

**УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ЗАТО АЛЕКСАНДРОВСК**  
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**  
**ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«ЦЕНТР ТЕХНИЧЕСКОГО ТВОРЧЕСТВА И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБУЧЕНИЯ»**

**ПРИНЯТА:**  
Педагогическим советом  
Протокол № 2  
от « 1 » сентября 2023 г.



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор МАУДО «ЦТТиПО»  
С.А. Смирнов  
« 1 » сентября 2023 г.

**Дополнительная общеобразовательная программа**  
**туристско-краеведческой направленности**

**«Юный турист-краевед»**

**(базовый уровень)**

**Возраст учащихся: 8-12 лет**

**Срок реализации программы: 2 года**

**Составитель программы:**  
**Смирнова Юлия Александровна,**  
**методист**

Снежногорск  
2023

## Оглавление

Пояснительная записка.....	3
Календарный учебный график.....	7
Учебный план 1 года обучения (144 часа).....	8
Содержание программы 1-ого года обучения .....	8
Учебный план 2 года обучения (180 часов).....	13
Содержание программы 2-ого года обучения .....	13
Условия реализации программы.....	18
Перечень необходимого оборудования и снаряжения .....	18
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	20
Приложение 1 .....	22
Приложение 2 .....	23
Приложение 3 .....	24
Приложение 4 .....	25
Приложение 5 .....	27

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная программа «Юный турист-краевед» имеет туристско-краеведческую направленность, является модифицированной.

**Нормативно-правовое обеспечение.** Программа разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки РФ от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», зарегистрированным Министерством юстиции РФ от 29.11.2018 № 52831, «Примерными требованиями к программам дополнительного образования детей» (Приложение к письму Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 № 06-1844), письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ», Постановлением Главного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», Уставом МАУДО «ЦТТиПО», утвержденным приказом Управления образования администрации ЗАТО Александровск от 03.09.2020 № 623, изменений в Устав МАУДО «ЦТТиПО», утвержденными приказом Управления образования администрации ЗАТО Александровск от 04.12.2020 № 985.

**Актуальность, новизна и педагогическая целесообразность программы.** Туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристско - краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования учащихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности.

В целом, учащийся решает во время туристских поездок задачи физического воспитания, соблюдая баланс повышения уровня развития двигательных качеств, умений, навыков, умственного, эстетического и нравственного развития. В связи с этим, можно утверждать, что возможности влияния туризма на учащихся весьма велики. В то же время современный учащийся очень нуждается в таком влиянии. Официальная статистика отмечает, что ученики средних общеобразовательных школ, подвержены многочисленным хроническим заболеваниям. В отдельных школах число нездоровых детей доходит до 90%. Объяснений этому факту можно привести множество: низкий уровень доходов населения, неустроенный семейный быт, родительский алкоголизм и наркомания, чрезмерное увлечение компьютерной работой, просмотром телепередач, малоподвижный образ жизни, перегруженность школьников занятиями, низкая культура проведения свободного времени, отсутствие регулярных занятий физической культурой и многое другое. В такой ситуации любые нравственно положительные средства хороши для оздоровления и развития детей. В связи с этим, представляется, несомненно, актуальным заполнить досуг детей поездками и путешествиями под присмотром взрослых специалистов с соответствующей культурной и оздоровительной программой.

Следовательно, туристско-познавательная деятельность учащихся является весьма актуальной для их всестороннего развития, занимает важное место в общей системе обучения учащихся и остается педагогически целесообразной. Более чем столетний опыт России в применении краеведения в обучении подтверждает актуальность и педагогическую целесообразность туристско - краеведческих программ и этой формы деятельности учащихся. В последние годы развитию детского туризма в Российской Федерации уделяется значительное

внимание. Именно туристско - краеведческая деятельность детей способствует выполнению этих задач и является весьма актуальной для нашего времени, для современных детей и их родителей.

**Отличительной особенностью** этой программы от уже существующих программ данной направленности является то, что в нее внесены добавления краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатейшей истории Кольского полуострова.

#### **Цель и задачи программы.**

**Цель программы** – создание условий для формирования у учащихся мотивации к туристско – краеведческой деятельности и освоению туристских и краеведческих знаний, умений и навыков. Развитие двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся, укрепление здоровья детей, психическое и физическое оздоровление организма в процессе туристско-познавательной деятельности.

#### **Задачи**

##### **Образовательные:**

- расширение кругозора и повышение уровня краеведческих знаний учащихся;
- привитие учащимся начальных туристских знаний, умений и навыков;
- расширение знаний по географии, биологии, экологии, полученных в школе

##### **Развивающие:**

- вовлечение учащихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма;
- развитие творческой и исполнительской активности учащихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- расширение знаний об окружающем мире;
- оздоровление учащихся на занятиях в условиях природной среды;
- формирование координационных функций.

