

Филиал муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Шалинского городского округа «Шамарская средняя общеобразовательная школа № 26» - «Рощинская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНА

Педагогическим советом
филиала МБОУ «Шамарская СОШ №26» -
«Рощинская СОШ»

Протокол № 11 от «31» августа
2021г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом МБОУ «Шамарская СОШ №26»
от «19» августа 2021г. № 374-О

Директор МБОУ «Шамарская СОШ №26»

Н.М. Тарасова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско - краеведческой направленности
«РЮКЗАЧОК»

Возраст детей: *11 -16 лет*

Срок реализации: *1 год*

Автор - составитель: *Вотинова Екатерина Владимировна,*
учитель математики, информатики
первая квалификационная категория

Оглавление

Паспорт программы	3
Пояснительная записка	4
Учебный план	9
Содержание программы.....	11
Организационно-педагогические условия.....	16
1) Условия реализации программы	16
Формы аттестации и оценочные материалы:	18
Список литературы.....	20
Приложения	22

Паспорт программы

Полное наименование программы	<i>«Рюкзачок»</i>
Руководитель ОУ	Вотинов Денис Григорьевич
Исполнитель, юридический адрес	– Филиал МБОУ «Шамарская СОШ №26»- «Рощинская СОШ», Свердловская область Шалинский район п. Шамары ул.Первомайская, 22
ФИО автора	<i>Вотинова Екатерина Владимировна</i>
Должность автора	Учитель
Целевые группы	Обучающиеся в возрасте <i>11-16 лет</i>
Цель программы	- состоит в развитии двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся, в укреплении их здоровья в процессе туристско-познавательной деятельности.
Направленность	туристско –краеведческая
Срок реализации программы	<i>1 год- 34 учебных часа.</i>
Уровень освоения программы	<i>Ознакомительный, практический.</i>
Краткое содержание программы	– <i>данная программа знакомит обучающихся с видами и формами туризма, позволяет освоить приемы работы с туристическим оборудованием. По окончании освоения программы обучающийся сможет самостоятельно организовать туристический поход.</i>

Пояснительная записка

Направленность: Дополнительная общеразвивающая программа «Рюкзачою» имеет туристско – краеведческую направленность (ознакомительный уровень) и ориентирована на развитие познавательных, исследовательских навыков обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, привлечение обучающихся к социальным инициативам по охране природы, памятников культуры среды проживания, поисковые работы малоизвестных фактов истории родного края, экскурсионная, музейная, архивная и экспедиционная работа.

Описание нормативно-правовой базы:

Данная дополнительная общеразвивающая программа разработана с учетом:

- Федерального закона от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепции развития дополнительного образования детей (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р);
- «Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно – эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 г. No 28)
- методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (письмо Министерство образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242);

- Уставом МБОУ «Шамарская СОШ №26»;
- Образовательной программы МБОУ «Шамарская СОШ»

Краткая характеристика предмета или вида деятельности:

Все люди поступают так, как они были научены. В нашей жизни всегда будут возникать такие условия, когда здоровье, безопасность, а иногда и жизнь человека зависят исключительно от его своевременных и грамотных действий.

В предлагаемой программе представлено содержание туристско – краеведческое деятельности с учащимися школы. Туристско – краеведческое направление – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобщения к трудовым и прикладным навыкам.

Новизна данной программы заключается в том, что ее содержание дополнено практическим разделом, в результате освоения которого учащиеся приобретают навыки физической и начальной технической подготовки, приобщаются к здоровому образу жизни.

Актуальность данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что работа туристско-краеведческая работа - это важный способ передачи новому поколению накопленного человечеством жизненного опыта и материально-культурного наследия, нравственного оздоровления и культурного развития нации. Принимая во внимание, что будущее поколение страны в современных экономических условиях не должно терять нравственные ориентиры, скатываться в криминальную среду, алкоголизм и наркоманию, необходимо развивать туризм во всех его видах и формах. Учебно-воспитательный процесс требует от детей в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребенка направлена на активную физическую деятельность.

