

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
ПРИДНЕСТРОВСКОЙ МОЛДАВСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Муниципальное образовательное учреждение
дополнительного образования
« МОУ ДО «Станция юных туристов г.Бендеры»»**
(полное наименование организации дополнительного образования)

«РЕКОМЕНДОВАНО»

Министр просвещения
Приднестровской
Молдавской Республики

_____ Т.В. Цивинская
« _____ » _____ 2016 года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
для организаций дополнительного образования
кружковой направленности**

«ЮНЫЙ ТУРИСТ»

Вид программы:

типовая

Срок реализации
программы:

1 год

Год разработки программы:

РЕКОМЕНДОВАНО
Республиканским Советом
Директоров
организаций дополнительного
образования
кружковой направленности
Протокол
От 9 марта 2016 года № 3

РЕШЕНИЕ
Совета по воспитанию
дополнительному образованию
и молодежной политике
Министерства просвещения
Приднестровской Молдавской
Республики
(Приказ МП ПМР
от «8» июля 2016 г. № 807)

Составитель (-ли) программы:
А.В. Морозовап

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе типовых программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение». Москва; «Просвещение»; 1982 г., с учетом регионального компонента.

Туризм и краеведение в системе дополнительного образования является традиционным и эффективным средством обучения и воспитания учащихся.

Программа рассчитана на учащихся 4-6 классов и предусматривает одногодичный курс обучения.

На освоение программы отводится 216 часов при 6-ти часовой недельной нагрузке, или 144 часа при 4-х часовой недельной нагрузке. Занятия проводятся как в классах, спортзалах, так и на местности.

Прием детей в объединения осуществляется руководителем при отсутствии у них медицинских противопоказаний. Рекомендуемый минимальный состав группы -12 человек.

После выполнения программы «Юный турист» участники объединения продолжают заниматься туризмом, например по программе «пешеходный туризм».

Набор учащихся в группы - свободный, согласно заявлений учащихся или их родителей.

Основная цель программы: удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуально-личностных, социокультурных, духовных образовательных потребностей и запросов детей средствами туризма, выбора подростками и молодежью сферы применения своих сил.

На занятиях в объединениях решаются следующие основные задачи:

- укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию воспитанников; обучение жизненно важным двигательным действиям;

- формирование умений, необходимых для выживания в экстремальных ситуациях;

- воспитание привычки к систематическим занятиям туризмом и

привитие необходимых гигиенических навыков и умений; (_ расширение у воспитанников представлений об историческом, экономическом и культурном развитии Приднестровья и его природе;

развитие эстетического восприятия окружающей среды, экологическое воспитание учащихся; воспитание у юных туристов добросовестного отношения к труду и общественной собственности, чувства долга, товарищества и взаимовыручки;

воспитание у юных туристов волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания; получение и развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления, общественной активности и дисциплины, преодоления препятствий и обеспечения безопасности и др.

«ЮНЫЙ ТУРИСТ»
ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
(при 6-ти часовой недельной нагрузке)

№	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводные занятия.	6	6	-
2.	Наш край	15	9	6
3.	Как организовать туристское путешествие	24	15	9
4.	Топографическая подготовка юного	21	9	12
5.	Физическая подготовка юного	21	9	12
6.	Особенности лыжных походов	15	12	3
7.	Краеведческие наблюдения.	15	6	9
8.	Изучение и охрана природы	9	3	6
9.	Изучение и охрана памятников истории и	9	3	6
10.	Наблюдения за погодой в походе	3	-	3
11.	Туристское снаряжение.	12	4	8
12.	Туристский быт	15	9	6
13.	Правила санитарии и гигиены. Первая	9	3	6
14.	Подведение итогов похода	15	9	6
15.	Инструкторская подготовка	12	3	9
16.	Специальная подготовка к летнему	15	6	9
	ВСЕГО:	216	106	110

«ЮНЫЙ ТУРИСТ»
ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
(при 4-х часовой недельной нагрузке)

