** К**

 **Пояснительная записка**

Настоящая программа составлена согласно типовой программе по туризму, утвержденной Управлением воспитания и дополнительного образования детей и молодежи Министерства образования РФ.

Учебный материал программы рассчитан на 1 год обучения на детей 10-18лет. Количество часов в неделю - 6часов. Занятия 3-часовые, периодичность занятий – 2раза в неделю. Объем часов в год -216, летняя полевая практика – 36 часов

 В основе программного материала использованы материалы по общей туристской подготовке, топографии, картографии, ориентированию спелеологии.

Формы и методы работы, применяемые при изучении данной программы: лекции, беседы, творческие задания, практические работы, игры. Занятия на местности, выходы на маршруты и экскурсии.

 **Цели и задачи программы;**

**Цель:**

 духовное и физическое развитие детей и подростков посредством туристкой деятельности, а также реализация их творческих, образовательных и познавательных потребностей. Выполнение спортивных разрядов по спортивному туризму.

**Задачи:**

1. Воспитание, гармонично развитого молодого человека.
2. Укрепление физического и духовного здоровья детей.
3. Формирование у детей осознанной и устойчивой потребности к физическому и духовному развитию и самосовершенствованию.
4. Приобретение практических навыков по спортивному туризму.

Ожидаемые результаты:

1.Обучаюшиеся должны знать:

- основы пешеходного туризма;

- выдающиеся природные памятники района и республики.

- опасные факторы природы;

-способы выживания в дикой природе;

2. Обучающиеся должны уметь:

- обеспечить свое автономное существование в природе;

( обустроить бивуак, приготовить пищу, организовать ночевку.)

- пользоваться картами;

-оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему;

-организовать зимнюю ночевку;

- организовать страховку при посещении опасных объектов.

 - выполнение спортивных разрядов по спортивному туризму.

Оценка знаний по каждому разделу производиться в виде тестирования, конкурсных заданий, контрольных походов выходного дня и сплавов по рекам различной категории сложности

 **Учебно - тематический план**

 **по программе «юные туристы»**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Название темы раздела | Количество часов | Форма аттестации и контроля |
|  | всего | теория | практика |
| 1 | **Введение. Инструктаж по ТБ** | 6 | **6** |  |  |
| 3 | **Природного края и его история** | 9 | **6** | **3** | лекция |
| 6 | **Организация и подготовка похода** | 42 | 13 | 29 | оценка практических.навыков  |
|  | **Топографическая подготовка** | 30 | 13 | 17 |  |
| 4 | **Физическая подготовка туриста** | 3 | 1 | 2 | Вопросы, офп |
| 5 | **Общее туристическое снаряжение** | 15 | 3 | 12 |  |
| 6 | **Туристический быт**  | 30 | 24 | 6 | игра «привал» |
|  | **Содержание походной аптечки** | 6 | 3 | 3 |  вязка носилок |
| 51 | **Полоса препятствий** | 78 | 30 | 48 | практические занятия. |
| 77 | **Судейство соревнований по технике пешеходного туризма** | 15 | 3 |  | вопросы |
| 80 | **Подготовка к летним многодневным походам и подготовка к республиканским соревнованиям по школе безопасности** | 3 | 2 | 1 | на местности |
|  | всего | 216+36 |  |  |  |

