доврачебную помощь в походных условиях.

Должны уметь:

- использовать необходимое снаряжение в походных условиях;
- выполнять правила поведения и действий при стихийных обстоятельствах;
- правильно организовать движение в группе на маршруте;
- пользоваться личным и групповым снаряжением;
- хранить продукты при разных погодных условиях;
- уметь работать с топографическими картами разного масштаба, вычерчивать маршрутную ленту пути, определять расстояние;
- распознавать не менее 10 видов лекарственных, пищевых, ядовитых растений и их применять;
- оказывать первую доврачебную помощь при:
 - а) порезах острыми предметами;
 - б) пищевых отравлениях;
 - в) переломах;
 - г) сотрясении мозга;
 - д) обморожении.

2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество часов	Режим занятий
Первый год обучения	2.09.2024	24.05.2025	34	34	68	1 раз в нед. по 2 часа. Длительность академического часа – 45 минут, перемены – 15 минут.
Второй год обучения	2.09.2024	24.05.2025	34	34	68	1 раз в нед. по 2 часа. Длительность академического часа – 45 минут, перемены – 15 минут.

Третий год обучения	2.09.2024	24.05.2025	34	34	68	1 раз в нед. по 2 часа. Длительность академического часа – 45 минут, перемены – 15 минут.
ИТОГО					204	

2.2. Условия реализации программы

Информационно-методическое обеспечение программы

В качестве основных методических пособий являются:

- программы детского туристского объединения (Министерство образования и науки Российской Федерации, Москва, 2015);
- Б.В. Куприянов. Программы в учреждении дополнительного образования детей. Москва, 2011;
- Ю.С. Константинов, О.Л. Глаголева. Уроки ориентирования, Москва, 2015.

Учебное занятие по данной программе состоит из теоретической и практической части. Темы завершаются практической работой, что способствует лучшему усвоению теоретического материала и дает определенные навыки работы. Практические работы одновременно являются формой оценивания промежуточного результата реализации программы. В конце учебного года, по завершении освоения программы, обучающиеся выполняют итоговую практическую работу.

В процессе реализации программы используются образовательные технологии личностно-ориентированного обучения. В течение учебного года учащиеся принимают участие в различных тематических мероприятиях: Новогодний праздник, День космонавтики, 8 Марта, День знаний, День Победы, День защитника Отечества. Экскурсии в школьный музей, в музей Корсаковского городского округа, школьную и городскую библиотеки.

Такие формы проведения занятий позволяют качественнее реализовывать воспитательные задачи: способствует воспитанию уважительного отношения к старшим, повышению способности обучающегося к общению с другими в атмосфере доброжелательности.

В процессе выполнения практических работ происходит обсуждение способов выполнения поставленной задачи. Теоретическая и практическая части способствуют закреплению изученного материала.

Материально-технические условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимы следующие материально-технические условия:

- мультимедийный проектор;
- экран;
- компьютер, объединенный в сегмент локальной сети с возможностью выхода в Интернет.
- Принтеры (цветной и черно-белый);
- шкафы для хранения оборудования, дидактического материала.

Материально-техническое оснащение

№	Название	Количество
1.	Палатки 2х местные	5
2.	Палатка- шатёр	1
3.	Рюкзаки;	15
4.	Кухонное оборудование;	1 комплект
5.	Аптечка;	1

6.	Костровое оборудование;	1
7.	Компасы;	20
8.	Оборудование для подачи сигнальных бедствий;	2
9.	Карабины титановые	20
10.	Карабины автоматы	20
11.	Страховочные пояса «Бабочка»	16
12.	Страховочные пояса «Беседка»	16
13.	Веревки основные;	100 м
14.	Репшнуры;	32
15.	Топографические карты	15
16.	Жумары	11
17.	Восьмёрки бмм	60 м
18.	Каски альпинистские	14
19.	Компостеры для спортивного ориентирования	30
20.	Блоки страховочные	8
21.	Мультимедийный проектор	1
22.	Компьютер	1
23.	Принтер	3
24.	Ноутбук	1

Успешной реализации данной программы способствует наличие дидактического и раздаточного материала, литературы по туристско-краеведческой направленности по темам всей программы.

Кадровое обеспечение программы

Согласно статье 46 п.1 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, педагог реализующий данную программу имеет право осуществлять педагогическую деятельность при наличии среднего профессионального или высшего образования соответствующего профиля и отвечающего требованиям профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых», утвержденному приказом Минтруда России от 22.09.2021 № 652н.

2.3. Формы аттестации

Программа рассчитана на 3 года обучения. По завершении изучения курса, обучающиеся получают определенные практические умения и теоретические знания. С целью установления соответствия результатов освоения данной программы заявленным целям и планируемым результатам проводятся вводная, промежуточная, текущая и итоговая аттестация.

1.Входящий контроль (сентябрь)

Цель: изучение базовых возможностей учащихся объединения. Проводится в форме тестирования для выявления сформированности (обще учебных умений и навыков)

2. Промежуточный контроль (декабрь)

Цель: выявление динамики развития.

Проводится в форме учебно-тренировочных соревнований.

3. Текущий контроль (в течении года).

Осуществляется в различных конкурсах, соревнованиях как внутри объединения, так и совместно с другими объединениями, проведение контрольных зачётов после изучения **каждого основного раздела программы.**

4. Итоговый контроль (май).

Цель: определение уровня сформированности специальных умений и навыков, умений применять знания, полученные за год обучения в разных ситуациях.

Средством обратной связи, помогающим корректировать реализацию образовательной программы, служит диагностический мониторинг. Диагностический материал собирается и копится непосредственно на всех стадиях реализации программы. Психологическая диагностика обучающихся проводится в виде тестов, анкет.

