

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Министерство образования и науки Нижегородской области
Управление образования и спорта администрации Бутурлинского муниципального
округа Нижегородской области**

**Муниципальное автономное образовательное учреждение
Бутурлинская средняя общеобразовательная школа имени В.И. Казакова**

РАССМОТРЕНО

на заседании педагогического совета
МАОУ Бутурлинской СОШ им.В.И. Казакова
протокол от 30.08.2023 № 1

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора
МАОУ Бутурлинской СОШ им.В.И. Казакова
от 30.08.2023 № 341

Дополнительная
общеобразовательная (общеразвивающая) программа

«Туризм и краеведение»
туристско-краеведческой направленности

Срок реализации: 1 год
Возраст детей: с 7 лет

Автор-составитель:
Лупанова Оксана Сергеевна
педагог дополнительного
образования

р.п. Бутурлино
2023

1. Актуальность программы

Учебно-воспитательный процесс требует от учащегося начальной школы в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребенка направлена на активную физическую деятельность и непосредственное познание окружающего его мира.

В предлагаемой программе представлено содержание оздоровительно-познавательной деятельности с учащимися начальной школы.

Актуальность данной программы заключается в том, что изучение родного края становится важнейшим и обязательным компонентом в системе образования, что обусловлено общими целевыми установками современного образования (понимание взаимодействия между человеком и процессами, явлениями, происходящими вокруг него).

Цель занятий в объединении туристской-краеведческой направленности состоит в развитии двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся младших классов, в укреплении их здоровья, психическом и физическом оздоровлении организма в процессе туристско-познавательной деятельности.

В процессе реализации программы решаются следующие задачи:

обучающая:

- формирование устойчивых знаний о родном крае, его истории, культуре и природе, целостных представлений об окружающем мире, освоение туристско-краеведческих знаний и умений.

воспитательная:

- воспитание любви к своей семье, родному краю, стране;
- формирование нравственно-этических качеств, экологической культуры;
- развитие творческой активности и самостоятельности у детей, понятий о здоровом образе жизни.

оздоровительная:

- физическое оздоровление и укрепление детского организма;
- развитие силы, выносливости;

- развитие творческой и исполнительской активности учащихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- вовлечение учащихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма.

Программа предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагога таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой. При этом адаптация организма ребенка к физическим нагрузкам предполагает необходимость их строгого дозирования по объему, продолжительности и напряженности в соответствии с полом и возрастом, а также индивидуальным уровнем функционального и биологического развития обучающихся.

2. Направленность программы

Программа «Туризм и краеведение» имеет туристско-краеведческую направленность, действует в рамках федерального проекта «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование».

3. Уровень освоения программы - базовый

4. Отличительные особенности программы

Программа предусматривает развитие познавательных, исследовательских навыков обучающихся по изучению природы, истории, культуры родного края, привлечение обучающихся к социальным инициативам по охране природы, памятников культуры, экспедиционной работы, знакомство с основами спортивного ориентирования, видами туризма, походной деятельности.

5. Адресат программы

Данная программа предназначена к реализации для обучающихся в возрасте 7-10 лет.

6. Объем и срок освоения программы

На освоение программы отводится 144 часа в год.

7. Формы обучения

Программа построена в форме своеобразного «образовательного маршрута»– путешествия в окружающую среду с элементами ее познания. «Образовательный маршрут» предполагает реализацию принципов дифференциации и личностно ориентированной деятельности при педагогической поддержке, соответствующей уровню подготовленности детей. 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), так и познавательно-творческой деятельности обучающихся (экскурсии, беседы; коллективное чтение и обсуждение художественных произведений о природе и путешественниках; просмотр мультфильмов, сказок и видеосюжетов; изготовление детьми поделок из природных материалов, рисование природных объектов). «Образовательные маршруты» проходят через такие образовательные области, как словесность, естествознание, искусство, физическая культура и оздоровительно-познавательный туризм, социальная практика, технология, психологическая культура и др. Они должны способствовать освоению обучающимися основ краеведения; приобретению санитарно-гигиенических навыков, организации туристского быта в полевых условиях; ориентирования на местности в условиях своего микрорайона (школьного двора); формированию физкультурно-туристских знаний, умений и навыков; обучению двигательным навыкам и действиям; общему укреплению здоровья и закаливанию организма; развитию физических качеств (быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей и скоростно-силовых качеств); овладению техникой преодоления простейших естественных и искусственных препятствий во время экскурсий в природу, туристских прогулок, походов выходного дня. Содержание программ составлено с учетом принципов концентрического освоения окружающей действительности, цикличности проведения