##### **Воспитательные:**

- воспитание патриотизма посредством занятий краеведением;
- воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;

##### **Личностные:**

- укрепление психического и физического здоровья учащихся;
- воспитание у учащихся патриотизма, бережного отношения к окружающему миру;
- обеспечение социальной адаптации учащихся;
- привитие навыков здорового образа жизни.

##### **Метапредметные:**

- формирование познавательного интереса учащихся;
- выработка навыков поисково - исследовательской работы.

**Возраст обучающихся:** Возраст учащихся в объединении предлагается от 8 до 12 лет. Принимаются все желающие мальчики и девочки, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Обучение по данной программе будет актуальным для физически активных детей, проявляющих интерес к изучению окружающего мира, истории и культуры родного края.

**Количество детей** в группе 10-15 человек.

**Срок реализации:** Программа рассчитана на 2 года обучения. Учебный год состоит из 36 учебных недель. 1 год обучения – 144 учебных часа, 2 год обучения – 180 учебных часов.

#### **Формы и режим занятий.**

**Форма организации занятий.** Занятия групповые.

**Формы проведения занятий:** теоретические и практические занятия (лекции, беседа, игра, творческий конкурс, коллективное творчество, викторина, презентация).

#### **Режим занятий:**

- 1 год обучения: теоретические и практические занятия 2 раза в неделю по 2 учебных часа (всего 4 учебных часа).

- 2 год обучения: теоретические и практические занятия 3 раза в неделю – по 1 и 2 часа (всего 5 учебных часов).

Программа предусматривает 2 вида занятий: теоретические занятия и практические занятия. Выполнение данной программы предполагает проведение лекционных, групповых, и практических занятий. Каждая тема занятий предполагает как организацию активной оздоровительно-спортивной деятельности (физические упражнения, подвижные игры, мини-соревнования, состязания в помещении и на природе, туристские и оздоровительные прогулки, экскурсии, походы), так и познавательно-творческой деятельности учащихся (экскурсии, беседы, коллективное чтение и обсуждение художественных произведений о природе и путешественниках, просмотр видеосюжетов, изготовление поделок из природных материалов, составление альбомов, разработка маршрутов, выпуск путеводителей, копирование карт, составление планов местности, изготовление туристского снаряжения). При работе с учащимися широко применяются игровые методы обучения: игры, викторины, конкурсы, соревнования. Обязательное условие работы – выполнение творческих заданий, выработка навыков поисково-исследовательской и проектной деятельности. Проекты и результаты исследований учащихся могут быть представлены на конференциях и конкурсах.

**Форма обучения:** очная (с применением дистанционных технологий)

### **Результативность образовательной программы**

По окончании первого года обучения по программе воспитанники должны:

**знать:**

- Особенности природы края, географическое положение;
- Историю своего населенного пункта, района и их основные достопримечательности;
- Искусство народа заполярья, достижения культуры и науки, выдающихся деятелей науки, культуры и спорта;
- Основы безопасности и правила поведения на природе

**уметь:**

- использовать туристско-краеведческий материал в образовательном процессе;
- пользоваться туристским снаряжением: укладывать рюкзак, устанавливать палатку и осуществлять простейший ремонт;
- одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения
- создавать туристско-краеведческие маршруты;
- пропагандировать туризм;
- владеть техникой и тактикой туризма;
- выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега, уметь разжечь костер, приготовить на нем пищу;
- преодолевать естественные препятствия на пути
- ориентироваться на местности;
- передвигаться в составе группы;
- соблюдать правила поведения на природе и меры предосторожности.

По окончании второго года обучения по программе воспитанники должны:

**знать:**

- овладеть навыками изучения и описания природных объектов, навыками разработки предложений по их рациональному использованию и охране; позитивного общения с окружающими
- общую характеристику края
- технику пешего туризма и способы ориентирования на местности
- правила обращения с компасом, типы компасов, ориентирование по компасу
- основы гигиены и основные приемы оказания первой медицинской помощи.
- Комплекс физических упражнений на укрепление здоровья, повышения

работоспособности.

**уметь:**

- давать общую характеристику края;
- проводить наблюдения, исследования на природе, простые опыты и практические работы;
- ориентироваться по компасу, часам, местным предметам;
- пользоваться топографической и спортивной картой, ходить по азимуту;
- пользоваться дорожными знаками, применяемыми в играх на местности;
- оказывать первую доврачебную помощь.