В течение года в программу включены упражнения на развития памяти и внимания.

2.4. Оценочные материалы

Формы подведения итогов реализации программы

Критерии оценки результатов:

Положительными результатами работы педагога по данной программе можно считать:

- сохранение контингента учащихся на всем протяжении обучения (состав группы изменился менее чем на 30%);
- постоянный рост спортивно-технического мастерства (от участия в степенных походах к участию в походах 3-4 категории сложности);
- рост уровня спортивных достижений команды (выступление на соревнованиях, слетах);
- привлечение старших воспитанников к судейству на окружных и городских соревнованиях;
- сохранение и повышение уровня успеваемости по предметам школьной программы;
- привлечение старших воспитанников к работе в должности педагога дополнительного образования для дальнейшей реализации данной программы.

Основной формой подведения итогов обучения является участие детей в соревнованиях. Кроме этого прямыми формами подведения итогов по каждому блоку и разделу программы и росту достижений, предусмотрены следующие формы: участие учащихся в районных и областных соревнованиях, конференциях, конкурсах, которые позволяют отследить уровень интеллектуального роста и творческого потенциала воспитанников. Для отслеживания результативности в процессе обучения проводятся мини-соревнования, зачеты, краеведческие викторины, разгадывание ребусов, кроссвордов.

Самым важным критерием освоения программы является достижение воспитанников объединения в муниципальных, региональных соревнованиях и конкурсах.

Основные методы диагностики: наблюдение, самонаблюдение, самооценка, анкетирование, беседа, тестирование. К числу важнейших элементов работы по данной программе относится отслеживание результатов. Способы и методики определения результативности образовательного и воспитательного процесса разнообразны и направлены на сформированности его личных качеств.

На протяжении всего учебного процесса проводятся следующие виды контроля знаний: беседы в форме «вопрос-ответ» с ориентацией на сопоставление, сравнение, выявление общего и особенного, а также тестирование по пройденной теме. Такой вид контроля развивает мышление ребенка, умение общаться, выявляет устойчивость его внимания. Беседы, викторины, конкурсы – группа методов контроля, позволяющая также повысить интерес обучающихся и обеспечить дух соревнования.

Важная оценка – отзывы обучаемых, их родителей, педагогов, работающих по туристско-краеведческому направлению.

Программа предусматривает наблюдение и контроль за развитием личности учащихся, осуществляющиеся в ходе анкетирования и диагностики. Анкеты обучающихся позволяют педагогу лучше знать детей, проанализировать межличностные отношения обучаемых и воспитательную работу в целом, обдумать и спланировать действия по сплочению коллектива и

развитию творческой активности, пробудить в детях желание прийти на помощь друг другу и к нужным людям. Результаты пройденной программы прослеживаются через достижения групп, участвующих в районных и областных соревнованиях (приложение 4).

Система оценки достижения планируемых результатов освоения программы:

Вводный контроль проводится перед началом работы и предназначен для определения уровня знаний, умений и навыков обучающихся;

Итоговый контроль проводится после завершения всей учебной программы – соревнования, конкурсы.

Контрольные мероприятия проводятся через:

1. Выполнение практических работ;
2. Тестирование;
3. Наблюдение за обучающимися в процессе работы;
4. Индивидуальная и коллективная работа;
5. Соревнование.

3. Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов.

Дополнительная общеразвивающая программа «Туризм» разработана с учётом требований:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ (ред. От 08.06.2020).

- Федерального закона от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации по вопросам воспитания обучающихся».

Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.09.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

- Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22 сентября 2021 года № 652н. «Об утверждении профессионального стандарта педагога дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 22 июля 2022 года № 629 «Об утверждении и осуществлении образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

- Приказа Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации осуществлении профессионального стандарта педагога дополнительного образования детей и взрослых»;

- Приказа Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 26 августа 2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалифицированного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования».

- Распоряжения правительства РФ от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

- Распоряжения Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 № 996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года».

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

- Письма Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и

дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий);

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.03.2016 № ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных образовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей»);

- Письма Минобрнауки России № 09-3242 от 28.11.2015 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих (включая разноуровневые программы)),

- Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.08.2015 № АК-256/05 «О методических рекомендациях (вместе с «Методическими рекомендациями организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации программ»);

- «Методические рекомендации для субъектов Российской Федерации по вопросам реализации основных и дополнительных общеобразовательных программ в сетевой форме (утв. заместителем министра просвещения Российской Федерации М.Н. Раковой 28.06.2019. № МР-81/02вн»).

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

- Постановления Главного государственного санитарного врача РФ от 28 января 2021 года № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

- Постановления Правительства Сахалинской области от 27 августа 2021 года № 34 «Об утверждении Концепции персонифицированного дополнительного образования детей Сахалинской области и внесение изменения в постановление Правительства Сахалинской области от 05.07.2019 № 291 «О мероприятиях по формированию современных управленческих и организационно-экономических механизмов в системе дополнительного образования детей Сахалинской области в рамках федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

- Распоряжение министерства образования Сахалинской области от 22.01.2024 № 3.12-62-р «О признании утратившим силу Распоряжения министерства образования Сахалинской области от 16.09.2021 № 3.12-1170-р «Об утверждении методических рекомендаций по проектированию и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ» и привести в соответствии с «Методическими рекомендациями по проектированию и реализации дополнительной общеразвивающей программы, реализуемой в Сахалинской области», 2023 г. (Исх-4.35-271/23 (п)).