оздоровительно-познавательной, туристско-краеведческой и исследовательской деятельности, использования должностно-ролевой системы творческого самоуправления и развития творческой самодеятельности членов детского объединения.

8. Режим занятий

Занятия проводятся как в классах, спортзалах, так и на местности – 4 часа в неделю.

9. Ожидаемые результаты

В результате освоения программы дополнительного образования: формируется гармоничная личность воспитанника, которая складывается из следующих компонентов: физическое и психическое здоровье, нравственное воспитание и социальная адаптированность.

Эффективность освоения программы оценивается следующими критериями:

1. **физический критерий:** снижается заболеваемость, увеличивается выносливость, уменьшаются или исчезают вредные привычки;
2. **социальный критерий:** увеличивается количество новых знакомых, развиваются коммуникативные навыки посредством постоянного общения в коллективе, возрастает степень сплоченности в коллективе;
3. **психический критерий:** уравновешенность, умение владеть собой, оптимизм, волевые качества личности;
4. **нравственный критерий:** бережное отношение к природе, общечеловеческие нравственные ценности.

Ожидаемый результат предполагает портрет младшего школьника с определенным объемом знаний об окружающем мире, истории и культуре родного края, сформированными ценностными ориентирами: семья, Отечество (Родина) как место, где человек родился и живет, гордость за принадлежность к русскому народу, нравственно-этическими нормами; у него накоплен первоначальный багаж туристских умений и навыков, которые он может применить в своей дальнейшей жизни, он имеет представления о культуре взаимоотношений и нормах поведения в социуме, здоровом образе жизни.

10. Нормативно-правовые основы разработки дополнительной образовательной программы.

Дополнительная образовательная программа туристско-краеведческой направленности разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273- фз от 29.12.2012); - Концепция развития дополнительного образования детей (утв. распоряжением Правительства РФ от 04.09.2014 г. № 1726-р);

- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц.защиты РФ от 8.09.2015 № 613н);

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 19.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам;

- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № СП 2.4.3648-20, Санитарные правила Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28;

- Письмо Минобрнауки РФ от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении рекомендаций» (вместе Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ);

- Письмо Минобрнауки РФ от 14.12 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ» (вместе с «Методическими рекомендациями по организации внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»);

- Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»;

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» (от 4.12.2007 № 329- ФЗ);

- Локальные акты: Устав, Учебный план, Правила внутреннего трудового распорядка, инструкции по технике безопасности.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН программы «Туризм и краеведение»

Темы занятий	Всего	Теория	Практика
I. Вводное занятие.	<u>5</u>	<u>3</u>	<u>2</u>
1.1. Информация о работе кружка.	1	1	
1.2. Оздоровительная роль туризма	2	1	1
1.3. Правила поведения юных туристов	2	1	1
II. Основы гигиены и ПДП	<u>15</u>	<u>7</u>	<u>8</u>
2.1. Основы безопасности в природной среде	1	1	
2.2. Основы безопасности дома и в школе	1	1	
2.3. Личная гигиена юного туриста	1	1	
2.4. Индивидуальная и групповая медицинская аптечки	2	1	1
2.5. Оказание первой доврачебной помощи	4	1	3
2.6. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок	3	1	2
2.7. Способы транспортировки пострадавшего	2	1	1
2.8. Зачет по пройденной теме.	1		1
III. Туристский быт и снаряжение.	<u>14</u>	<u>4</u>	<u>10</u>
3.1. Туристское снаряжение.	2	1	1
3.2. Личное снаряжение и уход за ним	2	1	1
3.3. Групповое снаряжение и уход за ним	2	1	1
3.4. Установка палаток. Размещение в них вещей.	3	1	2
3.5. Туристская группа на прогулке (экскурсии)	4		4
3.6. Зачёт по пройденной теме.	1		1
IV. Топография и ориентирование.	<u>28</u>	<u>14</u>	<u>14</u>
4.1. История возникновения и развития спортивного ориентирования	1	1	
4.2. Основы безопасности на занятиях и соревнованиях. Одежда и снаряжение ориентировщика	1	1	
4.3. Топография, условные знаки. Спортивная карта	4	2	2
4.4. Мой дом, моя школа, школьный двор	2	1	1
4.5. План местности	4	2	2
4.6. Ориентирование по сторонам горизонта	4	2	2
4.7. Ориентирование на местности	4	2	2
4.8. Виды туристского ориентирования	4	1	3
4.9. Экскурсионное ориентирование	4	2	2
V. Виды туризма	<u>6</u>	<u>3</u>	<u>3</u>
5.1. Виды туризма	2	1	1
5.2. Туристские должности в группе	1	1	
5.3. Природоохранная деятельность туриста.	3	1	2
VI. Краеведение.	<u>55</u>	<u>18</u>	<u>37</u>

