

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия №2 г. Черняховска Калининградской области»

Принята:
НМС МАОУ «Гимназия №2
г. Черняховска»
Протокол № 1 от «30» августа 2024г

Утверждаю:
Директор МАОУ «Гимназия №2
г. Черняховска»
А.Д. Ясюченя
Приказ № 137-Д от «30» августа 2024г

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско – краеведческой направленности «Светоч»
(детско-юношеское историко-краеведческое общество «Белый Ворон»)**

**Возраст обучающихся 13-17 лет
срок реализации 1 год**

Составитель:
Кленовый Андрей Васильевич
учитель истории
первой квалификационной категории

г. Черняховск, 2024г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Светоч» детско-юношеского историко-краеведческого общества «Белый Ворон» разработана в соответствии со статьями 2, 12 Федерального закона «Об образовании Российской Федерации» №273 от 29.12.2012 г.; «Концепции развития дополнительного образования детей» от 4 сентября 2014 года и Стратегии туризма в Российской Федерации на период до 2020 года (утвержден распоряжением Правительства Российской Федерации от 11 ноября 2014 года №2246-р)

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Светоч» детско-юношеского историко-краеведческого общества «Белый Ворон» имеет туристско – краеведческую направленность.

Актуальность программы

В основе школьного туризма лежат фундаментальные, неустаревающие принципы образования и воспитания: гуманно-демократический, концептуально-методологический, системно-целостный, творчески развивающий, личностно-ориентированный, созидательно-деятельностный. В структуре любой образовательной программы туризм может быть использован в качестве эффективной формы обучения. Туризм и спортивное ориентирование помогают учащимся в освоении учебных дисциплин по основам различных наук.

Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины.

Никто из туристов не пошёл бы второй раз в поход, если бы на личном опыте не убедился, что всё виденное, пережитое, слышанное, пройденное, спетое у ночного костра оставляет такое впечатление и делает нашу жизнь настолько богаче, что по сравнению с этим все тяготы и неудобства туризма выглядят не имеющими значения мелочами.

Успех любого похода, экскурсии или путешествия во многом зависит от того, насколько хорошо путешественник сумеет определить, где он находится и в каком направлении следует идти дальше, т.е. от умения ориентироваться на местности.

Умение ориентироваться на местности приобретает в постоянном общении с природой, благодаря развитию наблюдательности и привычке быстро замечать и запоминать характерные детали местности.

Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности.

Адресат программы

Данная программа адресована подросткам 13-17 лет. Условия набора детей в коллектив: принимаются все желающие.

Объем и срок освоения программы, режим занятий

Срок освоения программы – 1 год

На полное освоение программы требуется 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут с перерывом между занятиями 15 минут. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Формы обучения

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса

Занятия ориентируют учащихся на избрание таких профессии, как геодезист, топограф, картограф, дают им начальные сведения об этих профессиях, помогают подготовиться к

поступлению в соответствующие учебные заведения. Занятия туризмом позволяют и более широко поставить работу по профессиональной ориентации кружковцев. Состав группы обучающихся 15 человек.

Педагогическая целесообразность

Школьный туризм позволяет учителю осуществлять практически все виды профессиональной деятельности: учебную и воспитательную, научно – методическую, социально – педагогическую, культурно – просветительскую и др.

Походы и занятия спортивным ориентированием на незнакомой местности позволяют школьникам изучать процессы и результаты взаимодействия природы и общества.

Широкая доступность, красота природы края, способствуют популярности, как школьного туризма, так и спортивного ориентирования. Занятия в кружке содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу, участвовать в городских соревнованиях по спортивному ориентированию, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

Особое внимание уделяется прогнозированию перспектив развития ландшафта и выработке рекомендаций по его дальнейшему наиболее рациональному хозяйственному использованию.

Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Нельзя недооценивать и то, что детскому и особенно подростковому возрасту свойственно стремление к новизне, необычности, к приключениям и романтике. Туризм - прекрасное средство, которое естественным путём удовлетворяет и такие, не всегда учитываемые взрослыми потребности ребят. Нужно помнить и о том, что в походе ребята раскрываются совсем с иной стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для учителя, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти свой подход к нему. Контакты, которые устанавливаются между взрослыми и ребятами в походе, как правило, гораздо более глубокие и душевные, чем в школе. Они способствуют настоящему взаимопониманию и установлению отношений сотрудничества, что потом переносится в школу.

Цель программы.

Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи.

1. В области образования:

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

2. В области воспитания:

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

3. В области физической подготовки:

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

Основные формы и методы

Разнообразные формы и методы позволяют вовлечь в процесс реализации программы широкий круг учащихся и учителей. Это позволяет создать своеобразную и благоприятную атмосферу общения, воспитания, коммуникативных связей и отношений.

Данная программа комплексная и даёт возможность учащимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, жизненные принципы и интерес к познанию окружающего мира. Программа «Светоч» детско-юношеского историко-краеведческого общества «Белый Ворон» предусматривает индивидуальные, групповые формы работы с детьми.

Планируемые результаты, требование к уровню усвоения программы:

Планируемые результаты изучения

По завершении обучения обучающиеся должны знать:

- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;
- вопросы туризма и экологии;
- основы топографии и ориентирования;
- умение ориентироваться по местным признакам и звёздам;
- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

уметь:

- основные разделы пройденной программы;
 - порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;
 - способы преодоления различных естественных препятствий;
 - способы организации и проведения поисково-спасательных работ;
 - основные исторические и географические сведения о родном крае;
 - различные способы ориентирования на местности.
- уметь:
- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
 - преодолевать вместе естественные препятствия на пути;
 - ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному ориентированию;
 - организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;
 - передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;
 - владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;

- уметь правильно применять туристские узлы;

- проводить поисково-спасательные работы;

- уметь ориентироваться по карте и компасу,

- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;

- организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт;

- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего.

Личностные результаты участников историко – краеведческого общества должны отражать:

1) сформированность мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, основанного на диалоге культур, а также различных форм общественного сознания, осознание своего места в поликультурном мире;

2) сформированность основ саморазвития и самовоспитания в соответствии с общечеловеческими ценностями и идеалами гражданского общества; готовность и способность к самостоятельной, творческой и ответственной деятельности;

3) толерантное сознание и поведение в поликультурном мире, готовность и способность вести диалог с другими людьми, достигать в нём взаимопонимания, находить общие цели и сотрудничать для их достижения;

4) навыки сотрудничества со сверстниками, детьми младшего возраста, взрослыми в образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, проектной и других видах деятельности;

5) нравственное сознание и поведение на основе усвоения общечеловеческих ценностей;

6) готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни; сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;

7) эстетическое отношение к миру, включая эстетику быта, научного и технического творчества, спорта, общественных отношений;

8) сформированность экологического мышления, понимания влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды

Метапредметные результаты должны отражать:

1) умение самостоятельно определять цели деятельности и составлять планы деятельности; самостоятельно осуществлять, контролировать и корректировать деятельность; использовать все возможные ресурсы для достижения поставленных целей и реализации планов деятельности; выбирать успешные стратегии в различных ситуациях; 2) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты;

3) владение навыками познавательной, учебно-исследовательской и проектной деятельности, навыками разрешения проблем; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания;

4) готовность и способность к самостоятельной информационно-познавательной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

5) умение использовать средства информационных и коммуникационных технологий в решении когнитивных, коммуникативных и организационных задач с соблюдением требований эргономики, техники безопасности, гигиены, ресурсосбережения, правовых и этических норм, норм информационной безопасности;

6) умение определять назначение и функции различных социальных институтов;

7) умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;

8) владение языковыми средствами - умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать адекватные языковые средства.