Основная литература

1. Аппенинский А.И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. – М.: ЦРИБ «Турист», 1990
2. Асмолов А.Г. Психология личности. – М., 1990
3. Бардин К.В. Азбука туризма. Пособие для руководителей туристских походов в школе. – М., 1998
4. Белов М.И. По следам полярных экспедиций. – М., 1990
5. Берман А.Е. Юный турист. – М., 1997
6. Бочаров Е. Школа спасения. // Основы безопасности жизнедеятельности. – 2004. - № 8
7. Данилюк А.Я., Кондаков А.М., Тишков В.А. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. – М.: Просвещение, 2011
8. Золотарева И.С. Карманный справочник туриста. – М., 1982

9. Клименко А.И. Карта и компас – мои друзья. М., Детская литература, 1995
10. Крутецкий В.Л. Психология обучения и воспитания школьников: Книга для учителей и классных руководителей. – М.: Просвещение, 1996
11. Обухова А.А., Лемяскина Н.А., Жиренко О.Е. Новые 135 уроков здоровья, или школа докторов природы (1-4 классы) М.: Вако, 2011
12. Федин С.В. Подвижные игры в туристском походе. // Физкультура в школе. – 2009. - № 6
13. Шальков Ю.Л. Здоровье туриста. – М., 1995

Дополнительная литература

Для учащихся и родителей:

1. Ильичев А. Большая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. – М., 2003
2. Красикова В.И. Пищевые растения Сахалина. Южно-Сахалинск, 1989
3. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. Издательство ДОССАФ, 1972
4. Верзилин Н. По следам Робинзона. – М., 1975
5. Золотарева И.С. Карманный справочник туриста. – М., 1982
6. Гранильщикова Ю.В. Семейный туризм. – М., 1983
7. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М., 1980
8. Самодельное туристское снаряжение. – М., 1986
9. Турист. Библиотека туриста. – М., 1984

Электронные ресурсы

1. <http://www.km.ru/turizm>
2. Туристический портал на базе мультипортала “Кирилл и Мефодий
3. <http://100dorog.ru/> Туристический портал "100 дорог"
4. Задания для самостоятельной работы
5. <http://azimut-ola12.mcdir.ru> ›
6. <https://pkgo.ru> › news
7. [Спортивный туризм - Википедия](#)
8. <https://ru.wikipedia.org> ›

Дидактические материалы

Туристическая викторина

Верите ли вы?

Верите ли вы, что:

- прибор, который помогает определить стороны света, называется спидометр? (Нет, компас)
- кора березы всегда белее и чище с южной стороны, а трещины, неровности и наросты находятся всегда на северной стороне дерева? (Да)
- грибы в основном растут с северной стороны деревьев, пней, кустарников? (Да)
- если встать лицом к северу, то за спиной будет запад, справа — юг, а слева — восток? (Нет, за спиной будет юг, справа — восток, слева — запад)
- пчелы ориентируются по солнцу? (Да)
- попавшие за много километров от дома домашние животные и без компаса успешно находят дорогу домой? (Да)
- если утром и вечером тень от крыльев бабочки направлена на восток, то в полдень — с севера на юг? (Да)
- местность, изображенная условными знаками на листе бумаги, называется рисунком? (Нет, картой)
- правильно определить направление в степи поможет норка суслика? Грызуны, как правило, вход в свое жилище делают с южной стороны. (Да)
- олени в лесу точат свои рога только о северную сторону деревьев? (Нет)
- в южных районах растет «компасное» растение латук, листья которого обращены на запад и восток плоскостями, а на север и юг ребрами? (Да)
- ягоды на открытой лесной поляне раньше созревают с севера? (Нет, с юга)
- цветущий подсолнух поворачивает свою голову вслед за солнцем? (Да)
- в большинстве случаев муравейники расположены с южной стороны деревьев, пней, кустарников? (Да)
- в полдень волки встают головой на север и начинают выть? (Нет)
- на стволах сосен с южной стороны выступает смола, а с северной тянется вдоль ствола темная полоса? (Да)
- мхи и лишайники чаще всего поселяются с южной стороны камней, пней, стволов деревьев? (Нет, с северной)
- после дождя раньше просыхает южная сторона предметов? (Да)

Викторина о природе

Викторина: Растения вокруг нас

1. Какое из этих растений является медоносным?
а) сирень; б) жасмин; в) облепиха; г) черемуха.
2. Каким из этих эпитетов наиболее часто наделяют иву?
а) развесистая; б) кудрявая; в) пушистая; г) плакучая.
3. Какого дерева не существует в природе?
а) золотое дерево; б) алмазное дерево; в) железное дерево; г) каменное дерево.
4. Какой сок собирают ранней весной в нашем лесу?
а) липовый; б) осиновый; в) березовый; г) сосновый.
5. Какой ягодный кустарник не сбрасывает на зиму листья?
а) малина; б) смородина; в) брусника; г) ежевика.
6. Какое дерево дало название последнему перед Пасхой воскресенью?
а) ольха; б) тополь; в) верба; г) клен.
7. Какой венок используют со времен Древнего Рима для поощрения победителей?
а) оливковый; б) миртовый; в) лавровый; г) терновый.
(Оливковая ветвь — символ мира, миртовый венок — поэтический символ тишины и наслаждения, терновый венец — символ мученичества.)
8. Какая часть гвоздичного дерева после сушки становится пряностью?
а) листья; б) кора; в) цветки; г) корни.
9. Сок какого овоща используют, чтобы избавиться от запаха скунса после общения с ним?
а) томата; б) моркови; в) огурца; г) свеклы.
10. На некоторых портретах Коперник держит в руках:
а) розу; б) лилию; в) ландыш; г) гладиолус.
(Ландыш — знак врачебного сословия; поскольку Коперник учился медицине.)
11. Какой цветок называют шпажником?
а) гиацинт; б) глицинию; в) гладиолус; г) настурцию.
12. Название какого из этих цветков произошло от слова «звезда»?
а) хризантема; б) астра; в) флокс; г) нарцисс.
13. Как называется липкий и пахучий сок, выступающий на коре свежесрубленной ели?
а) патока; б) смола; в) сургуч; г) клейковина.
14. Какое из этих растений — рекордсмен по скорости роста?
а) хвощ; б) бамбук; в) камыш; г) осока.
15. Какая сельскохозяйственная культура сама удобряет почву?
а) горох; б) кукуруза; в) рожь; г) свекла.
16. Какое из этих растений существует?
а) сын-и-пасынок; б) мать-и-мачеха; в) сын-и-отчим; г) дочь-и-падчерица.
17. Цветы какого из этих растений не голубого цвета?
а) василек; б) незабудка; в) лютик; г) цикорий.
18. Какой цветок изображен на статуе Будды?
а) ирис; б) лотос; в) лилия; г) крокус.
19. Как называется декоративный цветок?
а) бегунья; б) беженка; в) беглянка; г) бегония.

