

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Постольская средняя общеобразовательная школа»

Принята на заседании
педагогического совета
от «22» 08 2024 г.
Протокол № 11



Утверждена
приказом директора
МБОУ «Постольская СОШ»
от «23» 08 2024 г. № 186

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Азбука туризма»
туристско-краеведческой направленности**

Возраст обучающихся: 12 - 17 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Составитель: Митрошин Яков
Петрович, учитель физкультуры

Постол, 2024

Раздел 1.

Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеобразовательной программы

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука туризма» разработана на основании действующего законодательства, локальных актов и Устава учреждения.

Общая характеристика программы: Пешеходный туризм - самый распространенный и доступный вид туризма для учащихся, основой которого является организация самостоятельного туристского похода, включающего в себя активный отдых, углубление знаний полученных в школе на уроках географии, математики, истории, литературы, физики и других специальных знаний. Главная задача пешеходного туризма — удовлетворить естественную потребность учащихся в непосредственном познании мира..

Направленность программы дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Азбука туризма» относится к туристско-краеведческой направленности.

Уровень освоения программы ознакомительный

Актуальность программы

В современном мире все больше углубляется процесс автоматизации и компьютеризации, многие современные дети вырастают оторванными от реальности, проводят время за компьютером и телевизором, передвигаются только на автобусах и автомобилях, и, как результат, вырастают несамостоятельными, физически слабыми и подверженными любым заболеваниям. Существует и другая крайность: отрицательное влияние улицы и, как результат этого - детская преступность, вредные привычки, беспризорность.

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. Туризм способствует решению этих проблем.

Движение, чистый воздух, физические нагрузки, неформальное общение – это именно то, что нужно для укрепления и формирования здорового организма ребёнка.

Детскому возрасту свойственно стремление к необычности, к приключениям и романтике. Туризм – это прекрасное средство, которое естественным путём удовлетворяет потребности ребят. В походе дети раскрываются совсем с другой стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для педагога, так как позволяет глубже понять личность каждого из ребят и найти подход к нему.

Данная программа актуальна тем, что помимо общей туристской подготовки, направленной на формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, удовлетворение индивидуальных потребностей в занятиях туристско-краеведческой деятельностью, ориентирована на участие детей в общественно полезной, исследовательской и социально значимой работе в походе.

Отличительные особенности программы

Отличительная особенность Программы заключается в том, что она предусматривает участие детей в общественно полезной, исследовательской и социально значимой работе в походе, участие в конкурсах туристско-краеведческой направленности, работу с социальными сетями и специализированными сайтами для туристов, соответственно используется современное оборудование как средство обучения.

Педагогическая целесообразность Программы состоит в следующем: туризм, как ни одно другое направление дополнительного образования, одновременно решает важнейшие педагогические задачи – это комплексное воздействие на ребенка: воспитание, обучение, оздоровление, профессиональная ориентация, социальная адаптация; совершенствование взаимоотношений педагогов и учащихся через воспитательную среду туризма. В воспитательном значении туризма можно выделить такие важные аспекты, как ответственная взаимозависимость

коллектива, которая рождает серьезное отношение к жизни, к друзьям, взаимность в действии, подразумевающая установление правил, которым все должны следовать и индивидуальная ответственность каждого обучающегося группы за свои действия перед другими.

Теоретическая значимость Программы заключается в том, что детский и юношеский туризм получил четкое определение. Классификацию и основные теоретические принципы, пригодные для его организации.

Практическая значимость Программы заключается в том, что учащиеся познакомятся с различными экстремальными ситуациями, которые могут возникнуть в естественных природных условиях и научатся действовать в таких ситуациях.

Направление воспитательной работы – воспитание культуры здорового и безопасного образа жизни и формирование культуры здорового и безопасного образа жизни и комплексной профилактической работы (профилактика употребления ПАВ, безнадзорности, правонарушений несовершеннолетних), формирование коммуникативной культуры, экологическое воспитание.

