

КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ВОЛОСОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР»

ПРИНЯТА:  
на заседании Педагогического совета  
Протокол от «29» августа 2025 г. № 1

УТВЕРЖДЕНА:  
приказом и. о. директора МОУ ДО ДЮЦ  
от «29» августа 2025 г. № 200 о/д  
\_\_\_\_\_ А.О. Золотарева

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
туристско-краеведческой направленности  
«Юные туристы-краеведы»

Возраст обучающихся: 10 – 15 лет  
Срок реализации образовательной программы: 4 года  
Количество часов: 576

Разработчик программы:  
Погорелова Елена Васильевна  
педагог дополнительного образования  
Ядыкин Роман Александрович

Волосово  
2025

## СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка.....	3 – 9
2.	Учебный план.....	9 – 11
3.	Учебно-тематическое планирование .....	12 – 16
4.	Содержание программы .....	16 – 23
5.	Ресурсное обеспечение программы.....	23 – 25
6.	Список литературы .....	26
7.	Приложение 1.....	27 – 30
8.	Приложение 2.....	31

## **Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юные туристы-краеведы»**

### **1. Пояснительная записка.**

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юные туристы-краеведы» разработана в соответствии с:

- Федеральным законом "Об образовании в Российской Федерации" от 29.12.2012 N 273-ФЗ;

- Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678-р;

- Приказом Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. N 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Письмом Минобрнауки России от 18.11.2015 N 09-3242 "О направлении информации" (вместе с "Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)");

- Письмом Минобрнауки России от 29.03.2016 N ВК-641/09 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с Методическими рекомендациями по реализации адаптированных дополнительных общеобразовательных программ, способствующих социально-психологической реабилитации, профессиональному самоопределению детей с ограниченными возможностями здоровья, включая детей-инвалидов, с учетом их особых образовательных потребностей)

- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Уставом и локальными актами учреждения.

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юные туристы-краеведы» разработана на основе программы «Юные туристы-краеведы» под редакцией Д.В. Смирнова (авторы Смирнов Д. В., Константинов Ю. С., Маслов А.Г. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-краеведы, М.: ЦДЮТиК, 2006г.).

Программа «Юные туристы-краеведы» рекомендована для использования в системе дополнительного образования детей. Предусматривается возможность внесения изменений и дополнений с учетом специфики образовательного учреждения.

**Сетевыми партнёрами** являются МОУ ДО ДЮЦ, расположенный по адресу: г. Волосово, ул. Восстания дом 13 и МОУ «Торосовская ООШ», расположенная по адресу: Ленинградская обл., Волосовский р-н, д. Торосово.

**Способы реализации сетевого взаимодействия и обязательства организаций участников:**

1. МОУ ДО ДЮЦ осуществляет руководство образовательной программой, курирует работу всей программы, отвечает за организацию экскурсий, встречу с интересными людьми, реализацию программы, организует текущую и промежуточную аттестации, подготовку документации, работу по подготовке обучающихся к районным конкурсам, мероприятиям различного уровня, конкурсах, фестивалях.

2. МОУ «Торосовская ООШ» является базой для проведения теоретических и практических занятий в учебных кабинетах с необходимым оборудованием и участием специалистов образовательной организации.

*Актуальность дополнительной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности «Юные туристы-краеведы».* Современные школьники много времени проводят у экрана компьютера, ведут малоподвижный образ жизни, что негативно сказывается на их физическом и психическом здоровье. Туризм является привлекательным занятием для большинства мальчишек и девчонок, пешие прогулки, экскурсии и походы вызывают эмоциональный подъем, а также способствуют воспитанию морально-этических качеств, помогают педагогу лучше узнать обучающихся в неформальной обстановке, более эффективно организовывать учебно-воспитательный процесс.

Туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. При этом пешеходный туризм не является капиталоемким видом деятельности, для занятий не требуется дополнительного дорогостоящего оборудования.

Таким образом, дополнительная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» актуальна благодаря тому, что туристско-краеведческая деятельность — комплексное средство всестороннего развития личности, укрепления здоровья и воспитания.

*Новизна дополнительной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности «Юные туристы-краеведы».* Реализация программы предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагогов таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу обучающихся в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой. При этом адаптация организма обучающихся 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.

