

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского творчества» Дубенского муниципального района

Согласовано:
Педагогическим советом
МБУ ДО «Центр детского творчества»
Протокол №4 от 29.05.2023г.

Утверждаю:
Директор
МБУ ДО «Центр детского творчества»



Т.А. Грохина

Приказ №47 от 31.05.2023г.

**Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая)
программа дополнительного образования детей
«Юный турист»**

Направленность- туристско-краеведческая

Срок реализации- 3 года

Возраст участников программы- 11-15 лет

Составители: Фалина Г.И., Аниськин Ю.А.
педагоги дополнительного образования

Дубенки, 2023 г.

Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная программа дополнительного образования детей «Юный турист» имеет туристско-краеведческую направленность.

Нормативные основания для создания дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Юный турист» являются:

- Федеральный закон «Об образовании Российской Федерации» от 29. 12. 2012 г. № 273-ФЗ;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года утвержденной распоряжением правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р;

- Письмо Министерства образования и науки РФ от 11.12. 2006 г. № 06-1844 «Примерные требования к программам дополнительного образования детей»; - Методические рекомендации Министерства образования и науки РФ по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) от 18.11.2015 г. № 09-3242;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09. 11 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03. 09 2019 г. № 467 «Об утверждении Целевой модели развития системы дополнительного образования детей»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"";

- Приказ Министерства образования Республики Мордовия от 04. 03. 2019 г. № 211 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Республике Мордовия»;

- Устав МБУ ДО «Центр детского творчества»;

- Локальный акт «Положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля освоения дополнительных образовательных программ, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся. Муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Центр детского творчества» Дубенского муниципального района Республики Мордовия

Программа модифицирована на материалах программы «Юные туристы - краеведы», разработанной для системы дополнительного образования детей - авторы: Смирнов Дмитрий Витальевич, Константинов Юрий Сергеевич, Маслов Анатолий Григорьевич (ЦДЮТиК МО РФ, 2004г.).

Программа не предусматривает подготовку мастеров высокого класса, направлена на оздоровление и физическое развитие детей, их социальную адаптацию

Актуальностью программы можно считать то, что она во многом созвучна по идеям и целям современным концепциям и программам патриотического воспитания, которые культивируют любовь к малой родине, уважение традиций (как элемента истории страны, территории, народа).

В основе замысла программы лежит идея развивающего обучения в процессе совместной деятельности детей и организатора детской туристской деятельности (педагог, родитель, старший школьник). Программа опирается на концепции детско-юношеского туризма «Школа жизни - окружающий мир» (А.А.Остапец-Свешников, М.И.Богатов, О.И.Мотков) и предполагает активное участие детей и их родителей в туристско-краеведческой оздоровительно-познавательной деятельности.

Цель занятий в объединении туристско-краеведческой направленности состоит в развитии двигательной активности учащихся средних классов, в укреплении их здоровья, психическом и физическом оздоровлении организма в процессе туристско-познавательной деятельности. При этом предполагается решение следующих **основных задач**:

- оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды;
- развитие двигательных способностей;
- формирование умений учебного сотрудничества;

- освоение общественно признанных социальных норм;
- развитие творческой и познавательной активности учащихся в процессе освоения краеведческого материала;
- вовлечение учащихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма;
- формированию спортивно-туристских знаний, умений и навыков.

Участниками программы являются дети 11-15 лет, занимающиеся в учебных группах:

- 11-13 лет 1-й год обучения
- 12-14 лет 2-й год обучения
- 14-15 лет 3-й год обучения

В группы принимаются мальчики и девочки 11-15 лет, имеющие желание заниматься по программе. Набор детей в группы, осуществляется согласно заявлениям от родителей, а так же при наличии медицинской справки о состоянии здоровья ребёнка.

Формирование учебных групп осуществляется в начале учебного года, согласно Устава МБУДО «Центр детского творчества» и СанПин 2.4.4.3172-14 к наполняемости учебных групп.

Срок реализации программы - 3 года.

Место занятий – классные комнаты, игровые площадки и спортивные залы общеобразовательных школ.

Педагог, на свое усмотрение, исходя из времени года, погодноклиматических условий с учетом местных традиций и личных творческих наклонностей, может распределять последовательность изучения тем программы и устанавливать продолжительность занятий, которые, однако, не превышают 2ч. (академических) в помещении, и 4ч. на местности (не более 2 раз в месяц) в соответствии с требованиями и нормами СанПин . В каникулярное время может увеличиться количество и продолжительность занятий, при условии организации активной оздоровительно-познавательной деятельности занимающихся на свежем воздухе в природной среде.

Режим занятий и наполняемость учебных групп.

Группа	Количество недель в год	Количество часов в неделю	Количество часов в год	Макс. наполняемость в группе (чел.)	Возраст (лет)
1-года	36	4	144	10	11-13
2-года	36	6	216	10	12-15
		4	144	10	12-15
3-года	36	4	144	10	13-15

Содержания программы.