**Формы и периодичность проведения промежуточной аттестации.** Промежуточная аттестация учащихся проводится 1 раз в год в форме: опроса (устный, письменный, по билетам) игр, викторин, соревнований, тестовых заданий (Приложение 1). Оценка результатов обучения представлена в индивидуальной карте обучающегося (Приложение 3).

**Входной контроль** определяет уровень знаний, умений, навыков на начало учебного года (Приложение 2).

**Текущий контроль** определяет степень усвоения обучающимся программного материала, уровень подготовленности обучающегося к занятиям, их заинтересованность в усвоении материала.

**Итоговый контроль** проводится с целью определения степени достижения результатов обучения, закрепления знаний, ориентации обучающихся на дальнейшее обучение.

Динамика образовательной деятельности обучающегося представлена в портфолио учащихся (Приложение 5).

Мониторинг личностного развития ребенка проводится педагогом на начало и на конец учебного года в соответствии с показателями и критериями (Приложение 4).

# Календарный учебный график

## 1. Продолжительность учебного года

- 1.1. Начало учебного года – с 01 сентября.
- 1.2. Учебный год для групп первого года обучения начинается с 1 сентября 2021 года. Для групп второго и последующих годов обучения с 1 сентября 2021 года.
- 1.3. Учреждение организует работу с детьми в течение всего календарного года.
- 1.4. Окончание учебного периода зависит от срока реализации дополнительной общеобразовательной программы.

## 2. Режим работы в период каникул

- 2.1. Во время осенних, зимних и весенних каникул в объединениях занятия проводятся в соответствии с учебным планом, допускается изменение расписания.
- 2.3. В выходные и праздничные дни МАУДО «ЦТТиПО» работает в соответствии с расписанием занятий и планом мероприятий в рамках дополнительной общеобразовательной программы и трудового законодательства Российской Федерации.

## 3. Регламент образовательного процесса

- 3.1. Продолжительность учебной недели – 5 дней, с понедельника по пятницу. Дополнительная общеобразовательная программа, реализуемая в учреждении, календарный график для каждого объединения, составлены в соответствии принятыми нормативами.
- 3.2. Количество учебных недель в год: составляет - 36 недель;
- 3.3. Недельная нагрузка в зависимости от образовательной программы составляет:
  - для учащихся 8-12 лет – от 2 до 4 часов;
- 3.4. Срок освоения дополнительной общеобразовательной программы – 2 года.

## 4. Режим занятий

- 4.1. Организация образовательного процесса регламентируется расписанием занятий с учетом санитарно-гигиенических требований и норм.
- 4.2. Продолжительность занятий составляет от 1-го до 4-х академических часов.
- 4.3. Академический час составляет - 45 минут.

## 5. Контроль оценки знаний обучающихся

- 5.1. Вводная диагностика (входной контроль) оценки знаний и умений учащихся проводится с целью определения уровня знаний, умений, навыков учащихся в сентябре текущего учебного года.
- 5.2. Текущий контроль проводится в течение всего периода обучения по дополнительной общеобразовательной программе (на учебных занятиях).
- 5.3. Промежуточная диагностика проводится с целью определения степени освоения образовательной программы каждым учащимся в процессе обучения и корректировки степени ее сложности с учетом индивидуальных возможностей апреле-мае – по итогам учебного года.
- 5.4. Итоговая диагностика результатов освоения дополнительной общеобразовательной программы в объединениях проводится в апреле - мае по завершении полного курса обучения по образовательной программе.

## Учебный план 1 года обучения (144 часа)

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	Теория	Практика
<b>1</b>	<b>Туристско-краеведческая деятельность учащихся</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	
<b>2</b>	<b>Основы туристской подготовки. Туристические путешествия</b>	<b>28</b>	<b>8</b>	<b>20</b>
2.1.	<i>Основы безопасности и правила поведения туристов-краеведов</i>	4	2	2
2.2.	<i>Организация и проведение туристских прогулок и походов</i>	8	2	6
2.3.	<i>Туристское снаряжение</i>	8	2	6
2.4.	<i>Организация туристического быта. Привалы и ночлеги</i>	8	2	6
<b>3</b>	<b>Подготовка к походу, путешествию.</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
3.1.	<i>Топографическая подготовка и ориентирование</i>	8	2	6
3.2.	<i>Медико-санитарная подготовка, гигиена</i>	4	2	2
<b>4</b>	<b>Питание в туристическом походе</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>4</b>
<b>5</b>	<b>Туристические должности в группе</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>4</b>
<b>6</b>	<b>Правила движения в походе, преодоление препятствий</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>7</b>	<b>Краеведческая работа в походе</b>	<b>58</b>	<b>20</b>	<b>38</b>
7.1.	<i>Общая характеристика края: история, география, природа</i>	28	8	20
7.2.	<i>Культура и народные традиции</i>	30	12	18
<b>7</b>	<b>Техника безопасности при проведении туристических походов, занятий</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>
<b>8</b>	<b>Туристические слеты и соревнования</b>	<b>10</b>	<b>4</b>	<b>6</b>
<b>Всего за год:</b>		<b>144</b>	<b>88</b>	<b>56</b>