№ п\п	Тема	Количество часов		
		всего	теория	практика
1.	Вводное занятие.	4	4	-
2.	Наш край	8	4	4
3.	Как организовать туристское путешествие	12	8	4
4.	Топографическая подготовка юного туриста. Ориентирование на местности	12	4	8
5.	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе	12	4	8
6.	Краеведческие наблюдения. Фиксирование их в походе.	8	4	4
7.	Изучение и охрана природы	8	4	4
8.	Изучение и охрана памятников истории и культуры	8	4	4
9.	Наблюдения за погодой в походе	4	-	4
10.	Туристское снаряжение.	8	4	4
11.	Туристский быт	12	8	4
12.	Правила санитарии и гигиены. Первая доврачебная помощь в походе.	12	4	8
13.	Подведение итогов похода	12	4	8
14.	Инструкторская подготовка	12	4	8
15.	Специальная подготовка к летнему многодневному походу	12	4	8
	ВСЕГО:	144	64	80

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ВВОДНЫЕ ЗАНЯТИЯ (6 ч.)

Теоретическая часть

Знакомство с планом работы кружка. Инструктаж по ТБ. Путешествия по Приднестровью -увлекательнейшее занятие, воспитывающее чувство гордости за наш край. В туристских походах, путешествиях, экскурсиях школьники углубляют знания по географии, биологии, истории, литературе и другим предметам школьной программы, знакомятся с прошлым и настоящим нашего края, с его людьми. Юные туристы становятся крепкими, мужественными, приобретают трудовые и прикладные навыки и умения. В походах широко развивается самостоятельность и инициатива, воспитывается чувство дружбы и коллективизм.

2. НАШ КРАЙ. (15 ч.)

Теоретическая часть

Географическое положение, природные особенности. Рельеф. Климат. Реки и озера. Административное деление. Население. Транспорт. Экономика и культура. Сведения о прошлом края. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Маршруты походов. Памятники истории и культуры, музеи.

Практические занятия :

Экскурсии в музеи, экскурсии на предприятия, к историческим памятникам и памятным местам.

3. КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ТУРИСТСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ. (24 ч.)

Теоретическая часть

Распределение обязанностей в группе. План подготовки к путешествию. Ознакомление с районом путешествия. Нормы переходов. Разработка маршрутов одно-, двухдневного похода и многодневного путешествия. Смета путешествия.

Практические занятия:

Разработка планов подготовки путешествия. Подготовка сообщений и докладов по теме и району похода. Разработка проектов маршрута. Составление вариантов смет.

**4. ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНОГО ТУРИСТА.
ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ. (21ч.)**

Теоретическая часть

Карта географическая и топографическая. Условные знаки. Масштаб линейный и численный.

Устройство компаса и пользование им. Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов. Нахождение на карте точки своего стояния. Копирование и увеличение карт. Схема маршрута. Пользование картой(схемой) в походе. Отчетная иллюстрированная схема. Глазомерный набросок плана местности.

Движение по азимуту; сохранение заданного направления; определение расстояний до видимых предметов. Различные виды соревнований по ориентированию на местности.

Практические занятия:

Изготовление таблицы или отдельных карточек топографических знаков. «Путешествия по карте». Топографические игры, решение топографических задач. Копирование и увеличение карт. Изготовление схемы маршрута.

Проверка компаса. Работа с курвиметром, транспортиром, визирной линейкой. Определение азимутов на местности. Движение по азимуту.

Пользование картой или схемой маршрута, нахождение точки своего стояния, пользование компасом, определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Глазомерная съемка участка маршрута. Участие в соревнованиях.

5. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНОГО ТУРИСТА. ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРЕПЯТСТВИЙ В ПОХОДЕ. (21 ч.)

Теоретическая часть

Специальные упражнения для разных видов туризма. Преодоление препятствий. Движение в походе: строй, темп, остановки для отдыха; обязанности ведущего и замыкающего. Обеспечение безопасности в походе.

