

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Краснознаменский дом детства и юношества»**
Калининградская область, г. Краснознаменск, ул. Калининградская, 67
тел/факс: 8(40164) 2-29-33
e-mail: domdetstva67@mail.ru

Принята на заседании
Педагогического совета
от «20» июня 2024 г.
Протокол № 13

«Согласовано»
Директор МБОУ СОШ № 4
п. Добровольск
А.А. Белевичене

Утверждаю:
Директор МБОУ ДО
«Краснознаменский дом детства и
юношества»
Н.А. Беляева

**Разноуровневая дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Экологический туризм»**

Возраст обучающихся: 11 – 15 лет
Срок реализации: 2 года

Автор-составитель программы:
Педагоги дополнительного образования
Кейдонене С.И.

г. Краснознаменск, 2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Направленность (профиль) программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Экологический туризм» имеет туристско-краеведческую направленность.

Актуальность программы. Туристская деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, приобретению навыков самостоятельной деятельности, воспитанию социально-инициативных качеств по изучению и охране исторических, природных, архитектурных памятников национальной культуры.

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности способствует удовлетворению естественной потребности обучающихся в непосредственном познании мира, своего края, воспитанию активной любви к нему, преданности народу и земле, на которой им посчастливилось родиться. Программа востребована, дает ребятам возможность освоить все премудрости пешеходного туризма, а значит, дает им путевку в большой туризм, на всю жизнь прививает им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию. Занятия в объединениях помогают решить не только воспитательные, но и социальные проблемы (обеспечение занятости в свободное от учебы время, профилактика беспризорности и безнадзорности детей, асоциального поведения подростков). Туристический поход сочетает в себе активный здоровый отдых, обучает навыкам выживания в окружающей среде, оказанию первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях, что ставит его в ряд наиболее эффективных средств комплексного воспитания подрастающего поколения.

Новизна программы заключается в ее многопрофильности и использовании игровой, соревновательной формы, которая дает возможность ребятам как-то проявить свои знания и умения: решение задач на сообразительность, упражнения по топографии, конкурсы, викторины по краеведению, соревнования на местности по технике пешеходного туризма и ориентированию. Туризм неотделим от краеведческой работы, о нем можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурного и экологического воспитания. Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для подготовки занимающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Отличительные особенности программы заключаются в том, что процесс обучения идет по спирали: возвращаясь к старым темам, ребята глубже знакомятся с историей развития туризма в России, с современной организацией его в стране, с постановлениями правительства о его развитии, углубляют знания правил организации самостоятельных походов, детальнее изучают вопросы топографии и ориентирования, техники и тактики пешеходного туризма,

вопросы туристского хозяйства, гигиены и медицинской помощи в походных условиях.

Здесь особенно важно не только научить ребят, привить им те или иные туристские навыки, но и морально подготовить их к преодолению любых трудностей и лишений в пути, к умению брать на себя большую часть работы, воспитать готовность каждого в любой момент прийти на помощь товарищу. Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, экологией, математикой, историей, биологией, физкультурой.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации программы 11 – 15 лет.

Для зачисления в объединение не требуется специальных знаний и подготовки, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний для занятия туризмом.

Объем и срок освоения программы.

Срок освоения программы – 2 года.

На полное освоение программы требуется 144 часа, включая индивидуальные консультации, экскурсоводческие практикумы, тренинги, посещение экскурсий.

Форма обучения – очная.

Особенности организации образовательного процесса.

Набор детей в объединение – свободный. Программа объединения предусматривает индивидуальные, групповые, фронтальные формы работы с детьми. Состав групп 10-15 человек.

Режим занятий, периодичность и продолжительность занятий.

Общее количество часов в год – 72 часа. Продолжительность занятий исчисляется в академических часах – 45 минут, между занятиями установлены 10-минутные перемены. Недельная нагрузка на одну группу: 2 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Методы и формы работы:

-исследовательский метод (самостоятельная работа учащихся с выполнением различных заданий на экскурсиях и в походах, выбор самостоятельной темы с последующим оформлением реферата, проектная деятельность);

-метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, экскурсиях;

-метод контроля: самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, роста спортивных показателей, самоконтроль;

-метод комплексного подхода к образованию и воспитанию: единство нравственного, физического, эстетического и др. форм воспитания. Для реализации комплексной программы используются разнообразные

формы работы: соревнования, командные встречи по туризму, топографии и

ориентированию, участие в военно-спортивной игре «Зарница», проведение экскурсий, походов, как однодневных, так многодневных, участие в региональных конференциях и слетах «Школа безопасности», конкурсах и

викторинах, туристических поездках и экскурсиях по области, участие в патриотических акциях.

