

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
Инзенский районный Центр детского творчества

Принята на заседании
педагогического совета протокол
№ _____ от « ____ »
_____ 2024 г

«Утверждаю»
Директор МБУ ДО ИРЦДТ
К.С.Пенкина _____
« ____ » _____ 2024 г.

**Краткосрочная дополнительная
общеразвивающая программа в рамках проекта
"Умные каникулы"**

"Лесные Робинзоны"

Направленность программы: туристско-краеведческая

Уровень программы: стартовый

Адресат программы: обучающиеся 10-14 лет

Сроки реализации программы: месяц

Количество часов по программе: 16 часов

Автор-разработчик программы:
методист МБУ ДО ИРЦДТ
Князева М.Н.

Реализуется педагогом : Керовой Е.А.

г.Инза, 2024

Содержание

1.Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1.Пояснительная записка.....	3
2. Цели и задачи.....	5
3. Принципы Программы.....	6
4. Формы и методы реализации программы.....	7
5.Учебный план.....	8
6.Содержание программы.....	9
7. Комплекс организационно – педагогических условий.....	13
7.1 . Календарный учебный график	
.....	13
7.2. Условия реализации	
программы.....	14
7.3. Формы аттестации и оценочные материалы.....	16
8. Список литературы	17
Приложения.....	18

1. Комплекс основных характеристик программы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа «Лесные Робинзоны» реализуется в рамках проекта "Умные каникулы", входит в программу лагеря с дневным пребыванием детей и обеспечивает реализацию образовательно-познавательного аспекта в области туризма и краеведения.

Программа предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентировании на местности, ведении краеведческих наблюдений и исследований, оказании первой медицинской помощи, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для организации и проведения походов.

Программа направлена на развитие ценностей здорового образа жизни, физической культуры, активной жизненной позиции, высоких нравственных качеств и позволяет одновременно осуществлять пять составляющих педагогических воздействия - воспитание, обучение, оздоровление, профессиональную ориентацию, социальную адаптацию обучающихся.

Нормативно-правовое обеспечение программы. В настоящее время содержание, роль, назначение и условия реализации данной программы закреплены в следующих нормативных документах:

- Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ № 273);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 27.07.2022г. № 629 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 № 1726;
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 №09-3242. «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ»;
- Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
- приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ».

- Устав МБУ ДО ИРЦДТ;
- Локальные акты образовательной организации;

Уровень освоения программы – стартовый.

Направленность (профиль) программы - туристско-краеведческая

Актуальность программы

Туризм позволяет пройти школу жизни, отличную от той, которую дает образовательная школа, двор, средства массовой информации. Это школа другой жизни, школа других отношений. Эти отношения возникают в ситуации предпоходной подготовки, самого похода и продолжаются по его завершении, ведь после окончания похода они не заканчиваются. То, что происходит в детской туристической группе во время похода, качественно меняет отношения ребят друг к другу, их восприятие окружающего мира, появляется потребность в новых путешествиях. Все самые лучшие качества членов группы становятся наиболее очевидными, а все самые худшие качества проявляются наиболее гипертрофированно. Туризм - это занятие, которое позволяет совершать активные путешествия, и суть его состоит в коллективном преодолении естественных препятствий и изолированной от внешней обстановки, нерегламентированной строгими правилами и ограничениями

Программа направлена и на адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессии спасатель, геолог, пожарный, экскурсовод, инженер по технике безопасности, повар, медицинский работник и др., что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ее содержании включена профориентационная работа, направленная на специальности, связанные с туризмом, так же в содержание программы предлагается формирование эколого-туристских умений (норм и правил рекреационного природопользования) и формирование экологических знаний у туристов на основе базовых знаний.

Отличительная особенность программы заключается, прежде всего, в ее комплексности и компактности, которые позволяют привить интерес к туризму. Предполагается дальнейшее обучение в туристско-краеведческом объединении в течение учебного года.

Адресат программы – учащиеся в возрасте 10-14 лет, заинтересованные в получении дополнительного образования в области туризма и краеведения. В учебное объединение дети принимаются по желанию без какой-либо специальной подготовки.

Объем программы: 16 часов.

Формы обучения и виды занятий: Форма обучения - очная, с использованием ресурсов электронного обучения, при необходимости использование дистанционных технологий.

Очное обучение: лекции, практические и семинарские занятия, круглые столы, мастер-классы, конкурсы, викторины, экскурсии.

Электронная среда используется в дополнение к основному традиционному учебному процессу для организации самостоятельной работы обучающихся (электронные материалы для самоподготовки и подготовка к лабораторным работам с использованием виртуальных лабораторных комплексов, самотестирование и т.д.); проведение консультаций с использованием форумов и вебинаров, организации текущего и итогового контроля, организации проектной и исследовательской работы в электронной среде.

2. Цель и задачи программы:

Цель: всестороннее развитие личности обучающегося, совершенствование физического и умственного развития, приобретение полезных навыков в процессе занятий туризмом.