Формы подведения итогов реализации программы

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, прирост достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива клуба, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

Учебный план 1 год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	Самостоя- тельная подготов- ка	

1	Вводное занятие.	2	2			Устный опрос, рефлексия
2	Организация и подготовка похода	6	2	2	2	Проверка знаний, отработка нормативов
3	Туристское снаряжение	8	2	4	2	Проверка знаний, отработка нормативов
4	Гигиена туриста	8	2	6		Устный опрос, рефлексия
5	Туристский бивак	12	2	8	2	Проверка знаний, отработка нормативов
6	План и карта	4	2	2		Проверка знаний, отработка нормативов
7	Определение расстояний простейшими способами	4	2	2		Проверка знаний, отработка нормативов
8	Краеведение	8	2	4	2	Устный опрос, рефлексия
9	Краеведческая работа в туристском походе	6	2	4		Устный опрос, рефлексия
10	Физическая подготовка	10		8	2	Проверка знаний, отработка нормативов
11	Оформление документации соревнования и похода.	4	2	2		Устный опрос, рефлексия
	Всего	72	20	42	10	

Содержание программы (72 часа, 2 часа в неделю)

1. Вводное занятие (2 часа).

Знакомство с программой, целями и задачами кружка. Значение туризма и спортивного ориентирования в пропаганде активного и здорового образа жизни.

2. Организация и подготовка похода (6 часов).

Укладка в рюкзак личного снаряжения. Состав ремонтного набора и аптечки. Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека). Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения. Удобная одежда и обувь в походе. Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Денежные нормы питания туристов. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Составление расписания приема пищи в полевых условиях, в столовых населенных пунктов и во время длительных переездов. Замена обедов перекусами. Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Закупка, расфасовка и затаривание продуктов питания. Правила

раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

3. Туристское снаряжение (8 часов).

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

Личное снаряжение. Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки). Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж; предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Альпеншток, его конструкция, изготовление, правила использования. Прочие предметы личного снаряжения: блокнот, карандаши, ручка, конверты, репшнур, туалетные принадлежности, посуда, очки, часы, мешочки для упаковки снаряжения, планшет для карты, накомарник, запасные стельки, куски тесьмы, шнура и т. д. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Состав и назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Специальное снаряжение группы для производства краеведческих работ. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

4. Гигиена туриста (8 часов).

Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии. Признаки заболеваний и травм. Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе и на экскурсии лекарственные и ядовитые растения родного края. Применение растений в быту и медицине. Знание и умение отличать съедобные грибы от ядовитых. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

5. Туристский бивак (12 часов).

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

Привалы и биваки. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака.

Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды. Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке.

Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях. Использование полиэтиленовых пленок, поролон. Как ликвидировать комаров в палатке. Оборудование походной постели. Правила поведения туристов в палатке. Место для вещей и обуви. Выбор места для костра. Где запрещается разводить костер. Типы костров и их назначение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Конструкции для подвески посуды над пламенем. Обложной костер. Топливо для костра, способы заготовки растопки и топлива. Использование походного примуса. Складирование дров, укрытие дров от дождя, подсушивание; место для разделки дров. Как работать пилой и топором; меры безопасности для костровых. Разведение костра при ветре, дожде, тумане; «кислородное голодание» костра, способы регулирования пламени костра. Поведение туристов у костра, сушка одежды и обуви, оборудование специального костра для сушки вещей и оборудования. Физический смысл процесса сушки, правила сушки. Место для топора, рукавиц и другого инвентаря, место для ведер с горячей пищей. Раздача пищи. Прием пищи. Яма для отбросов. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой. Основные правила соревнований по навыкам походного туристского быта

6. План и карта (4 часа).

Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспортир. Определение термина «ориентирование». Магнитные свойства Земли. Истинный и магнитный полюса, магнитные меридианы, магнитное склонение, магнитные аномалии. От чего зависит точность движения по азимутам. Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).