Программа построена в форме своеобразного «образовательного маршрута» - путешествия в окружающую среду с элементами ее познания, а так же участия в проектной деятельности учреждения. «Образовательный маршрут» предполагает реализацию принципов дифференциации и личностно ориентированной деятельности при педагогической поддержке, соответствующей уровню подготовленности детей. «Образовательные маршруты» должны проходить через такие образовательные области, как естествознание, физическая культура и оздоровительно-познавательный туризм, социальная практика, психологическая культура и др. Они должны способствовать освоению обучающимися основ краеведения; приобретению санитарно-гигиенических навыков, организации туристского быта в полевых условиях; ориентирования на местности в условиях своего села; формированию спортивно-туристских знаний, умений и навыков; обучению двигательным навыкам и действиям; общему укреплению здоровья; развитию физических качеств (быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей и скоростно-силовых качеств); овладению техникой преодоления простейших естественных и искусственных препятствий во время экскурсий в природу, туристских прогулок, походов выходного дня.

Дополнительная образовательная программа содержит материал по разделам:

- Туризм. Виды и формы туризма, где учащиеся знакомятся с историей и значением туризма, его видами и формами. Осваивают правила поведения туристов, получают туристско-бытовые навыки. Юные туристы осваивают пеший туризм, знакомятся с лыжным туризмом. Получают навыки работы в группе, в походе.
- Краеведение. Обучающиеся знакомятся с возможностями родного края для экскурсионной и туристской деятельности теоретически и практически; совершают выходы по различным экскурсионным маршрутам.
- Топография. Теоретическое изучение и применение на практике топографических знаков, обозначений. Юные туристы обучаются, как пользоваться топографическим материалом, применять его, так и самим его составлять (писать карты).
- Ориентирование. Обучающиеся изучают основы ориентирования, ориентируются на местности, в т.ч. в походах выходного дня (под контролем педагога).
- Личная гигиена и доврачебная помощь. Теоретическое изучение и практическое применение основ гигиены. Обучающиеся учатся оказывать первую доврачебную помощь при различных травмах и заболеваниях.

Программа предусматривает освоение теоретического материала, закрепление его на практических занятиях в помещении, спортивном зале, на местности, в походах, туристическом слете.

На 1 году обучения учащиеся знакомятся с окружающим их миром - своей школой, микрорайоном, селом, ближайшей зеленой зоной, (парком, лесом, рекой) у них формируются начальные навыки здорового образа жизни и безопасного поведения в окружающем мире. Обучение проводится преимущественно в форме учебных, учебно-тренировочных занятий, экскурсий, походов выходного дня (с привлечением родителей).

На 2 году обучения программный материал усложняется, обучающиеся продолжают знакомиться и изучать зеленые массивы своего села. Приобщаются к ценностям туризма, краеведения, получают знания и умения исходя из программного материала.

На 3-ем году обучения расширяют зону познания окружающего мира. Юные туристы участвуют в одно - двухдневном походе по родному краю - ближайшим окрестностям своего населенного пункта; закрепляют и совершенствуют навыки здорового образа жизни, охраны окружающей природной среды и безопасности жизнедеятельности.

Основными формами работы являются практические и теоретические учебные занятия по программе, тестирование обучающихся, массовые физкультурно-оздоровительные мероприятия, (игры на местности, экскурсии, походы выходного дня и т.д.) .

При этом применяются следующие методы:

- практические - разучивание по частям, разучивание в целом, игровой метод, соревновательный метод.
- общепедагогические- наглядные методы (показ двигательного действия, демонстрация наглядных пособий (тур снаряжение и инвентарь);
- словесные методы (объяснение, беседа, разбор, комментарии и замечания, команды, указания).

Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик и технических достижений. Материал дается с применением «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации», «Правил организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации» и других нормативных документов.

Ожидаемые результаты образовательной деятельности.

Программа «Юный турист» предусматривает проведение (не менее 2-х раз в течение каждого года занятий) функциональной диагностики, тестирований занимающихся, с целью отслеживания динамики развития физических и туристских способностей детей.

В процессе обучения учащиеся:

- приобретают знания и умения практической деятельности,

- приобщаются к культуре и истории родного края,
- формируют мировоззрение, принципы и нормы поведения;
- осваивают среду спортивно-познавательного туризма и краеведения;
- приобщаются к здоровому образу жизни.

Для проверки полученных знаний и практических умений, полученных юными туристами, применяются диагностические процедуры, **в форме:**

- бесед;
- опросов;
- тестирования;
- викторин;
- зачетов;
- соревнований, игр и др.

Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		теория	практика	
1	Введение			
1.1	История туризма	1	-	опрос
1.2	Оздоровительная роль туризма	1	-	опрос
1.3	Правила поведения юных туристов	4	2	викторина
Итого:		6ч	2ч	
2	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста			
2.1	Основы безопасности в природной среде	2	-	опрос
2.2	Организация биваков и охрана природы	2	4	опрос
2.3	Личное снаряжение и уход за ним	1	1	зачет
2.4	Групповое снаряжение и уход за ним	1	1	зачет
2.5	Питьевой режим на туристской прогулке	1	1	Викторина
2.6	Питание в туристическом походе	1	1	Викторина
2.7	Туристская группа на прогулке (экскурсии)	2	8	викторина, опрос