Задачи программы:

1. Обучающие:

- знакомство, расширение и углубление знаний в области туризма, спортивного ориентирования и краеведения;

2. Воспитательные:

- адаптация в коллективе, формирование крепкого, морально-нравственного работоспособного детского коллектива;
- ориентирование в выборе будущей профессии.

3. Развивающие:

- формирование потребности в здоровом образе жизни, физическом развитии и самосовершенствовании, занятиях физической культурой и спортом;
- развитие навыков самообразования, активности, самостоятельности, общения;
- расширение кругозора детей;

4. Досуговые:

- профилактика асоциального поведения подростков.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные:

- сформируются навыки эффективного социального взаимодействия;
- сформируется устойчивый и осознанный интерес к занятиям туризмом;
- сформируется установка на ЗОЖ;
- начнут развиваться навыки проектной деятельности, системного мышления, работа в условиях неопределенности, экологическое мышление;
- разовьются общечеловеческие качества: потребность в дружбе,

взаимовыручка, чувство ответственности за порученное дело, работа в коллективе.

Предметные:

- обучающиеся освоят технику ходьбы в пеших походах;
- научатся соблюдению правил поведения в походе, сформируются знания о гигиене туриста, правильном питании, правилах безопасности;
- научатся вязать туристские узлы и применять их на практике;
- оказывать первую доврачебную помощь пострадавшим;
- изучат виды туризма, познакомятся с профессиями из сферы туризма.

Метапредметные:

- повысят уровень физической подготовки, разовьют скоростные навыки, выносливость, ловкость, силу;
- научатся анализировать, прогнозировать и выстраивать собственную деятельность;
- получат навыки в проектной деятельности;
- расширят кругозор.

Обучающиеся должны знать:

- как выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега;
- основные группы узлов;
- правила оказания первой доврачебной помощи;
- методику преодоления естественных препятствий согласно регламенту соревнований по спортивному туризму в дисциплине дистанция – пешеходная;
- как ориентироваться на местности при помощи карты, компаса, по местным признакам;
- самостоятельно преодолевать естественные и искусственные препятствия;
- меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях, полигонных занятиях;
- основы гигиены туриста;
- комплектацию походной аптечки;
- подвижные и спортивные игры;
- условные знаки спортивных и топографических карт.

Должны уметь:

- осуществлять профилактику простудных заболеваний;
- упаковывать и транспортировать продукты в походах;
- оказывать первую медицинскую помощь при порезах, потёртостях, ожогах, обморожении;
- командно преодолевать естественные и искусственные препятствия;
- ориентироваться на местности по местным признакам;
- бухтовать веревки;
- пользоваться туристским снаряжением, ставить палатки, укладывать на скорость рюкзак.

3. Ведущие принципы образования, положенные в основу программы.

Один из важнейших принципов – *принцип наглядности* очень важен для обучения технике и тактике туризма

Принцип индивидуализации важен при решении вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками

Принцип личностно-ориентированного воспитания имеет важное значение т.к. воспитание личности ребенка, его самоопределения, самопознание происходит также и в детском коллективе.

4. Формы и методы реализации программы

При реализации данной программы применяются разнообразные формы и методы работы.

Методы:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, работа с книгой, дискуссия, лекция.
2. Наглядные методы: использование оборудования спортивного зала просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов.
3. Практические методы: спортивные тренировки, полигоны, соревнования, походы, зачетные занятия. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местности в форме соревнований, походов, слётов.
4. Методы контроля: теоретические и практические зачёты, тестирование.

Формы:

1. практические занятия
2. беседы
3. экскурсии
4. игровые программы
5. спортивные тренировки
6. полигоны
7. соревнования
8. походы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации / контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы туристской подготовки	10	2	8	Тесты, беседа, анализ, наблюдение, практическая работа полевая практика зачетный поход
1.1	Основные понятия. Типы, виды и формы туризма.	2	1	1	
1.2	Групповое и личное снаряжение Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе. Техника и тактика в туристском походе	2		2	
1.3	Безопасность при проведении туристских походов и практических занятий на местности. Подготовка и проведение похода Подведение итогов туристского похода	4	1	3	
1.4	Соревнования по технике пешеходного туризма	2		2	
2.	Краеведение	2		2	Составление тур.маршрута
2.1	Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов	2		2	
3.	Основы личной гигиены и первая помощь	4	2	2	Зачет отчет о походе
3.1	Личная гигиена туриста. Основные приемы оказания первой помощи. Приемы транспортировки пострадавшего	2	1	1	
3.2	Мини-поход по разработанному маршруту.	2		2	
	Итого	16	4	12	

6. Содержание программы

1. Основы туристской подготовки-10ч

1.1. Основные понятия. Типы, виды и формы туризма- 2ч

Рассказ о профессии экскурсовода.

Теория-Туризм – путешествие в свободное время, один из видов отдыха, средство духовного, культурного, социального и физического развития личности.