Отличительной особенностью данной дополнительной образовательной программы от других программ в том, что каждый педагог, в зависимости от наличия опыта, необходимого материала, оборудования сможет спланировать свою

деятельность, уделив должное количество времени на изучение каждой темы. Туристско–краеведческая деятельность способствует развитию детского самоуправления, позволяет ребятам выбирать различные направления деятельности, проявлять организаторские способности, найти свое место в коллективе сверстников или в разновозрастном коллективе; углублять и расширять свои знания по различным предметам, развивать преемственность, передавать накопленный опыт от старших учеников к младшим.

Цель дополнительной образовательной программы «Рюкзачок» состоит в развитии двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся, в укреплении их здоровья в процессе туристско-познавательной деятельности.

При этом предполагается решение следующих **задач**:

1.Оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды, формирование навыков гигиены, охраны труда и окружающей среды.

2.Развитие творческой, исполнительской активности в процессе освоения местного краеведческого материала, мотивации к познанию через занятия туризмом.

3.Воспитание у учащихся навыков здорового образа жизни, гордости за свой край.

Возраст детей, участвующих в реализации туристско –краеведческого кружка может быть как одновозрастным, так и разновозрастным. Программа рассчитана на учащихся возраста: 11-16 лет, именно в этом возрасте смысловое значение приобретают процессы духовно – нравственной культуры личности. В юности при наличии условий возникает готовность к постановке целей перед собой, вырабатывается умение планировать и организовывать свою жизнедеятельность, оценивать себя и свои поступки, строить свои планы на будущее.

Срок реализации программы: данная программа рассчитана на *1 год обучения*.

Режим занятий.

Год обучения	Кол-во часов в год	Кол-во часов в неделю	Кол-во занятий в неделю	Продолжительность занятия
1	34 ч.	1 ч.	1	40 мин

Особенности организации образовательного процесса по дополнительной общеразвивающей программе «Рюкзачок»: учебные группы формируются из обучающихся одного (*разного*) возраста. Занятия по дополнительной общеразвивающей программе проводятся со всем составом учебной группы. Количество обучающихся, одновременно находящихся в группе, составляет от 10 до 15 человек.

Данная программа составляет единое образовательное пространство, в котором развивается, обучается и самореализуется человек. Режим: занятия построены на принципах открытости, добровольности, сотрудничества. Каждый участник представляет реальную цель, конкретную пользу, которую он принесет родному краю, работая в этом направлении, реализуя эту работу через походы, путешествия, экскурсии и другие виды туристско –краеведческой деятельности. Логика подачи материала в программе основана на принципе «от теории к практике». Это связано с тем, что теоретические знания, полученные на занятиях, необходимо обязательно применить на практике для выработки двигательного навыка.

В работе данного направления используются следующие формы работы, такие как:

- беседы, викторины;
- экскурсии по селу, в музеи;
- однодневные, двухдневные походы;
- спортивные соревнования;
- туристические семинары, слеты;

- встречи с интересными людьми старожилками;

Планируемые результаты:

Личностные результаты:

• умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

• способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий

• умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- Понимать цель выполняемых действий.
- Проговаривать и осуществлять последовательность действий.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

• Самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств.

Познавательные УУД:

• Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя учебные пособия, интернет-ресурсы.

- Умения самостоятельно определять цели своего обучения.
- ставить и формировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности.

• развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

• Анализировать полученную информацию.

Коммуникативные УУД:

- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально в группе: находить общие решения и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

- Умение формировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

- Выработка умений и навыков коммуникативной культуры в процессе занятий физической культурой.

Предметные результаты:

- Расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

Учебный план

• Программа одного года обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/контроля
		Всего часов	Теория	Практика	
1.	Организация и комплектование группы.	6	6	0	Тест
2.	Топографические карты.	3	2	1	Зачет
3.	Краеведение.	6	4	2	Практическая работа
4.	Условные знаки.	13	7	6	Тест
5.	Приёмы ориентирования карты	6	1	6	Практическая работа
	Итого	34	20	15	

Календарно-тематическое планирование.