## Содержание программы 1-ого года обучения

### 1. Туристско-краеведческая деятельность учащихся

#### *Теоретическое занятие*

Знакомство с деятельностью объединения "Туристы - краеведы", определение понятий туризм и краеведение. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Туризм самостоятельный, экскурсионный, международный. Понятие о спортивном туризме. Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Его роль в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Правила поведения и меры безопасности во время занятий в учебном кабинете. Инструктаж по технике безопасности. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

### 2. Основы туристской подготовки. Туристические путешествия

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 Мурманской области, ЗАТО Александровск. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма.

## **2.1. Основы безопасности и правила поведения туристов - краеведов**

### *Теоретическое занятие*

Правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках и походах. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Основы безопасности в природной среде. Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Основные законы и правила поведения юных туристов. Права и обязанности юных туристов, их соблюдение в процессе занятий, традиции туристов. Взаимопомощь в туристской группе. Общественно полезная работа туристов - краеведов.

*Практическое занятие* Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения во время занятий и на природе, выработки навыков наблюдательности.

## **2.2. Организация и проведение туристских прогулок и походов**

### *Теоретические занятия*

Поход - основная форма туристско-краеведческой деятельности. Правила организации и проведения туристских походов. Планирование нитки маршрута и разработка плана–графика похода. Формирование туристской группы. Основные туристские должности и обязанности в группе, распределение обязанностей. Походная документация. Подведение итогов похода, путешествия. Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов. Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе.

Ритм и темп движения туристской группы, организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе. Распорядок дня юного туриста в походе. Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря. Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком. Техника преодоления препятствий. Основные туристские узлы, их назначение и применение.

### *Практические занятия*

Туристская прогулка (экскурсия). Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Строевой и походный шаг. Выбор пути движения, передвижение в составе группы. Отработка техники движения и практических умений и навыков преодоления естественных препятствий: канав, завалов, оврагов и др. Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, булинь, схватывающие узлы, встречный и др. Техника вязания узлов.

Сбор группы и прогулка по микрорайону в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

## **2.3. Туристское снаряжение**

### *Теоретические занятия)*

Личное и групповое снаряжение юного туриста. Основные требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство, гигиеничность, эстетичность. Требования к одежде и обуви. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток, тентов и правила ухода за ними. Рюкзак: виды рюкзаков, основные требования к ним; правила укладки рюкзака. Костровое и кухонное оборудование. Хранение и переноска режущие-колющих инструментов. Оборудование для краеведческой исследовательской работы: фотоаппарат, бинокль, видеокамера... Уход за снаряжением, его хранение и ремонт. Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии). Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

### *Практические занятия*

Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением. Подготовка группового снаряжения к походу, ремонт туристского снаряжения. Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки: установка и снятие палатки, натягивание тента, приемы обращения с костровым оборудованием и режущо-колющими инструментами. Подготовка оборудования для наблюдений и исследовательских работ. Упаковка продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, игра «Собери рюкзак к туристской прогулке». Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.).

## **2.4. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.**

### *Теоретические занятия*

Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов. Организация мест отдыха и туристской стоянки. Требования к туристской стоянке: наличие питьевой воды, дров, безопасность при различных природных явлениях, эстетические и гигиенические требования. Типовая планировка территории туристской стоянки. Правила разведения костра. Типы костров и их назначение. Организация питания и питьевой режим в походе. Требования к упаковке продуктов для перекуса, соблюдение гигиенических требований. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

### *Практические занятия*

Фасовка и упаковка продуктов, воды и соблюдение гигиенических требований. Планирование и организация места отдыха на местности во время туристской прогулки. Устройство и оборудование туристской стоянки: места для установки палаток, кострища, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты. Уборка мест привалов и стоянок. Заготовка дров, разведение костра и соблюдение мер безопасности. Приготовление пищи на костре. Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья, рациональное расходование воды и соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).

## **3. Подготовка к походу, путешествию**

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.