20. Какое растение, по легенде, расцветает в ночь на Ивана Купала?

а) мох; б) папоротник; в) хвощ; г) кувшинка.

21. Как называется лекарственное растение семейства крестоцветных?

а) школьный ранец; б) пастушья сумка; в) министерский портфель; г) ядерный чемоданчик.

22. Какое из этих растений раскрывает свои цветы ночью?

а) календула; б) цикорий; в) мать-и-мачеха; г) душистый табак.

23. От какого итальянского словосочетания произошло название «помидор»?

а) золотое яблоко; б) земляная груша; в) бешеный огурец; г) запретный плод.

Викторина по ориентированию

1. В любой солнечный день можно безошибочно определить направление «юг-север». В полдень солнце располагается над точкой юга. Как определить момент местного полдня?

2. В какое время солнце находится на юге по нашим часам?

3. Солнце восходит приблизительно на востоке и заходит на западе. Когда оно бывает на востоке, юго-востоке, юге, юго-западе и западе?

4. Иногда мы называем одну из сторон какого-либо места северной, а противоположную – южной. Разделив нашу лесную поляну, назовите признаки северного и южного направления на ней.

5. Распространено мнение, что север легко определить по развитию ветвей, кроне и годовым кольцам на пнях. Можно ли определить север таким образом в лесу?

6. Кора деревьев вокруг ствола деревьев неодинакова: с одной стороны, она грубее, с другой – эластичнее, глаже. Нет ли здесь связи со сторонами горизонта?

7. Вам, конечно, приходилось видеть камни, поросшие мхом и лишайником. Как по таким камням узнать направление на север?

8. Знаете ли вы, что растения могут служить «компасом»? Назовите растения, по которым можно определить северное направление.

9. Плоды различных растений и ягоды на открытой площадке созревают со всех сторон одинаково. Как в связи с этим по плодам и ягодам определить, где север?

10. Север часто определяют по Полярной звезде, которую находят по созвездию Большой Медведицы. Как еще можно определить направление «север-юг»?

Ответы к викторине по ориентированию

1. Самая короткая тень при солнце соответствует моменту местного полдня.

2. Около 13 часов. В 1930 г. стрелки часов на основании декрета Правительства переведены в СССР на час вперед.

3. Около 7 часов солнце бывает на востоке; около 10 часов – на юго-востоке; около 13 часов – на юге; около 16 часов – на юго-западе; около 19 часов – на западе.

4. В первую половину лета на лесной поляне более высокая трава бывает с южной стороны отдельных стволов или высоких пней; во вторую половину лета трава со всех сторон ствола дерева одинакова; трава, расположенная с южной стороны, желтеет быстрее, чем расположенная с северной.

5. Нет, в чаще леса деревья закрывают друг друга от солнца, поэтому у значительного большинства деревьев, находящихся в глубине леса, сучья очень редко вытянуты в южном направлении. То же самое относится к увеличенным промежуткам между годовыми кольцами на пнях.

6. Да, есть. Ствол сосны обычно покрывается вторичной коркой, которая на северной стороне ствола образуется раньше, и, следовательно, она выше, чем на южной стороне. На березах кора светлее и эластичнее с южной стороны ствола.

7. Мох и лишайник обычно покрывают северную часть камней (валунов).

8. Цветы череды и подсолнечника в течение дня поворачиваются за солнцем и никогда не бывают обращены на север. Листья дикого салата («компасника») повернуты ребром к зениту, а плоскости листьев обращены на восток и запад.

9. На открытой лесной поляне ягоды и фрукты в период созревания приобретают раньше окраску с южной стороны. Значит, север будет с противоположной стороны.

10. Направление «север-юг» можно определить по таким созвездиям:

- а) в декабре около полуночи Орион показывает почти точно на юг;
- б) Близнецы располагаются над точкой юга в декабре около полуночи, Малый Пес – в январе;
- в) созвездие Льва бывает над точкой юга в марте около полуночи;
- г) в мае около полуночи над точкой юга располагается созвездие Волопаса;
- д) созвездия Лебедя и Орла на юге примерно в течение июля и августа около полуночи;
- е) Пегас располагается над точкой юга в сентябре около полуночи.

Викторина «О костре»

1. Знаете ли вы, почему сухие дрова горят лучше, чем сырые?
2. Мы начинаем разжигать костер с помощью мелких щепок, хвороста, сухих веток ели – они лучше горят. Почему?
3. Знаете ли вы, что такое пламя костра? Похоже ли оно на светящуюся нить электролампы?
4. Если погода тихая, то пламя и дым костра поднимаются вверх. Что тянет их от земли?
5. Вы, конечно, слышали, что костер потрескивает. А почему?
6. Не раз случается, что искра от костра прожигает одежду туриста. Но что представляют из себя искры костра? Не такие же ли они, как искры, которые проскакивают при разрывах электрических проводов?
7. Дым костра поднимается очень высоко над землей. Этой особенностью пользуются для подачи сигналов бедствия. А что такое дым?
8. Над самым костром дым поднимается ровным столбом, но на некоторой высоте он начинает клубиться кудрявыми шапками. Что образует клубы?
9. В костре все время приходится подкладывать дрова, так как они сгорают. Где же вещество, сгорающее в огне?
10. Когда костер погаснет, воздух над кострищем столбом поднимается вверх. Посмотрите на какой-нибудь предмет сквозь этот теплый поток. Вы заметите, что предмет словно дрожит. Объясните это явление.