	Итого:	10ч	16ч	
3	Азбука топографии			
3.1	Основные элементы типографии	2	4	Опрос
3.2	План местности	2	4	Викторина
3.3	Условные знаки	4	4	Зачет
	Итого:	8ч	12ч	
4	Туристическое ориентирование			
4.1	Компас. Ориентирование по сторонам горизонта и компасу	2	6	зачет
4.2	Ориентирование на местности без компаса и карт	2	8	опрос
	Итого:	4ч	14ч	
5	Личная гигиена и первая доврачебная помощь			
5.1	Личная гигиена юного туриста	2		викторина
5.2	Первая доврачебная помощь. Обработка ран, наложение простейших повязок. Первая помощь при укусах змей, засорении глаз, солнечном ударе и т.д.	4	4	зачет
	Итого:	6ч	4ч	
6	Основы краеведения			
6.1	История и культура родного края	4	-	викторина
6.2	Природа родного края	4	4	викторина
	Итого:	8ч	4ч	
7	Азбука спортивно-оздоровительного туризма			
7.1	Пешеходный туризм	12	28	зачет
	Итого:	12ч	28ч	
8.	Закрепление полученных знаний и умений по туризму. Подготовка к участию в слете юных туристов.	2	8	зачет
	Итого:	2ч	8ч	
	Итого:	56ч	88ч	

В план не включены часы проведения походов выходного дня

Содержание образования 1 года обучения.

Задачи:

- Формирование интереса к здоровому образу жизни.
- Формирование принципов гигиены.
- Получение начальных знаний о туризме, ориентировании, топографии, медицине, пешеходном туризме.

№	Содержание темы	Ожидаемый результат
1	Введение	
1.1	История туризма. Возникновение туризма. Мореплаватели, путешественники и исследователи. Туристы и путешественники.	Иметь представление об истории туризма.
1.2	Оздоровительная роль туризма. Значение туризма и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. <u>Практика</u> - Знакомство с турснаряжением.	Иметь представление о значении туризма, иметь интерес к занятиям
1.3	Правила поведения юных туристов. Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, в лесу, на экскурсиях и походах. Знакомство с кодексом чести юного туриста.	Иметь представление о нормах и правилах поведения юного туриста. Иметь представление о Кодексе чести юного туриста.
2	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	
2.1	Основы безопасности в природной среде. Правила поведения во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке, лесу при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече с представителями животного мира. Взаимопомощь в туристской группе.	Знать как себя вести при различных природных явлениях; при встрече с животными; знать принципы бережного отношения к природе, принципы взаимопомощи.
2.2	Организация биваков и охрана природы. Выбор места для бивака. Выбор места для костра. <u>Практика</u> - выбор места для бивака и костра на местности или на представленных	Знать принципы выбора места для бивака, места для костра.

	фотографиях.	
2.3	Личное снаряжение и уход за ним. Личное туристское снаряжение. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. <u>Практика</u> - игра «собираем рюкзак»	Уметь отличать личное снаряжение; Знать принципы подбора одежды.
2.4	Групповое снаряжение и уход за ним. Групповое снаряжение. <u>Практика</u> - игра «собираем лагерь»	Уметь отличать групповое снаряжение.
2.5	Питьевой режим на туристской прогулке. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки. <u>Практика</u> - транспортировка воды непосредственно на прогулке.	Иметь представление о необходимом запасе воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки
2.6	Питание в туристической группе. Основные продукты питания для приготовления пищи в походе. <u>Практика</u> - подбор продуктов для похода (письменно или устно).	Иметь представление о питании в походе.
2.7	Туристская группа на прогулке (экскурсии). Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц.	Иметь представление о туристической группе и её передвижении.
3	Азбука топографии	
3.1	Основные элементы топографии. Понятие о топографической карте. Назначение топографической карты, ее отличие от спортивной карты. <u>Практика</u> - прогулка в лес с картой.	Иметь представление о топографической карте и её назначении.
3.2	План местности. История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества. <u>Практика</u> - рисунок и простейший план местности.	Иметь представление о плане местности.
3.3	Условные знаки. Простейшие условные знаки.	Знать основные топографические знаки, отличать назначение цветов (зеленый - растительность, синий - водоемы и т.д.).
4	Туристское ориентирование	
4.1	Ориентирование по сторонам горизонта и компасу. Определение сторон горизонта по компасу <u>Практика</u> - определение сторон горизонта.	Знать стороны горизонта. Уметь определять стороны горизонта по компасу.
4.2	Ориентирование на местности без компаса и карт. Определение сторон горизонта по объектам	Уметь определять стороны горизонта по объектам местности.

	местности (муравейник, мох, деревья, церковь и др.). <u>Практика</u> - определение сторон горизонта по объектам местности непосредственно на местности или по предоставленным фотографиям.	
5	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	
5.1	Личная гигиена юного туриста. Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом.	Знать принципы соблюдения личной гигиены.
5.2	Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок. Правила и способы обработки ран, ссадин, наложения простейших повязок. Первая медпомощь при засорении глаз, солнечном ударе и т.д.Правила - игра «Айболит»	Знать способы и правила обработки ран, ссадин; знать правила наложения простейших повязок.
6	Основы краеведения	
6.2	История и культура родного края. История, культура и природные особенности родного края. Музеи.	Иметь представление о культуре края. Знать историю родного края.
6.3	Природа родного края. Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе. Приборы для наблюдений за погодой. <u>Практика</u> - измерение температуры воздуха, воды.	Иметь представление о погоде, особенностях погоды в своей местности; уметь измерять температуру воздуха.
7	Азбука спортивно-оздоровительного туризма	
7.1	Пешеходный туризм. Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения). Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).	Иметь представление о пешеходном туризме.