*Отличительные особенности* дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы-краеведы». Реализация программы предполагает систематическую разноплановую работу, организованную 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 обучающихся.

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-творческую деятельность обучающихся (экскурсии, беседы; коллективное чтение и обсуждение художественных произведений о природе и путешественниках; просмотр видеосюжетов; изготовление обучающимися поделок из природных материалов, рисование природных объектов).

«Образовательные маршруты» должны проходить 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.

*Педагогическая целесообразность* дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы-краеведы» заключается в том, что она представляет из себя систему работы, которая включает:

- Межпредметные связи с другими школьными предметами: географией, физкультурой, историей и экологией. Это связано с тем, что занятия туризмом, краеведением помогают изучать природу, историю и культуру родного края, а также формировать экологические знания и навыки.

- Общие компетенции: принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность; использовать информационно-коммуникационные технологии; работать в команде, эффективно общаться; брать на себя ответственность за работу членов команды, за результат выполнения заданий.

- Активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, в первую очередь своей малой Родины.

- Познание природы родного края, его истории, знакомство с памятниками культуры.
- Формирование чувства патриотизма и активной гражданской позиции.
- Укрепление здоровья обучающихся через дозированные физические нагрузки.
- Развитие творческого и исследовательского потенциала.
- Формирование жизненно важных качеств: упорства, силы воли, целеустремлённости, честности, мужества, взаимовыручки, ответственности.

Кроме того, занятия по программе одновременно с получением дополнительного образования решают проблему организованного досуга и повышения социального статуса обучающихся.

Используемая система работы позволяет достичь поставленную цель.

*Цель дополнительной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности «Юные туристы-краеведы»:*

Создать условия для всестороннего развития личности обучающегося, совершенствовать его интеллектуальное, духовное и физическое развитие, способствовать изучению родного края, приобретению навыков самостоятельной исследовательской деятельности.

*Для успешной реализации поставленной цели, необходимо решить следующие задачи:*

*Обучающие:*

- ✓ формировать у обучающихся систему знаний, умений и навыков по основам туризма;
- ✓ вовлекать обучающихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма;
- ✓ расширять основные знания о своем крае;
- ✓ формировать знания о технике и тактике туризма, ориентирования на местности;
- ✓ формировать знания ведения краеведческих наблюдений и исследований;
- ✓ учить основам оказания первой медицинской помощи;
- ✓ учить инструкторской деятельности в своем классе, школе, туристском объединении.

*Развивающие:*

- ✓ развивать самодеятельность обучающихся на базе создания благоприятных условий для проявления ими инициативы;
- ✓ развивать творческий потенциал, ответственность и самовыражение личности в достижении общественно ценных и личностно-значимых целей;
- ✓ развивать морально-волевую подготовку в процессе выполнения должностных функций каждым членом группы, преодоления специфических сложностей (факторов выживания), возникающих в экстремальных ситуациях;
- ✓ развивать творческую активность обучающихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- ✓ развивать физические качества: выносливость, сила, ловкость.

*Воспитательные:*

- ✓ воспитывать чувство коллективизма;

✓ воспитывать патриотизм, бережное отношение к природному и культурному наследию родного края;

✓ формировать культуру здорового образа жизни.

*Возраст обучающихся.* Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юные туристы-краеведы» адресована обучающимся школьного возраста, возраст обучающихся 10 – 15 лет. Набор в группы осуществляется на добровольной основе, то есть принимаются все желающие заниматься.

*Сроки реализации.* Дополнительная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» рассчитана на 4 года обучения, всего 144 часов в год.

*Формы организации деятельности:* групповая и индивидуальная.

*Формы обучения:*

- Теоретические;
- Практические;
- Комбинированные.

*Виды занятий* по программе «Юные туристы-краеведы» определяются содержанием и предусматривают:

- Беседы, беседы-диалоги;
- Теоретические занятия-лекции;
- Подвижные игры;
- Мини-соревнования;
- Туристские и оздоровительные прогулки;
- Коллективное чтение и обсуждение художественных произведений о природе и путешественниках;
- Изготовление поделок из природных материалов;
- Рисование природных объектов;
- Просмотр видеосюжетов;
- Практические занятия;
- Тренинги;
- Комплексы физических упражнений;
- Игры на местности;
- Защита презентаций и проектов;
- Учебно-тренировочные семинары;
- Походы выходного дня;
- Экскурсии;
- Туристские соревнования;
- Научно – практические конференции.