Адресат программы

Программа рассчитана для учащихся 12 - 17 лет, интересующиеся туризмом, природой и историей родного края, способные выполнять соответствующие физические нагрузки.

Для этого возраста характерны значительные изменения, происходящие в сфере самосознания, которые имеют базовое основополагающее значение для всего последующего развития и становления подростка как личности.

Именно в этот период формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками. Оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, иными словами – формируются предпосылки для идентификации ценностного и деятельностного освоения действительности. Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности подростка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Наполняемость группы от 10 до 15 человек.

Объем, сроки реализации и режим занятий

Объем программы – 34 часа.

Сроки реализации – 9 месяцев.

Режим занятий – 1 раза в неделю.

Формы организации образовательного процесса

Форма обучения: очная.

Форма организации образовательного процесса: индивидуальная, групповая, фронтальная, коллективная.

Виды занятий: лекция, беседа, дискуссия, теоретическое и практическое занятия, соревнования, занятие-экскурсия, поход.

Теоретические занятия – беседы с использованием иллюстративного материала, просмотр презентаций на тему туризма, чтение карт, доклады на разнообразные темы.

Практические занятия (в помещении и на местности) – наблюдение, соревнования, физические упражнения, тактическая и техническая подготовка, походы, умение вязать туристические узлы.

Цель и задачи программы

Цель: обучение основным туристским умениям и навыкам нахождения в естественной природной среде.

Задачи программы:

1. Познакомить обучающихся с понятием туризма, туристский поход
2. Дать основные навыки для участия в туристском походе
3. Научить соблюдать технику безопасности и личную гигиену в походе, ориентироваться на местности.
4. Научить оказывать первую помощь
5. Научить ориентироваться в информационном пространстве и работать в команде

**Содержание программы
Учебный план**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Формы контроля, аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы туристской подготовки	11	6	5	
1.1	Туристские путешествия, история развития	1	1	0	Вводный опрос
1.2	Общественно полезная, исследовательская и социально значимая работа в походе	1	1	0	
1.3	Личное и групповое туристское снаряжение	1	1	0	
1.4	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	2	0	2	
1.5	Подготовка к походу, путешествию	2	1	1	
1.6	Питание в туристском походе	1	0	1	
1.7	Туристские должности в группе	1	1	0	
1.8	Правила движения в походе, преодоление	1	0	1	
1.9	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	1	1	0	
2.	Топография и ориентирование	6	1	5	
2.1	Понятие о топографической и спортивной	1	1	0	
2.2	Ориентирование по горизонту, азимут	1	0	1	
2.3	Компас. Работа с компасом	1	0	1	
2.4	Измерение расстояний	1	0	1	
2.5	Способы ориентирования	1	0	1	
2.6	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	1	0	1	Тест №2
3.	Краеведение	4	1	3	
3.1	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки	1	1	0	
3.2	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	1	0	1	
3.3	Изучение района путешествия	2	0	2	Презентация
4.	Основы гигиены и первая помощь	4	2	2	
4.1	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	1	1	0	
4.2	Походная медицинская аптечка	1	1	0	
4.3	Основные приемы оказания первой	1	0	1	
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего	1	0	1	Тест №3
5.	Поход, слет, соревнования	9	0	9	Поход
	ИТОГО:	34	10	24	

Содержание программы

Раздел 1. Основы туристской подготовки

Тема 1.1. Туристские путешествия, история развития туризма (1 часа)

Теория: Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России.

Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Тема 1.2. Общественно полезная, исследовательская и социально значимая работа в походе (1 час)

Теория: Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

Понятия «общественно-полезная», «исследовательская» и «социально-значимая» работа. Основы исследовательской деятельности. Конкурсы туристско-краеведческой направленности.

Тема 1.3. Личное и групповое туристское снаряжение (1 часа)

Теория: Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Подготовка личного снаряжения к походу.