6.1. Родословие	3	1	2
6.2. Моя школа	4	2	2
6.3. Географическое положение и природные особенности Нижегородской области.	4	2	2
6.4. Население области. Административное деление.	4	2	2
6.5. Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства.	2	1	1
6.6. История Нижегородской области	4	2	2
6.7. Заповедные места Нижегородской области	4	2	2
6.8. Известные люди Нижегородской области.	4	2	2
6.9. История Бутурлинского муниципального округа	4	2	2
6.10. Промыслы	4	2	2
6.11 Экскурсии по Бутурлинскому муниципальному округу	18		18
VII. Физическая подготовка.	<u>21</u>	<u>2</u>	<u>19</u>
7.1. Общая физическая подготовка.	11	1	10
7.2. Эстафеты, игры.	10	1	9
Итого за период обучения:	<u>144</u>		

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА программы «Туризм и краеведение»

I. Вводное занятие

1.1. Оздоровительная роль туризма

Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях.

Практические занятия

Знакомство детей с помещениями (учебным классом, спортивным залом) и сооружениями (туристско-спортивной площадкой), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки.

1.2. Правила поведения юных туристов

Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, в парке (лесу). Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках.

Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр.

Права и обязанности участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр.

Командир туристской группы, его права и обязанности, взаимоотношения с участниками туристских соревнований.

История и традиции выполнения юными туристами общественно полезных дел. Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) вокруг школы, дома и на улице.

Знакомство с кодексом чести юного туриста. Девизы юных туристов: «В здоровом теле – здоровый дух», «Чистота – залог здоровья». Юные туристы – хорошие товарищи и коллективисты.

Подготовка к туристским прогулкам, экскурсиям; к спортивно-оздоровительным состязаниям, играм и соревнованиям.

Подготовка, организация и выполнение порученного объединению (звену, группе) задания по ходу экскурсии или туристской прогулки.

Практические занятия

Прогулка в парк с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и выработки навыков наблюдательности. Прогулка по территории школы. Оформление впечатления о прогулках в рисунках, поделках и др.

II. Основы гигиены и первая доврачебная помощь

2.1. Основы безопасности в природной среде

Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной (городской) среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными). Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Взаимопомощь в туристской группе.

2.2. Основы безопасности дома и в школе

Правила поведения в учебных и досуговых учреждениях, музеях. Правила обращения с колюще-режущими предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и медикаментами. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб.

Практические занятия

Игры на темы: «Что делать в случае ... (задымления, обнаружения очагов возгорания, запаха газа, посторонних предметов и пр.)?», «Действия в чрезвычайной ситуации во время экскурсии, на туристской прогулке», «Правила перехода улицы».

2.3. Личная гигиена юного туриста. Профилактика заболеваний.

Понятие гигиены, её значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, значение водных процедур (умывание, обтирание, душ, купание, парная баня).

Гигиена обуви и одежды. Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости

организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность туриста.