Этапы реализации учебной программы.

Программа предусматривает подготовку туристов-краеведов на пяти основных этапах. В программу 1-года обучения входит знакомство с географическим положением области, его растительным и животным миром, полезными ископаемыми края, а также учащиеся получают первые знания, умения, навыки в технике пешеходного туризма, в азбуке туриста и в организации туристического быта.

Таким образом, на 1-году обучения реализуются познавательные и физическо-оздоровительные функции, которые связаны с дальнейшим обучением. Учащиеся второго года обучения изучают историю края, знакомятся с историческими и культурными памятниками города и области, повышают свое туристско- спортивное мастерство, отрабатывают приемы ориентирования на местности.

В ходе самостоятельной работы над проектом учащиеся познакомятся с улицами города, легендарной историей своей улицы, героями ВОВ, почетными гражданами, достопримечательностями своего города; приобретут навыки интервьюирования, работы с историческими источниками: периодической печатью, архивами, документами; сформируют навыки работы с ИКТ и цифровой техникой; примут участие в различных конкурсах.

Формы занятий – традиционное занятие, комбинированное занятие, лекция, семинар, практическое занятие, тренинг, игра (деловая, ролевая), праздник, путешествие, поход, экскурсия, защита проектов, дискуссия, диспут, зачет, конкурс, КВН, эстафета, соревнование, турнир. Теоретические занятия проводятся в форме бесед, консультаций, лекций, семинаров, игр с использованием наглядных материалов, дидактических игр и занимательных заданий, интернет-ресурсов. Практические занятия-э то ролевые игры, соревнования, защита исследовательских проектов, рефератов.

Цель – перевести ребенка из состояния удовлетворения примитивных потребностей (телевизор, компьютерные игры и т.п.) в состояние активной жизненной позиции, воспитывать гражданскую зрелость и ответственность по отношению к природе, человеку, обществу, себе; чувство долго, верность традициям, стремления к охране и приумножению культурных и исторических ценностей через занятия туризмом и краеведением.

Задачи:

образовательные:

- обеспечить овладение подростков знаниями, умениями, навыками по туристической подготовке, спортивному ориентированию, топографии, действиям в экстремальных ситуациях;

- приобщить детей и подростков к изучению героического настоящего прошлого родного края.

развивающие:

- способствовать укреплению здоровья подростков, их физическому развитию;

- развивать внимание, память, пространственное мышление и воображение;
 - совершенствовать умение самостоятельно принимать решение в нестандартных ситуациях;
 - способствовать развитию индивидуальных склонностей подростков.
- воспитательные:
- формировать качества гражданина, созидателя, любящего и знающего свой край;
 - развивать стремление к самосовершенствованию («сделать больше, чем могу»);
 - выработать у детей и подростков бережное отношение к природе, к памятникам культуры и истории, народному достоянию;
 - формировать умение взаимодействовать со сверстниками и взрослыми в совместной деятельности.

Планируемые результаты

Обучающиеся будут знать:

что такое туризм, понятия «карта» (физико-географическая, топографическая, туристская) и «план», условные знаки плана, топографической карты;

географическую карту района и области, основные характеристики рельефа местности;

правила экологического поведения в природе; типичные растения и животные природной зоны; факторы, укрепляющие и ослабляющие здоровье человека;

способы добычи воды и дополнительных источников питания, правила обеззараживания и очистки питьевой воды в походе;

информацию о гигиене туриста, заболевания, характерные для природных условий своей местности;

способы ориентирования во время передвижения по местности.