Практические занятия:

Выполнение специальных видов упражнений. Участие в соревнованиях. Обучение преодолению препятствий. Овладение приемами, обеспечивающими безопасность. Одно-, двух-, трехдневные походы.

6. ОСОБЕННОСТИ ЛЫЖНЫХ ПОХОДОВ. (15 ч.)

Теоретическая часть

Выбор лыж. Различные крепления. Личное и групповое снаряжение для лыжного похода. Одежда и обувь туриста-лыжника. Преодоление препятствий. Режим дня. Организация привала. Костер и очаг на снегу. Устройство ночлега. Меры против обморожений, простудных заболеваний.

Практические занятия:

Подготовка лыж к пользованию. Ходьба на лыжах по равнинной местности, подъемы и спуски, безопасное преодоление препятствий.

Изготовление бахил, маски. Ремонт лыж. Кратковременные походы на лыжах.

7. КРАЕВЕДЧЕСКИЕ НАБЛЮДЕНИЯ. ФИКСИРОВАНИЕ ИХ В ПОХОДЕ. (15 ч.)

Теоретическая часть

Сбор материалов по истории, экономике, культуре родного края; наблюдения и исследования в лесу, на реке; наблюдения над сезонными явлениями природы. План экскурсии. Наблюдения и записи на экскурсиях. Правила хранения и использования исторических документов и других материалов. Сбор документов и реликвий. Личный и групповой дневник, фотографирование и зарисовки в походе. Приборы и оборудование, необходимые для краеведческой и исследовательской работы и коллекционирования.

Практические занятия:

Изучение приборов и оборудования для исследовательской работы. Самостоятельное ведение краеведческих наблюдений. Сбор образцов для коллекций. Ведение дневниковых записей и записей воспоминаний. Первичная обработка материалов для хранения. Подготовка сообщений о природе.

Проведение экскурсий, походов, путешествий и экспедиций.

8. ИЗУЧЕНИЕ И ОХРАНА ПРИРОДЫ. (9 ч.)

Теоретическая часть

Закон об охране природы. Меры по охране окружающей среды нашего края. Охрана рек и водоемов. Замечательные уголки природы нашего края.

Растения нашего края. Животные нашего края. Растения и животные, занесенные в «Красную книгу». Мероприятия при подготовке и во время проведения походов, обеспечивающие охрану природы. Правила организации привалов и ночлегов в полевых условиях.

Практические занятия:

Изготовление оборудования, обеспечивающего во время проведения

походов, сохранность лесных насаждений. Экскурсии в природу. Популяризация мер по охране природы путем бесед, показа фото- и видеоматериалов.

9. ИЗУЧЕНИЕ И ОХРАНА ПАМЯТНИКОВ ИСТОРИИ И КУЛЬТУРЫ. (9 ч.)

Теоретическая часть

Охрана и использование памятников истории и культуры. Виды памятников: истории, археологии, градостроительства и архитектуры, искусства. Древние памятники. Памятные места нашего края. Мероприятия при подготовке и проведении походов и путешествий по изучению и охране памятников истории и культуры.

Практические занятия:

Подготовка оборудования и снаряжения для ведения исследовательских работ, фотографирования. Проведение экскурсий к памятникам и в памятные места. Изготовление фотографий памятников. Популяризация памятников путем бесед в школе и на маршрутах. Систематический уход за местными памятниками и необходимый уход за памятниками на маршрутах.

10. НАБЛЮДЕНИЯ ЗА ПОГОДОЙ В ПОХОДЕ. (3 ч.)

Теоретическая часть

Признаки изменения погоды. Определение устойчивой погоды, ее перемены, приближающегося ненастья.

Практические занятия:

Знакомство с приборами. Составление прогнозов погоды при помощи приборов и по местным признакам. Конкурсы на более точный прогноз. Составление таблицы местных признаков изменения погоды.

11. ТУРИСТСКОЕ СНАРЯЖЕНИЕ. (12 ч.)

Теоретическая часть

Необходимое групповое и личное снаряжение. Виды рюкзаков и палаток. Походная постель, колья и колышки для установки палаток, очаги, ведра, крючки для подвешивания посуды. Комплектование ремонтного набора.