Средства туризма: прогулки, экскурсии, походы и путешествия, туристские слеты и соревнования, туристские лагеря и экспедиции, туристское краеведение.

Типы и формы туризма: спортивный, рекреационный, реабилитационный, профессионально-прикладной, учебный, культурно-познавательный, культурно-развлекательный, экскурсионный, краеведческий, приключенческий, экспедиционный, деловой, коммерческий, комбинированный.

Виды туризма: пешеходный, водный, лыжный, горный, велосипедный, автомототуризм, спелеотуризм, конный, парусный, комбинированный.

Форма контроля: тесты (Приложение 4)

Практические занятия: подготовка сообщений о видах туризма

Форма контроля: заслушивание сообщений о видах туризма

Оборудование: интерактивная панель, ноутбук, МФУ, фотоаппарат

1.2. Групповое и личное снаряжение-2ч

Теория.Личное и групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для двух – трехдневного похода. Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, безопасность в эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность.

Групповое снаряжение. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Кухонное оборудование для летних и зимних походов: таганки, тросики, топоры и пилы чехлы к ним. Посуда для приготовления пищи.

Ремонтный набор.

Личное и групповое снаряжение для участников соревнований по технике пешеходного туризма: веревки, карабины, страховочные системы, самостраховка, каски, рукавицы, каска.

Практические занятия. Укладка рюкзака, установка различных типов палаток. Подгонка личного снаряжения. Изготовление и ремонт снаряжения.

Формы контроля: наблюдение, анализ

Оборудование: рюкзак туристический (16 штук), палатка туристическая универсальная (4 штук), тент (1 шт.), страховочная система (6 штук).

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф и т.д.)

Требования к выбору места бивака (безопасность, наличие воды, дров и т.д.)

Планирование бивака: места для палаток, кухни, костра, забора воды, мытья посуды, места умывания, туалета, ямы для пищевых отходов и мусора.

Действия группы по прибытии на бивак.

Определение места для костра. Типы костров.

Вопросы гигиены на биваке.

Свертывание бивака. Охрана природы.

Практические занятия. Выбор места бивака. Самостоятельные работы по планированию бивака, разворачиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток. Заготовка дров – работа с пилой и топором.

Формы контроля: полевая практика

Оборудование: палатка туристская универсальная, тент, шатер-беседка, спальный мешок, коврик теплоизоляционный для туризма, топор, пила, тренога костровая, набор котелков, столы и скамьи складные.

Питание в туристском походе. Рассказ о профессии повара.

Теория. Значение правильного питания и питьевого режима в многодневном походе.

Калорийность, вес и нормы дневного рациона.

Организация питания в многодневном походе. Меню и список продуктов. Питьевой режим.

Практические занятия. Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Форма контроля: составление меню на 3 – 5 дней.

Оборудование: тренога костровая, набор котелков, ноутбук, МФУ

Туристские должности в группе

Теория. Должности в группе постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (инициативность, авторитет) и его обязанности (руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе).

Другие постоянные должности в группе: ответственный за питание (завхоз), ответственный за снаряжение, ремонтный мастер, проводник (штурман), краевед, санитар, фотограф.

Другие должности: культорг, физорг, знаток охраны природы и т.д.

Временные должности: дежурные по кухне, их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды)

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

Форма контроля: наблюдение

Техника и тактика в туристском походе

Теория. Понятие о тактике в туристском походе.

Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана-графика похода. Маршруты линейные и кольцевые. Радиальные выходы. Разработка запасных вариантов маршрута.

Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи.

Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарникам, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам

Практические занятия. Отработка техники движения и преодоления препятствий.

Форма контроля: полевая практика

Оборудование: каска туристская (15шт.), система страховочная (Грудные и поясные обвязки)-15шт., жумар- 15шт. , спусковое устройство, карабины туристские ,веревки туристские, рация.

1.3. Безопасность при проведении туристских походов и практических занятий на местности-4ч

(Профессия -инженер по технике безопасности, спасатель)

Теория: Дисциплина на занятиях и в походе – основа безопасности.

Техника безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.

Правила поведения при переезде группы на транспорте.

Основные причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т.д.)

Подготовка и проведение походов

Выбор маршрута. Цель, задача, тема похода. Время проведения и продолжительность похода. Подбор группы и распределение обязанностей. Смета расходов на проведение похода.

Оформление походной документации.

Подготовка снаряжения.

Практические занятия. Выбор маршрута похода. Составление по карте маршрута графика движения. Составление сметы похода. Заполнение маршрутного листа. Составление списка личного и группового снаряжения. Подбор группового снаряжения.

Форма контроля: Проведение двухдневного похода, похода выходного дня.

Оборудование: каска туристская (15шт.), система страховочная (Грудные и поясные обвязки)-15шт., жумар- 15шт. , спусковое устройство, карабины туристские ,веревки туристские, рация.

Подведение итогов туристского путешествия.