 **Содержание учебного плана**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.**Введение.** Инструктаж по ТБ. Основы безопасности жизнедеятельности.**2.Природного края и его история Охрана природы.** Ведение путевых заметок. **3Организация и подготовка похода.** Определение цели и района похода. Разработка маршрута. Оформление походной документации. Организация и проведение похода. Движение по маршруту, нормы переходов. **Практические занятия** Движение по лесу. Движение по равнине, темп, режим , строй. Движение на склонах. Движение по заболоченной местности. Обеспечение безопасности. Дисциплина. Правила поведения в лесу. Подведение итогов похода. Составление отчета. Оформление отчета**3. Топографическая подготовка турист**а Азимут. Масштаб. Определение крутизны склона. Определение сторон горизонта. Топографическая . Знакомство с топографической картой. **Практические занятия.**  Маршрутная топографическая сьемка. Маршрутная сьемка парка «Слава». **4.Физическая подготовка туриста.** **5.Общее туристическое снаряжение**. Туристическое снаряжение. Групповое и личное снаряжение . **Практические занятия** Уход за снаряжением и его ремонт. Костровое хозяйство. 6.**Туристический быт.** Выбор места для дневного привала. Планирование лагеря. Выбор и заготовка топлива. Охрана природы в походе. Питание в походе. Выбор и обеззараживание воды. Гигиена туриста. Личная гигиена туриста. Купание в походе. **7.Содержание походной аптечки. Практические занятия** Транспортировка пострадавшего различными способами. Вязка узлов.**8.Полоса препятствий.** Преодоление препятствий. Траверс склона **9.Подготовка тур слету школьников.** Топографические знаки на спортивных картах. Условные знаки гидрологии. Условные знаки местности. Условные знаки растительности. Ориентирование по спортивным картам. Определение азимута на местности и по карте. **Практические занятия** Вязка узлов( булинь, брам-шкотовый и др.). Маркированный маршрут. Движение по легенде. Азимутальный ход. Прохождение по бревну с перилами. Прохождение по бревну без перил. Укладка бревна. Навесная переправа по натянутым судейским перилам. Ритм и скорость движения величина переходов. Место руководителя в строю группы. Распорядок дня. Выбор времени суток для движения. Техника движения по болотам. Техника движения по осыпям и моренам. Особенности переправ через таежные и горные реки. Виды переправ: вброд, с шестом, «Стенкой и др.».**10 Судейство соревнований по технике пешеходного туризма.** Судейство технической дистанции. Судейство контрольно-туристического маршрута. Подготовка к летним многодневным походам и подготовка к республиканским соревнованиям по школе безопасности |  |
|  **Календарный учебный график**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| NN | месяц | число | Время проведения | Форма занятия | Количество часов | Тема занятия | Место проведения | Форма контроля |
| 1 | сентябрь | 01 | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Введение. Инструктаж по ТБ | Каб.7 |  |
| 2 | сентябрь |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Основы безопасности жизнедеятельности | Каб.7 |  |
| 3 | сентябрь |  | 14.00-17.00 | беседа | 3 | Природного края и его история | Каб.7 | опрос |
| 4 | сентябрь |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Охрана природы | Каб.7 |  |
| 5 | сентябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Ведение путевых заметок | Каб.7 | Путевой дневник |
| 6 | сентябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Организация и подготовка похода | Каб.7 | Оценка прак. навыков |
| 7 | сентябрь |  | 14.00-17.00 | Комбинированный | 3 | Определение цели и района похода | Каб.7 | Оценка прак. навыков |
| 8 | сентябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия.. | 3 | Разработка маршрута | Каб.7 | Прак. Зан. |
| 9 | октябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия.. | 3 | Оформление походной документации | Каб.7 | Прак.зан. |
| 10 | октябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Организация и проведение похода | Каб.7 | Выход на маршрут |
| 11 | октябрь |  | 14.00-17.00 | Лекция  | 3 | Движение по маршруту, нормы переходов | Каб.7 | вопросы |
| 12 | октябрь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Движение по лесу | Каб.7 | вопросы |
| 13 | октябрь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Движение по равнине, темп, режим , строй.. | Каб.7 | вопросы |
| 14 | октябрь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Движение на склонах | Каб.7 | вопросы |
| 15 | октябрь |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Движение по заболоченной местности | Каб.7 |  |
| 16 | октябрь |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Обеспечение безопасности. Дисциплина. | Каб.7 |  |
| 17 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | рассказ | 3 | Правила поведения в лесу | Каб.7 | вопросы |
| 18 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | семинар | 3 | Подведение итогов похода | Каб.7 | семинар |
| 19 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия | 3 | Составление отчета | Каб.7 | практические занятия. |
| 20 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Оформление отчета | Каб.7 | Прак. Зан. |
| 21 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Ориентирование в походе | Каб.7 | вопросы |
| 22 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Устройство и типы компасов | Каб.7 | Игра «Найди друга» |
| 23 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | Лекция  | 3 | Азимут | Каб.7 | кроссворд |
| 24 | ноябрь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Масштаб | Каб.7 | вопросы |
| 25 | декабрь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Определение крутизны склона | Каб.7 | практические занятия. |
| 26 | декабрь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Определение сторон горизонта | Каб.7 | Оценка прак. занятий |
| 27 | декабрь |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Топографическая подготовка | Каб.7 | вопросы |
| 28 | декабрь |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Знакомство с топографической картой | Каб.7 | вопросы |
| 29 | декабрь |  | 14.00-17.00 | рассказ | 3 | Маршрутная топографическая сьемка | Каб.7 |  |
| 30 | декабрь |  | 14.00-17.00 | семинар | 3 | Маршрутная сьемка парка «Слава» | Каб.7 | Сьёмка местности |