Практические занятия:

Составление списков личного и группового снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Установка палаток, устройство очага. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Самостоятельное изготовление и усовершенствование очага, колея и колышков для палаток, крючков для подвешивания посуды, приспособлений для сушки обуви и одежды. Упаковка снаряжения и укладка рюкзака.

12. ТУРИСТСКИЙ БЫТ. (15 ч.)

Теоретическая часть

Выбор места для бивака. Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные меры. Различные типы костров. Сушка и ремонт одежды и обуви. Набор продуктов. Меню, хранение продуктов. Приготовление пищи использование ягод и грибов. Режим дня в походе и на дневке. Игры в походе.

Практические занятия:

Составление наборов продуктов и меню на одно-, двух-, трехдневный поход. Приобретение продуктов. Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом, установка и снятие палаток, разжигание костров, приготовление пищи. Игры в пути и на привале.

13. ПРАВИЛА САНИТАРИИ И ГИГИЕНЫ. ПЕРВАЯ (ДОВРАЧЕБНАЯ) ПОМОЩЬ В ПОХОДЕ. (9 ч.)

Теоретическая часть

Общие гигиенические требования в походе. Умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела и ног. Меры для предупреждения потертостей при ходьбе. Требования к одежде и обуви. Приемы самоконтроля. Режим питьевой воды. Обеззараживание воды. Помощь при тепловом ударе. Ожоги. Помощь утопающему. Различные травмы. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях. Состав походной аптечки. Транспортировка пострадавшего.

Практические занятия:

Показ приемов самоконтроля. Оказание первой доврачебной помощи и переноска пострадавшего. Изготовление носилок из подручных материалов. Комплектование походной аптечки. Изготовление сумки, чемодана для походной аптечки.

14. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПОХОДА. (15 ч.)

Теоретическая часть

Обработка собранных материалов. Подготовка отчета. творческие работы участников похода. Итоговая выставка.

Практические занятия:

Составление паспорта и схемы маршрута. Изготовление коллекций, альбомов, фотоснимков, карт или схем маршрутов, выпуск газет, бюллетеней о походах. Тщательная обработка и окончательное редактирование путевого дневника. Подготовка экспонатов для выставки. Оформление творческих работ участников походов. Составление полного отчета.

15. ИНСТРУКТОРСКАЯ ПОДГОТОВКА. (12 ч.)

Теоретическая часть

Рекомендуемые туристские маршруты, экскурсионные объекты. Содержание и форма бесед и занятий по подготовке к походу. План подготовки к походу. Школьный туристский слет, соревнования.

Практические занятия:

Разработка маршрутов походов . составление описание и изготовление схем маршрутов. Составление списка личного и коллективного снаряжения, медицинской и ремонтной аптечки, меню и перечня продуктов, плана работы на маршруте, правил поведения в походе. Участие в судействе туристских соревнований, слета.

16. СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА К ЛЕТНЕМУ МНОГО ДНЕВНОМУ ПОХОДУ. (15 ч.)

Теоретическая часть

Составление плана подготовки и распределение обязанностей.

Практические занятия:

Работа по подготовке, ремонту, и изготовлению коллективного снаряжения; ознакомление с литературой и картами по району путешествия, детальная разработка маршрута путешествия, графика и плана работы, изготовление картосхем маршрута; определение набора продуктов и приобретение их; составление сметы; пробная укладка снаряжения и оборудования, продуктов, аптечки. Медосмотр участников и проверка умения плавать. Проведение контрольного тренировочного похода с полным комплектом снаряжения и проверкой выполнения отдельных видов разделов работ в походе ответственными исполнителями.

В конце курса обучения учащиеся должны

Знать:

-основные требования к продуктам, используемым в походах.
Правила хранения продуктов в походе. Принцип составления меню и списка продуктов.

-оформление топокарты; отличия между географическими и топографическими картами. Значение топокарт для туристов. Виды масштабов топокарты.