*Режим занятий.* Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Юные туристы-краеведы» проводятся 4 раза в неделю. Исходя из санитарно-гигиенических норм, продолжительность часа занятий для обучающихся школьного возраста (10 – 15 лет) – 45 минут.

*Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ДО ДЮЦ.*

*Ожидаемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы-краеведы».*

*Предметные.*

Обучающийся будет:

- ✓ иметь представление о туризме как средстве оздоровления и познания мира;
- ✓ выполнять правила поведения на занятиях по общефизической и туристической подготовке;
- ✓ уметь рассказывать об истории родного края;
- ✓ уметь подбирать одежду и инвентарь для туристических прогулок и походов;
- ✓ знать основы топографии и ориентирования;
- ✓ уметь ориентироваться по местным признакам и звёздам;
- ✓ знать опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- ✓ знать порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;
- ✓ знать способы организации и проведения поисково-спасательных работ;
- ✓ знать основные исторические и географические сведения о родном крае;
- ✓ знать правила безопасности во время пешеходных походов, экскурсий, путешествий;
- ✓ уметь самостоятельно ориентироваться на местности и по карте;
- ✓ уметь оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему.

*Метапредметные.*

Обучающийся научится:

- ✓ планировать свою деятельность, вносить изменения, предвидеть возможные варианты развития событий, проводить самооценку и анализ;
- ✓ осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, ориентируясь в естественной природной среде по природным ориентирам, используя топографические карты, справочную литературу;
- ✓ договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, группе, коллективе;
- ✓ безопасному поведению во время занятий в природной среде;
- ✓ оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;
- ✓ организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт.

*Личностные.*

*У обучающегося будут сформированы:*

- ✓ важнейшие нравственные качества: организованность, отзывчивость, доброжелательность;
- ✓ положительное отношение к ежедневным занятиям физической культурой, к ЗОЖ, бережное отношение к природе, как к основным ценностям в жизни человека;
- ✓ интерес к изучению краеведческих вопросов, касающихся культуры и истории родного края;
- ✓ первоначальные туристические умения и навыки;
- ✓ познавательная мотивация к изучению истории родного края;

- ✓ туристско-краеведческое мышление, умения и навыки, способствования ориентирования на местности и элементарные правила поведения в природе;
- ✓ понимание значения занятий туризмом для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека;
- ✓ мотивация к выполнению норм гигиены и закалывающих процедур;
- ✓ активная позиция в стремлении к культуре безопасного и здорового образа жизни.

В конце каждого года обучения обучающиеся принимают участие в туристических соревнованиях школьного и районного уровней, где демонстрируют практическое овладение необходимыми умениями и навыками.

По завершении изучения курса, обучающиеся должны уметь самостоятельно разрабатывать маршруты походов по родному краю, составлять и рассчитывать продуктовую раскладку, перечень группового и личного снаряжения, рассчитывать вес рюкзака.

*Критерии оценки достижения планируемых результатов.* Оценка достижения планируемых результатов освоения дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы-краеведы» осуществляется по трём уровням:

- высокий (от 80 до 100% освоения программного материала);
- средний (от 51 до 79% освоения программного материала);
- низкий (менее 50 % освоения программного материала).

Определение уровня освоения программы обучающимися представляет собой совокупность мероприятий: планирование; использование различных форм контроля; анализ результатов; документальное оформление результатов контроля.

*Формы подведения итогов.* Для контроля, оценки и подведения итогов освоения программы используются: опрос, зачет (промежуточная аттестация) (Приложение 2), практические работы, сдача нормативов, соревнования, зачетный поход.

## 2. Учебный план.

1 год обучения.