| 31 | декабрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Физическая подготовка туриста | Каб.7 |  |
| 32 | декабрь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Общее туристическое снаряжение | Каб.7 | вопросы |
| 33 | январь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Туристическое снаряжение | Каб.7 | практические занятия. |
| 34 | январь |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Групповое и личное снаряжение  | Каб.7 | Укладка рюкзака |
| 35 | январь |  | 14.00-17.00 | Лекция  | 3 |  Уход за снаряжением и его ремонт | Каб.7 | практические занятия. |
| 36 | январь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Костровое хозяйство | Каб.7 | Вопросы виды костров |
| 37 | январь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Туристический быт  | Каб.7 | вопросы |
| 38 | январь |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Выбор места для дневного привала | Каб.7 | Игра «привал» |
| 39 | январь |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Планирование лагеря | Каб.7 | вопросы |
| 40 | январь |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Выбор и заготовка топлива | Каб.7 | практические занятия. |
| 41 | февраль |  | 14.00-17.00 | рассказ | 3 | Охрана природы в походе | Каб.7 |  |
| 42 | февраль |  | 14.00-17.00 | семинар | 3 | Питание в походе | Каб.7 | Составление меню |
| 43 | Февраль |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Выбор и обеззараживание воды | Каб.7 | вопросы |
| 44 | Февраль |  | 14.00-17.00 | практические занятия | 3 | Гигиена туриста | Каб.7 | вопросы |
| 45 | Февраль |  | 14.00-17.00 | практические занятия | 3 | Личная гигиена туриста | Каб.7 | вопросы |
| 46 | Февраль |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Купание в походе | Каб.7 | Первая помощь |
| 47 | Февраль |  | 14.00-17.00 | Лекция  | 3 | Содержание походной аптечки | Каб.7 | кроссворд |
| 48 | Февраль |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Транспортировка пострадавшего различными способами | Каб.7 | практические занятия, вязка носилок |
| 49 | март |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Вязка узлов | Каб.7 | Вязка узлов |
| 50 | Март |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Маркированный маршрут | Каб.7 | вопросы |
| 51 | Март |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Полоса препятствий | Каб.7 |  |
| 52 | Март |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Преодоление препятствий | Каб.7 | практические занятия. |
| 53 | Март |  | 14.00-17.00 | рассказ | 3 | Траверс склона | Каб.7 | практические занятия. |
| 54 | Март |  | 14.00-17.00 | семинар | 3 | Прохождение болот | Каб.7 | вопросы |
| 55 | Март |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Подготовка ктур слету школьников | Каб.7 | вопросы |
| 56 | март |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Топографические знаки на спортивных картах | Каб.7 | Игра Условные знаки |
| 57 | апрель |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Условные знаки гидрологии | Каб.7 | Игра Условные знаки |
| 58 | Апрель |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Условные знаки местности | Каб.7 | Игра Условные знаки |
| 59 | апрель |  | 14.00-17.00 | Лекция  | 3 | Условные знаки растительности | Каб.7 | Игра Условные апрель знаки |
| 60 | Апрель |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Ориентирование по спортивным картам | Каб.7 | вопросы |
| 61 | Апрель |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Определение азимута на местности и по карте | Каб.7 | практические занятия. |
| 62 | Апрель |  | 14.00-17.00 | Беседа  | 3 | Вязка узлов ( булинь, брам-шкотовый и др.) | Каб.7 | практические занятия. |
| 63 | Апрель |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Маркированный маршрут | Каб.7 |  |
| 64 | апрель |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Движение по легенде | Каб.7 | вопросы |
| 65 | май |  | 14.00-17.00 | рассказ | 3 | Азимутальный ход | Каб.7 |  |
| 66 | Май |  | 14.00-17.00 | семинар | 3 | Прохождение по бревну с перилами | Каб.7 | На местности |
| 67 | Май |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Прохождение по бревну без перил | Каб.7 | На местности |
| 68 | Май |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Укладка бревна | Каб.7 | На местности |
| 69 | Май |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Навесная переправа по натянутым судейским перилам | Каб.7 | На местности |
| 70 | Май |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Ритм и скорость движения величина переходов | Каб.7 | вопросы |
| 71 | Май |  | 14.00-17.00 | Лекция  | 3 | Место руководителя в строю группы | Каб.7 | вопросы |
| 72 | май |  | 14.00-17.00 |  | 3 |  Распорядок дня. Выбор времени суток для движения | Каб.7 | вопросы |
| 73 | июль |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Техника движения по болотам | Каб.7 | На местности |
| 74 | Июль |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Техника движения по осыпям и моренам | Каб.7 | вопросы |
| 75 | Июль |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Особенности переправ через таежные и горные реки | Каб.7 | На местности |
| 76 | Июль |  | 14.00-17.00 | лекция | 3 | Виды переправ: в брод, с шестом, «Стенкой и др.» | Каб.7 | вопросы |
| 77 | Июль |  | 14.00-17.00 | рассказ | 3 | Судейство соревнований по технике пешеходного туризма | Каб.7 | вопросы |
| 78 | Июль |  | 14.00-17.00 | семинар | 3 | Судейство технической дистанции | Каб.7 | вопросы |
| 79 | июль |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Судейство контрольно-туристического маршрута | Каб.7 | вопросы |
| 80 | август |  | 14.00-17.00 | практические занятия. | 3 | Подготовка к летним многодневным походам и подготовка к республиканским соревнованиям по школе безопасности | Каб.7 | На местности |
| 81 | Август |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Полоса препятствий | Каб.7 | На местности |
| 82 | Август |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Полоса препятствий | Каб.7 | На местности |
| 83 | август |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Полоса препятствий | Каб.7 | На местности |
| 84 | август |  | 14.00-17.00 |  | 3 | Полоса препятствий | Каб.7 | На местности |