Тема 1.4. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (2 часа)

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

Практика: Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

Тема 1.5. Подготовка к походу, путешествию (2 часов)

Теория: Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение района похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

Практика: Составление плана подготовки 1-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

Тема 1.6. Питание в туристском походе (1 часа)

Теория: Значение правильного питания в походе.

Практика: Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Тема 1.7. Туристские должности в группе (1 часа)

Теория: Должности в группе постоянные и временные. Доверие группы и ответственность за выполнение порученных обязанностей.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе.

Тема 1.8. Правила движения в походе, преодоление препятствий (1 часа)

Практика: Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: лес, густой кустарник, завалы, заболоченная местность.

Тема 1.9. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий (1 часов)

Теория: Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Раздел 2. Топография и ориентирование

Тема 2.1. Понятие о топографической и спортивной картах (1 часа)

Теория: Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и

обороне государства, значение топокарт для туристов.

Тема 2.2. Ориентирование по горизонту, азимут (1 часа)

Практические занятия

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

Тема 2.3. Компас, работа с компасом (1 часа)

Практика: Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка), нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

Тема 2.4. Измерение расстояний (1 часа)

Практика: Измерение своего среднего шага (пары шагов), построение графиков перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

Тема 2.5. Способы ориентирования (1 часа)

Практика: Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

Тема 2.6. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки (1 часа)

Практика: Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий по восстановлению местонахождения.

Раздел 3. Краеведение

Тема 3.1. Родной край, его природные особенности, история, известные земляки (1 часа)

Теория: Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность.

Тема 3.2. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев (1 часов)

Практика: Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

Тема 3.3. Изучение района путешествия (2 часов)

Теория: Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т.п. Подготовка докладов о районе похода: по истории, климату, рельефу, флоре, фауне и т.д.

Практика: Подготовка и заслушивание докладов о районе предстоящего похода.

Раздел 4. Основы гигиены и первая помощь

Тема 4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний (1 час)

Теория: Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание). Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Тема 4.2. Походная медицинская аптечка (1 час)

Теория: Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов.

Тема 4.3. Основные приемы оказания первой помощи (1 часа)

Практика: Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

Тема 4.4. Приемы транспортировки пострадавшего (1 часа)

Практика: Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных способов транспортировки пострадавшего.

Раздел 6. Поход, слет, соревнования (9 часа)

Планируемые результаты

По окончании обучения учащиеся приобретут:

Предметные результаты:

- умение подготовиться и сходить в поход, принять участие в туристских соревнованиях;
- умение ориентироваться на местности, оказать первую доврачебную помощь;

Метапредметные результаты:

- умение ориентироваться в информационном пространстве, работать в команде;
- навыки работы с картами и схемами;
- умение создавать контент для блога: написание текста, создание иллюстративного материала;
- умение написать исследовательскую или проектную работу, создавать презентации, выступать, работать с программами для видеоконференций.

Личностные результаты:

- развитие критического мышления;
- развитие творческой инициативы, самостоятельности, способности выдерживать нагрузки.

В конце учебного года обучающиеся должны совершить туристский поход.

Раздел 2

Комплекс организационно-педагогических условий

№ п/п	Тема занятий	Кол-во часов	Дата проведения занятия (план)	Дата проведения занятия (факт)
	Туристские путешествия, история развития	1	05.09.23	
	Общественно полезная, исследовательская и социально значимая работа в походе	1	12.09.23	
	Личное и групповое туристское снаряжение	1	19.09.23	
	Организация туристского быта. Привалы иночлеги	2	26.09.23 03.10.23	
	Подготовка к походу, путешествию	2	10.10.23 17.10.23	
	Питание в туристском походе	1	24.10.23	
	Туристские должности в группе	1	07.11.23	
	Правила движения в походе, преодоление	1	14.11.23	
	Техника безопасности при проведении	1	21.11.23	