Знать: гигиенические требования при занятиях туризмом. Гигиена тела, одежды, обуви. Сущность закаливания и систематические занятия спортом.

Уметь: ухаживать за телом, одеждой и обувью; выполнить комплекс упражнений утренней зарядки.

2.4. Индивидуальная и групповая медицинская аптечка.

Практическое занятие.

Состав походной медицинской аптечки. Требования к упаковке. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.

Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые при хронических заболеваниях.

Формирование походной медицинской аптечки.

Знать: состав медицинской аптечки, её хранение при транспортировке; назначение и дозировку препаратов; состав личной аптечки.

Уметь: подобрать состав медицинской (групповой и личной) аптечки на поход выходного дня и многодневный поход; применять медицинские препараты.

2.5. Оказание первой доврачебной помощи.

Походный травматизм и возможные заболевания. Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Порезы, ссадины, ушибы, мозоли. Причины, характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки. Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Необходимая помощь. Причины ожогов и обморожений. Профилактика обморожений и защита организма от мороза. Признаки и виды ожогов и обморожений. Профилактика пищевых отравлений. Признаки отравления. Оказание первой помощи при тошноте, рвоте. Причины теплового и солнечного удара. Признаки заболевания. Необходимая помощь.

2.6. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок

Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.

Практические занятия

Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

2.7. Способы транспортировки пострадавшего

Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на

руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

Практические занятия

Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

III. Туристский быт и снаряжение

3.1. Туристское снаряжение.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневных и многодневных походов, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки одежда и обувь для летних и зимних походов.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.

Практическое занятие: ознакомление с имеющимся туристским снаряжением. Правила размещения предметов в рюкзаке. Укладка рюкзака. Подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним.

Знать: перечень личного и группового снаряжения и требования, предъявляемые к нему.

Уметь: составить перечень личного и группового снаряжения для похода с учетом погодных условий; укладывать рюкзак; подгонять снаряжение, ухаживать за ним.

3.2. Личное снаряжение и уход за ним

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзачка, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

3.3. Групповое снаряжение и уход за ним

Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки. Кухонное и костровое снаряжение: котелки (каны), таганок, саперная лопатка, рукавицы, кухонная клеенка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания. Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии). Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке. Практические занятия Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки

3.4. Установка палаток. Размещение в них вещей.

Практическое занятие. Установка палаток, размещение в них вещей. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Разборка и упаковка палаток.

Знать: устройство и порядок установки палаток. Правила поведения в палатке.

Уметь: установить палатку и разместить в ней вещи.

3.5. Туристская группа на прогулке (экскурсии)

Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц. Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Распорядок дня юного туриста во время экскурсии и на прогулке. Охрана природы на туристской прогулке или во время экскурсии. Практические занятия Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Туристская прогулка (экскурсия).

IV. Топография и ориентирование

4.1 История возникновения и развития спортивного ориентирования

Организация работы группы в течение года. Краткий исторический обзор развития ориентирования в России и за рубежом. Современное состояние спортивного ориентирования. Прикладное значение спортивного ориентирования. Особенности ориентирования.

Знать:Историю спортивного ориентирования. Значение и современное состояние с/о.

4.2. Основы безопасности на занятиях и соревнованиях. Одежда и снаряжение ориентировщика

Поведение на улице во время движения к месту занятий, на учебно-тренировочном занятии, в спортивном зале. Техника безопасности при проведении занятий на местности. Контрольное время на тренировках и соревнованиях. Обеспечение безопасности участников. Снаряжение спортсменов-ориентировщиков. Компас, карточка участника. Одежда и обувь ориентировщиков. Особенности одежды спортсменов в различных погодных условиях.

4.3. Топография, условные знаки. Спортивная карта

Топографические карты и их особенности, отличие от спортивных карт. Спортивная карта, цвета карты, масштаб карты. Условные знаки. Виды условных знаков. Эволюция спортивных карт. «Старение» спортивных карт.

4.4. Мой дом, моя школа, школьный двор

Планировка дома (квартиры), школы и школьного двора; назначение и расположение различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора.

Практические занятия

Экскурсия по зданию школы, кабинетам и другим помещениям. Экскурсия на школьный двор и пришкольный участок (назначение различных построек и объектов).