## **2.5. Топографическая подготовка и ориентирование**

### *Теоретические занятия*

Рисунок и простейший план местности (парка или своей улицы). Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане. Простейшие условные знаки. Знакомство с топографической картой, масштаб, условные знаки. Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

Горизонт и стороны горизонта. Компас, правила пользования им. Определение сторон горизонта по компасу, Солнцу, объектам растительного и животного мира и по местным признакам. Ориентирование с помощью карты в походе. Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

### *Практические занятия*

Рисовка плана кабинета. Знакомство с планом улицы и поселка. Зарисовка топографических условных знаков. Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на местности, в парке.

Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) на местности. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками. Выработка навыков определения сторон горизонта по компасу, солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса). Ориентирование на местности. Ориентирование по описанию (легенде). Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

## **2.6. Медико-санитарная подготовка**

### *Теоретические занятия*

Личная гигиена юного туриста. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Обязанности санитара туристской группы. Состав медицинской аптечки. Организация первой доврачебной помощи.

### *Практические занятия*

Комплектование медицинской аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка срока годности медикаментов, их упаковки. Изучение приемов оказания доврачебной помощи при порезах, ушибах, ожогах, тепловых и солнечных ударах. Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

## **4. Питание в туристском походе**

### *Теоретические занятия*

Значение правильного питания в походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Организация питания в 2-3 дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и перенос продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

### *Практические занятия*

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

## **5. Туристские должности в группе**

### *Теоретические занятия*

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

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением (завснар), проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф. Ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности: дежурный по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды). Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

### *Практические занятия*

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

## **6. Правила движения в походе, преодоление препятствий**

### *Теоретические занятия*

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, по травянистым склонам, через завалы, по

заболоченной местности.

#### *Практические занятия*

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, через заросли кустарника, завалы, по заболоченной местности.

## **7. Краеведческая работа в походе**

### **7.1. Общая характеристика края: история, география, природа**

#### *Теоретические занятия*

Знакомство с картой Кольского полуострова. Территория и географическое расположение. История полуострова, Мурманской области, своего населенного пункта; памятные исторические места. Особенности природы: климат, растительность, животный мир, полезные ископаемые.. Туристские возможности края и района.

#### *Практические занятия*

Определение границ полуострова и района на карте, просмотр фото, видео материалов, обзорная экскурсия. Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

### **7.2. Культура и народные традиции**

#### *Теоретические занятия*

Родословие. Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники. Население края, этнический состав. Культура и традиции. Народные традиции и обряды, праздники и гуляния. Искусство народа, выдающиеся деятели культуры.

#### *Практические занятия*

Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях. Составление древа рода. Народные игры наших предков и правила их проведения, игры на местности. Изучение культурных достопримечательностей Кольского полуострова и своего поселка.

## **7. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий**

#### *Теоретические занятия*

Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших улов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

#### *Практические занятия*

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштоков на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

## **8. Туристские слеты и соревнования**

#### *Теоретические занятия*

Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Положение о слете и соревнованиях, условия проведения. Выбор места проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования необходимого для проведения соревнования и оформления места проведения.

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

#### *Практические занятия*

Участие в туристских соревнованиях.

## Учебный план 2 года обучения (180 часов)

№ п/п	Наименование раздела	Всего часов	Теория	Практика
1	Природа и экология. Охрана природы	10	4	6
2	Техника пешего туризма	10	5	5
3	Условные знаки.	10	5	5
4	Ориентирование по горизонту, азимут.	14	6	8
5	Компас, работа с компасом.	12	5	7
6	Измерение расстояний.	14	7	7
7	Способы ориентирования.	20	12	8
8	Ориентирование по местным предметам.	20	8	12
9	Сбор краеведческого материала	16	2	14
10	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	14	5	9
11	Походная медицинская аптечка.	12	4	8
12	Основные приемы оказания первой медицинской помощи.	12	4	8
13	Приемы транспортировки пострадавшего	8	4	4
14	Специальная физическая подготовка	10	4	6
14.1	Значение физической подготовки и закаливания	1	1	
14.2	Общая физическая подготовка	9		9
15	Итоговый поход	10		10
<b>Всего за год:</b>		<b>180</b>	<b>76</b>	<b>104</b>

## Содержание программы 2-ого года обучения

### 1. Природа и экология. Охрана природы

#### *Теоретические занятия*

Природные сообщества. Особо охраняемые природные территории (ООПТ). Заповедники Кольского края. Экология и охрана природы. Правила поведения на природе. Охрана природы на туристской прогулке, при организации привалов и туристских стоянок. Природоохранная деятельность туристов.