Ответы к викторине «О костре»

1. При сырых дровах, в которых много воды, часть тепла уходит не на сгорание, а на испарение воды. Потому сам процесс горения происходит слабее. Мешает также пар, окутывающий дрова при высыхании.

2. Чем тоньше растопка, тем больше поверхность возгорания. Горение происходит именно на поверхности, и, значит, увеличивая ее, мы облегчаем горение. Нагревается измельченная растопка легче, чем большие дрова при высыхании.

3. Языки пламени представляют собой потоки газов, продуктов горения, раскаленных настолько сильно, что они сами излучают свет. Всякое тело, нагретое до очень высокой температуры, светится. Этим пламя костра похоже на светящуюся нить электрической лампочки.

4. Иногда говорят, что теплый воздух легче холодного и сам собой поднимается. Это неверно. Теплый воздух, хотя он и легче холодного, не может подниматься, так как он все-таки имеет вес. Его вытесняет окружающий воздух, более холодный и опускающийся под действием тяжести, значит, если бы не было тяжести, теплый воздух не поднимался бы вверх.

5. Вода и смола, заполняющие полости в древесине, при нагревании превращаются в пар. Накапливаясь в большом количестве и не имея выхода, пар с силой разрывает стенки полостей, производя потрескивающий звук.

6. Общее у искр костра и электрических – только название. Электрические искры – это частицы воздуха и паров металла, раскаленные током. Искры же костра – просто крошечные угольки, отрывающиеся от горящего дерева.

7. Дым – это частицы твердого вещества, несгоревшего топлива. Частицы эти очень маленькие, они в тысячу раз меньше пылинок. Дымовые частицы настолько легки, что поддерживаются потоками воздуха над землей и всегда находятся в движении.

8. Струя поднимающегося над костром воздуха тормозится трением об окружающие ее воздушные слои. Наружные части струи замедляют свое движение, середина же продолжает двигаться быстро. Поток воздуха завихряется и, скручиваясь, образует бесформенные клубы.

9. Сгорает топливо, но не вещество, из которого оно состоит. Часть вещества остается на земле в виде золы, часть же переходит в газообразное состояние и рассеивается в атмосфере.

10. Дрожание вызывается тем, что теплый воздух менее плотен, чем холодный. Лучи света, попадая на наш глаз, проходят сквозь этот менее плотный воздушный поток. При переходе из менее плотной среды в более плотную или наоборот лучи света преломляются, изменяя свое направление, теплые струи над костром систематически колеблются. Колеблются с ними и световые лучи, это и дает впечатление дрожания видимых предметов.

Тест №2

Промежуточная аттестация (декабрь)

1. Для чего предназначен компас?

- а) узнать время;
- б) для ориентирования на местности;
- в) узнать направление ветра;
- г) для измерения масштаба карты.

2. Что такое бивак?

- а) участник группы, идущий последним в походной группе;
- б) место размещения туристской группы для ночлега или отдыха;
- в) день в походе, предназначенный для отдыха и подготовки группы к дальнейшему движению по маршруту.

3. Какие работы относятся к бивачным?

- а) заготовка дров, оборудование место для костра, установка палаток;
- б) преодоление естественных препятствия, вязание туристских узлов;
- в) разработка туристского маршрута, заполнение маршрутной документации

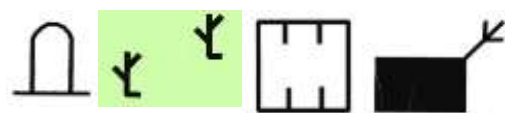
4. Разводить костер необходимо...

- а) по возможности на старом кострище;
- б) среди деревьев под нависающими ветвями;
- в) рядом с палатками

5. Какие предметы относятся к групповому снаряжению?

- а) палатка, ремонтный набор, костровое оборудование;
- б) спальный мешок, рюкзак, топор;
- в) кружка, медицинская аптечка, накидка от дождя.

6. На каком рисунке изображен условный знак – дома лесников?



7. Как должны поступить туристы перед уходом с места бивака?

- а) мусор аккуратно сложить в кучу и оградить флажками;
- б) весь пластик забрать с собой и выбросить в ближайший контейнер;
- в) весь мусор сжечь в костре.



8. На рисунке изображен муравейник. Где юг?

9. Какие предметы входят в состав ремонтного набора?

- а) иголки, нитки, булавки;
- б) зубная щетка, зубная паста, полотенце;
- в) медикаменты.

Практическое задание

Вязать 5 туристских узлов («проводник», «прямой», «проводник-восьмерка», «схватывающий», «встречный»)

Преодолеть полосу препятствий (состоящую не менее чем из 5 заданий)

Личное и групповое снаряжение**1. Что относится к личному снаряжению?**

1. Палатка.
2. Рюкзак.
3. Котелок.
4. Куртка.
5. Нож.

2. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?

1. Свитер.
2. Картографический материал.
3. Веревка.
4. Велосипед.
5. Топор.

3. Что относится к специальному снаряжению?

1.
 1. Лыжи.
 2. Ботинки.
 3. Коврик.
 4. Бахилы.
 5. Спальник групповой.

4. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?

1.
 1. Кроссовки.
 2. Свитер.
 3. Носки шерстяные.
 4. Белую рубашку.
 5. Шапку.

5. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

6. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.
4. Тросик с крючками.
5. Половник.

7. Что надо взять в ремнабор для ремонта лыж?

1. Отвертку.
2. Лезвие.
3. Шило.
4. Шурупы.
5. Стамеску.

8. Что надо взять в ремнабор для ремонта лямок рюкзака?

1. Напильник.
2. Толстую иглу.
3. Капроновые нитки.
4. Гвозди.
5. Пассатижи.

9. Какая деталь на рюкзаке необходима и обязательна в зимнем походе?

1. Карман.
2. Тубус.
3. Пояс.
4. Шнуровка боковая.
5. Стяжки боковые.

10. Какой спальный мешок предпочтительнее брать с собой в зимний поход, когда идешь с учащимися?

1. Одноместный.
2. Кокон.
3. Одеяло.
4. Многоместный.
5. Любой.

Тест**Бивак****1. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?**

1. Сушка обуви.
2. Махание горячей веткой.
3. Борьба за место у костра.
4. Бег вокруг костра.
5. Чтение книги.

2. Каков порядок установки палатки?

1. Застегнуть вход палатки.
2. Вынуть палатку из чехла.
3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.
4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.
5. Растянуть и закрепить днище палатки.
6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

3. Каков порядок сборки палатки?

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.
2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.
3. Уложить в чехол.
4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.
5. Уложить на землю и свернуть.

4. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более?

1. Сделать подруб запила (со стороны 1/3).
2. Определить естественный наклон дерева.
3. Когда дерево начнет падать, отойти в сторону.
4. Сделать надпил на 1/3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево.
5. С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока оба надпила не совместятся.

5. Что нельзя делать, когда валишь дерево?

1. Проверять насадку топора.
2. Ничего.
3. Все можно делать.
4. Раскачивать подпиленное дерево.
5. Подрубать первый надпил.

6. Как надо обрубать сучки на поваленном дереве?

1. Как хочешь.
2. От вершины к комелю.
3. Справа от середины ствола.
4. От комеля к вершине.
5. Слева от середины ствола.

7. Какой тип костра применяется для освещения?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Шалаш.

5. Любой.

8. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде?

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Шалаш.
4. Таежный.
5. Любой

9. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?

1. Шалаш.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Любой.
5. Нодья.

10. Как правильно развести костер?

1. Приготовить дрова от тонких до толстых.
2. Зажечь березовую кору.
3. Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).
4. Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки), а еще выше – потолще.
5. Сделать настил из толстых веток.
6. Заготовить березовую кору.
7. По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.

11. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горячей печи?

1. Без разницы.
2. Да.
3. Нет.
4. Может быть временно (подкинуть дрова).

12. Как надо сушить ботинки у костра?

1. Поставил и ушел.
2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.
3. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.
4. Не знаю.
5. Держишь ботинки в руках.

13. Как надо сушить ботинки у печки в шатре?

1. Поставить под печку.
2. Поставить возле печки и уйти.
3. Держать в руках.
4. Постоянно следить за ними.
5. Подвесить к крыше шатра или на кол.

14. Можно ли оставлять зажженную свечу без присмотра в шатре (палатке)?

1. Можно.
2. Нельзя.
3. Можно, но иногда заглядывать в шатер.
4. Можно на пять минут.

15. Что жизненно необходимо при ночном дежурстве у печи в шатре?

1. Сухое горючее и растопка

2. Чай.
3. Дрова.
4. Фонарь.
5. Кружка.

16. Где должен располагаться центр тяжести рюкзака по отношению к центру тяжести тела человека?

1. Выше.
2. Ниже
3. Справа.
4. Как можно ближе.
5. Слева.

Узлы (тест)

1. Какие узлы используются для вязки петель?

1. Прямой.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Ткацкий.
5. Штык.

2. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?

1. Прямой.
2. Двойной проводник.
3. Ткацкий.
4. Булинь.
5. Встречный.

3. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра?

1. Академический.
2. Ткацкий.
3. Прямой.
4. Встречный.
5. Брамшкотовый.

4. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?

1. Восьмерка.
2. Встречный.
3. Ткацкий.
4. Прямой.
5. Проводник.

5. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?

1. Встречный.
2. Проводник.
3. Булинь.
4. Прямой.
5. Схватывающий.

6. Какой узел применяется для самостраховки на наклонных перилах?

1. Двойной проводник.
2. Двойной схватывающий.

3. Прямой.
4. Стремя.
5. Удавка.

7. Какой узел применяется для перевязки перетертых веревок и для вязки петли на середине веревки?

1. Австрийский проводник.
2. Серединный проводник.
3. Бабочка.
4. Пчелка.
5. Прямой.

8. Какой узел применяется для самостраховки при движении по наклонным перилам, когда веревка мокрая или обледенела?

1. Удавка.
2. Штык.
3. Стремя.
4. Узел Бахмана.
5. Схватывающий.

Ориентирование без компаса (проверочный тест)

1. Допишите недостающие слова.

1. Направить стрелку ____
2. На ____, в точку золотую.
3. Меж стрелкою и цифрой ____
4. Есть ____ – важен он для нас
5. Делите ____ пополам
6. И сразу ____ найдете там.

2. С какой стороны располагаются муравейники по отношению к деревьям?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

3. С какой стороны на хвойных деревьях большое количество смоляных подтеков?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

4. С какой стороны покрыты лишайником (мхом) деревья и камни?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

5. С какой стороны кора на березе белая и чистая?

1. Северной.

2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

6. С какой стороны у одиноко стоящего дерева гуще крона?

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

7. На каких склонах горы быстрее тает снег?

1. Северных.
2. Западных.
3. Южных.
4. Восточных.