4.5. План местности

История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества. Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора

своего дома или своей улицы). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, схеме или плане.

Практические занятия

Рисовка плана стола (парты), класса, своей комнаты. Знакомство с планом расположения школы, школьного двора, двора своего дома или своей улицы. Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) школы или школьного двора. Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

4.6. Ориентирование по сторонам горизонта

Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

Практические занятия

Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса) или пришкольного участка.

4.7. Ориентирование на местности

Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф. Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

Практические занятия

Ориентирование с использованием легенды в школе, парке.

Ориентирование в парке по дорожно-тропиночной сети.

4.8. Виды туристского ориентирования

Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию. Виды туристского ориентирования и их различия. Права и обязанности участников соревнований. Номер участника и его крепление. Упаковка и обеспечение сохранности карты (схемы). Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования на маркированной трассе. Способы маркировки дистанции. Обозначенный маршрут на схеме, плане местности. Необходимость повышенного внимания участников соревнований на обозначенном маршруте. Основные правила, технические приемы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте. Маршруты ориентирования по выбору. Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования по выбору. Условия определения победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути движения (планирование маршрута) и количества контрольных пунктов (КП). Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП компостерные и карандашные.

Практические занятия

Движение по плану (схеме). Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом. Прохождение дистанции «Обозначенный маршрут» совместно с педагогом. Прохождение дистанции «Ориентирование по выбору» совместно с педагогом. Обучение навыкам отметки на КП компостером в карточке участника. Игра-соревнование на местности (школьный двор, стадион) «Отметься на КП».

4.9. Экскурсионное ориентирование

Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, искусства, природы. Выявление и нанесение на бумажную основу (план микрорайона школы, улицы, двора) различных памятников и других интересных объектов.
Практические занятия

Чтение легенды. Движение по легенде во дворе школы, по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений. Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии. Прохождение дистанции под руководством педагога.

V. Виды туризма

Туристские должности в группе.

Должности постоянные и временные. 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.

Краткие обязанности других постоянных должностей в группе: завпит, завснар, старший проводник (штурман), казначей, санитар, краевед, физорг, культорг, редактор (фотограф, летописец), ответственный за отчет о походе, ремонтный мастер и др.

Временные обязанности: костровой, повар, направляющий, замыкающий и др.; дежурные по кухне их обязанности (приготовление пищи, мытьё посуды).

Природоохранная деятельность туриста

VI. Краеведение

6.1. Родословие

Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники.

Практические занятия Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях. Рисование на темы: «Моя семья», «Дом, в котором я живу», «Моя комната», «Моя любимая игрушка».

6.2. Моя школа

Изучение истории школы: «Моя школа», «Мой класс», «Мои учителя». Учителя и выпускники школы. Выдающиеся люди, ветераны войн.

Практические занятия посещение школьного музея

6.3. Географическое положение и природные особенности Нижегородской области.

Географическое положение Нижегородской области. Рельеф. Полезные ископаемые. Погода и климат.

Подземные воды. Реки и озёра.

Почвы. Растительный и животный мир Нижегородской области.

Знать: основные сведения о географическом положении, рельефе, климате, полезных ископаемых, о растительности и животном мире; реки и озера.

6.4. Население области. Административное деление.

Первые сведения о заселении. Национальный состав, численность и размещение населения. Административное деление. Города. Городское и сельское население. Известные и знаменитые люди области.

Знать: административное деление; основные города; знаменитые люди Нижегородской области.

6.5. Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства.

Важнейшие черты развития и общая характеристика. Промышленность. Транспорт и транспортные магистрали. Сельское хозяйство. Вклад Нижегородской области в народное хозяйство страны. Экономические и культурные связи с другими регионами страны.

Знать: транспортные магистрали, промышленные предприятия, выпускаемую продукцию. Экономические и культурные связи.

6.6. История Нижегородской области.

История г. Нижнего Новгорода. Исторические и архитектурные объекты Нижнего Новгорода.

Нижегородская область в период Великой Отечественной войны.

Знать: основные сведения по истории, культуре области и своего района; памятники истории, культуры и природы; музеи; исторические события в период ВОВ.