	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Оборудование	Примечание
Организация и комплектование группы.		6		
1.	Введение в образовательную программу.	1		
2.	Организация похода: Питание в походе. Составление рациона.	1		
3.	Организация похода: Упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи.	1		
4.	Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.	1	Рюкзак, спальные мешки, палатка.	
5.	Первая медицинская помощь. Заболевания. Ожоги и обморожения. Помощь утопающему.	1		
6.	Устройство бивака. Меры предосторожности.	1	Тринога, котел.	
Топографические карты.		3		
7.	Спортивные карты. Компас. Строение и работа с ним. Приёмы ориентирования карты по компасу.	1	Карты, компас	
8.	Определение расстояний и работа с компасом. Определение азимута.	1	Карты, компас	
9.	Ориентирование. Азимут истинный и азимут магнитный.	1	Карты, компас	
Краеведение.		6		
10.	История Шалинского района.	1		
11.	Культурное наследие Шалинского района .	1		
12.	Шалинский район и его окрестности.	1		
13.	Подготовка к походу	1		
14.	Поход на р.Сылва. Изображение рельефа местности на спортивных картах.	1		
15.	Выполнение краеведческих заданий.	1		
Условные знаки.		13		
16.	Условные знаки спортивных карт.	1	Условные знаки	
17.	Изготовление условных знаков.	1	Условные знаки	
18.	Применение условных знаков на местности	1		

19.	Сигналы бедствия.	1	Условные знаки	
20.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	1	Условные знаки	
21.	Закрепление навыка чтения условных знаков.	1	Условные знаки	
22.	Рельеф местности.	1	Условные знаки	
23.	Географические особенности Свердловской области.	1	Условные знаки	
24.	Подготовка к походу	1		
25.	Техника и практика движения в сложном пешеходном путешествии.	1		
26.	Закрепление практического навыка чтения рельефа.	1		
27.	Чтение карты.	1	Условные знаки	
28.	Выработка навыка беглого чтения карты. Комплексное чтение карты.	1	Условные знаки	
Приёмы ориентирования карты		6	Топографическ ие карты	
29.	Приёмы ориентирования карты.	1		
30.	Способы определения точки стояния.	1		
31.	Способы определения расстояний на местности.	1		
32.	Движение по азимуту.	1		
33.	Игры на местности	1		
34.	Резерв	1		

Содержание программы

1. Вводное занятие.

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

2. Организация и комплектования группы.

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 необходимого 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.

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.

Туристский бивак. 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 отходов. 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.

3. Топографические карты.

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 (азимуты) 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).

4. Топографические знаки.

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).

5 Краеведение.

История Кимрского района. Кимры и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности г. Кимры и его окрестностей. Охрана природы. Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. Географическое положение, рельеф, климат, внутренние воды, почвы, растительный и животный мир Кимрского района. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Практические работы с картами атласа. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

6 Определение расстояний простейшими способами.(ориентирование)

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.

Организационно-педагогические условия

1) Условия реализации программы

Учебное оборудование и приборы

п/п	Наименование	Количество
1.	Учительский стол	1 шт.
2.	Учительский стул	1 шт.
3.	Ученический стол	9 шт.
4.	Ученический стул	18 шт.

Технические и электронные средства обучения и контроля знаний обучающихся

№ п/п	Наименование	Количество
1.	Ноутбук	1 шт.
2.	Мышь компьютерная	1 шт.
3.	Мультимедиапроектор	1 шт.
4.	Документ-камера	1 шт.

Учебно-практическое оборудование и инструменты

п/п	Наименование	Количество
1.	Палатки	3 шт.
2.	Спальники	12шт.
3.	Гимнастические коврики	12 шт.
4.	Котелки	3 шт.
5.	Тринога для костра	1 шт.
6.	Лодки ПВХ	3 ш.
7.	Компас	3 шт.