	туристских походов, занятий			
	Понятие о топографической и спортивной	1	28.11.23	
	Ориентирование по горизонту, азимут	1	05.12.23	
	Компас. Работа с компасом	1	12.12.23	
	Измерение расстояний	1	19.12.23	
	Способы ориентирования	1	26.12.23	
	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	1	16.01.24	
	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки	1	23.01.24	
	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи	1	30.01.24	
	Изучение района путешествия	2	06.02.24 13.02.24	
	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний	1	20.02.24	
	Походная медицинская аптечка	1	27.02.24	
	Основные приемы оказания первой	1	05.03.24	
	Приемы транспортировки пострадавшего	1	12.03.24	
	Поход, слет, соревнования	9	19.03.24 02.04.24 09.04.24 16.04.24 23.04.24 30.04.24 07.05.24 14.05.24 21.05.24	

Условия реализации программы

Для успешной реализации программы необходимо следующее:

1. Материально-техническое обеспечение

Оборудованные места проведения занятий: учебный кабинет, спортивный зал, учебный природный полигон с пересеченным характером местности, учебный природный полигон с наличием спортивной карты местности.

Творческое объединение по Программе должно быть обеспечено необходимым снаряжением и оборудованием.

Перечень группового оборудования и снаряжения (на творческое объединение)

№	Наименование	Количество
1.	Палатка с тентом	4
2.	Тент кухонный	1

3.	Котлы (комплект)	1
4.	Таганок	1
5.	Топор	2
6.	Пила	1
7.	Медаптечка	1
8.	Ремнабор	1
9.	Веревка основная 20 м.	4
10.	Веревка основная 30 м	4
11.	Веревка основная 40 м.	3
12.	Веревка основная 60 м	2
13.	Локальная петля	10
14.	Карабин	30
15.	Полиспаг	1
16.	Носилки	1
17.	Волокуши	1
18.	Слайдопроектор	1
19.	Контрольные пункты, компостеры	20

Перечень личного оборудования и снаряжения (на 1 учащегося)

№	Наименование	Количество
1.	Рюкзак с вкладышем	1
2.	Спальник	1
3.	Коврик туристский	1
4.	КЛМН	1
5.	Компас	1
6.	Страховочная система	1
7.	Репшнур	2
8.	Ус самостраховки	2
9.	Карабин	4
10.	Спусковое устройство	1
11.	Жумар	1
12.	Каска	1
13.	Рукавицы брезентовые	1
14.	Лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки	1
15.	Бахилы	1
16.	Маска ветрозащитная	1
17.	Планшет для карты	1

Кадровое обеспечение: занятия проводит педагог дополнительного образования

Формы аттестации/контроля. Оценочный материал

Формами аттестации и контроля для определения результативности усвоения Программы выбраны: опрос, тест, туристический поход.

Виды и периодичность контроля: промежуточный и итоговый.

Промежуточная и итоговая аттестации – практическое участие учащихся в туристских походах. Оценка проводится методом педагогического наблюдения и анализа в процессе практической деятельности учащегося по выполнению своих туристских обязанностей в туристском походе.

Оценочные материалы

Вводный опрос «Что мы знаем о туризме»

Перечень вопросов для опроса:

1. Каково происхождение слова «туризм»?

Ответ: Слово "туризм" происходит от французского "Тоиг", что означает прогулка, поездка, путешествие. Тоиг - путешествие куда-то с обязательным возвращением обратно. Термин

«туризм» придумал писатель Марк Твен

2. Что означает слово «туризм»?

Ответ: Туризм – это путешествие, организованное в свободное от занятий, работы время в целях активного отдыха и культурного досуга на лоне природы, укрепления здоровья и т.п.

3. Кто основоположник туризма?

Ответ: основоположником туризма является английский предприниматель Томас Кук.

4. Какую дату и событие можно считать рождением туризма?