Обучающиеся будут уметь:

подбирать личное туристское снаряжение в зависимости от сезона года и погодных условий, выполнять правила хождения по равнинным участкам в лесу (хвойным, смешанным), по лугу и болоту;

правильно оборудовать кострище, разводить костер в любых условиях, правильно выбирать и собирать топливо для костра в разное время года;

строить временные укрытия из подручных средств;

вязать основные туристические узлы, необходимые для выживания в различных ситуациях;

рисовать карту-схему, работать с планом и топографической картой, ориентироваться по ней;

ориентироваться на местности, определять стороны горизонта, состояние погоды с помощью растений и местных признаков;

определять типичные виды растений и животных, обитающих на территории района и области по внешнему виду, приводить примеры и объяснять особенности внешнего строения живых организмов в связи со средой обитания;

правильно добывать питьевую воду и очищать ее в полевых условиях, собирать и использовать лекарственные, плодово-ягодные растения, использовать резервные источники питания, уметь утилизировать разные типы бытовых отходов;

подавать сигналы бедствия;

выполнять правила личной гигиены, оказывать первую доврачебную помощь в чрезвычайных ситуациях, в походе, на отдыхе (при ранениях, травмах, кровотечениях и ожогах в полевых условиях).

У обучающихся будут развиты следующие личностные качества:

нравственно –коммуникативные качества личности;

физически сильный, высокоморальный, трудоспособный, толерантный гражданин современной России.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

1-й год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1.	Техника безопасности, введение в экологический туризм.	2	1	1	0	Устный опрос, рефлексия
2.	Туристская подготовка	30	8	22	0	
2.1	Туристские путешествия, история развития туризма. Чем полезны и интересны туристические походы и экскурсии	2	1	1	0	беседа
2.2	Виды туризма	2	1	1	0	
2.3	Личное и групповое снаряжение	8	1	7	0	
2.4	Туристская полоса препятствий: «кочки», «слеги», «маятник», «спуск», «подъем», «параллельная», «навесная»	2	1	1	0	зачет
2.5	Туристские узлы, их значение и применение	4	1	3	0	зачет
2.6	Подготовка к походу, путешествию	2		2	0	беседа
2.7	Правила движения в походе, преодоление препятствий	2	1	1	0	зачет
2.8	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	6	1	5	0	зачет
2.9	Подведение итогов похода	2	1	1	0	

3.	Топография и ориентирование	10	4	6		
3.1	Понятие о топографической карте	2	1	1	0	
3.2	Условные знаки	6	2	4	0	зачет
3.3	Азимут	2	1	1	0	зачет
4.	Краеведение	18	6	12	0	
4.1	История края.	2	1	1	0	
4.2	Образование Калининградской области.	2	1	1	0	
4.3	Географическое положение области на карте. Главный город, море, реки, города, озера. Животный и растительный мир области. Полезные ископаемые.	6	2	4	0	беседа
4.4	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, Музеи	8	2	6	0	зачет
5.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	6	2	4	0	
5.1	Понятие о гигиене, гигиена тела, значение водных процедур. Гигиена одежды, обуви.	1	1		0	
5.2	Аптека под ногами	1		1	0	
5.3	Простейшая походная медицинская аптечка	2	1	1	0	
5.4	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	2		2	0	зачет
6.	Участие в туристических соревнованиях, конкурсах, походах, экскурсиях.	6		6	0	туристические соревнования, конкурсы, походы, экскурсии.
	Итого	72	21	51	0	

Содержание программы

1 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

Тема 1. Вводное занятие. (2 ч.)

Теория: Знакомство с учащимися, их интересами, беседа о туризме. Необходимость знаний техники безопасности.

Знакомство с программой обучения и правилами поведения в объединении, Центре, режимом работы. Инструктаж по технике безопасности, правила дорожного движения, противопожарной безопасности, действия в ЧС (чрезвычайной ситуации)

Практика: Сюжетная игра по правилам поведения.

Тема 2. Туристская подготовка (30 ч.)

2.1 Туристские путешествия, история развития туризма. Чем полезны и интересны туристические походы и экскурсии.

Теория: Туризм – средство познания своего края, оздоровление, навыки самостоятельности. История развития туризма.

Практика: Дневник туриста.

2.2 Виды туризма.

Теория: виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный.

Волевые усилия и их значение в походах: целеустремленность, настойчивость, упорство, решительность, самообладание.