8. Какое ребро на квартальном столбике между двумя соседними гранями указывает направление на север?

1. С наибольшими числами.
2. С любыми.
3. С наибольшим и наименьшим числом.
4. С наименьшими числами.

9. На каких склонах оврага быстрее тает снег?

1. Северных.
2. Западных.
3. Южных.
4. Восточных.

Личное и групповое снаряжение (проверочный тест)

1. Что относится к личному снаряжению?

1. Палатка.
2. Рюкзак.
3. Котелок.
4. Куртка.
5. Нож.

2. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?

1. Свитер.
2. Картографический материал.
3. Вербка.
4. Велосипед.
5. Топор.

3. В чем должно лежать КЛМН, чтобы оно не терялось у костра и в рюкзаке?

1. В полиэтиленовом мешке.
2. В тряпичном мешке.
3. Просто так.
4. В кармане рюкзака.

4. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?

1. Кроссовки.
2. Свитер.
3. Носки шерстяные.
4. Белую рубашку.
5. Шапку.

5. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

6. Что относится к костровому снаряжению?

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.
4. Тросик с крючками.
5. Половник.

Оказание первой медицинской помощи

Солнечный удар

Признаки солнечного удара: головная боль, носовое кровотечение, резкое покраснение кожи, головокружение, учащение пульса, в тяжелых случаях – удушье, судороги, рвота, обморок, потеря сознания.

Первая помощь. Положить человека в тень, на спину, немного приподняв ноги, придав ему полусидячее положение, расстегнуть воротник или освободить от одежды что мешает, обеспечить доступ свежего воздуха, обтереть лицо, шею платком, смоченной холодной водой, усиленно поить подсоленной водой, дать валериановые капли.

Отравление

Признаки отравления: сильная рвота, головокружение, общая слабость, диарея.

Первая помощь. Дать пострадавшему 4-5 стаканов теплой воды (повторить несколько раз), вызвать рвоту. Дать слабительное, несколько раз сделать очистительные клизмы. После этого больного потеплее укрыть, дать крепкий сладкий чай или кофе.

Ушибы

Признаки ушиба: болезненность движений ушибленной части, отек (припухлость), видимое кровоизлияние-синяк. При сильных ушибах головы – потеря сознания, головокружение, рвота. При ушибах груди, живота – надрывы и разрывы внутренних органов. Признаки: побледнение лица, твердый живот, сильные боли, тошнота, частый и слабый пульс.

Первая помощь. На ушибленное место кладется смоченное в холодной воде полотенце, пузырь со льдом или металлический предмет. На вторые сутки после травмы применяют согревающие компрессы, теплые ванны, легкий массаж. При ушибах головы наложить на ушибленное место мокрое полотенце или пузырь со льдом, обеспечить пострадавшему полный покой и срочно доставить его к врачу на носилках. При ушибах груди, живота обеспечить полный покой, запрещено пить и есть. Быстро и осторожно доставить его в медпункт.

Порезы (ранения, мозоли)

Признаки порезов (ранений): повреждение целостности кожных покровов, кровотечение.

Первая помощь. Различают три вида кровотечения: капиллярное, артериальное, венозное.

При капиллярном кровотечении промыть рану перекисью водорода, обработать края ран йодом или раствором бриллиантовой зелени (зеленкой), наложить стерильную повязку, бактерицидный пластырь.

При артериальном кровотечении вытекает алая кровь пульсирующей струей. Для кратковременной остановки артериального кровотечения прижимают пальцем выше места ранения. Накладывается жгут выше места ранения. Продолжительность действия жгута не превышает 1,5-2 часа, так как в дальнейшем может произойти омертвление конечности. Спустя 1 час обязательно ослабить или снять жгут на 10-15 минут, прижав на это время сосуд пальцами.

При венозном кровотечении цвет крови темно-красный, струя крови не пульсирует или пульсирует очень слабо. Для остановки кровотечения необходимо пережать пальцами выше и ниже места повреждения. Плотнo зажать рану ватным тампоном, наложить холод и давящую повязку к месту кровотечения. Срочная госпитализация.

Обморожение

Признаки обморожения: бледность кожи, боль, онемение, пораженное место со временем приобретает восковую бледность. При более сильном обморожении на пораженных участках могут образоваться пузыри, наполненные бесцветной или кровянистой жидкостью. Хочется

спать, заторможенная речь, заторможенная реакция на вопросы, нарушается координация движения, становится холодно и начинает трусить.

Первая помощь. Сменить мокрую одежду, дать обильное горячее питье и еду. Укутать в одеяло, под одеяло положить грелку с теплой водой, поместить в ванну с теплой водой. Осторожно массировать обмороженный участок чистыми руками, смоченными спиртом или одеколоном до появления чувствительности и ощущения жжения. Не рекомендуется растирать снегом обмороженный участок. При более тяжелых степенях обморожения нельзя смазывать мазями, вскрывать и удалять пузыри.

Травма глаза

Признаки травмы глаза: боль, слезотечение, покраснение, жжение, царапанье в глазу, веки распухают и краснеют, проблемы с закрыванием глаза, затуманивание зрения, кровотечение из поверхностных сосудов глаза.

Первая помощь. Нельзя трогать и тереть глаз-это может привести к углублению инородного тела в ткани глаза. Оттянуть нижнее и верхнее веки, убедиться в наличии инородного тела, как можно дольше держать пострадавший глаз в закрытом положении, так как моргание лишь усиливает раздражение. Промыть глаз чистой водой комнатной температуры. Усиленное мигание и слезоотделение.

Ожоги

Признаки ожогов: покраснение, припухлость (ожог первой степени), появление пузырей, наполненных жидкостью (ожог второй степени), обугливание тканей (ожог третьей степени).