Учебно-тематический план 2 года обучения(216ч.)

№	Название темы	Кол-во часов		Всего часов
		теория	практика	
1.	Введение	2	2	4
2.	Туристско-бытовые навыки юного туриста	21	23	44

3.	Основы топографии	14	30	44
4.	Туристское и экскурсионное ориентирование	10	26	36
5.	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	17	17	34
6.	Краеведение	6	12	18
7.	Спортивно-оздоровительный туризм	6	20	26
8.	Закрепление полученных знаний и умений по туризму. Подготовка к участию в слете юных туристов.	2	8	10
Итого:		78 ч	138 ч	216 ч

Учебно-тематический план 2 года обучения(144ч)

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		Теоретические занятия	Практические занятия	
1	Введение			
1.1	Познавательная роль туризма	2		опрос
1.2	Правила поведения юных туристов	2	2	зачет
	Итого:	4ч	2ч	
2	Туристско-бытовые навыки юного туриста			
2.1	Основы безопасности в природной среде и на улице	2	-	зачет
2.2	Личное снаряжение и уход за ним	2	2	викторина
2.3	Групповое снаряжение и уход за ним	2	2	викторина
2.4	Питьевой режим на прогулке	2		викторина
2.5	Организация биваков и охрана природы	2	2	опрос
2.6	Туристская группа в походе	2	10	опрос
2.7	Питание туристской группы	2		опрос
	Итого:	14ч	16ч	
3	Основы топографии			
3.1	Топографическая подготовка	2	4	зачет

3.2	План местности	2	2	зачет
3.3	Условные топографические знаки	2	8	зачет
Итого:		6ч	14ч	
4	Туристское и экскурсионное ориентирование			
4.1	Ориентирование по компасу	2	8	зачет
4.2	Ориентирование по плану	2	8	викторина
4.4	Экскрсионное ориентирование	2	6	викторина
Итого:		6ч	22ч	
5	Личная гигиена и первая доврачебная помощь			
5.1	Личная гигиена туриста	2	-	зачет
5.2	Оказание первой доврачебной помощи	2	4	зачет
5.3	Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок	2	2	опрос
5.4	Индивидуальная и групповая медицинская аптечки	2		опрос
5.5	Способы транспортировки пострадавшего	2	4	опрос
Итого:		10ч	10ч	
6	Краеведение			
6.1	Рельеф, реки, полезные ископаемые	2	8	викторина
Итого:		2ч	8ч	
7	Спортивно-оздоровительный туризм			
7.1	Пешеходный туризм	2	18	зачет
Итого:		2ч	18ч	
8	Закрепление полученных знаний и умений по туризму. Подготовка к участию в слете юных туристов.	2	8	зачет
Итого:		2ч	8ч	
		46ч	98ч	
Всего:			144 часа	

Содержание 2 года обучения.

Задачи:

- Формировать аккуратность, пунктуальность, стремление к чистоте и порядку.
- Сформировать принципы бережного отношения к природе, принципы взаимопомощи.
- Формировать устойчивый интерес к здоровому образу жизни.
- Получение туристских, туристско-краеведческих знаний, умений.

№	Содержание темы	Ожидаемый результат
1	Введение	
1.1	<p>Познавательная роль туризма. Знаменитые русские путешественники и исследователи, их роль в развитии России. <u>Практика:</u> доклад о любой исторической личности</p>	Знать основных исторических личностей.
1.2	<p>Правила поведения юных туристов. Общественно полезные и лично значимые дела юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках. Проблемы охраны природной среды. Уважительное отношение к окружающим людям. Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр.</p>	Знать правила поведения в различных ситуациях и в различных местах.
2	Туристско-бытовые навыки юного туриста	
2.1	<p>Основы безопасности в природной среде и на улице. Правила разведения и поддержания туристского костра, а также его тушения при оставлении места бивака. Правила сбора дикорастущих растений (цветов), грибов и ягод. Элементарные правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в природной среде.</p>	Знать правила разведения и поддержания костра. Знать правила пожарной безопасности. Знать номера телефонов аварийных служб.
2.2	<p>Личное снаряжение и уход за ним Требования к обуви и к одежде: белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор, носки, рукавицы и пр. Личная посуда туриста, средства гигиены, туристский коврик, спальный мешок, рюкзак. Специальное туристское снаряжение для соревнований: рукавицы, перчатки, головной убор, обувь - и требования к нему. <u>Практика:</u> Укладка и упаковка рюкзака. Подбор личного снаряжения в соответствии с погодными условиями (зима и межсезонье).</p>	Знать особенности, правила эксплуатации и ухода. Иметь представление о личном снаряжении для зимнего времени и межсезонья, соревновательном личном снаряжении.