Ответ: 5 июля 1841 г. под звуки оркестра и приветственные крики толпы 570 человек организовано отбыли в Лафборо (город в графстве Лестершир, Англия).

Первая туристическая фирма называлась: «Thomas Cook & Son».

5. Каким бывает туризм по целям путешествий?

Ответ: В зависимости от цели путешествия туризм подразделяется на: познавательный, оздоровительный, спортивный, паломнический, деловой, гостевой, ностальгический.

6. Когда отмечается всемирный день туризма?

Ответ: 27 сентября – всемирный день туризма.

Критерии оценивания при опросе

Отлично: 95% - 100% правильных ответов, глубокие познания в освоенном материале.

Хорошо: 75% - 94% правильных ответов, материал освоен полностью, без существенных ошибок.

Удовлетворительно: 51% - 74% правильных ответов, материал освоен не полностью, имеются значительные пробелы в знаниях.

Тест №1 «Основы туристской подготовки»

1. Как называется путешествие с активным способом передвижения в отдаленных от места жительства районах, осуществляемое с образовательной, оздоровительной, спортивной, исследовательской целью?

- 1) экскурсия;
- 2) прогулка;
- 3) туристский поход;
- 4) туристская экскурсия.

Ответ: 3

2. Какие существуют виды туризма?

- 1) лыжный, пешеходный, водный, горный;
- 2) семейный, одиночный, групповой;
- 3) с животными, без животных.

Ответ: 1

3. Какие предметы туристы обязательно берут в поход?

- 1) рюкзак, паспорт, карту;
- 2) радиоприемник, будильник, сковороду;
- 3) песенник, игральные карты, рыбчистку.

Ответ: 1

4. К предмету специального снаряжения относится:

- 1) топор;
- 2) ботинки;
- 3) веревка основная;
- 4) палатка.

Ответ: 4

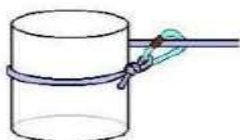
5. К предмету личного снаряжения относится:

- 1) куртка;
- 2) топор;
- 3) тент от дождя;
- 4) котел.

Ответ: 1

6. Назовите узел:

- 1) карабинная удавка
- 2) булинь;



3) схватывающий.

4) стремя на опоре

Ответ: 1

7. Минимальный размер концов завязанного узла:

1) 10 см;

2) 5 см;

3) 25 см.

Ответ: 1

8. Чем можно заменить отсутствие рукавиц:

1) перчатками из плотной ткани;

2) ничем;

3) полами штормовки (куртки).

Ответ: 1

9. Назовите правильный порядок пристежки к навесной переправе:

1) 1. беседочный карабин, 2. сопровождение, 3. ус самостраховки;

2) произвольно;

3) 1. ус самостраховки, 2. сопровождение, 3. беседочный карабин.

Ответ: 3

Критерии оценивания тестового задания:

Отлично: 95% - 100% правильных ответов, глубокие познания в освоенном материале.

Хорошо: 75% - 94% правильных ответов, материал освоен полностью, без существенных ошибок.

Удовлетворительно: 51% - 74% правильных ответов, материал освоен не полностью, имеются значительные пробелы в знаниях.

Тест № 2 «Топография и ориентирование»

1. Один из быстрых способов измерения расстояния на местности:

1) с помощью бинокля;

2) с помощью циркуля;

3) шагами;

4) курвиметром.

Ответ: 3

2. Какой буквой на карте и компасе обозначается направление на север:

1) S;

2) N;

3) W.

Ответ: 2

3. В какую сторону горизонта указывает собственная тень человека в полдень в северном полушарии:

1) на север;

2) на юг;

3) на запад;

4) на восток.

Ответ: 1

4. Топографический знак, обозначающий колодец, выглядит:



1)

2)

3)

4)

Ответ: 4

5. Полевые, лесные дороги изображаются на карте:



1)

2)

3)

4)

Ответ: 1

б. Стрелка, проведенная через карту, показывает направление:

- а) на юг;
- б) на восток;
- в) на запад;
- г) на север.