**Условия реализации программы** Для выполнения программы необходимы следующие условия: **Материально-технические**. 1. Кабинет для проведения групповых и индивидуальных занятий.2. Шкафы и полки; выставочные витрины для расположения учебной и научной литературы, наглядных пособий, демонстрационного материала, творческих работ учащихся.3. Компьютер, фотоаппарат, видеокамера.4. туристическое снаряжение.**Внешние условия.** Контакты с турклубами и детскими туристическими организациями: республиканская станция юных туристов,  **Кадровые условия.**  Педагог дополнительного образования.**Формы аттестации***Критерием оценки усвоения материала является:*умение ребенка проявлять приобретенные знания в спортивных соревнованиях и походах.зачет по проверочным работам в течение года;**Показатели результативности освоения программы**Показателями результативности служат:обрести единомышленников.участие в соревнованиях и походах**Прогнозируемые результаты.**Показателями эффективности работы данного объединения и возможным критерием результативности могут быть:*Внешняя результативность:*стабильность функционирования подросткового коллектива;Внутренняя результативность*:*изменение стереотипа поведения, осуществление самоконтроля, самоанализа;повышение социальной активности подростков;личностное самоопределение подростка;сознательный выбор профессии с учетом своих способностей; игра, состязание, проверка собственных сил.  **Прогнозируемые результаты.** 1.Обучаюшиеся должны знать:- основы пешеходного туризма;- выдающиеся природные памятники района и республики.- опасные факторы природы;-способы выживания в дикой природе;2. Обучающиеся должны уметь:- обеспечить свое автономное существование в природе;( обустроить бивуак, приготовить пищу, организовать ночевку.)- пользоваться картами;-оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему;-организовать зимнюю ночевку;- организовать страховку при посещении опасных объектов. - выполнение спортивных разрядов по спортивному туризму.Оценка знаний по каждому разделу производиться в виде тестирования, конкурсных заданий, контрольных походов выходного дня и сплавов по рекам различной категории сложности |
|  |

**ЛИТЕРАТУРА**

1 .Арбузов А.Ф. География туризма: учебник для студ.

Сред. проф. образования, -М.: ИЦ «Академия», 2009.-160с.

2.Вяткин Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учеб пособие Л.А

Вяткин, Е.В. Сидорчук.-4-е изд.-М.:ИЦ «Академия», 2009.-208с.

З.Ягодынская Н.В., Малышкин С.А. :Культурно-исторические центры

России - учебное пособие.-4-е издание - М.: ИЦ «Академия», 2009.-272с.

4. Махов И.И.: Туризм на уроках физической культуры для 5-8 классов

-Белгород: ИПК НИУ «БелГУ», 2012г.

5.Колбовский Ю.В.: Экологический туризм и экология туризма.- М.:

Академия, 2011г.

б. Журнал «Вокруг света», 2014г.

7.http:budetinteresno.info/lit.htm Все о туристической подготовке