Разбор действий участников похода и группы в целом. Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе. Подготовка газеты по итогам похода.

Практические занятия. Составление отчета о походе. Подготовка газеты по итогам похода.

Форма контроля: отчет по походу.

Оборудование: ноутбук, МФУ, фотоаппарат, интерактивная панель.

1.4. Соревнования по технике пешеходного туризма-2ч

Соревнования по технике пешеходного туризма.

Туристские слеты и соревнования школьников. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. Основные разделы правил.

Классификация соревнований. Положение о соревнованиях. Порядок подачи протестов. Штрафы на этапах.

Отдельные технические этапы туристских соревнований.

Переправа по бревну с самостраховкой

Траверс склона по перилам

Спуск и подъем по склону спортивным способом

Подъем по склону с самостраховкой по перилам

Спуск по склону с самостраховкой по перилам

Навесная переправа

Переправа маятником

Движение по веревке с перилами (параллельные перила).

Узлы, применяемые для выполнения технических приемов.

Узлы для связывания концов веревки: прямой, академический, встречный, ткацкий, брамшкотовый, грейпвайн. Узлы для присоединения веревки к объекту (опоре): проводник, проводник-восьмерка, стремя, двойной проводник, австрийский проводник, булинь, карабинная удавка, штыковой.

Практические занятия. Вязание узлов. Практическое применение технических и тактических приёмов на отдельных технических этапах.

Форма контроля: участие в соревнованиях по технике пешеходного туризма.

Оборудование: каска туристская (15шт.), система страховочная (Грудные и поясные обвязки)-15шт., жумар- 15шт. , спусковое устройство, карабины туристские ,веревки туристские, рация.

2. Краеведение-2ч.

2.1. Родной край, его природные особенности, история

Климат, растительный и животный мир муниципального образования, Ульяновской области, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление. Промышленность. Сведения о прошлом края.

Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев-2ч

Памятники истории и культуры. Музеи. Экскурсии в музеи.

Изучение района путешествия, похода

Сбор краеведческого материала о районе похода. Изучение истории, климата, рельефа, флоры и фауны. Экскурсионные объекты района путешествия.

Практические занятия: Подготовка и заслушивание докладов о районе путешествия.

Форма контроля: составление тур.маршрута

Материалы и оборудование: Физическая карта района, наборы открыток, фотоаппарат, ноутбук , МФУ

3. Основы личной гигиены и первая доврачебная помощь -4ч

3.1. Личная гигиена туриста.

Теория. Понятие о гигиене. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, баня, душ, купание).

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

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков.

Форма контроля: наблюдение

Основные приемы оказания первой помощи (Профессия "Спасатель, медицинский работник)

Профилактика заболеваний и травматизма в походе. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Походная медицинская аптечка. Состав походной аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Хранение и транспортировка аптечки.

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

Форма контроля: тесты (Приложение №2)

Приемы транспортировки пострадавшего

Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, состояния пострадавшего.

Изготовление носилок.

Транспортировка пострадавшего по пересеченной местности.

Практические занятия. Изготовление носилок с использованием штормовки, веревки. Транспортировка пострадавшего по пересеченной местности.

Форма контроля: зачет

Материалы и оборудование: Материал для изготовления ватно-марлевой повязки - вата, марля, ножницы, нитки, иголка; материал для оказания помощи условно пострадавшему – бинты, жгут; медицинская аптечка, носилки портативные, мед. сумка, аппарат иск. вентиляции легких, шина, тренажер-манекен пострадавшего "Виктор-1.01.-Г"

3.2. Мини-поход по разработанному маршруту.

Практическое занятие. Показ полученных навыков на практике. Подготовка отчета по походу.

Оборудование: топографическая карта, каска туристская, система страховочная, жумар, спусковое устройство, карабины туристские, веревки туристские; звукоусиливающий прибор "Мегафон", навигатор, рация, мед.сумка

7.Комплекс организационно-педагогических условий

7.1. Календарный учебный график

Количество учебных недель- 4

Количество учебных часов- 16

Количество учебных занятий- 8

Начало учебных занятий- 01.07.

Окончание реализации программы- 31.07.

Место проведения: Учебная аудитория, городской парк, стадион, лесной массив, спортивный зал.

Время проведения: понедельник, среда с 12.00 до 12. 45, с 13.00 до 13.45

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма занятия	Форма контроля	Дата планируемая (число, месяц)	Дата фактическая (число, месяц)
	Основы туристской подготовки	10				
1	Основные понятия. Типы, виды и формы туризма	2	Теория Практика	Тесты		
2	Групповое и личное снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе	2	Теория Практика	Тесты		
3	Безопасность при проведении туристских походов и практических занятий на местности	2	Теория Практика	Тесты		