	Уход за личным снаряжением (сушка, проветривание, чистка).	
2.3	Групповое снаряжение и уход за ним Палатки и тенты, их виды и назначение, устройство палаток и тентов, правила ухода и ремонта. Костровое и кухонное снаряжение. Специальное групповое туристское снаряжение (веревки, карабины). Обязанности заведующего снаряжением (завхоза). <u>Практика:</u> Сушка снаряжения после туристской прогулки.	Иметь представление о групповом снаряжении для зимнего времени и межсезонья, специальном групповом снаряжении. Знать особенности, правила эксплуатации и ухода за групповым снаряжением. Иметь представление о деятельности завхоза.
2.4	Питьевой режим на туристской прогулке. Питьевой режим во время зимней (или в период межсезонья) туристской прогулки и экскурсии. Транспортировка воды и горячего чая для питья в зимнее время во время туристской прогулки. Термос и правила безопасности при пользовании им на экскурсии или зимней прогулке. Способы обеззараживания воды для питья. <u>Практика:</u> Использование снега для приготовления питья на зимней прогулке.	Знать питьевой режим во время прогулки, похода в зимнее время и межсезонье. Знать способы обеззараживания и транспортировки воды.
2.5	Организация бивака и охрана природы. Охрана природы при организации биваков. Устройство и оборудование бивака. Выбор площадки для установки палаток. Выбор места для костра. Обязанности дежурного у костра. Тушение костров и охрана природы. <u>Практика:</u> Разведение костров. Упаковка спичек и сухого горючего.	Уметь выбирать место для бивака; уметь устанавливать бивак. Уметь разжигать костры. Знать правила охраны природы при организации биваков. Знать обязанности дежурного у костра.
2.6	Туристская группа в походном строю. Строй туристской группы во время лыжной туристской прогулки: направляющий (тропящий лыжню) и замыкающий туристской группы, порядок смены направляющего (тропящего). Взаимопомощь в туристской группе. Привалы: промежуточный, для организации перекуса.	Иметь представление о туристической группе; знать правила её передвижения в походе, в зимнем походе, на прогулке в зимнее время.
2.7	Питание туристской группы. Основные продукты питания для приготовления пищи в походе. Хранение продуктов. Завхоз по питанию туристской группы и его обязанности. Дежурные повара, их обязанности и организация дежурства. <u>Практика:</u> Составление меню для однодневного туристского похода с расчетом требуемых продуктов.	Иметь представление о наборе питания и организации питания. Знать особенности хранения пищи. Знать обязанности завхоза по питанию, дежурного повара.
3	Основы топографии	
3.1	Топографическая подготовка.	Иметь навыки чтения и

	Составление плана-схемы школы, двора и его вычерчивание условными знаками с указанием названия зданий и сооружений. Чтение плана школьного двора и школы.	составления плана-схемы.
3.2	План местности. Схема и план местности. Топографическая карта. Масштабы планов местности и карт. Изображение рельефа на схемах и планах. Горизонтали. Рельеф и его изображение на картах.	Иметь представление о географическом рельефе; иметь навыки использования плана.
3.3	Условные топографические знаки. Способы изображения на рисунках и планах водных объектов, сооружений, растительности и пр. Основные топографические знаки. Обязанности топографа туристской группы. <u>Практика:</u> чтение топографических знаков и нанесения их на карту.	Иметь представление об условном обозначении. Знать основные топографические знаки. Иметь навыки чтения топографических знаков и нанесения их на карту. Иметь представление о работе топографа.
4	Туристское ориентирование.	
4.1	Ориентирование по компасу. Определение азимута на объект; между объектами.	Иметь навыки ориентирования по компасу. Уметь брать азимут на объект, между объектами.
4.2	Ориентирование по плану. Ориентирование плана (спортивной карты) по сторонам горизонта. Ориентирование плана (спортивной карты) по предметам и линейным ориентирам на местности. Легенда. Движение по простейшей легенде.	Иметь навыки ориентирования без компаса и карты. Знать как читать легенду. Иметь навыки движения по простейшей легенде.
4.3	Экскурсионное ориентирование. Выявление по обозначенному маршруту памятников истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в ближнем окружении школы, микрорайона (населенного пункта) по их описанию. <u>Практика:</u> Нанесение объектов на план маршрута движения по населенному пункту под руководством педагога.	Иметь представление об экскурсионном ориентировании.
5	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	
5.1	Личная гигиена туриста. Закаливание. Организация простейших наблюдений за состоянием самочувствия и здоровья.	Знать простейшие способы наблюдения за самочувствием.
5.2	Оказание первой доврачебной помощи. Характеристика травм. Необходимая помощь. Профилактика. Растяжение, вывих. Ожоги, обморожения. Отравление. Профилактика пищевых отравлений. Тепловой и солнечный удар	Знать характеристику различных травм. Знать ПМП при различных травмах.
5.3	Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок. Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение	Иметь навык обработки ран, ссадин, мозолей. Уметь накладывать повязки.

	простейших повязок. <u>Практика</u> : игра «Айболит» (необходимая доврачебная помощь условно пострадавшему).	
5.4	Индивидуальная и групповая медицинская аптечки. Состав индивидуальной и групповой аптечки. Назначение основных медикаментов и перевязочных материалов, их упаковка и требования к хранению и использованию. <u>Практика</u> : составление и упаковка аптечки.	Иметь представление о составе индивидуальной и групповой аптечки. Знать назначение основных медикаментов. Знать требования к упаковке и хранению медикаментов.
5.5	Способы транспортировки пострадавшего. Правила транспортировки пострадавшего по лестницам, склонам (спуски и подъемы) при различных травмах. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.	Знать способы транспортировки пострадавшего.
6	Краеведение	
6.1	Рельеф, реки, полезные ископаемые. Особенности рельефа и ландшафта региона. Реки края. Видео- и фотосъемка в туристском походе. <u>Практика</u> : ознакомительные походы с организацией съемки.	Иметь представление о особенностях рельефа, ландшафта. Знать реки края. Иметь представление об организации видео- и фотосъемке в туристском походе, ее назначении.
7	Спортивно-оздоровительный туризм	
7.1	Пешеходный туризм. Естественные и искусственные препятствия. Способы преодоления естественных препятствий с использованием снаряжения и без него. Организация движения группы по пересеченной и заселенной местности. <u>Практика</u> : Преодоление и обход преград и препятствий. Соблюдение правил безопасности при преодолении препятствий.	Знать способы преодоления препятствий в туристском походе, правила безопасности при преодолении препятствий. Иметь навыки преодоления препятствий.