Зарисовка новых топографических знаков и характеристик местных предметов. Отыскание на карте типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик участков местности по картам. Вычисление магнитных азимутов линий по исходным данным. Определение магнитных азимутов заданных линий (маршрута по данным карты). Составление легенд, заданных на картах маршрутов. Сравнение и оценка результатов. Задачи на вычисление пройденного пути по времени и скорости движения на разных участках местности (по карте). Перевод полученного результата в масштаб карты.

Обратная задача. Сравнение и оценка результатов. Разбор случаев удачного и неудачного действия проводников на маршрутах (из практики походов кружковцев).

7. Определение расстояний простейшими способами (4 часа).

Приближённые измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальномеры (расстояние между телеграфными столбами, высота телеграфного столба, средняя высота леса и т.д.) Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи. Ориентирование без компаса и карты. Топография и ориентирование. Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности. Топография и ориентирование. Топографические знаки. Топографическая съёмка местности. Чтение карты. Приёмы ориентирования карты. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время. Ориентация во времени и пространстве (камеральная обработка).

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

8. Краеведение (8 часов).

История Черняховского района. Город Черняховск и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности г. Черняховска и его окрестностей. Охрана природы. Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. Географическое положение, рельеф и климат Калининградской области. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Практические работы с картами Калининградской области. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

9. Краеведческая работа в туристском походе (6 часов).

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые.

История края, памятные исторические места. Предприятия Калининградской области. Известные люди Калининградской области. Роль туристов в охране памятников истории и культуры родного края.

Охрана природы. Закон об охране природы.

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

Подготовка и заслушивание докладов обучающихся о природе и достопримечательностях края. Проведение краеведческих викторин.

10. Физическая подготовка (10 часов).

Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технической подготовки к различным видам соревнований. Контрольно- туристский маршрут, командная и индивидуальная техника. Узлы и их

назначение. Вязка узлов. Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.

11. Оформление документации соревнования и похода (4 часа).

Знакомство участников с положением о проведении соревнования по спортивному ориентированию и туристическому слёту. Подача заявки на участие в соревнованиях. Сбор справок о состоянии здоровья участников команды. Знакомство с правилами организации и проведения похода участников и их родителей под роспись с предоставлением справок о состоянии здоровья. Составление плана похода Оформление походных документов и сметы. Подбор картографического материала.

Календарный учебный график

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятий	Форма занятий	Количество часов	Тема занятий	Место проведения	Форма контроля
1	Сентябрь	7	10.00-11.50	Беседа, инструктаж	2	Организация и комплектование группы. Организация похода.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Рефлексия
2	Сентябрь	14	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Питание в походе. Составление рациона. Упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Рефлексия
3	Сентябрь	21	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Рефлексия
4	Сентябрь	28	10.00-11.50	Практическая работа	2	Первая медицинская помощь.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
5	Октябрь	5	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Заболевания. Ожоги и обморожения. Помощь утопающему.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
6	Октябрь	12	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Устройство бивака. Работа с палаткой.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
7	Октябрь	19	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Свёртывание лагеря. Костёр, его виды.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
8	Октябрь	26	10.00-11.50	Практическая работа	2	Костёр, его виды. Разведение и поддержание костра.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
9	Ноябрь	9	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Костровое хозяйство. Меры предосторожности.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов

						Топографические карты.	Кабинет №44	
10	Ноябрь	16	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Компас. Строение и работа с ним. Приёмы ориентирования карты по компасу.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
11	Ноябрь	23	10.00-11.50	Практическая работа	2	Определение расстояний и работа с компасом.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
12	Ноябрь	30	10.00-11.50	Практическая работа	2	Ориентирование. Способы ориентирования.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
13	Декабрь	7	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Сопоставление двух способов ориентирования. Азимут истинный и азимут магнитный.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Рефлексия
14	Декабрь	14	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Краеведение. История Черняховска История Черняховского района	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Зачёт по карте
15	Декабрь	21	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Географическое положение Черняховского района Природа Черняховского района	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Зачёт по карте
16	Декабрь	28	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Природа Черняховского района Экология Черняховского района	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Зачёт
17	Январь	11	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	История Калининградской области	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Зачёт
18	Январь	18	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Природа Калининградской области Выполнение краеведческих заданий.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Зачёт
19	Январь	25	10.00-11.50	Практическая работа	2	Условные знаки. Условные знаки спортивных карт.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
20	Февраль	1	10.00-11.50	Практическая работа	2	Изготовление условных знаков. Сигналы бедствия.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
21	Февраль	8	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Закрепление навыка чтения условных знаков. Рельеф местности.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Рефлексия