4	Подготовка и проведение похода Техника и тактика в туристском походе	2	Теория Практика	Зачетный поход		
5	Соревнования по технике пешеходного туризма	2	Теория Практика	Соревнования		
	Краеведение	2				
6	Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов	2	Теория Практика	Составление тур.маршрута по родному краю		
	Основы личной гигиены туриста и первая помощь	4				
7	Личная гигиена туриста. Основные приемы оказания первой помощи. Приемы транспортировки пострадавшего	2	Теория Практика	Зачет		
8	Мини- поход по разработанному маршруту	2	Практика	отчет по походу		
	итого	16ч				

7.2 Условия реализации программы

Для успешной реализации программы подготовлены:

- учебно-материальная база: учебный класс, оборудованный стендами, отображающими тематику программы;

- учебно-материальная база для организации учебных занятий в условиях природной среды: шатёр, столы складные, стулья складные;
- библиотечная учебно-методическая литература;
- учебные плакаты: «Узлы, применяемые в туризме», «Биваки», «Палатки», «Медицина и гигиена», «Преодоление естественных препятствий»;
- комплект учебных топографических карт;
- условные знаки спортивных и топографических карт;
- карточки для контроля ЗУН;
- дидактический (раздаточный) материал;
- разработаны тесты по основным темам: «Медицина», «Оказание доврачебной помощи», «Выживание человека в природной среде»;
- разработаны топографические задачи;
 - разработаны методические рекомендации: «Организация и проведение туристских походов с учащимися».

У каждого участника объединения должны быть тетрадь и ручка, цветные карандаши, фломастеры, линейка, транспортир.

В тетрадь записываются изучаемый материал, домашние задания, впечатления о походах, экскурсиях и т.п.

Для реализации программы используется разнообразный дидактический материал, в том числе разработанный педагогом для данной программы и рекомендованный образовательной организацией к использованию в образовательном процессе.

Занятия по программе ведет педагог дополнительного образования. Соревнований по туризму муниципального и региональных уровней.

Для электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий используются технические средства, а также информационно-телекоммуникационные сети, обеспечивающие передачу по линиям связи указанной информации (образовательные онлайн-платформы, цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, skype – общение, e-mail, облачные сервисы и т.д.)

Рекомендуемый перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря

Групповое туристское снаряжение:

Рюкзак объёмом не менее 80 литров

палатка туристическая с тентом каркасно-дуговая, четырёхместная

тент от дождя

комплект котелков для приготовления пищи (8,9,10л)

компас жидкостной

тренога костровая

навигационное устройство походного типа
спальный мешок
коврик теплоизоляционный
Каска туристическая
Карабины туристские
система страховочная грудная и нижняя обвязки
жумар
спусковое устройство
Веревка 10 мм
для организации учебных занятий в условиях природной среды:
шатёр
стол складной
стул складной

Перечень личного туристского снаряжения обучающегося

1. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве.
2. Обувь спортивная (типа шиповки).
3. Сапоги резиновые.
4. Фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л).
5. Головной убор.
6. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм).
7. Спортивный тренировочный костюм.
8. Свитер шерстяной.
9. Брюки ветрозащитные.
10. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной).
11. Блокнот и ручка.
12. Мазь от кровососущих насекомых.
13. Варежки (для лыжных походов).
14. Коврик туристский.
15. Лыжи с креплениями и ботинками.
16. Лыжные палки.
17. Лыжная шапочка.
18. Перчатки рабочие.
19. Носки шерстяные.
20. Сидушка походная.

7.3. Формы аттестации обучающихся

Исходя из поставленных цели и задач, спрогнозированных результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной общеразвивающей программы: педагогические наблюдения за детьми в процессе работы; педагогический анализ результатов ; мониторинг образовательной деятельности детей (самооценка обучающегося).

Формы подведения итогов реализации общеразвивающей программы: беседа, опрос, конкурсы, игры по отдельным видам туризма,.

Способами определения результативности усвоения дополнительной общеобразовательной программы итоговая диагностика, проводимая в форме учебного похода, тестирования по каждому разделу: теоретической подготовке, выполнение практических заданий за контрольное время, наблюдение за правильностью выполнения практических заданий во время учебно-тренировочного занятия .

Оценочные материалы

Диагностические материалы, позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов разработаны по разделам, темам и представлены в содержании программы. (Приложения)

Формы поощрения:

- словесная, знания оцениваются в устной форме: хорошо, отлично;
- наглядно-демонстративная (участие в соревнованиях и конкурсах);
- материальная (грамоты, призы).

Результативность и практическая значимость определяются перечнем знаний, умений и навыков, формируемых у обучающихся по данной программе, проявленные во время похода.

8. Список литературы для педагогов дополнительного образования

1. Актуальные вопросы туристской деятельности: сб. метод.материалов. - СПб.: Недра, 2006.
2. Артемова, Е.Н. Основы гостеприимства и туризма [Электронный ресурс] / Е.Н. Артемова, В.А. Козлова. - Электрон.дан. - М., 2007. - Режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/artemova.htm.