Практика: практикум по видам туризма.

2.3 Личное и групповое снаряжение

Теория: Понятие о снаряжении, перечень его. Типы рюкзаков, палаток, спальных мешков, их преимущества и недостатки. Подбор снаряжения в зависимости от метеоусловий. Требования к снаряжению: малый вес, прочность, удобство в пользовании и переноске. Групповое снаряжение. Одежда и обувь туриста.

Практика: Подбор снаряжения для похода. Требование к личному, общественному и специальному снаряжению. Особенности снаряжения для походов в различные времена года. Личное снаряжение, одежда и обувь туриста в дальнем походе; типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки); предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка).

Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток; как подготовить палатку к походу (Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска

посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари.

2.4 Туристская полоса препятствий: «кочки», «слеги», «маятник», спуск», «подъем», «параллельная», «навесная»

Теория: Начальные формы самоконтроля детей. Меры предупреждения плоскостопия. Техника правильной ходьбы в походе. Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, движение по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, по тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями.

Практика: Туристская полоса препятствий на территории Центра: преодоление оврага с помощью веревок «Подъем – спуск по склону, траверс склона по перилам на самостраховке», «Движение через «болото» по слегам, «кочкам», «Переправа «Маятник», переправа по бревну по перилам на схватывающем узле.

2.5 Туристские узлы, их значение и применение

Теория: Узлы в туризме. Виды узлов. Вязка узлов: «прямой», «схватывающий одним концом», «восьмёрка», «стремя», «встречный» и их использование в туристской практике.

Практика: Конкурс на лучшего знатока узлов.

2.6 Подготовка к походу, путешествию.

Теория:

Практика:

2.7 Правила движения в походе, преодоление препятствий

Теория: Составление графика движения в походе. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Построение туристской группы. Порядок движения в походе.

Практика: Отработка движения колонной по разным местностям. Обязанности ведущего и замыкающего. Туристская полоса препятствий на местности: «кочки», «слеги», «маятник», спуск», «подъем».

2.8 Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.

Теория: Правила безопасного похода. Элементарные приемы оказания первой доврачебной помощи. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений. Правила поведения туристов в лесу, на воде, на заболоченной местности, на склонах, во время грозы, в населенных пунктах.

Практика: Обязанности направляющего (проводника) и замыкающего. Режим ходового дня и режим на дневке. Правила поведения туристов на коротких привалах. Хронометраж движения группы по маршруту.

2.9 Подведение итогов похода

Теория: Однодневный поход в лесной массив. Навыки оборудования бивуака: разжигание костра и кипячение чая.

Практика: Конкурс на лучшего кострового, краеведа, туриста. Подведение итогов похода. Разучивание туристских песен.

Тема 3. Топография и ориентирование. (10 ч.)

3.1 Понятие о топографической карте.

Теория: Свойства карт: наглядность, обзорность, знаковость. Понятие о масштабе карты, числовой, линейный и использование его для измерений расстояний.

Практика: Измерение расстояний на карте с помощью масштаба и на местности.

3.2 Условные знаки.

Теория: Краткие сведения об ориентировании. История развития ориентирования в Калининградской области. Виды ориентирования. Определение сторон горизонта и азимутальных направлений по компасу на местности и на карте.

Практика: Зарисовка топографических знаков. Кроссворды, ребусы. Занятия на местности. Проведение игры «Прочитай информацию». Топографические диктанты.

3.3 Азимут.

Теория: Спортивный компас. Приёмы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движения по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности. Спортивные карты. Технические приёмы: азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию. стороны горизонта. Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо (чертеж). Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние. Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам. Работа с картой и компасом.

Практика: Работа с компасом. Ориентирование на местности по местным признакам.

Тема 4. Краеведение (18 ч.)

4.1 История края.

Теория: Исторические и культурные памятники. Возможные экскурсии и походы по краю.

Практика: Краеведческая работа в походе. Правила сбора краеведческого материала. Правила оформления краеведческого материала. Анкетный опрос школьников, родителей об экологических проблемах района.

4.2 Образование Калининградской области.