Методические и учебные материалы

Для педагога

п/п	Название	Автор	Издательство	Год издания	Количество экземпляров
1.	Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма»	Самойленко А.А. Краснодар,		2011	1
2.	Питание в туристском походе,	Алексеев А.А.		1997	1
3.	Азбука туризма.	Бардин К.В.	Просвещение	1973	1

4.	Изучение рельефа в курсе географии.	Голов В.П.	Просвещение	1973	1
5.	Топография и ориентирование в туристском путешествии.	Куликов В. , Константинов Ю.	ЦДЮТур,	1997	1
6.	Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности».	Маслов А.Г.	ВЛАДОС,	2000	1
7.	Первая помощь в экстремальных ситуациях.	МВД России,		2000	1

Для обучающегося

№ п/п	Название	Автор	Издательство	Год издания	Количество экземпляров
1.	Занимательное краеведение.	Борисов В.И.	Кн. изд	1969	1
2	Занимательно об ориентировании	Куприн А.М.	«Толк»,	1996	1
3	Карабинные узлы.	Расторгуев М. Ситникова С.	«Кроу лимитед»,	1995	1
4	Туристская игротка	Константинова Ю.С.	ВЛАДОС	2000	1

Формы аттестации и оценочные материалы:

Итоговый контроль: предусматривает проверку не только практических, но и теоретических знаний, умений, навыков.

Формы контроля: тестирование, зачет, поход и т.д.

1.Ожидается выработка у детей положительной мотивации на здоровый образ жизни и развитие у них чувства любви к своему краю, а также улучшение их физического и духовного состояния.

2.Рост познавательной активности детей и взрослых.

3.Овладение навыками туристических и краеведческих должностей.

4.Высокий уровень коммуникативности учащихся.

5.Результаты побед на районных туристических слетах.6.Положительные отзывы о воспитании детей со стороны педагогов, родителей.

Формы подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы.

Результатом изучения данного курса занятий будет подготовленный самими учащимися поход, который даст возможность каждому из них почувствовать себя настоящим туристом, получить заряд положительных эмоций от общения с природой, а романтика туризма никого не оставит равнодушным.

К концу первого года обучения учащиеся должны:

ЗНАТЬ: Основы туристической подготовки, технику безопасности при проведении туристических походов, занятий, топографию и способы ориентирования , историю родного края и его особенности, памятники истории, музеи края, основы гигиены и основные приемы оказания первой доврачебной помощи, предупреждение спортивных травм.

УМЕТЬ: Выбирать место для бивуака, привала, устанавливать палатку, разводить костер, читать и изображать топографические знаки, ориентироваться по карте и компасу, измерять расстояние на карте и на местности, определять ориентиры движения, собирать краеведческий материал, выполнять краеведческие задания на маршруте, изучать интересные места родного края, подбирать состав медицинской аптечки для похода, участвовать в исследовательских фестивалях и проектах.

Список литературы

1. Нормативная:

1.1. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г.

1.2. В.И. Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.

1.3. К.В. Бардин «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973.

2. Туризм:

2.1. Г.И. Долженко «История туризма в дореволюционной России и СССР». – Ростов: Издательство Ростовского университета, 1988г.

2.2. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.

2.3. Подготовка и проведение туристского похода с учащимися. - Омск: УНООО, 1989г.

2.4. Ю.С. Константинов «Туристская игротка». - М.: Владос, 2000г.

3. Топография и ориентирование. Туристская техника:

3.1. Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983г.

3.2. Б.И. Огородников «Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО». – М.: Физкультура и спорт, 1983г.

3.3. А.М. Куприн «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1969г.

3.4. Н.В. Андреев «Основы топографии и картографии». - М.: Просвещение, 1972г.

4. Подготовка и проведение похода:

4.1. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.

4.2. А.Ю. Остапец «На маршруте туристы- следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.

4.3. А.Евтушенко «Организация, подготовка и проведение походов выходного дня». Методическая разработка, - Ставрополь, 2004г.

5. Краеведение:

5.1. И.А. Юнъев «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1974гю

5.2.Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.

5.3.Географическое краеведение. Региональный компонент.6 класс. ТОИПКРО, 2006г.

6. Зелёная аптека:

6.1.Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.

6.2.Лечение лекарственными растениями в народной медицине. – Майкоп: Адыгейское книжное издательство, 1992г.

6.3.П.Е.Вавриш, Л.Ф. Горовой « Грибы в лесу и на столе». – Киев: Урожай, 1993г.

7. Медицина:

7.1. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г.