3. Бабкин, А.В. Специальные виды туризма [Текст] / А.В. Бабкин. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 262 с.
4. Буйленко, В.Ф. Туризм [Текст] / В.Ф. Буйленко. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 417 с.
5. Востоков, И.Е. Главные концептуальные аспекты системы развития спортивного туризма в РФ [Текст] / И.Е. Востоков. - М.: - 2008. - 27 с.
6. Дурович, А. П. Организация туризма: учебное пособие / А. П. Дурович. - Минск: Современная школа, 2010. - 383 с.
7. Зорин, И.В. Энциклопедия туризма. Справочник [Текст] / И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. - М.: Финансы и статистика, 2003. - 379 с.
8. Зырянов, А.И. Равнинный туризм [Текст] / А.И. Зырянов, Н.А. Емельянова // Географический вестник. №4(23). - С. 1-4.
9. Ильина Е.Н. Туроперейтинг: организация деятельности. - М.: Финансы и статистика, 2007.
10. Каурова А.Д. Организация сферы туризма: учеб.пособие. - СПб.: Герда, 2006.
11. Каурова, А. Д. Организация сферы туризма: учебное пособие / А. Д. Каурова. - Москва. - Санкт-Петербург: Герда, 2008. - 368 с.
- 12 Современная подготовка спортсмена ориентировщика.
Шириян А. А. Иванов А.В Издательство «Советский Спорт».2010г. 112 стр.

Список литературы для детей и родителей

1. СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ УГТУ (Н. Н. Ключникова, Н. А. Чернова) Ульяновск 2009
2. Спортивно-оздоровительный бег Полунин А.И. 2004г
3. Бардин, К.В. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий)2004г
4. Рыжавский Г.А. «Биваки» - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
5. «Энциклопедия туриста», М., Большая Российская энциклопедия,
- 19
- 6.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

Методические материалы.

Изображения узлов, применяемых при выполнении технических приёмов

Для связывания веревок:



Встречный



Встречная восьмерка



Грейпвайн

Петлевые



Проводник восьмерка



Проводник восьмерка



Австрийский проводник



Двойной проводник

Для крепления на опоре



Карабинная удавка



Штык



Приложение №2

ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ для проверки знаний воспитанников объединения

1. Какие вы знаете виды туризма? Дайте характеристику каждому виду.

Основы гигиены и первая помощь

2. Перечислите возможные опасности в походе и основные причины возникновения аварийных ситуаций.
3. Перечислите гигиенические требования при занятиях туризмом. Сущность закаливания организма.
4. Назовите состав медицинской походной аптечки; её хранение и транспортировку.
5. Какую помощь нужно оказать при пищевых отравлениях, желудочно-кишечных заболеваниях?
6. Профилактика пищевых отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.
7. Порядок оказания помощи при обмороке, тепловом и солнечном ударе.
8. Правила оказания помощи при ожогах и отморожениях. Как избежать ожогов и отморожений?
9. Первая доврачебная помощь при порезах, ранах, нагноениях. Порядок обработки ран, наложения ватно-марлевой повязки, способы перевязывания..
10. Назовите порядок остановки сильного кровотечения, порядок наложения жгута.
11. Правила оказания доврачебной помощи при ушибах, растяжениях, вывихах. Назовите признаки вывиха.
12. Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Порядок наложения шин из подручных предметов.
13. Порядок оказания первой помощи при потертостях, мозолях, опрелостях.
14. Порядок оказания помощи при поражениях молнией, электрическим током, утопающему. Назовите приёмы искусственного дыхания.
15. Назовите способы и порядок транспортировки пострадавшего.

Основы туристской подготовки.

16. Назовите перечень личного снаряжения и требования к нему.

17. Перечислите, что входит в групповое снаряжение и какие требования предъявляются к нему.
18. Как правильно уложить вещи в рюкзаке? Как обеспечить его влагонепроницаемость?
19. Порядок установки палаток различных типов и размещения в них вещей, предохранение палаток от намокания.
20. Назовите последовательность подготовки к походу. Цели и задачи походов.
21. Какие вы знаете туристские должности в походе? Постоянные и временные должности.
22. Что вы понимаете под правильной организацией движения? Режим и темп движения, привалы. Водно-солевой режим в походе.
23. Техника безопасности при проведении походов.
24. Основные требования к месту привала и бивуака.
25. Порядок работы по разворачиванию и свертыванию лагеря.
26. Основные типы костров и их назначение. Выбор места для костра.
27. Меры безопасности при обращении с огнём и при заготовке дров. Экологические требования.
28. Что относится к костровым принадлежностям? Варочная посуда. Способы подвески котлов.
29. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
30. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
31. Что входит в набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса? Порядок упаковки и хранения продуктов.
32. Понятие о меню-раскладке. Суточные нормы продуктов на человека.
33. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи. Способы обеззараживания воды.
34. Как двигаться по заболоченной местности? Назовите основные способы преодоления заболоченных участков.
35. Преодоление водных препятствий. Назовите способы переправ.
36. Как делятся узлы на группы по назначению?