22	Февраль	15	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Изображение рельефа местности на спортивных картах. Закрепление практического навыка чтения рельефа.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
23	Февраль	22	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Чтение карты. Выработка навыка беглого чтения карты. Комплексное чтение карты.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
24	Март	1	10.00-11.50	Практическая работа	2	Перенос КП. Учебные соревнования.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
25	Март	15	10.00-11.50	Соревнование	2	Учебные соревнования. Приёмы ориентирования карты.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
26	Март	22	10.00-11.50	Практическая работа	2	Приёмы ориентирования карты. Способы определения точки стояния.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
27	Март	29	10.00-11.50	Практическая работа	2	Способы определения расстояний на местности. Движение по азимуту.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Зачёт по карте
28	Апрель	5	10.00-11.50	Практическая работа	2	Движение по азимуту. Отклонение при движении по азимуту. Выход по азимуту на КП.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
29	Апрель	12	10.00-11.50	Соревнование	2	Учебные соревнования. Тактико-технические приёмы выбора пути движения.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
30	Апрель	19	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Тактико-технические приёмы выбора пути движения. Узлы.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
31	Апрель	26	10.00-11.50	Беседа, тренинг	2	Узлы. Туристская песня.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
32	Май	3	10.00-11.50	Практическая работа	2	Физическая подготовка (техника бега ориентировщика).	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
33	Май	10	10.00-11.50	Практическая работа	2	Развитие выносливости.	МАОУ «Гимназия №2	Выполнение нормативов

							г.Черняховска» Кабинет №44	
34	Май	17	10.00- 11.50	Практическая работа	2	Игры на местности.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
35	Май	24	10.00- 11.50	Беседа, тренинг	2	Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии.	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов
36	Май	31	10.00- 11.50	Соревнование	2	Учебные соревнования	МАОУ «Гимназия №2 г.Черняховска» Кабинет №44	Выполнение нормативов

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

Основными видами деятельности являются информационно-рецептивная, репродуктивная и творческая.

Информационно-рецептивная деятельность учащихся предусматривает освоение учебной информации через рассказ педагога, беседу, самостоятельную работу с литературой.

Репродуктивная деятельность учащихся направлена на овладение ими умениями и навыками через выполнение практических заданий различного уровня.

Творческая деятельность предполагает самостоятельную или почти самостоятельную работу учащихся.

Взаимосвязь этих видов деятельности дает учащимся возможность научиться всем основным видам деятельности в спортивном туризме и краеведческой работе, проявить свои творческие способности, навыки самостоятельности.

При обучении используются основные **методы организации** и осуществления учебно-познавательной работы, такие как словесные, наглядные, практические, индуктивные и проблемно-поисковые. Выбор методов (способов) обучения зависит от психофизиологических, возрастных особенностей детей, темы и формы занятий. При этом в процессе обучения все методы реализуются в теснейшей взаимосвязи.

Методика проведения занятий предполагает постоянное создание ситуаций успешности, радости от преодоления трудностей в освоении изучаемого материала и при выполнении творческих работ. Этому способствуют совместные обсуждения технологии выполнения заданий, а также поощрение, создание положительной мотивации, актуализация интереса, конкурсы, викторины.

Важными условиями творческого самовыражения воспитанников выступают реализуемые в педагогических технологиях идеи свободы выбора.