Оценочные материалы:

Организация и комплектование похода.

1. От чего зависит выбор туристического снаряжения?

1. От вида похода.
2. От длительности похода.
3. От времени года и погодных условий.
4. От уровня благосостояния туристов.
5. От возраста туристов.
6. От уровня физической подготовленности туристов.

2. На какие группы подразделяется снаряжение для похода?

1. Личное снаряжение.
2. Массовое снаряжение.
3. Групповое снаряжение.
4. Коллективное снаряжение.
5. Специальное снаряжение.

1. Установите соответствие между видами туристского снаряжения и предметами в них входящими.

1. Личное снаряжение	1) Палатки, варочная посуда, топоры, карты, схемы, компас и др. предметы коллективного пользования
2. Групповое снаряжение	2) Предметы группового и личного пользования, которые определяются особенностями турпохода: средства передвижения, страховки и др.
3. Специальное снаряжение	3) Одежда и обувь, спальник, умывальные принадлежности, личная посуда и рюкзак

2. Каким должно быть туристское снаряжение?

1. Надежным
2. Прочным
3. Красивым
4. Удобным
5. Модным
6. Легким.

3. Установите соответствие между видами походов и обувью, предпочтительной в каждом из этих походов.

1. Пеший поход	1) лыжные ботинки в комбинации с бахилами
----------------	---

2. Водный поход	2) легкие ботинки на рифленой подошве, в качестве сменной обуви – кроссовки
3. Лыжный поход	3) горные ботинки
4. Горный поход	4) непромокаемая обувь, на один размер больше обычной, укомплектована стельками из войлока и хорошо разношена

4. Какой вид перчаток больше подходит для водного похода?

1. Нитяные
2. Шерстяные
3. Брезентовые
4. меховые.

5. Что нужно учитывать при комплектовании аптечки?

1. Численность группы
2. Сложность похода
3. Удаленность маршрута от населенных пунктов
4. Время года.

6. Что может входить в типовую аптечку?

1. Бинты стерильные
2. Бактерицидный и обычный пластырь
3. Вата стерильная
4. Перекись водорода
5. Набор жаропонижающих, болеутоляющих и применяемых при отравлениях лекарственных препаратов с описанием их дозировки и способов хранения
6. Йод

7. Как должна храниться аптечка?

1. В жесткой упаковке, исключающей повреждение термометра, ампул, флаконов, а также предохраняющей ее от воды и снега
2. С обеспечением ее сохранности и возможности легко достать в случае необходимости.

8. Вставьте пропущенное слово в текст.

При подготовке снаряжения к походу необходимо учесть одно правило: каждый турист должен иметь Кроме того, два-три тщательно упакованных коробка ... берут в качестве группового НЗ.

2. Зачет по топографическим знакам.

Топографический диктант «Условные знаки на плане местности»

Вариант 1.

1. Изучите текст, снабженный условными знаками. Запишите расшифрованные знаки словами.

От  наш путь шел по  до  через . Затем мы пошл
по " " " " где нам встретилось  и . Н вечеру мы вошли в ,
прошли 2 км по  и у  сделали привал.

2. Найдите и Замените слова топографическими знаками.

«Они шли, по-прежнему молча, прячась в тени деревьев. Наконец, вышли к домику лесника. Если бы не Жердьяй, Миша никогда не догадался бы, что это дорога, настолько густо заросла молодым кустарником. Они прошли еще версту. Лес перешёл в кустарники. Чувствовались гнилые запахи болота. Вдруг, остановившись, они стали всматриваться в землю. Перед ними был глубокий овраг, на некотором отдалении виднелся другой...».

(по А.Рыбакову «Бронзовая птица»).

3. Определите направление по плану местности:

1. В каком направлении от мельницы находится родник?
2. В каком направлении от парома находится речная пристань?
3. В каком направлении от одиноко стоящей ели находится электростанция?
4. В каком направлении от железнодорожной станции находится домик лесника?
5. В каком направлении от мельницы находится смешанный лес?



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575783

Владелец Тарасова Ирина Михайловна

Действителен с 03.03.2021 по 03.03.2022