#### *Практические занятия*

Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) в своем микрорайоне (населенном пункте). Экологические игры. Посадка зеленых насаждений. Очистка лесов, родников. Охрана памятников природы. Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

### 2. Техника пешего туризма

#### *Теоретические занятия*

Основные приемы страховки. Узлы, классификация по использованию. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. Правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий.

#### *Практические занятия*

Вязание узлов на время: «прямой», «восьмерка», стремя, встречный, академический, шкотовый, булинь, простой проводник, двойной проводник и т.д..

Надевание страховочной системы на время. Отработка элементов техники пешего туризма: подъем и спуск по склону спортивным способом; траверс склона по перлам.

### **3. Условные знаки**

#### *Теоретические занятия*

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

#### *Практические занятия*

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

### **4. Ориентирование по горизонту, азимут**

#### *Теоретические занятия*

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»). Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

#### *Практические занятия*

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

### **5. Компас, работа с компасом**

#### *Теоретические занятия*

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

#### *Практические занятия*

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

### **6. Измерение расстояний**

#### *Теоретические занятия*

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица перевода шагов в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определение расстояния по времени движения.

#### *Практические занятия*

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.

## **7. Способы ориентирования**

### *Теоретические занятия*

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

### *Практические занятия*

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.

## **8. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки**

### *Теоретические занятия*

Суточное движение Солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

### *Практические занятия*

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде.

## **9. Сбор краеведческого материала**

### *Теоретические занятия*

Краеведческая работа - один из видов общественно-полезной деятельности. Ведение краеведческой работы в походе. Методы сбора краеведческого материала: наблюдение, фотографирование, ведение дневника и путевых записей, описание экскурсионных объектов. Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Проведение наблюдений за климатом, погодой, сезонными изменениями в природе в своей местности.

### *Практические занятия*

Организация наблюдений во время туристских прогулок, экскурсий и походов, ведения календаря наблюдений. Метеорологические наблюдения, изучение народных примет и местных признаков погоды. Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, степи, гор, рек и водоемов в разные времена года. Наблюдение и исследование растительного мира своей местности, сезонных изменений в природе. Фотографирование и ведение дневника наблюдений. Посещение краеведческого музея, памятников истории и культуры своей местности, памятников природы и мест, интересных своеобразным проявлением природы. Составление описаний экскурсионных объектов. Встречи со старожилами-краеведами, с ветеранами и интересными людьми. Оформление туристско - краеведческой газеты. Подготовка, организация и выполнение краеведческих заданий (сбор листы различных пород деревьев, поиск и зарисовка отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.) по ходу экскурсии или туристской прогулки.

## **10. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.**

### **Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний**

### *Теоретические занятия*

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. Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов. Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков: а здоровье и работоспособность спортсменов. Профилактика инфекционных и паразитических заболеваний.

### *Практические занятия*

Разучивание комплекса гимнастических упражнений. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

## **11. Походная медицинская аптечка**

### *Теоретические занятия*

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания к применению лекарственных препаратов.

Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

### *Практические занятия*

Формирование походной медицинской аптечки.

## **12. Основные приемы оказания первой медицинской помощи**

### *Теоретические занятия*

Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

### *Практические занятия*

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

## **13. Приемы транспортировки пострадавшего**

### *Теоретические занятия*

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

### *Практические занятия*

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

## **14. Специальная физическая подготовка**

Роль и значение специальной физической подготовки для роста мастерства туристов. Место

специальной физподготовки на различных этапах процесса тренировки. Характеристика и методика развития физических и специальных качеств, необходимых туристу: выносливости, быстроты, ловкости, гибкости, силы. Индивидуальный подход в решении задач общей и специальной физической подготовки.

#### **14.1. Значение физической подготовки и закаливания**

##### *Теоретические занятия*

Значение общей физической подготовки, закаливания в оздоровлении организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями. Закаливание организма.

#### **14.2. Общая физическая подготовка**

##### *Практические занятия*

Практические занятия по освоению навыков физической подготовки. Общеукрепляющие упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Спортивные и народные игры. Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий.

- Комплекс утренней физической зарядки.
  - Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.
  - Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
  - Упражнения для туловища в различных исходных положениях на формирование правильной осанки: наклоны, повороты и вращения туловища, в положении лежа — поднимание и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднимание и опускание туловища.
  - Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
  - Упражнения с предметами. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад, на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе. Упражнения с набивными мячами — бросать и ловить в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями.
  - Подвижные игры и эстафеты: игры с мячом; игры бегом с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча; игры на внимание, сообразительность, координацию.
  - Спортивные ( в том числе народные) игры: ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол, лапта.
  - Ходьба по пересеченной местности. Движение по лесным массивам.
- Преодоление завалов.
- Преодоление простых водных преград (ручьев, канав).
  - Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).
  - Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям), по кочкам.