-топографические условные знаки;
пояснительные знаки, устройство компасов; правила обращения с компасом.

-способы ориентирования; виды ориентирования;
-способы измерения расстояний на местности.
-понятие о соревнованиях по спортивному ориентированию и туризму, их виды; различия топографических и спортивных карт; условные знаки спортивных карт.

-перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности.

-основные правила движения группы на маршруте; порядок построения группы, режим движения и отдыха.

Уметь:

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;
- одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения;
- ориентироваться в незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным предметам, солнцу, часам;
- пользоваться топографической и спортивной картами, ходить по азимуту;

- преодолевать естественные препятствия в пути, вязать узлы;
- делать пешие переходы с грузом, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега, ставить палатку, разводить костёр,-
- готовить на нём пищу, изготавливать простейшее туристское оборудование;
- фиксировать наблюдения, проводить простейшие исследования, обрабатывать и
- коллекционировать собранные материалы;
- составлять технические описания маршрута;
- вести наблюдения за погодой и составлять прогнозы.

ЛИТЕРАТУРА

1. Бардин К.В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1981.
2. Богатов С.Ф., Крюков О.Г. Спортивное ориентирование на местности. М., Воениздат, 1971.
3. Гранильщикова Ю.В. и др. Горный туризм. М., Физкультура и спорт, 1966.
4. Каледин С.В. Физическая подготовка юных спортсменов. М., Физкультура и спорт, 1968
5. Лахин А.Ф., Былинский В.И. Военная топография. М., Воениздат, 1963
6. Меньчуков А.Е. В мире ориентиров. М., Мысль, 1966.
7. Огородников Б.И. С компасом и картой по ступеням ГТО. М., Физкультура и спорт, 1973.
8. Рошин А.Н. Ориентирование на местности. М., Недра, 1966.
9. Спутник туриста. М., Физкультура и спорт, 1969
- 10 Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. М., Физкультура и спорт, 1972.
11. Карманный справочник туриста. М., Профиздат, 1982.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. ВВОДНОЕ ЗАНЯТИЕ (4 ч.)

Теоретическая часть

Знакомство с планом работы кружка. Инструктаж по ТБ. Путешествия по Приднестровью -увлекательнейшее занятие, воспитывающее чувство гордости за наш край. В туристских походах, путешествиях, экскурсиях школьники углубляют знания по географии, биологии, истории, литературе и другим предметам школьной программы, знакомятся с прошлым и настоящим нашего края, с его людьми. Юные туристы становятся крепкими, мужественными, приобретают трудовые и прикладные навыки и умения. В походах широко развивается самостоятельность и инициатива, воспитывается чувство дружбы и коллективизм.

2. НАШ КРАЙ. (8 ч.)

Теоретическая часть

Географическое положение, природные особенности. Рельеф. Климат. Реки и озера. Административное деление. Население. Транспорт. Экономика и культура. Сведения о прошлом края. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Маршруты походов. Памятники истории и культуры, музеи.

Практические занятия : Экскурсии в музеи, экскурсии на предприятия, к историческим памятникам и памятным местам.

3. КАК ОРГАНИЗОВАТЬ ТУРИСТСКОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ. (12 ч.)

Теоретическая часть

Распределение обязанностей в группе. План подготовки к путешествию.

Ознакомление с районом путешествия. Нормы переходов. Разработка маршрутов одно-, двухдневного похода и многодневного путешествия. Смета путешествия.

Практические занятия: Разработка планов подготовки путешествия. Подготовка сообщений и докладов по теме и району похода. Разработка проектов маршрута. Составление вариантов смет.

4. ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНОГО ТУРИСТА. ОРИЕНТИРОВАНИЕ НА МЕСТНОСТИ. (12 ч.)

Теоретическая часть

Карта географическая и топографическая. Условные знаки. Масштаб линейный и численный.

Устройство компаса и пользование им. Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов. Нахождение на карте точки своего стояния. Копирование и увеличение карт. Схема маршрута. Пользование картой(схемой) в походе. Отчетная иллюстрированная схема. Глазомерный набросок плана местности.