Ответ: г

Критерии оценивания тестового задания:

Отлично: 95% - 100% правильных ответов, глубокие познания в освоенном материале.

Хорошо: 75% - 94% правильных ответов, материал освоен полностью, без существенных ошибок.

Удовлетворительно: 51% - 74% правильных ответов, материал освоен не полностью, имеются значительные пробелы в знаниях.

Презентация

Учащиеся самостоятельно выбирают и оформляют тему творческой работы в рамках темы «Туристские возможности родного края».

Творческая работа учащегося должна носить исследовательско-проектный характер.

Творческую работу можно выполнить при помощи создания презентаций в Microsoft PowerPoint и др.

Основные правила оформления презентаций:

1. Оформление титульного слайда

Название образовательного учреждения, где выполнялась работа
(название учреждения по уставу, размер шрифта – не менее 24 пт).

Название

(не менее 28 пт, полужирный без точек, без кавычек, без сопроводительного текста)

Автор: Ф.И.О., класс.

Соавтор:

2. Оформление второго слайда

Общий объем слайда – не более 15 строк текста

Цели и задачи (размер шрифта – не менее 24 пт)

3. Общие требования к оформлению презентации

Единый стиль оформления.

На слайдах поля, не менее 1 см с каждой стороны.

«Светлый текст на темном фоне» или «темный текст на светлом фоне».

Допускаемый размер шрифта – не менее 20 пт., рекомендуемый размер шрифта ≥ 24 пт.

4. Общие требования к оформлению рисунков

Не более 2 рисунков на одном слайде.

Нельзя совмещать статические и динамические рисунки.

5. Общие требования к оформлению презентации

Все рисунки имеют:

- сквозную нумерацию;

- название;

- при необходимости сопроводительный текст не более двух строк.

6. Повышения эффективности учебных материалов презентации с помощью цвета

Не более трех цветов и неограниченное количество оттенков этих цветов.

Холодные цвета вызывают торможение и снижение эффективности умственной деятельности.

Теплые цвета улучшают мыслительную деятельность, повышают ее продуктивность.

7. Общие требования к оформлению заключительных слайдов презентации

Слайд выводы или заключение (выводы пишутся исходя из целей)

Библиография (ГОСТ 7.05-2008 по оформлению библиографических ссылок)

8. Рекомендации

Для правильной работы презентации все вложенные файлы (документы, видео, звук и пр.) размещайте в ту же папку, что и презентацию.

Рисунки необходимо сжимать.

Оценочный лист презентации

Фамилия, имя ученика, класс

Содержание:

- 1) соответствие заявленной теме;
- 2) сформулированы цели задачи;
- 3) логичность и последовательность изложения текста;
- 4) раскрытие выбранной темы;
- 5) наличие выводов.

Оформление презентации:

- 1) имеет четкую понятную структуру;
- 2) имеет логическую последовательность (обязательно титульный лист и список используемой литературы);
- 3) текст презентации читаем;
- 4) отсутствие ошибок (логических, фактических, орфографических, этических и т.п.)
- 5) корректное цветовое оформление, подобраны соответствующие иллюстрации.

Выступление:

- 1) соответствующее заявленным пунктам защитное слово,
- 2) понимание информационного содержания презентации,
- 3) умение общаться с аудиторией,
- 4) беглое и выразительное прочтением защитного слова,
- 5) полные и содержательные ответы на вопросы аудитории.

За каждый пункт ставится от 0 до 5 баллов, максимальная сумма 15 баллов.

Критерии:

15-13 баллов – отличная работа

8-12 баллов – хорошая работа

Тест № 3 «Основы гигиены первая доврачебная помощь»

1. Как должен лежать пострадавший при его транспортировке на участке спуска:

- 1) головой вперед;
- 2) ногами вперед;
- 3) не важно.