Уметь: спланировать маршрут с учетом посещения интересных мест; собрать краеведческие сведения о районе похода; составить летопись, хронику, очерк об исторических событиях.

6.7. Заповедные места Нижегородской области

Красная книга. Редкие животные и растения. Заповедники и заказники. Охрана природы и животного мира. Охраняемые объекты.

6.8. Известные люди Нижегородской области

Герои Советского Союза. Полные Кавалеры ордена Славы. Герои Социалистического труда. Известные деятели культуры и искусства. Ученые

6.9. История Бутурлинского муниципального округа

Этнография. Основание поселка Бутурлино. Бутурлино вчера и сегодня. Достопримечательности

6.10. Промыслы

Камнерезный промысел Бутурлинского округа. Промыслы Нижегородской области. Росписи. Гончарный промысел. Казаковская филигрань.

6.11. Экскурсии по Бутурлинскому округу.

Знакомство с Бутурлинским историко-краеведческим музеем. Выставочными залами. Детской библиотекой. Пешеходные экскурсии по р.п. Бутурлино.

VII. Физическая подготовка

7.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма

Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Практические занятия Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантинном», бег с препятствиями. Прыжки в длину и высоту. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Гимнастические упражнения. Спортивные (в том числе народные) игры.

7.2. Эстафеты, игры.

Подвижные игры – игры, способствующие объединению коллектива, массовому охвату детей. Игры с разделением на команды и без деления. Игры на внимание, сообразительность и координацию. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол, ручной мяч, русская лапта. Игры на местности.

Спортивные конкурсы: догонялки, «Метатели» (шишек, камней), «Силачи», «Ловки и умелые» и т. д.

Эстафеты: линейные, встречные, круговые, туристские, с раскладыванием и сборианием предметов и т. д.

Знать: подвижные игры, правила проведения спортивных игр.

Уметь: играть в различные игры.

ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГНОЗИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ И СПОСОБЫ ИХ ПРОВЕРКИ

Ожидаемые результаты и способы их проверки

После обучения юные туристы – краеведы должны:

знать:

- предметы специального снаряжения для различных видов туризма
- порядок и правила использования снаряжения, оборудования, инвентаря при выполнении физических и туристских упражнений;

- правила поведения у водоемов и при организации купания в них;

- историю своей семьи, малой родины;

- памятники истории, музеи края

уметь:

- оказать первую доврачебную помощь;

- транспортировать пострадавшего;

- ориентироваться на местности;

- находить по карте точку своего стояния;

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;

- одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения;

- вести наблюдения за погодой и составлять прогнозы.

Формы подведения итогов реализации программы.

Результатом изучения данного курса занятий будет подготовленный самими учащимися краеведческий поход.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Методическое обеспечение программы

Для успешного учебно-воспитательного процесса и полной реализации программы имеются:

- планы-конспекты каждого занятия;
- мультимедийное сопровождение;
- методические сборники и литература по данному направлению;
- схемы и таблицы для учебных занятий;
- карты парков и лесопарков микрорайонов города, зон массового отдыха и прилегающих к городу участков лесного массива;
- тестовые задания и упражнения по всем разделам программы;
- раздаточный материал (карточки, бланки тестовых заданий).

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Кадровое обеспечение

Обучение по программе могут вести педагоги дополнительного образования и общеобразовательной школы занимающиеся туризмом и краеведением на уровне «любителей».

Материально-техническое обеспечение

Минимальный инвентарь, необходимый для реализации дополнительной образовательных программы туристско-краеведческой направленности «Туризм» и туристских походов			
Направленность	Туристско-краеведческая		
Наименование программы	Общеразвивающая программа «Туризм и краеведение»		
№	Наименование комплекта средств обучения (оборудование, в том числе техническое, расходный материал и пр.), используемого в реализации программы	Единица измерения	Количество единиц средств обучения (шт.)
	Экшн-камера DigmaDiCam	шт.	1
	Спальный мешок	шт.	12
	Трекинговые палки	шт.	12
	Гермоупаковка не менее 80 литров	шт.	12
	Фонарь налобный	шт.	12