Движение по азимуту; сохранение заданного направления; определение расстояний до видимых предметов. Различные виды соревнований по ориентированию на местности.

Практические занятия: Изготовление таблицы или отдельных карточек топографических знаков. «Путешествия по карте».

Топографические игры, решение топографических задач. Копирование и увеличение карт. Изготовление схемы маршрута.

Проверка компаса. Работа с курвиметром, транспортиром, визирной линейкой. Определение азимутов на местности. Движение по азимуту.

Пользование картой или схемой маршрута, нахождение точки своего стояния, пользование компасом, определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Глазомерная съемка участка маршрута. Участие в соревнованиях.

5. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНОГО ТУРИСТА. ПРЕОДОЛЕНИЕ ПРЕПЯТСТВИЙ В ПОХОДЕ. (12 ч.)

Теоретическая часть

Специальные упражнения для разных видов туризма. Преодоление препятствий. Движение в походе: строй, темп, остановки для отдыха; обязанности ведущего и замыкающего. Обеспечение безопасности в походе.

Практические занятия: Выполнение специальных видов упражнений. Участие в соревнованиях. Обучение преодолению препятствий. Овладение приемами, обеспечивающими безопасность. Одно-, двух-, трехдневные походы.

6. КРАЕВЕДЧЕСКИЕ НАБЛЮДЕНИЯ. ФИКСИРОВАНИЕ ИХ В ПОХОДЕ. (8 ч.)

Теоретическая часть

Сбор материалов по истории, экономике, культуре родного края; наблюдения и исследования в лесу, на реке; наблюдения над сезонными явлениями природы. План экскурсии. Наблюдения и записи на экскурсиях. Правила хранения и использования исторических документов и других материалов. Сбор документов и реликвий. Личный и групповой дневник, фотографирование и зарисовки в походе. Приборы и оборудование, необходимые для краеведческой и исследовательской работы и коллекционирования.

Практические занятия: Изучение приборов и оборудования для исследовательской работы. Самостоятельное ведение краеведческих наблюдений. Сбор образцов для коллекций. Ведение дневниковых записей и записей воспоминаний. Первичная обработка материалов для хранения. Подготовка сообщений о природе.

Проведение экскурсий, походов, путешествий и экспедиций.

7. ИЗУЧЕНИЕ И ОХРАНА ПРИРОДЫ. (8 ч.)

Теоретическая часть

Закон об охране природы. Меры по охране окружающей среды нашего края. Охрана рек и водоемов. Замечательные уголки природы нашего края.

Растения нашего края. Животные нашего края. Растения и животные, занесенные в «Красную книгу». Мероприятия при подготовке и во время проведения походов, обеспечивающие охрану природы. Правила организации привалов и ночлегов в полевых условиях.

Практические занятия: Изготовление оборудования, обеспечивающего во время проведения походов, сохранность лесных насаждений. Экскурсии в природу. Популяризация мер по охране природы путем бесед, показа фото- и видеоматериалов.

8. ИЗУЧЕНИЕ И ОХРАНА ПАМЯТНИКОВ ИСТОРИИ И КУЛЬТУРЫ. (8 ч.)

Теоретическая часть

Охрана и использование памятников истории и культуры. Виды памятников: истории, археологии, градостроительства и архитектуры, искусства. Древние памятники. Памятные места нашего края. Мероприятия при подготовке и проведении походов и путешествий по изучению и охране памятников истории и культуры.

Практические занятия: Подготовка оборудования и снаряжения для ведения исследовательских работ, фотографирования. Проведение экскурсий к памятникам и в памятные места. Изготовление фотографий памятников. Популяризация памятников путем бесед в школе и на маршрутах. Систематический уход за местными памятниками и необходимый уход за памятниками на маршрутах.

9. НАБЛЮДЕНИЯ ЗА ПОГОДОЙ В ПОХОДЕ. (4 ч.)