## Условия реализации программы

**Материально - техническое обеспечение.** Для проведения теоретических занятий требуется учебный кабинет, соответствующий санитарно - гигиеническим нормам и требованиям. Кабинет должен быть оснащен персональным компьютером, мультимедийным проектором с экраном. Проведение практических занятий на местности должно происходить на площадке, в сопках.

### Перечень необходимого оборудования и снаряжения

1. Персональный компьютер
2. Проектор
3. Экран
4. Географическая карта Кольского полуострова
5. Карты топографические учебные
6. Спортивные карты местности
7. Компасы
8. Курвиметр
9. Условные знаки карт
10. Учебные плакаты
11. Секундомер
12. Часы
13. Палатки
14. Туристские коврики
15. Рюкзаки
16. Тенты
17. Костровое оборудование: котлы, тросик
18. Рукавицы костровые (брезентовые)
19. Лопата саперная в чехле
20. Пила походная
21. Топор в чехле
22. Аптечка медицинская в упаковке
23. Ремонтный набор
24. Навигатор
25. Рулетка 15–20 м
26. Лента мерная
27. Бинокль
28. Термометр наружный
29. Термометр водный
30. Веревки основные
31. Веревки вспомогательные
32. Репшнур
33. Карабины
34. Страховочные системы
35. Каски
36. Жумары
37. Спусковые устройства (восьмерки)
38. Рукавицы
39. Мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные)
40. Мячи набивные
41. Скакалки

42. Канцелярские принадлежности.
43. Маршрутные документы (маршрутные листы)

**Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения учащегося**

1. Рюкзак для туристских походов.
2. Коврик туристский.
3. Спальный мешок.
4. Накидка от дождя
5. Фонарик
6. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве.
7. Обувь спортивная (типа шиповки).
8. Сапоги резиновые.
9. Фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л).
10. Головной убор.
11. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм).
12. Спортивный тренировочный костюм.
13. Свитер шерстяной.
14. Брюки ветрозащитные.
15. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной).
16. Блокнот и ручка.
17. Перчатки рабочие.
18. Носки шерстяные.
19. Сидушка походная.
20. Индивидуальный медицинский пакет.

**Информационное обеспечение**

1. Учебные фильмы
2. Презентации
3. Интернет сайты

**Кадровое обеспечение.** Реализация программы осуществляется педагогом дополнительного образования, имеющим высшее педагогическое образование.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

### ДЛЯ ПЕДАГОГА

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе.- М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983
3. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. - М.: Профиздат, 1985.
4. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. - Москва, «Физкультура и спорт», 1990.
5. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.:Профиздат, 1997.
6. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
7. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТиК, 2003.
8. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря.- М.: ВЛАДОС, 2000.
9. Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
- 10.
11. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.
12. Ю.С Константинов, Л.П. Слесарева Туристско-краеведческая деятельность в школе. - Москва, 2011 г.
13. Большаков В.Ю. Психотренинг. Социодинамика, игры, упражнения. С-П., «Светоч», 1994г.
14. Варламов В.Г. Основы безопасности в пешем походе. М., ЦРИБ «Турист», 1983.
15. Гананольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование. Учебник. М., Ф и С 1987г.
16. Захаров П.П. Инструктору альпинизма. М., Ф и С, 1988г.
17. Захаров П.П. Школа альпинизма. М., Ф и С. , 1989г.
18. Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации. М., Приказ Мин. образования РФ № 293 1992г.
19. Карпова Г.А. Педагогическая диагностика коллектива учебной группы профтехучилища. С., СИПИ, 1993г.
20. Курилова В.И. Туризм. Учебное пособие. М. Просвещение, 1988г.
21. Петрусинский В.В. Игры – обучение, тренинг, досуг. М., Новая школа, 1994г.
22. Пиратинский А.Е. Подготовка скалолаза. М., Ф и С, 1987г.
23. Подготовка спортсменов разрядников по туризму. М., ЦРИБ «Турист», 1990г.
24. Подготовка туристских общественных кадров. М., ЦРИБ «Турист», 1982г.
25. Пронтишева Л.П. Истоки мастерства. М., «О-вестник» 1992г.
26. Теплоухов В.В. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма. С., Обл.СЮТур.1990г.
27. Тесты – твои надежды. М. Новая школа, 1994г.
28. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. М., Просвещение 1990г.
29. Фридман М.Г. Спортивно - оздоровительная работа в детских лагерях отдыха. М. Просвещение 1991г.
30. Шмаков С.А. Игры учащихся – феномен культуры. М. Новая школа, 1994г.