Теория: Регион в период с апреля 1945 по апрель 1946 г. Образование области. Кампания переименований. Немецкое население края и его депортация в Германию. Заселение Калининградской области советскими людьми. Становление органов власти. Становление экономики и социальной сферы области.

Практика: Краеведческая работа в походе.

4.3 Географическое положение области на карте. Границы области. Главный город, море, реки, города. Полезные ископаемые.

Теория: Изучение природы родного края. Охрана природы. Рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир

родного края. Географическое прошлое и рельеф. Климат. Основные реки и водоемы.

Практика: Работа с картой области. Нанесение на карту моря, рек, городов. Викторина «Знаешь ли ты, свой край?».

4.4 Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеев.

Теория: Музеи. Храмы и монастыри Калининграда и области. Памятники природы. Парки Калининграда. Фортификационные сооружения города.

Практика: Кроссворды. Экскурсии в исторический музей города. Экскурсии по городу и области.

Тема 5. Основы гигиены и первая доврачебная помощь (6 ч.)

5.1 Понятие о гигиене, гигиена тела, значение водных процедур. Гигиена одежды, обуви.

Теория: Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста.

5.2 Аптека под ногами

Практика: Лекарственные растения, произрастающие в нашей области. Их целебные свойства. Использование растений для оздоровления организма. Использование съедобных растений и грибов в пищу. Подборка материала и оформление альбома "Туристу на заметку" (о лекарственных растениях, их нужно знать - они ядовиты).

5.3 Простейшая походная медицинская аптечка

Теория: Состав туристской медицинской аптечки. Лекарственные препараты от головной боли, жаропонижающие, антисептические, кровоостанавливающие.

Практика: Игра-экскурсия «Зеленая аптека».

5.4 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Практика: Измерение температуры тела термометром. Оказание помощи пострадавшему в форме игры «Доктор Айболит».

Тема 6. Участие в туристических соревнованиях, конкурсах, походах, экскурсиях (6 ч.)

Практика: Участие в конкурсах, соревнованиях, походах, экскурсиях. Мастер-классы «Установка и снятие палатки», «Укладка рюкзака», «Виды костров», «Обустройство бивуака», «Вязание узлов».

Учебный план 2-й год обучения

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов				Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	Самостоятельная подготовка	
1.	Техника безопасности	1	1		0	Устный опрос, рефлексия

2.	Туристская подготовка	20	4	16	0	
2.1	Страховка туриста	4	1	3	0	беседа
2.2	Беседы по экологии	2	1	1	0	
2.3	Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий	6	1	5	0	зачет
2.4	Подведение итогов похода	8	1	7	0	
3.	Топография и ориентирование	10	2	8		
3.1	Топографическая подготовка и ориентирование в походе.	5	1	4	0	
3.2	Компас	5	1	4	0	зачет
4.	Тактика и техника пешеходного туризма.	18	6	12	0	
4.1	Причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика	2	1	1	0	
4.2	Виды и нормы нагрузок в летних пешеходных и зимних походах на равнине и в горах	2	1	1	0	
4.3	Значение уровня подготовленности и снаряженности туристической группы	6	2	4	0	беседа
4.4	Утверждение похода.	8	2	6	0	зачет
5.	Медицинская подготовка	6	2	4	0	
5.1	Гигиенические правила туриста.	1	1		0	
5.2	Меры предупреждения травм и заболеваний.	1		1	0	
5.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	4	1	3	0	
6.	Участие в туристических соревнованиях, конкурсах, походах, экскурсиях.	17		17	0	туристические соревнования, конкурсы, походы, экскурсии.
	Итого	72	15	57	0	

Содержание программы

2 год обучения (72 часа, 2 часа в неделю)

Тема 1. Вводное занятие. (1 ч.)

Теория: Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоемов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнем.

Тема 2. Туристская подготовка (20 ч.)

2.1 Страховка туриста.

Теория: Страховка и самостраховка. Страховочные обвязки. Правила преодоления лесных завалов. Пере-права по кочкам и гатям. Спуск с крутого склона при помощи альпенштока. Спуск с крутого склона при помощи верёвки. Подъём по крутому склону при помощи верёвки. Переправа по бревну. Переправа по параллельно натянутым верёвкам. Переправа при помощи вертикального маятника. Переправа при помощи горизонтального маятника. Навесная переправа. Переправа рюкзаков. Отработка навыков преодоления препятствий. Спортивное туристическое снаряжение.