Краеведение

51. Дайте общегеографическую характеристику Ульяновской области: территория, границы. Рельеф. Полезные ископаемые.
52. Назовите основные реки и озера Ульяновской области.
53. Административное деление Ульяновской области. Назовите крупные города области.
54. Назовите основные отрасли промышленности и сельского хозяйства области.
55. Назовите наиболее яркие события Ульяновска с древнейших времен до наших дней.
56. Ульяновск в период Великой Отечественной войны 1941-45 гг.
57. Назовите туристские возможности Ульяновской области.
58. Дайте понятие об экологии. Заповеди юного туриста.

59. Какие вы знаете виды и формы общественной работы?
60. Метеорологические наблюдения. Признаки изменения погоды.

Медицина и гигиена

61. Назовите обстоятельства, ситуации и причины, приводящие к получению травм и заболеваний.
62. В чём заключается профилактика термических ожогов, ранений острыми орудиями, поражений атмосферным электричеством (грозой) ?
63. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит, вирусный гепатит и т. д.).
64. Назначение и дозировка медицинских препаратов, входящих в состав походной аптечки.
65. Как остановить кровотечение из носа, из десны, из уха, из лёгких?
66. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых переломах, разрывах связочного аппарата.
67. Как оказать первую помощь при травмах живота, повреждениях органов брюшной полости, повреждениях таза?
68. Правила оказания помощи при закрытых и открытых повреждениях черепа, лица и шеи, при сотрясении мозга.
69. Первая доврачебная помощь при переломах ключицы, ребер, при повреждении позвоночника.
70. Назовите способы и порядок проведения искусственного дыхания.
71. Назовите способы иммобилизации (обездвиживания) пострадавшего на средствах транспортировки, порядок наложения шин.
72. Назовите правила снятия одежды и обуви с пострадавшего, вывода его из шокового состояния.

ПРИЛОЖЕНИЕ 3

Методика оценки склонности к различным сферам профессиональной деятельности (Л.А. Йовайши)

Инструкция

Вашему вниманию предлагается 24 вопроса, направленные на выявление склонностей к определенному виду занятий (склонность - это влечение к какому-либо занятию). Ознакомьтесь с ними. Для того, чтобы определить свои профессиональные склонности, в бланке ответов выберите один из трех вариантов утверждений – «а», «б» или «в» – и обведите его. После ответа на все утверждения, подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

Бланк ответов «Профессиональные склонности»

Класс: _____ Фамилия,
Имя: _____

	I	II	III	IV	V	VI
1	а			б		в
2		а		б	в	
3	а	б		в		
4			а		б	в
5	а	б	в			
6	а	б				в
7		а	б	в		
8	а				б	в
9		а		б	в	
10				а	б	в
11	а	б	в			
12			а	б	в	
13	а				б	в
14		а		б	в	
15	а		б		в	
16	а		б			в
17				а	б	в
18	а	б	в			
19			а		б	в
20	а		б			в
21		а	б	в		

22		а	б	в		
23		а		б		в
24	а				б	в
Сумма баллов						

1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности

- а) общаться с самыми разными людьми;
- б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене и т.д.
- в) заниматься расчетами; вести документацию.

2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает

- а) возможность следить за ходом мыслей автора;
- б) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- в) сюжет, действия героев.

3. Меня больше обрадует Нобелевская премия

- а) за общественную деятельность;
- б) в области наук;
- в) в области искусства.

4. Я скорее соглашусь стать

- а) главным механиком;
- б) начальником экспедиции;
- в) главным бухгалтером.

5. Будущее людей определяют

- а) взаимопонимание между людьми;
- б) научные открытия;
- в) развитие производства.

6. Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь

- а) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- б) разработкой новых технологий обучения;
- в) работой с документами.

7. На технической выставке меня больше привлечет

- а) внутреннее устройство экспонатов;
- б) их практическое применение;
- в) внешний вид экспонатов (цвет, форма).

8. В людях я ценю, прежде всего

- а) дружелюбие и отзывчивость;
- б) смелость и выносливость;
- в) обязательность и аккуратность.

9. В свободное время мне хотелось бы

- а) ставить различные опыты, эксперименты;
- б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать;
- в) тренироваться.

10. В зарубежных поездках меня скорее заинтересует

- а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны;
- б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
- в) деловое общение.

11. Мне интереснее беседовать о

- а) человеческих взаимоотношениях;
- б) новой научной гипотезе;
- в) технических характеристиках новой модели машины, компьютера.

12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал

- а) технический;
- б) музыкальный;
- в) спортивный.

13. В школе следует обратить особое внимание на

- а) улучшение взаимопонимания между учителями и учениками;
- б) поддержание здоровья учащихся, занятия спортом;
- в) укрепление дисциплины.

14. Я с большим удовольствием смотрю

- а) научно-популярные фильмы;
- б) программы о культуре и искусстве;
- в) спортивные программы.