Теоретическая часть

Признаки изменения погоды. Определение устойчивой погоды, ее перемены, приближающегося ненастья.

Практические занятия: Знакомство с приборами. Составление прогнозов погоды при помощи приборов и по местным признакам. Конкурсы на более точный прогноз. Составление таблицы местных признаков изменения погоды.

10. ТУРИСТСКОЕ СНАРЯЖЕНИЕ. (8 ч.)

Теоретическая часть

Необходимое групповое и личное снаряжение. Виды рюкзаков и палаток. Походная постель, колья и колышки для установки палаток, очаги, ведра, крючки для подвешивания посуды. Комплектование ремонтного набора.

Практические занятия: Составление списков личного и группового снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Установка палаток, устройство очага. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Самостоятельное изготовление и усовершенствование очага, колея и колышков для палаток, крючков для подвешивания посуды, приспособлений для сушки обуви и одежды. Упаковка снаряжения и укладка рюкзака.

11. ТУРИСТСКИЙ БЫТ. (12 ч.)

Теоретическая часть

Выбор места для бивака. Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные меры. Различные типы костров. Сушка и ремонт одежды и обуви. Набор продуктов. Меню, хранение продуктов. Приготовление пищи использование ягод и грибов. Режим дня в походе и на дневке. Игры в походе.

Практические занятия: Составление наборов продуктов и меню на одно-, двух-, трехдневный поход. Приобретение продуктов. Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом, установка и снятие палаток, разжигание костров, приготовление пищи. Игры в пути и на привале.

12. ПРАВИЛА САНИТАРИИ И ГИГИЕНЫ. ПЕРВАЯ (ДОВРАЧЕБНАЯ) ПОМОЩЬ В ПОХОДЕ. (12 ч.)

Теоретическая часть

Общие гигиенические требования в походе. Умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела и ног. Меры для предупреждения потертостей при ходьбе. Требования к одежде и обуви. Приемы самоконтроля. Питьевой режим обеззараживание воды. Помощь при тепловом ударе. Ожоги. Помощь утопающему. Различные травмы. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях. Состав походной аптечки. Транспортировка пострадавшего.

Практические занятия: Показ приемов самоконтроля. Оказание первой доврачебной помощи и переноска пострадавшего. Изготовление носилок из подручных материалов. Комплектование походной аптечки. Изготовление сумки, чемодана для походной аптечки.

13. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПОХОДА. (12 ч.)

Теоретическая часть

Обработка собранных материалов. Подготовка отчета . творческие работы участников похода. Итоговая выставка.

Практические занятия: Составление паспорта и схемы маршрута. Изготовление коллекций, альбомов, фотоснимков, карт или схем маршрутов, выпуск газет, бюллетеней о походах. Тщательная обработка и окончательное редактирование путевого дневника. Подготовка экспонатов для выставки. Оформление творческих работ участников походов. Составление полного отчета.

14. ИНСТРУКТОРСКАЯ ПОДГОТОВКА. (12 ч.)

Теоретическая часть

Рекомендуемые туристские маршруты, экскурсионные объекты. Содержание и форма бесед и занятий по подготовке к походу. План подготовки к походу. Школьный туристский слет, соревнования.

Практические занятия: Разработка маршрутов походов . составление описание и изготовление схем маршрутов. Составление списка личного и коллективного снаряжения, медицинской и ремонтной аптечки, меню и перечня продуктов, плана работы на маршруте, правил поведения в походе. Участие в судействе туристских соревнований, слета.

15. СПЕЦИАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА К ЛЕТНЕМУ МНОГО ДНЕВНОМУ ПОХОДУ. (12 ч.)

Теоретическая часть

Составление плана подготовки и распределение обязанностей. Работа по подготовке, ремонту, и изготовлению коллективного снаряжения;

ознакомление с литературой и картами по району путешествия, детальная разработка маршрута путешествия, графика и плана работы, изготовление картосхем маршрута; определение набора продуктов и приобретение их; составление сметы; пробная укладка снаряжения и оборудования, продуктов, аптечки. Медосмотр участников и проверка умения плавать. Проведение контрольного тренировочного похода с полным комплектом снаряжения и проверкой выполнения отдельных видов работ в походе ответственными исполнителями.