Учебно-тематический план 3 года обучения

№	Тема	Кол-во часов		Форма контроля
		теоритические	практика	
1	Введение			
1.1	История отечественного туризма	2		беседа
1.2	Правила поведения юных туристов	2		зачет
Итого:		4ч		
2	Туристско-бытовые навыки юного туриста			

2.1	Основы безопасности в природной среде	2	-	зачет
2.2	Организация биваков и охрана природы	2	4	опрос
2.3	Туристская группа в походе	-	4	опрос
2.4	Питание туристской группы	-	2	опрос
Итого:		4ч	10ч	
3	Основы топографии			
3.1	Топографическая и спортивная карта	2	4	опрос
3.2	Условные топографические знаки	2	4	зачет
Итого:		4ч	8ч	
4	Туристское и экскурсионное ориентирование			
4.1	Ориентирование по компасу	2	6	зачет
4.2	Ориентирование по компасу и карте	2	6	соревнование
4.3	Ориентирование на местности	2	6	соревнование
4.4	Экскурсионное ориентирование	-	8	викторина
Итого:		6ч	26ч	
5	Личная гигиена и первая доврачебная помощь			
5.1	Личная гигиена туриста	2		опрос
5.2	Оказание первой доврачебной помощи	2	4	зачет
5.3	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок, жгутов, шин	2	4	зачет
5.4	Измерение температуры тела и пульса	2		зачет
5.5	Медицинская аптечка	2		опрос
5.6	Способы транспортировки пострадавшего	2	4	опрос
Итого:		12ч	12ч	
6	Краеведение			
6.1	Экскурсии в музеи, работа с литературными источниками. Выполнение индивидуальных исследовательских работ.	4	16	викторина, исследовательская работа
Итого:		4	16ч	
7	Спортивно-оздоровительный туризм			
7.1	Пешеходный туризм	8	20	соревнования
Итого:		8ч	20ч	

8	Закрепление полученных знаний и умений по туризму. Подготовка к участию в слете юных туристов.	2	8	тестирование
Итого:		2ч	8ч	
Итого:		44	100	
Всего:		144 часа		

В план не включены часы для подготовки и проведения похода выходного дня.

Содержание образования 3 года обучения.

Задачи:

- Укрепление здоровья, развитие физических качеств, совершенствование туристских умений и навыков, участие в поисково-исследовательской деятельности, формирование мировоззрения и собственного отношения к здоровому образу жизни, туризму и физкультурно-спортивной деятельности.

№	Содержание темы	Ожидаемый результат
1	Введение	
1.1	История отечественного туризма. Туристы и путешественники родного края, своего объединения. <u>Практика</u> - сообщение, доклад о значимой для отечественного туризма личности.	Знать историю туризма в России. Знать отечественных значимых в истории туризма личностей.
1.2	Правила поведения юных туристов. Проблемы охраны природной среды. Традиции туристов. Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Понятие спортивного и неспортивного поведения.	Знать традиции туриста; знать правила поведения в состязаниях, разбираться в понятиях «спортивное поведение», «неспортивное поведение».
2	Туристско-бытовые навыки юного туриста	
2.1	Основы безопасности в природной среде. Правила поведения у водоемов и при организации купания в них. Поведение во время различных природных явлений. Правила пожарной безопасности при обращении с огнем (костром), действия при обнаружении не затушенных костров (сильного задымления) в лесу. Безопасность при сборе лекарственных растений, цветов, грибов, ягод. Соблюдение мер безопасности во время туристской прогулки (похода); опасные (ядовитые) растения и животные своего края.	Знать правила поведения и взаимодействия с природой. Знать правила пожарной безопасности. Знать ядовитые растения, растущие на территории края. Знать опасных животных и правила поведения при встрече с ними.