### ДЛЯ УЧАЩИХСЯ

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе.- М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для общеобразовательных учебных заведений. 6 класс. А.Г.Маслов, В.В.Марков, В.Н.Латчук, М.И.Кузнецов. - М.: Дрофа, 1999.

3. Ю.С Константинов, Л.П. Слесарева. Туристско-краеведческая деятельность в школе. - Москва, 2011 г.
4. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

### Диагностика образовательных результатов

Вопрос № 1

Существенными основаниями для классификации системы туристских соревнований служат

цели проведения  
социально-демографический состав участников  
техника видов туризма по способу передвижения.

Возраст участников

Пол участников

Вопрос № 2

Систему туристических соревнований можно разделить на

СТС (рекреационно-туристские соревнования)

СОТ (спортивно-оздоровительный туризм)

РТС (спортивно-туристские соревнования)

ЗУН (закрепление знаний, умений и навыков)

Вопрос № 3

Целью участников спортивно-туристских соревнований является

совершенствование их мастерства в технике туризма и рост их спортивной квалификации  
активный отдых участников, максимально полное восстановление их физических,  
духовных, интеллектуальных сил и возможностей.

### Система оценки результатов деятельности

*Теория и практика* – определяется количество правильных ответов в процентном соотношении, что соответствует следующим уровням:

Высокий - от 71 %;

Средний - от 50 до 70 %;

Низкий – менее 50 %.

**Входной контроль  
(собеседование)**

**Индивидуальная карта  
результатов образовательной деятельности и личностного развития ребенка в  
объединении « \_\_\_\_\_ »**

Ф.И. обучающегося \_\_\_\_\_

Год обучения, группа \_\_\_\_\_

Результаты образовательной деятельности:

<b>Уровень</b> <b>Показатель</b>	<b>Начало года</b>	<b>1 полугодие</b>	<b>2 полугодие</b>	<b>Итог</b>
<b>Теория:</b>				
<b>Практика:</b>				
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				

«В» - высокий, «С» - средний, «Н» - низкий

**Мониторинг личностного развития ребенка  
в процессе освоения им дополнительной образовательной программы**

<b>Показатель личностного развития</b>	<b>Начало года</b>	<b>1 полугодие</b>	<b>2 полугодие</b>	<b>Итог</b>
Терпение				
Воля				
Самоконтроль				
Интерес к занятиям в детском объединении				
Умение работать в команде				
Общее количество баллов				
Уровень				

**Менее 25 баллов – низкий уровень «Н»**

**от 25 до 34 баллов – средний уровень «С»**

**от 35 до 50 баллов – высокий уровень «В»**

**Мониторинг личностного развития ребенка  
в процессе освоения им дополнительной образовательной программы**

« \_\_\_\_\_ »

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможн ое количес тво во баллов	Методы диагностики
<b>1. Организационно-волевые качества</b>				
<b>1.1 Терпение</b>	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевать трудности	Терпения хватает меньше, чем на ½ занятия	1-4	<b>наблюдение</b>
		Терпения хватает больше, чем на ½ занятия	5-9	
		Терпения хватает на все занятие	10	
<b>1.2 Воля</b>	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребенка побуждаются извне	1-4	<b>наблюдение</b>
		Иногда самим ребенком	5-9	
		Всегда самим ребенком	10	
<b>1.3 Самоконтроль</b>	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному свои действия)	Ребенок постоянно находится под воздействием контроля извне	1-4	<b>наблюдение</b>
		Периодически контролирует сам себя	5-9	
		Постоянно контролирует себя сам	10	
<b>2. Ориентационные качества</b>				
<b>2.1 Интерес к занятиям в детском объединении</b>	Осознание участия ребенка в освоении образовательной программы	Интерес к занятиям продиктован ребенку извне	1-4	<b>наблюдение</b>
		Интерес поддерживается периодически самим ребенком	5-9	
		Интерес постоянно поддерживается самим ребенком	10	
<b>3. Поведенческие качества</b>				
<b>3.1 Тип сотрудничества (отношение ребенка к общим делам объединения)</b>	Умение воспринимать общие дела, как свои собственные	Избегает участия в общих делах	1-4	<b>наблюдение</b>
		Участвует при побуждении извне	5-9	
		Инициативен в общих делах	10	

**ПОРТФОЛИО**  
**обучающегося объединения « \_\_\_\_\_ »**

Ф.И. обучающегося \_\_\_\_\_

Результативность участия:

<b>Мероприятие, место проведения</b>	<b>дата</b>	<b>уровень</b>	<b>результат</b>