В конце курса обучения учащиеся должны

Знать:

-основные требования к продуктам, используемым в походах. Правила хранения продуктов в походе. Принцип составления меню и списка продуктов.

-оформление топокарты; отличия между географическими и топографическими картами. Значение топокарт для туристов. Виды масштабов топокарты.

-топографические условные знаки; пояснительные знаки, устройство компасов; правила обращения с компасом.

-способы ориентирования; виды ориентирования;

-способы измерения расстояний на местности.

-понятие о соревнованиях по спортивному ориентированию и туризму, их виды; различия топографических и спортивных карт; условные знаки спортивных карт;

- перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности.
- основные правила движения группы на маршруте; порядок построения группы, режим движения и отдыха.

Уметь:

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;
- одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения;
- ориентироваться в незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным предметам, солнцу, часам;
- пользоваться топографической и спортивной картами, ходить по азимуту;
- преодолевать естественные препятствия в пути, вязать узлы;
- делать пешие переходы с грузом, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега, ставить палатку, разводить костёр,- готовить на нём пищу, изготавливать простейшее туристское оборудование;
- фиксировать наблюдения, проводить простейшие исследования, обрабатывать и коллекционировать собранные материалы;
- составлять технические описания маршрута;
- вести наблюдения за погодой и составлять прогнозы.

РЕЦЕНЗИЯ

на дополнительную образовательную программу

Программа «Юный турист» реализуется в МОУ «Бендерская станция юных туристов» с сентября 2011 года. Программа относится к образовательной деятельности «туризм», дополняет школьную программу в сфере освоения практических видов деятельности - ориентирование на местности, чтение топографических карт, изучение природы Родного края, оказание первой доврачебной помощи, получение навыков краеведческой поисковой работы.

Программа разработана на основе типовых программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ «Туризм и краеведение» Москва «Просвещение» 1982 г., адресована средней и старшей ступени общего образования, рассчитана на 1 год обучения.

Актуальность курса состоит в том, что содержание и технологии соответствуют современным приоритетным личностным заказам, имеющимся условиям и ресурсам.

Целевое назначение программы - Целевое назначение программы - физическое воспитание учащихся, привитие любви к труду, познание природы родного края.

Развивающая ценность программы заключается в развитии физических, умственных способностей обучающихся; экологического мировоззрения; приобретении практических навыков и умений, воспитании коллективизма и чувства ответственности за коллектив.

Программа содержит следующие структурные элементы:

- титульный лист;
- пояснительную записку;
- учебно-тематический план;
- содержание изучаемого курса;
- методическое обеспечение программы.

Пояснительная записка раскрывает целостность программы - согласованность цели, задач, ожидаемых результатов и способов их достижения.

Учебно-тематический план включает перечень тем, разделов с разбивкой на теоретические и практические виды занятий. Содержание курса раскрывается через краткое описание учебного материала по темам, перечень практических работ. Программа предполагает интеграцию с разделами из других областей знаний: краеведение, топографическая подготовка, спортивное ориентирование.

Методическое обеспечение программы представлено как особенности применения технологий личностно-ориентированного обучения, методов изучения отдельных тем.

Универсальность курса в удовлетворении познавательных потребностей заключается в предоставлении возможности выбора уровня освоения.

Особым достоинством программы являются материалы оценки результатов реализации программы:

- результаты промежуточной и итоговой диагностики знаний, умений и навыков обучающихся;
- результаты туристско-спортивных соревнований и конкурсов;
- отчеты о проведенных походах.

Программа имеет некоторые недочеты. Это отсутствие материалов учебно-методического комплекта к программе, которые необходимо разработать.

Программа может быть рекомендована к реализации.

Вывод: Данная программа заслуживает положительной оценки и может быть рекомендована для использования педагогам в целом.

Рецензенты: А.Р. Литвиненко