Ответ: 2

2. Что нужно делать при укусе змеи:

- 1) высасывать яд ртом, надрезать место укуса;
- 2) давать обильное питье;
- 3) вызвать «скорую помощь».

Ответ: 3

3. Правильные действия при тепловом ударе:

- 1) напоить горячим чаем;
- 2) дать жаропонижающие препараты, например, аспирин или парацетамол;
- 3) уложить на спину, слегка приподняв ноги, обертывать мокрыми холодными простынями, снижая температуру тела, каждые 10 минут давать полстакана подсоленной воды.

Ответ: 3

4. Первое действие при попадании отравляющих веществ в организм через рот:

- 1) промыть желудок;
- 2) проветрить помещение;
- 3) дать успокоительное.

Ответ: 1

Критерии оценивания тестового задания:

Отлично: 95% - 100% правильных ответов, глубокие познания в освоенном материале.

Хорошо: 75% - 94% правильных ответов, материал освоен полностью, без существенных ошибок.
 Удовлетворительно: 51% -74% правильных ответов, материал освоен не полностью, имеются значительные пробелы в знаниях.

Туристический поход

Критерии оценки освоения основных умений и навыков
 (оцениваются при участии учащегося в походе)

№	Критерии	Уровень освоения	Балл
1.	Теоретические знания	Высокий уровень. Умение применять полученные знания на практике.	5
		Высокий и средний уровень. Ошибки в применении полученных знаний на практике.	4
		Средний и низкий уровень. Неумение применять знания на практике	3
2.	Практические умения	Освоение основных навыков и умений	5
		Недостаточное освоение. Необходима частичная помощь руководителя.	4
		Выполнение только с постоянной помощью руководителя.	3
3.	Самостоятельность в принятии решений и действиях	Самостоятелен в принятии решений и выполнении действий.	5
		Выполняет самообслуживание, испытывает затруднения в самостоятельном выполнении походных обязанностей.	4
		Не может выполнить походные обязанности и самообслуживание.	3
4.	Мотивированность на выполнение походных обязанностей	Высокий уровень. Минимальный контроль со стороны руководителя	5
		Средний уровень. Необходим контроль по ситуации	4
		Низкий уровень. Необходим Постоянный контроль	3

19-20 баллов – высокий уровень

16-18 баллов – средний уровень

14-16 баллов – низкий уровень

Методическое обеспечение программы

Отличительной особенностью данной программы является ориентация на компетентностный подход, позволяющий учащимся развивать и наращивать предметные и межпредметные компетенции, необходимые для решения задач в туристско-краеведческой направленности.

Программой предусматриваются следующий методический инструментарий:

1. Формы организации учебной деятельности: групповая, индивидуальная (самостоятельная).
2. Формы занятий: практическое занятие, беседа, лекция.
3. Используемые методы в рамках занятий: кейс-метод, проектный метод, проблемное обучение, ТРИЗ-метод.
4. Виды учебной деятельности в рамках занятий:
 - поиск и анализ информации;
 - анализ и решение проблемных ситуаций;

- просмотр презентаций и видеороликов;
- участие в соревнованиях, походе;
- публичное выступление и защита.

В процессе выполнения самостоятельной работы можно выделить следующие уровни:

1. Познавательная деятельность учащегося проявляется в узнавании, осмыслении, запоминании. Цель такого рода работ - закрепление знаний, формирование умений, навыков.
2. Реконструктивные самостоятельные работы. В ходе таких работ происходит перестройка решений, составление плана, тезисов, аннотирование.
3. Творческая самостоятельная работа требует анализа проблемной ситуации, получения новой информации. Учащиеся самостоятельно производят выбор средств и методов решения.