	Палатка туристская с тентом (каркасно	шт.	5
	Палатка базовая	шт.	1
	Тент от дождя	шт.	2
	Оборудование для приготовления пищи	шт.	1
	Костровое оборудование	шт.	1
	Комплект котелков и посуды для приготовления пищи	шт.	1
	Топор туристский	шт.	2
	Пила туристская	комп.	2
	Лопата складная	шт.	2
	Фонарь групповой	шт.	2
	Курвиметр	шт.	2
	Компас жидкостный	шт.	12
	Школьный комплект системы электронной отметки	шт.	1
	Конус 750 мм	шт.	20
	Вежа 1,5 м	шт.	20
	Система страховочная	шт.	12
	Каска	шт.	12
	Карабины туристские (5шт на 1чел)	шт.	12
	Перчатки туристские	шт.	12
	Спусковое устройство	шт.	12
	Зажим ручной Жумар	комплект	12
	Зажим (pantin)	шт.	12
	Ролик трек	шт.	12
	Лупа 4	шт.	2
	Бинокль	шт.	2
	Термометр воздуха	шт.	2
	Водный термометр	шт.	2
	Транспортир	шт.	12
	Визирная линейка	шт.	2
	Историко-географические комплекты материалов	шт.	6
	Историко-этнографические комплекты материалов	шт.	6
	Историко-археологические комплекты материалов	м.	6
	Спилс-карты РФ и Нижегородской области	м.	1
	Картографические материалы	шт.	6
	Комплект минералов	шт.	2
	Методические пособия по экскурсоведению	шт.	6
	Радиостанции портативные туристические	шт.	4
	Навигационное устройство походного типа	шт.	1
	Спутниковый трек типа SPOT	шт.	1
	Зарядное устройство на солнечных батареях туристическое	шт.	3
	Ноутбук ученика	шт.	12

	Ноутбук учителя	шт.	1
	МФУ	шт.	1
	Интерактивный комплекс (доска + проектор)	шт.	1
	Мебель	шт.	

Литература

1. Аппенянский А.И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. – М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
2. Аппенянский А.И. Физическая тренировка в туризме. – М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
3. Бабенко Т.И., Каминский И.И. Экспресс-оценка физического здоровья школьников, условий их обучения и воспитания: Метод. рекомендации. – Ростов-н/Д, 1995.
4. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальных классов. – М., 1992.
5. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. – М., ЦДЮТиК, 2002.
6. Бардин К. Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.
7. Барышева Ю.А. Формирование эколого-краеведческих знаний в начальной школе. – М., 1997.
8. Велитченко В.К. Физкультура без травм: Библиотека учителя физ. культуры.– М.: Просвещение, 1993.
9. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей: Кн. для малышей и их родителей. – Ярославль, 1996.
10. Волкова М.Г. Развитие способностей у детей – основа жизненного успеха. – М., 1989.
11. Воронов Ю.С., Николин М. В., Малахова Г. Ю. Методика обучения юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам. – Смоленск, 1998.
12. Воронов Ю.С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков. – М., 1998.

13. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. – М.: Изд. дом «Вокруг света», 1994.
14. Голицина Н.С. Организация краеведо-туристской деятельности старших дошкольников. – М., 1992.
15. Дихтярев В.Я. Вся жизнь–поход. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.
16. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада / Сост. А.В.Кенеман; Под ред. Т.И.Осокиной. – М.: Просвещение, 1989.
17. Жарков А.Д. Экскурсия как педагогический процесс: Метод. рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
18. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. – М.: Физкультура и спорт, 1985.
19. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. – 2-е изд., испр., доп. и перераб. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
20. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. – М.: Профиздат, 1984.
21. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. Полевой туристский лагерь школьников: Для организаторов школьного туризма и краеведения. – М.: Издат-Школа, 1997.
22. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
23. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
24. Крайман М.И. У туристского костра: Сб. песен. – М., 1997.
25. Краеведческая работа в начальных классах / Сост. И.В.Соколов. – М.: Просвещение, 1977.
26. Крутецкий В.А. Психология обучения и воспитания школьников: Кн. для учителей и классных руководителей. – М.: Просвещение, 1976.
27. Куликов В.М. Походная туристская игротка. – Сб. 2. – М., 1994.
28. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. – М.: Владос, 1999.
29. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 2001.
30. Лесгафт П.Ф. Избранные труды. – М.: Физкультура и спорт, 1986.
31. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
32. Методические рекомендации по организации туристско-краеведческой и экскурсионной работы с учащимися начальных классов и групп продленного дня общеобразовательной школы / Авт.-сост. В.Н.Теплов. – Днепропетровск, 1985.
33. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. – М.: ВЛАДОС, 2000.
34. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений учащихся. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
35. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности».– М.: ВЛАДОС, 2000.
36. Михайлов Б.А., Федотова А.А., Федотов Ю.Н. Физическая подготовка туристов: Метод. рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1985.

37. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование / Сокр. пер. с фин. Р.И.Сюкияйнена. – М., 1997.
38. Остапец-Свешников А.А. Примерная программа туристско-краеведческой деятельности учащихся начальной школы. – М., 1991.
39. Остапец-Свешников А.А. Примерная программа туристско-краеведческой деятельности учащихся начальной школы: Метод. рекомендации. – М., 1987.
40. 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.
41. Панфилов А.М. Организация и проведение полевой школьной экспедиции: Вопросы безопасности. – М., 1997.
42. Поломис К. Дети в пионерском лагере: Прогулки. Походы. Экскурсии / Пер. с чеш. С.Д.Баранниковой. – М.: Профиздат, 1990.
43. Поломис К., Махитка З. Дети на отдыхе / Пер. с чеш. С.Д.Баранниковой, К.И.Паровой, О.А.Суворовой. – М.: Культура и традиции, 1995.
44. Психология и психоанализ характера: Хрестоматия по психологии и типологии характеров / Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: Изд. дом «БАХРАХ», 1997.
45. Психология личности: Тесты / Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, А.А.Пузыря. – М.: Изд-во МГУ, 1982.
46. Развитие познавательной самостоятельной деятельности учащихся при изучении физической географии: (Из опыта работы) / Под ред. И.И.Бариновой и Т.П.Герасимовой. – М.: Просвещение, 1983.
47. Райков Б.Е., Римский-Корсаков М.Н. Зоологические экскурсии. – М.: Топикал, 1994.
48. Русский турист: Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998–2000 гг. – Вып. 2. – М., 1998.
49. Садакова Л. Г. Руководство развитием самодеятельности школьников в клубных объединениях. – Киров, 1993.
50. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей / Сост. Ю.С.Константинов. – М., 1995.
51. Сергеев И.С., Сергеев В.И. Краеведческая работа в школе. – М.: Просвещение, 1974.
52. Система подготовки младших школьников в начальный период обучения спортивному ориентированию: Метод. рекомендации / Сост. А.М.Магамедов, М.В.Сафронова. – М., 1978.
53. Скрягин Л.Н. Морские узлы. – 3-е изд., доп. – М.: Транспорт, 1994.
54. Соловьев А.В. Обеспечение безопасности в туристских походах: Метод. рекомендации. – Челябинск, 1983.
55. Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
56. Тесты для взрослых и детей: Сб. / Сост. Л.Джонсон, М.Дефер. – М.: ГИТИС, 1994.
57. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник для институтов и техникумов физической культуры / Сост. В.И.Гонопольский. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
58. Туристская игротека / Сост. Л.М.Ротштейн. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
59. Фесенко Т.Е. Книга молодого ориентировщика. – М., 1997.

60. Шальков Ю.Л. Здоровье туриста: Туризм для всех. – М.: Физкультура и спорт, 1987.
61. Шапкин Г.В. Организация и проведение соревнований по лыжному туризму. – М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
62. Штюмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма: Метод. рекомендации: «Как не стать жертвой несчастного случая». – М., 1992.
63. Хассард Дж. Уроки естествознания: (Из опыта работы педагогов США) / Пер. с англ. – М.: Изд-во Центра «Экология и образование», 1993.
64. Энциклопедия психологических тестов / Сост. С.А.Касьянов. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
65. Энциклопедия туриста. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993