Практика: Страховки и самостраховки. Преодоление препятствий. Траверс склона с альпенштоком. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по верёвке с перилами (параллельные перила).

2.2 Беседы по экологии.

Теория: Распределение обязанностей. Подготовка инвентаря и спецодежды. Реализация запланированного дела: проведение природоохранных мероприятий на улицах, в парке. Фоторепортаж о проведении акции. Анализ работы. Подведение итогов: рассказ об экологических проблемах микрорайона и проведённой акции учащимся младших классов.

Практика: Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ природоохранных акций: уборка мусора в близлежащих лесопарках и скверах; расчистка близлежащих родников; развешивание кормушек и скворечников для птиц; огораживание муравейников и т. п.

2.3 Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий

Теория: Правила организации и проведения туристских походов. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ.

Подбор группы. Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Обязанности командира туристской группы, завхозов, краеведа, старшего проводника и других ответственных лиц.

Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т. п.

Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, плана-графика движения, сметы расходов.

Подбор и подготовка личного и группового снаряжения.

Организация ночлегов в помещениях. Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе.

Оформление походной документации, получение разрешения на выход в поход.

Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Укладка рюкзака.

Типичные ошибки туристов при укладке рюкзака. Подбор хранения картографического материала.

Сообщение о вариантах летнего зачетного похода, распределение тем докладов. Распределение обязанностей и заданий по краеведческой работе, план фото- и киносъемок, ведение календаря погоды и протокола (хронометража) движения.

Практика: Практические занятия. Разработка маршрутов и планов-графиков учебно-тренировочных походов, заслушивание докладов о районе похода: по истории, флоре, фауне, рельефу и т. д., подготовка маршрутной документации, копирование карт. Подготовка группового и специального снаряжения, закупка, расфасовка и раскладка продуктов. Укладка рюкзаков. Составление графиков дежурств. Контрольные сборы: проверка личной и групповой готовности к выходам в походы.

Подбор снаряжения для похода. Требование к личному, общественному и специальному снаряжению. Особенности снаряжения для походов в различные времена года. Личное снаряжение, одежда и обувь туриста в дальнем походе; типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки); предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка).

Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток; как подготовить палатку к походу (Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари.

2.4 Подведение итогов похода.

Теория: В результате этих походов кружковцы приобретут опыт движения по маршрутам, ознакомятся с природой и достопримечательностями своего края.

Практика: Во время учебно-тренировочных походов необходимо отработать: движение колонной, правила и режим пешего и лыжного движения, выполнение общественных поручений в группе по организационному и хозяйственному самообеспечению, преодоление различных естественных препятствий (подъемы, спуски по залесенным, травянистым, песчаным, каменистым склонам, движение через густой подлесок, по заболоченной местности, переправы по бревнам, кладям, камням, броды). Страховка и

самостраховка. Развертывание и свертывание бивака. Использование карты и компаса, сличение карты с местностью, ведение группы по заданному азимуту. Ориентирование по небесным светилам днем и в сумерках. Проведение наблюдений, вычерчивание схем, нанесение дополнений и исправлений на карту, фотографирование, ведение записей, составление описания пути движения и интересных объектов, организация и проведение экскурсий, сбор экспонатов.

Тема 3. Топография и ориентирование. (10 ч.)

3.1 Топографическая подготовка и ориентирование в походе.

Теория: Обзор материала, пройденного в первый год занятий. Тактические свойства и виды местности. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Что такое горизонталь, сечение, заложение, отметка, бергштрих. Основные формы рельефа и их изображение на топографической карте.

Практика: Определение крутизны склонов.

3.2 Компас.

Теория: спортивный компас. Приёмы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движения по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности. Спортивные карты. Технические приёмы: азимут, линейное ориентирование, точечное ориентирование.

Практика: Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию. стороны горизонта. Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо (чертеж). Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние. Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам. Работа с картой и компасом.

Тема 4. Тактика и техника пешеходного туризма. (18 ч.)

4.1 Причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика.

Теория: роль объективных и субъективных факторов в возникновении аварийных ситуаций.