Занятия по данной программе состоят из теоретической и практической частей, причем большее количество времени занимает практическая часть, в процессе которой, в основном происходит освоение программного материала. Каждое учебное занятие является звеном системы занятий, связанных в логическую последовательность, построенных друг за другом. Важнейшим требованием современного учебного занятия является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к обучающимся, с учетом их состояния здоровья, физического развития, пола, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств.

Основные принципы построения учебного занятия:

- постепенность в развитии данных обучающихся;
- строгая последовательность в изучении и овладении техническими приемами;
- систематичность, регулярность занятий;
- целенаправленность учебного процесса;
- проявление педагогической гибкости по отношению к обучающимся;
- принцип эмоционально психологической комфортности;
- принцип совместной деятельности педагога, обучающегося и родителей;
- принцип учета индивидуальных особенностей обучающихся.

Рабочая программа воспитания

Цель: формирование разносторонне развитой, нравственно зрелой, творческой личности учащегося.

Задачи:

- воспитание патриотизма, как любви к Родине, Отечеству, к своему народу;
- воспитание трудолюбия, дружбы и коллективизма;
- воспитание духовно - нравственных ценностей;
- воспитание самостоятельности, чувства ответственности за свои дела и поступки;
- воспитание общей, физической и экологической культуры.
- укрепление здоровья детей;
- физическое совершенствование воспитанников – развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями.

Результатом воспитательной работы будет не только укрепление здоровья учащихся, но и всестороннее воспитание. Будут заложены основы по формированию и становлению: гражданственности и патриотизма подрастающего поколения; самостоятельности, чувства ответственности за свои дела и поступки; экологической культуры.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Мероприятия	Задачи	Сроки проведения	Примечание
1	Родительское собрание	Привлечение внимания учащихся и их родителей (законных представителей) к Деятельности кружка	Сентябрь	

2	Участие в районных и республиканских выставках, конкурсах и мероприятиях туристско-краеведческой направленности	Воспитание воспитание общей, физической и экологической культуры, самостоятельности и ответственности, укрепления здоровья учащихся	В течение года	
---	---	---	----------------	--

Список литературы

1. Абуков А.Х. Туризм сегодня и завтра. М., Профиздат, 1998 год.
2. Багаундинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся. М.: ЦДЮТур, 1996 год.
3. Васильева И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма.
4. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. – М.: Просвещение, 2000
5. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. М.: Физкультура и спорт, 2005.
6. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М.: Профиздат, 2015. - 241 с.
7. Остапец А.А. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. Москва «Педагогика» 2015 год.
6. Кудрявце В.И., Колесников А.А. Туристические слёты и соревнования. М.:Профиздат 2005 год.
7. Альбом карт для спортивного ориентирования. М.:Главное управление геодезии и картографии. 2008 г.
8. Временные правила организации и проведения соревнований учащихся Российской Федерации «Школа безопасности».
9. Методические рекомендации по оказанию первой помощи пострадавшим и действиям в экстремальных ситуациях. Чернухина Н.Ф. Информационно-методический сектор городского Центра гражданского и патриотического воспитания ГОУ «Балтийский берег» 2015 год.
9. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму. Москва 2019 год.
- 10.Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма. 2000 год

Интернет-ресурсы:

- www.survinat.ru - сайт «Выживание в дикой природе» - это статьи, которые рассказывают, как быть готовым оказаться в дикой природе и умение выживать в экстремальных условиях.
- https://tourlib.net/books_tourism/zorin-kvartalnov.htm - энциклопедия туризма. В "Энциклопедии туризма" даны толкования и определения для терминов, слов, названий и т.д., употребляющихся в туризме, географии, картографии, спорте и во многих других сферах интересов и жизнедеятельности человека.
- <https://sport-marafon.ru/article/poleznaya-informatsiya/12-grubykh-oshibok-nachinayushchikh-pokhodnikov/> - советы туристам – новичкам (12 ошибок начинающих туристов).
- <https://andreyshad.ru/nachinajushhij-turist/> - Советы и правила для начинающих туристов.