2.2	<p>Организация биваков и охрана природы. Требования к бивакам в зимнем походе. Устройство и оборудование бивака в зимнем походе: кострище, место для приема пищи, для отдыха, для гигиены и умывания, для забора воды (снега) и мытья посуды. Особенности разведения костра в зимнем походе. Уборка места бивака туристской группой. Утилизация пищевых и бытовых отходов. Заготовка растопки для костра и ее хранение. Упаковка спичек. Правила безопасности при работе с туристской печкой. <u>Практика</u> - организация и уборка бивака на зимней прогулке.</p>	<p>Знать особенности организации бивака в зимнее время. Знать правила пользования туристской печкой. Уметь убирать бивак.</p>
2.3	<p>Туристская группа в походе. Туристский учебный поход. Маршрут туристской группы. Распорядок походного дня однодневного похода. Работа направляющего и замыкающего, разведчиков, хронометриста группы. Организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе. <u>Практика</u> - расписать режим двухдневного похода.</p>	<p>Знать принципы расчета маршрута. Знать работу разведчика, хронометриста группы. Знать распорядок походного дня.</p>
2.4	<p>Питание туристской группы. Составление меню для однодневного туристского похода с расчетом требуемых продуктов. Хранение продуктов. Распределение продуктов в туристской группе. Завхоз по питанию туристской группы и его обязанности. <u>Практика</u> - составление меню; приготовление пищи в однодневном походе (под контролем педагога).</p>	<p>Знать принцип составления меню. Уметь составить меню на один день на группу из 10 человек. Знать работу завхоза.</p>
3	Основы топографии	
3.1	<p>Топографическая и спортивная карта. План местности, топографическая и спортивная карта. Рельеф и его изображение. Горизонтالي. <u>Практика</u> - движение по карте. Определение высоты рельефа по горизонталям.</p>	<p>Уметь пользоваться топографической и спортивной картой.</p>
3.2	<p>Условные топографические знаки. Условные знаки. Изображение местности на спортивных картах. <u>Практика</u> - чтение знаков. Сдача знаков.</p>	<p>Знать условные топографические знаки.</p>
4	Туристское ориентирование	
4.1	<p>Ориентирование по компасу и карте. Ориентирование карты по компасу. Ориентирование карты по предметам и линейным ориентирам на местности. <u>Практика</u> - Движение по карте и при помощи компаса. Измерение расстояний по карте.</p>	<p>Уметь ориентироваться по карте. Уметь ориентировать карту по компасу и объектам местности. Уметь двигаться по карте.</p>
4.2	<p>Ориентирование на местности.</p>	<p>Уметь ориентироваться на</p>

	Измерение расстояний на местности временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по линейным ориентирам и рельефу, по легенде и по азимуту. Определение рубежных объектов на пути движения во время ориентирования на местности. Действия в чрезвычайной ситуации.	местности. Знать правила поведения и действия в аварийной ситуации.
4.4	Экскурсионное ориентирование. Памятники истории, архитектуры, и т. п. в селе.	Знать основные памятники истории, архитектуры, и т.п. родного края.
5	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	
5.1	Личная гигиена туриста. Соблюдение правил личной гигиены на туристских прогулках и в походах, при организации перекусов. Способы закаливания организма. Ведение дневника наблюдений за самочувствием.	Владеть способами закаливания; основами гигиены. Знать способы самоконтроля.
5.2	Оказание первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах. Использование медикаментов и лекарственных растений. Первая помощь при утоплении, ожоге, обморожении. Первая помощь при переломах конечностей.	Уметь оказывать ПМП.
5.3	Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок. Игра «Айболит»: необходимая доврачебная помощь условно пострадавшему.	Иметь навык наложения повязок, обработки ссадин, ран и мозолей.
5.4	Измерение температуры тела, пульса. Приборы для измерения температуры тела. Способы измерения пульса. Основные показатели состояния здоровья и самочувствия юных туристов. Измерение температуры тела и пульса до занятий физическими упражнениями и по их окончании.	Уметь измерять и определять состояние здоровья.
5.5	Медицинская аптечка. Состав медицинской аптечки для туристской прогулки (индивидуальной и групповой). Упаковка и маркировка аптечки. Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.	Уметь подготавливать аптечку. Знать назначение медикаментов.
5.6	Способы транспортировки пострадавшего. Организация транспортировки пострадавшего при различных травмах. Изготовление транспортных средств из курток, подручных материалов. Транспортировка пострадавшего на пересеченном рельефе. Взаимопомощь при транспортировке пострадавшего.	Уметь изготавливать транспортные средства из подручных материалов. Уметь транспортировать пострадавшего.
6	Краеведение	
6.1	Экскурсии в музеи, работа с литературными	Знать достопримечательности края.

	источниками по истории и культуре родного края. Практика - проведение краеведческих викторин. Выполнение исследовательской работы.	Уметь оформлять исследовательскую работу.
7	Спортивно-оздоровительный туризм	
7.1	Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком. Подъем, траверс и спуск по склону. Переправа через условное болото по кочкам. Переправа через каналы, завалы. Переправа вброд. Оказание взаимопомощи. Способы преодоления простых естественных препятствий при помощи веревки: спуск, подъем по склону спортивным способом с использованием вертикальных наведенных (судейских) перил. Переправа через ручей (овраг) по бревну с помощью «маятника».	Знать основные способы преодоления препятствий. Иметь навыки преодоления препятствий.

Календарный учебный график на 2022-2023 учебный год.

Годовой календарный учебный график учитывает в полном объеме возрастные психофизические особенности обучающихся и отвечает требованиям охраны их жизни и здоровья.

-количество учебных недель – 36;

-количество учебных дней – 252;

- дата начала и окончания учебного периода – 01.09.2023 г. по 31.05.2024 г.

В каникулярное время занятия проводятся по утвержденному временному расписанию и включают проведение игровых программ, соревнований, однодневных походов и экскурсий

Воспитательная работа

Учебно-воспитательный процесс требует от учащегося в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребенка направлена на активную физическую деятельность и непосредственное познание окружающего его мира. С этой точки зрения исключительно большими потенциальными возможностями обладает специально организованная туристско-краеведческая образовательная деятельность. Туристско-краеведческая педагогическая деятельность предполагает воспитание человека, ведущего здоровый образ жизни, обладающего общей культурой, познавательной, творческой и социальной активностью, хорошими коммуникативными качествами, психологической устойчивостью.