Практика: Сюжетная игра: «Спасти рядового Курочкина».

4.2 Виды и нормы нагрузок в летних пешеходных и зимних походах на равнине и в горах.

Теория: весовые, скоростные, временные нагрузки и их изменения в процессе прохождения маршрута. Значение дисциплины в походе.

4.3 Значение уровня подготовленности и снаряженности туристической группы.

Теория: Повторение основных правил организации и проведения походов, пройденных по программе первого года занятий. Почему необходимо соблюдать правила организации и проведения туристских походов. Понятие о плановом и самодеятельном туризме.

Практика: Работа в команде.

4.4 Утверждение похода.

Теория: Требования к участникам походов высоких категорий сложности: морально-волевая, физическая, техническая и краеведческая подготовленность участника. Взаимопомощь туристов, понятие о само- и взаимостраховке. Законы

туристской дружбы. Волевые качества туриста, контрольные физические нормативы, психологическая совместимость.

Практика: Работа в команде.

Тема 5. Медицинская подготовка (6 ч.)

5.1 Гигиенические правила туриста.

Теория: Повторение гигиенических правил туриста, изученных на первом году занятий. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Правила использования химических средств защиты от кровососущих. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

5.2 Меры предупреждения травм и заболеваний.

Практика: Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях, порезах, ссадинах, укусах насекомых и пресмыкающихся, при растяжении связок. Меры предупреждения перечисленных травм и заболеваний. Как остановить кровотечение. Что такое снежная слепота, ее предупреждение. Способы транспортировки пострадавшего, заболевшего. Опасности бесконтрольного употребления грибов, ягод, трав. Почему турист не имеет права скрывать свое недомогание.

5.3 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи

Теория: Обязанности санитаров походной туристской группы при подготовке и во время похода. Ведение санитарного походного журнала, ежедневный санитарный контроль за соблюдением правил личной гигиены, за чистотой посуды.

Практика: Освоение приемов самоконтроля. Обработка и перевязка ран, наложение жгута. Конкурс на лучшего санитаря группы.

Тема 6. Участие в туристических соревнованиях, конкурсах, походах, экскурсиях (6 ч.)

Практика: Участие в конкурсах, соревнованиях, походах, экскурсиях. Мастер-классы «Установка и снятие палатки», «Укладка рюкзака», «Виды костров», «Обустройство бивуака», «Вязание узлов».

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Количество учебных недель- 36

Количество учебных дней- 72

Продолжительность каникул - нет каникулярных дней

Дата начала и окончание учебных периодов – 01.09.2024- 31.05.2025

Праздничные (выходные) дни в соответствии с производственным календарем на 2024-2025 учебный год:

- 6 ноября – День народного единства;
- 1,2,3,4,5,6, и 8 января – новогодние каникулы;
- 7 января – Рождество Христово;
- 23 февраля – День защитника Отечества;
- 8,9 марта – Международный женский день;
- 1,2 мая – Праздник весны и труда;
- 9 мая – День Победы;

- 12 июня – День России

Организационно-педагогические условия реализации программы

Педагог дополнительного образования, реализующий данную программу, должен иметь высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование в области, соответствующей профилю кружка, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительное профессиональное образование по направлению «Образование и педагогика» без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение

Фотоаппарат

Тент от дождя

Индивидуальный медицинский пакет туриста

Коврик теплоизоляционный

Историко-географические комплекты материалов

Историко-этнографические комплекты материалов

Методические пособия по экскурсоведению

Историко-археологические комплекты материалов

Методическое пособие по краеведению (исторические, географическое)

Экология комплект

Проектор мультимедийный

Принтер

Расправилка энтомологическая

Гербарный пресс (гербарная сетка)

Гербарная папка

Предметные стекла

Покровные стекла

Комплект определителей и атласов живых организмов

Карты географические (набор)

Комплект дидактических материалов

Цифровая лаборатория по экологии

Комплект методических пособий

Расходные материалы для принтера

Бинокль «Nikon»

Оценочные и методические материалы

Вся оценочная система делится на три уровня сложности:

1. Обучающийся может ответить на общие вопросы по большинству тем, с помощью педагога может поставить палатку и объяснить принцип ее установки (на выбор).

2. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и особенности любой из предложенных ему палаток, развести костер.

3. Обучающийся отвечает на все вопросы, поднимаемые за период обучения. Может самостоятельно построить и объяснить принцип действия и

особенности любого из предложенных ему туристических снаряжений. Но, располагает сведениями сверх программы, проявляет интерес к теме. Проявил инициативу при выполнении конкурсной работы или проекта. Вносил предложения, имеющие смысл.

Кроме того, весь курс делится на разделы. Успехи обучающегося оцениваются так же и по разделам:

- Теория;
- Практика;
- Поход.

Методическое обеспечение

Обеспечение программы предусматривает наличие следующих методических видов продукции:

- электронные учебники;
- видеоролики;
- информационные материалы на сайте, посвященном данной дополнительной общеобразовательной программе;
- мультимедийные интерактивные домашние работы, выдаваемые обучающимся на каждом занятии.

Методы, в основе которых располагается уровень деятельности учащихся:

- исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся;
- репродуктивный – учащиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности. объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию;
- частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом.

Методы, в основе которых лежит способ организации занятия:

- наглядный (показ мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.);
- практический (выполнение работ по инструкционным чертежам, схемам и др.);
- словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.).

Методы, в основе которых лежит форма организации деятельности обучающихся на занятиях:

При осуществлении образовательного процесса применяются следующие методы:

- проблемного изложения, исследовательский (для развития самостоятельности мышления, творческого подхода к выполняемой работе, исследовательских умений);
- объяснительно-иллюстративный (для формирования знаний и образа действий);
- репродуктивный (для формирования умений, навыков и способов деятельности);
- словесный - рассказ, объяснение, беседа, лекция (для формирования сознания);
- стимулирования (соревнования, выставки, поощрения).

Список литературы

Нормативные правовые акты

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
2. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки» от 07.05.2012 № 599
3. Указ Президента Российской Федерации «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики» от 07.05.2012 № 597.
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам"
5. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
6. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года».
7. Приказ Министерства образования Калининградской области от 26 июля 2022 года № 912/1 "Об утверждении Плана работы по реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года, I этап (2022 - 2024 годы) в Калининградской области и Целевых показателей реализации Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года в Калининградской области"

Основная литература:

1. Елаева В. П., Васячкина А. П., Савина Е. И. Спортивное ориентирование-спорт для здоровья нации. - Калининград, 2009
2. Миловский В. А. Краеведческие маршруты Гумбиненского поля. - Калининград, 2013
3. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. - Москва, 2006
- 4.Л.А.Вяткин «Туризм и спортивное ориентирование», М. «Академия», 2001г.
- 5.Ю.С.Константинов «Туристические слёты и соревнования учащихся. Учебно- методическое пособие» М; ЦДЮТ и КМО РФ 2003г.
- 6.«Подготовка, проведение и судейство районных туристических соревнований школьников, методические рекомендации» Калининград 2002г.
- 7.«Правила проведения туристических соревнований» М; ЦДЮТ и К, МО РФ 2002г.
- 8.Н.М. Куприн «С картой и компасом» 2003г.
- 9.«География янтарного края России» К; Янтарный сказ 2004г.
- 10.Г.М.Барина «Калининградская область. Климат» 2003г.
- 11.Л.А.Данилова «Калининградский зоопарк» 2002г.
- 12.В.М.Литвин «Калининградская область. Природные ресурсы» 2002г.
- 13.М.А.Клемешева «Очерки истории края» Калининград 2003г.

- 14.Г.В. Критинин «Очерки истории Восточной Пруссии» 2002г.
- 14.Журнал «География в школе»
- 15.Журнал «Физкультура в школе» Литература для обучающихся
1. Сечко Л. Край, в котором мы живем. Очерки истории Калининградской области. - Калининград, Янтарный сказ, 2008
 2. Туристская игротека (Игры, конкурсы, викторины).- Калининград, 2010
 3. Миловский В. А. 60 краеведческих маршрутов по Калининградской области. - Калининград, 2010
 - 4.Г.М.Фёдоров «Знаете ли вы Калининградскую область» Калининград 2006