Первая помощь. **Ожог первой степени:** обожженное место погрузить на 5-10 минут в холодную воду, наложить повязку из стерильного бинта, смоченного **в растворе марганцовки, пищевой соды или спирта.**

Ожог второй степени: нельзя накладывать любые мази – это осложнит дальнейшее лечение. При обширных ожогах пострадавшего надо накрыть чистой простыней, теплым одеялом, дать теплый сладкий чай.

не следует срывать с обожженного места одежду, ее надо разрезать и осторожно снять, а прилипшие к коже куски материи обрезать ножницами по краям. Обожженные места не следует смазывать жиром, различными маслами, вазелином.

Переломы

Признаки перелома: деформация конечности, костный хруст, видимые в ране костные обломки, боль, отек, гематома, нарушение функции, травматический шок, кровопотеря, бледность, холодный липкий пот.

Первая помощь. Обезболивание, временная иммобилизация с использованием шин или подручных предметов (доски, палки, лыжи, твердая корочка от книг). При открытых переломах удаляют загрязнение вокруг раны, рану закрывают стерильной повязкой. При интенсивном кровотечении накладывают жгут. Ни в коем случае нельзя выпрямлять, вставлять конечности. Шина накладывается прямо на одежду или подкладывают мягкую ткань. Шина накладывается выше и ниже места повреждения и фиксируется тугой повязкой в нескольких местах.

Укусы

Признаки укусов: отек, проникновение инфекции, жгучая боль, краснота, кровоподтек.

Первая помощь. **Укус осы, шершня** – удалить жало. Пальцами из ранки выдавить яд. Протереть нашатырным спиртом.

Укус комарами, мухами, оводами – протереть нашатырным спиртом.

Укус клеща – обмазать место укуса вазелином, маслом, или обволакивающим веществом, затем пинцетом захватить головку клеща у самой кожи пострадавшего. При удалении слегка раскачивать головку клеща. Стараться не оторвать головку от туловища. Если это случилось – обратиться к врачу.

Укус ядовитых змей – выше укуса наложить кровоостанавливающий жгут, рассечь кожу в месте укуса до появления крови, поставить банку на место укуса, обработать рану раствором марганца или соды, наложить стерильную повязку, дать обилье питье.

Транспортировка пострадавшего

Способы переноски пострадавшего: перетаскивание, перенос на спине, сиденье из двух пар рук, живой костыль, метод люльки, продольный перенос, перенос на жерди

Тесты по медицине для 5-6 классов (проверочный тест)

1. Первая помощь при солнечном ударе:
 - А) перенести в тень, снять лишнюю одежду, положить холод на голову и область сердца;
 - Б) напоить горячим чаем с лимоном, полить холодной водой;
 - В) растереть конечности;
2. Если вас укусила змея, ваши действия:
 - А) промыть рану, забинтовать и доставить в медицинское учреждение;
 - Б) высосать яд из раны ртом, при условии, что нет ранок, наложить жгут выше раны, дать обильное питье, доставить в медицинское учреждение;
 - В) наложить жгут и прижечь рану йодом;
3. Назовите характерные признаки ушиба:
 - А) боль, припухлость, кровоизлияние, нарушение функции поврежденного органа;
 - Б) резкая боль, отечность, деформация, нарушение функции конечности;
 - В) бледность кожных покровов, болезненность, потеря чувствительности, посинение, образование пузырей;
4. Как оказать первую помощь при простой и неглубокой ране?
 - А) наложить стерильную повязку;
 - Б) промыть рану лекарствами;
 - В) обработать края раны йодом или зеленкой и наложить стерильную повязку;
5. Первая помощь при отравлении:
 - А) дать выпить пострадавшему не менее двух стаканов холодной воды;
 - Б) дать выпить пострадавшему 1,5-2 литра холодной воды со слабым раствором пищевой соды, очистить желудок, дать немного слабительного;
 - В) надавливая на область живота, вызвать рвоту;
6. Первая медицинская помощь при обморожении:
 - А) растереть пораженный участок жестким материалом или снегом;
 - Б) создать условия для общего согревания, наложить ватно-марлевую повязку на обмороженный участок, дать теплое питье;

В) сделать мягкий массаж, растереть пораженное место одеколоном.

7. Для каких целей предназначен йод, находящийся в аптечке?

А) для обработки кожи вокруг раны;

Б) для обработки всей поверхности раны, если рана сильно загрязнена;

В) при ожогах, вызванных щелочью;

8. Какой материал может быть использован в качестве шины:

А) ткань;

Б) бинт, вата;

В) кусок доски, палки

9. Как оказать помощь при ожоге кипятком:

А) смазать обожженный участок мазью или лосьоном, наложить стерильную повязку;

Б) промыть обожженный участок холодной водой минут 10, наложить стерильную повязку, дать болеутоляющее средство;

В) обожженную поверхность присыпать пищевой содой, наложить стерильную повязку.

Тесты по медицине для 5-6 классов

Ответы

1 - А

2 - Б

3 - А

4 - В

5 - Б

6 - Б

7 - А

8 - В

9 – Б

Методы воспитания и обучения

1. Методы воспитания школьников

defectologiya.pro»...metodyi_vospitaniya_shkolnikov/;

2. Методы и приемы обучения детей – Развитие... **childdevelop.info**»articles/edu/769/;

3. Методы и формы работы с детьми младшего возраста.

studopedia.net»...3721_metodi-i-formi...detmi...let.html;

4. Календарь развития ребенка: младший школьный...

ya-roditel.ru»parents...razvitiya...mladshiy...7-10-let/;

5. Основные принципы обучения

spravochnick.ru»...principy_obucheniya...principy...;

6. Принципы обучения: определение, возникновение..

blog.fenix.help»podgotovka-k...printsipy-obucheniya...