15. Мне хотелось бы работать

- а) с детьми или сверстниками;
- б) с машинами, механизмами;
- в) с объектами природы.

16. Школа в первую очередь должна

- а) учить общению с другими людьми;
- б) давать знания;
- в) обучать навыкам работы.

17. Главное в жизни

- а) иметь возможность заниматься творчеством;

- б) вести здоровый образ жизни;
- в) тщательно планировать свои дела.

18. Государство должно в первую очередь заботиться о

- а) защите интересов и прав граждан;
- б) достижениях в области науки и техники;
- в) материальном благополучии граждан.

19. Мне больше всего нравятся уроки

- а) труда;
- б) физкультуры;
- в) математики.

20. Мне интереснее было бы

- а) заниматься сбытом товаров;
- б) изготавливать изделия;
- в) планировать производство товаров.

21. Я предпочитаю читать статьи о

- а) выдающихся ученых и их открытиях;
- б) интересных изобретениях;
- в) жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов.

22. Свободное время я люблю

- а) читать, думать, рассуждать;
- б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями;
- в) ходить на выставки, концерты, в музеи.

23. Большой интерес у меня вызовет сообщение о

- а) научном открытии;
- б) художественной выставке;
- в) экономической ситуации.

24. Я предпочту работать

- а) в помещении, где много людей;
- б) в необычных условиях;
- в) в обычном кабинете.

Обработка результатов

Подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности. Обратите внимание на те виды деятельности, которые набрали большее количество баллов.

1 - склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым,

медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения.

2 - склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе. Профессии, связанные с научной деятельностью. Кроме специальных знаний такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума.

3 - склонность к практической деятельности. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; управление транспортом; изготовление изделий.

4 - склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность и *независимость*.

5 - склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельности, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам.

6 - склонность к планово-экономическим видам деятельности. Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

Интерпретация полученных результатов

10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.

7-9 баллов – склонность к определенному виду деятельности.

4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.

0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

Приложение №4

1) Соедините стрелками виды туризма со соответствующими определениями :

Вид туризма	
Пеший туризм	Преодоление протяженного горного пространства: прохождение маршрута от точки А к точке В, при этом маршрут включает в себя набор локальных препятствий
Водный туризм	Один из видов туризма, в котором главным или единственным средством передвижения служит механическое 2-колесное транспортное средство
Горный туризм	Походы по рекам, озерам, морям и водохранилищам на судах
Конный туризм	Пешее преодоление группой маршрута по слабопересеченной местности
Спелеотуризм	Вид туризма, в котором в качестве средства преодоления естественных препятствий используются туристские лыжи
Лыжный туризм	Путешествия по естественным подземным полостям с преодолением в них различных препятствий с использованием специального снаряжения
Велотуризм	Вид активного отдыха и спортивного туризма с использованием животных верхом или в упряжи в качестве средства передвижения
Парусный туризм	Путешествия на судах по морю или акваториям больших озер. Основной задачей является выполнение плана похода судна в соответствии с правилами плавания во внутренних водах и в открытом море

1. Вопрос:

Из-за сказочной красоты этого места в окрестных селах бытует легенда о том, что это озеро – потерянная феей жемчужина из ожерелья, найденная и сохраненная бедной девушкой, а потом разлившаяся светлым озером. О каком озере Ульяновской области идет речь?

1. Озеро Крячек

2. Белое озеро

3. Юловское озеро

[Масленников, А.В. Живая душа озера /А.В. Масленников // Мономах. – 1997. – № 4. – С. 12-13.](#)

2. Вопрос:

Родина видного деятеля Русской Православной Церкви, епископа Вологодского и Тотемского, духовного наставника отца Павла Флоренсова, друга творческой молодежи «серебряного» века русской поэзии епископа Антония (Флоренсова, 1847-1918 гг.)

1. село Труслейка

2. село Панциревка

3. село Аксаур

http://litmap.uonb.ru/?page_id=3387

3. Вопрос

Село принадлежало семейству Анненковых. И.А. Анненков — декабрист, прототип героя романа Александра Дюма «Учитель фехтования» (художественный фильм «Звезда пленительного счастья», актер И. Костолевский). Анненковы построили в селе огромный храм-Живоначальной Троицы, который до сих пор красуется в отдалении от села .

1. село Пятино

2. село Анненково

3. село Репьёвка

http://litmap.uonb.ru/?page_id=3387

4. Вопрос

В каком из поселений Инзенского района разводят лошадей породы "Першерон"

1. МО Труслейское сельское поселение
2. **МО Коржевское сельское поселение**
3. МО Сюксюмское сельское поселение

<https://vk.com/rus.persheron>

5. Вопрос (вставьте название)

В 2010 году в г.Инза на перекрёстке улиц Гагарина, Вокзальной и Шоссейной был установлен _____, ставший своеобразным символом нашего города.

1. Музей Малины
2. Здание ж/д вокзала
3. **Паровоз Л-3401**