Учащимся предоставляется право выбора при выполнении различных заданий и форм их выполнения (индивидуальная, групповая, коллективная).

Материально-техническое обеспечение программы

Помещение: учебный кабинет, оформленный в соответствии с профилем проводимых занятий и оборудованный в соответствии с санитарными нормами: столы и стулья для педагога и учащихся, классная доска, шкафы и стеллажи для хранения учебной литературы и наглядных пособий, туристического снаряжения.

№ п/п	Наименование	Количество
1	Палатка 4-х местная	3
2	Котёл туристический на 7-9 литров	2
3	Костровой тросик	1

4	Пила двуручная	1
5	Топор	1
6	Коврик туристический	8
7	Спальный мешок «одеяло»	10
8	Система альпинистская (беседка + обвязка + блокировка)	8
9	Карабин с муфтой	10
10	Карабин автомат	10
11	Спусковое устройство «восемёрка» или «инвар»	6
12	Жумар	4

Информационное обеспечение программы

Список литературы и электронных образовательных ресурсов

Нормативные правовые акты:

1. Федеральный Закон «Об Образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012г. № 273-ФЗ
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012г. №2620-р
5. Проект межведомственной программы развития дополнительного образования детей в Российской Федерации до 2020 года
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
7. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно – эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»

Для преподавателя

1. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 2015г.
2. Тыкул В. И. «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 2000г.
3. Бардин К. В. «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973.
4. Богатов, А. П. Безопасность в туризме / А.П. Бгатов. - М.: Форум, 2016. - 176 с.
5. Соловьев, С. С. Безопасный отдых и туризм / С.С. Соловьев. - М.: Academia, 2017. - 288 с.
6. Долженко Г. И. «История туризма в дореволюционной России и СССР». – Ростов: Издательство Ростовского университета, 1988г.
7. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 2013г.
8. Подготовка и проведение туристского похода с учащимися. - Омск: УНООО, 2009г.
9. Константинов Ю. С. «Туристская игротка». - М.: Владос, 2018г.
10. Игуменцева Т. Ю. Путешествие по России. Учебное пособие. – М.: МГИМО-Университет, 2013.
11. Буйленко В. Ф. «Туризм». – М.: Феникс, 2008
12. Сенин В.С. "Туризм: мини-словарь." – М.: Финансы и статистика, 2008
13. Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.:ЦРИБ «Турист», 2013г.
14. Огородников Б. Г. «Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО». – М.: Физкультура и спорт, 2013г.
15. Куприн А. М. «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1999г.

16. Андреев Н. В. «Основы топографии и картографии». - М.: Просвещение, 1972г.
 17. Казанцев С.А. Спортивное ориентирование. Физкультурно-спортивное совершенствование. Национальный гос. ун – т физ. культуры спорта и здоровья им. П.Ф. Лесгафта. – СПб.: [б.и.], 2010.
 18. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.
 19. Остапец А. Ю. «На маршруте туристы- следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.
 20. Евтушенко А. Н. «Организация, подготовка и проведение походов выходного дня». Методическая разработка, - Ставрополь, 2014г.
 21. Географическое краеведение. Региональный компонент.6 класс. ТОИПКРО, 2006г.
 22. Никонова М. А. Краеведение. Учебное пособие для студентов учреждений высшего профессионального образования. – М. : Академия, 2012.
 23. Лечение лекарственными растениями в народной медицине. – Майкоп: Адыгейское книжное издательство, 1992г.
 24. Вавриш П. Е. , Горовой Л. Ф. « Грибы в лесу и на столе». – Киев: Урожай, 1993г.
- Для обучающихся и родителей
1. Козлова Ю. В. Туристская тропинка. Туризм и краеведение в начальных классах. Советы, рекомендации, практические занятия. – М.: ИД «Учительская газета», 2011
 2. Юньев И. А. «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1974г.
 3. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.
 4. Шальков Ю.А. «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.