Одна из основных задач учреждений дополнительного образования - личностное развитие детей. Воспитательная работа направлена на формирование патриотизма, нравственных качеств в сочетании с волевыми, серьезное, грамотное отношение к безопасности собственной и товарищей, экологическую грамотность, бережное отношение и любовь к природе, эстетические чувства прекрасного, аккуратность, трудолюбие. Работа с детьми проводится как на учебном занятии, так и в походах выходного дня.

Основные воспитательные мероприятия:

- проведение тематических праздников, соревнований;
- совместные экскурсии, походы и т. д.
- посвящение в туристы на отчетном слете юных туристов;

Условия реализации программы.

Для успешной реализации программы «Юные туристы» необходимо :

1. Информационное и материально-техническое обеспечение по разделам программы:

Тема	Формы занятий	Техническое оснащение, дидактический и методический материал
1. Введение	Лекция, видеофильм	Экран, видеопроектор.
2. Туристско-бытовые навыки юного туриста	Беседа, игра, соревнование, поход	Групповое и личное снаряжение, фотографии, рекламные буклеты.
3. Туристская топография	Лекция, самостоятельная работа, поход	Картографический материал, групповое снаряжение, раздаточный материал.
4. Туристское ориентирование	Лекция, практическое занятие, игра, поход	Картографический материал, компасы, транспортеры, групповое снаряжение, раздаточный материал.
5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь	Лекция, видеофильм, практические занятия, игра.	Перевязочный материал, медикаменты, видеопроектор, раздаточный материал.
6. Краеведение	Лекция, видеофильм, викторина, экскурсии, прогулки, походы.	Видеопроектор, фотографии, буклеты, раздаточный материал, транспорт.
7. Спортивно-оздоровительный	Лекция, видеофильм, практические занятия	Снаряжение, инвентарь, помещения, видеопроектор.

2.Туристический инвентарь и снаряжение:

№ п/п	Наименование	Кол-во (шт.)
1	Палатка 2-3 местная	5
2	Рюкзак	15
3	Спальник	15
4	Веревка основная (40 м, d 10)	2
5	Веревка (страховочная, вспомогательная) (25 м, d 10)	4
6	Репшнур (d 6)	20 м
7	Страховочная система	8
8	Карабин	24
9	Спусковое устройство	4
10	Жумар	4
11	Компас (жидкостный)	15
12	Набор спортивных карт	2
13	Курвиметр	5
14	Секундомер электронный	1
15	Аптечка медицинская в упаковке	1
16	Перевязочный материал (бинты нестерильные)	30
17	Топор в чехле	1
18	Тросик костровой	1
19	Рукавицы костровые	2
20	Тент хозяйственный	1
21	Комплект посуды для приготовления пищи (терка, нож, разделочная доска, 2 черпака и т.д.)	1
22	Котлы	3
23	Ремонтный набор	1
24	Термометр наружный	1
25	Рулетка 15-20 м	2
26	Видеопроектор	1

Список источников

1. Концепция развития дополнительного образования детей до 2020г.
2. «Стратегия развития воспитания до 2025г.».
3. -Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи"".
5. Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ.

6. Типовая образовательная программа «Я родину люблю...», В.С.Дятлова, Сборник «Программы лауреатов V всероссийского конкурса авторских программ дополнительного образования. Номинация: Туристско-краеведческая. М: ГОУ ЦРСДОД, 2003.

7. Программа для системы дополнительного образования. Клуб эколого-краеведческого направления. Смирнов Д.В., Константинов Ю.С., Маслов А.Г., ЦДЮТ и К МО РФ, 2004.

8. Документы- источники из фонда районного краеведческого музея

9. Ермолаева Л. К. Изучение своего края: проблемы и подходы к их решению / Л. К. Ермолаева // Преподавание истории и обществознания в школе. — 2002. — № 3. — С. 40—47.

10. Астрадамов В.И., Ворсобица Л.И. Редкие и исчезающие виды растений и животных Мордовии.-Саранск: Мордовское книжное издательство,1998.

11. Каргина З.А. Практическое пособие для педагога дополнительного образования. Библиотека журнала «Воспитание школьников» — Изд. доп. Вып. 77. — М.: Школьная Пресса, 2011.

12. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. Краеведение. Внеклассная работа по истории, географии, биологии и экологии.- М: Творческий центр «Сфера», 2007.

13. Смирнов В.М. Родники Мордовии.- Саранск:ВЭЦ»Зеленый мир»; Издатель К. Шапкарин, 2014.

14. Юрченков В.А. Мордва Российской империи.- Саранск: Мордовское книжное издательство, 2014.

15. Энциклопедия туриста. - М.: Большая Российская энциклопедия, 2009

Электронные ресурсы:

1. <http://obuchonok.ru> [Обучающие программы и исследовательские работы учащихся].
2. <https://docviewer.yandex.ru> [Методы экологических исследований. Сборник материалов].
3. <https://docviewer.yandex.ru> [Методические рекомендации по изучению и охране родников].