№ п/п	Учебный предмет (модуль)	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение.	1	1		Опрос.
2	Азбука спортивно-оздоровительного туризма.	29	3	26	Практическая работа.
3	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста.	26	7	19	Практическая работа.
4	Азбука топографии.	10	5	5	Практическая работа.
5	Туристское и экскурсионное ориентирование.	22	7	15	Практическая работа.
6	Азбука спортивно-	12	1	11	Практическая

	оздоровительного туризма.				работа.
7	Личная гигиена и первая доврачебная помощь.	10	5	5	Практическая работа.
8	Основы краеведения.	16	4	12	Опрос.
9	Азбука спортивно-оздоровительного туризма.	4	1	3	Сдача нормативов.
10	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.	14	1	13	Соревнования.
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>144</b>	<b>35</b>	<b>109</b>	

### 2 год обучения.

№ п/п	Учебный предмет (модуль)	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение.	1	1		Опрос.
2	Спортивно-оздоровительный туризм.	31	3	28	Практическая работа.
3	Туристско-бытовые навыки юного туриста.	28	7	21	Практическая работа.
4	Основы топографии.	10	3	7	Практическая работа.
5	Туристское и экскурсионное ориентирование.	20	6	14	Практическая работа.
6	Спортивно-оздоровительный туризм.	10	1	9	Практическая работа.
7	Личная гигиена и первая доврачебная помощь.	10	5	5	Практическая работа.
8	Основы краеведения.	12	4	8	Опрос.
9	Спортивно-оздоровительный туризм.	10	2	8	Сдача нормативов.
10	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.	12	2	10	Соревнования.
	<b>ВСЕГО:</b>	<b>144</b>	<b>34</b>	<b>110</b>	

### 3 год обучения.

№ п/п	Учебный предмет (модуль)	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение.	1	1		Опрос.
2	Спортивно-оздоровительный туризм.	27	3	24	Практическая работа.

3	Туристско-бытовые навыки юного туриста.	30	7	23	Практическая работа.
4	Основы топографии.	10	4	6	Практическая работа.
5	Туристское и экскурсионное ориентирование.	18	5	13	Практическая работа.
6	Спортивно-оздоровительный туризм.	10	1	9	Практическая работа.
7	Личная гигиена и оказание первой доврачебной помощи.	10	5	5	Практическая работа.
8	Основы краеведения.	12	4	8	Опрос.
9	Спортивно-оздоровительный туризм.	12	2	10	Сдача нормативов.
10	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.	14	2	12	Соревнования.
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>	<b>34</b>	<b>110</b>	

#### 4 год обучения.

№ п/п	Учебный предмет (модуль)	Количество часов			Формы промежуточной аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение.	1	1		Опрос.
2	Спортивно-оздоровительный туризм.	29	3	26	Практическая работа.
3	Туристско-бытовые навыки юного туриста.	30	7	23	Практическая работа.
4	Основы топографии.	10	4	6	Практическая работа.
5	Туристское и экскурсионное ориентирование.	16	5	11	Практическая работа.
6	Спортивно-оздоровительный туризм.	14	1	13	Практическая работа.
7	Первая доврачебная помощь.	10	5	5	Практическая работа.
8	Основы краеведения.	12	3	9	Опрос.
9	Спортивно-оздоровительный туризм.	12	2	10	Сдача нормативов.
10	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.	10	1	9	Соревнования.
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>	<b>32</b>	<b>112</b>	

### 3. Учебно-тематическое планирование.

#### 1 год обучения.

№ п/п	Тема	Количество часов
<b>1. Введение.</b>		<b>1</b>
1	Оздоровительная роль туризма. Правила поведения юных туристов.	1
<b>2. Азбука спортивно-оздоровительного туризма.</b>		<b>29</b>
2 - 18	Участие в соревнованиях, конкурсах.	17
19 - 26	Пешеходный туризм.	8
27 - 30	Полоса препятствий пешеходного туризма.	4
<b>3. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста.</b>		<b>26</b>
31 -32	Основы безопасности в природной среде.	2
33 -34	Основы безопасности дома и в школе.	2
35 - 36	Личное снаряжение и уход за ним.	2
37	Питьевой режим на туристской прогулке.	1
38 - 42	Групповое снаряжение и уход за ним.	5
43 - 44	Индивидуальный и групповой ремонтный набор.	2
45 - 48	Организация биваков и охрана природы.	4
49 - 56	Туристская группа на прогулке (экскурсии).	8
<b>4. Азбука топографии.</b>		<b>10</b>
57 - 58	Мой дом, моя школа, школьный двор.	2
59 - 61	План местности.	3
62 - 66	Условные знаки.	5
<b>5. Туристское и экскурсионное ориентирование.</b>		<b>22</b>
67 - 68	Ориентирование по сторонам горизонта.	2
69 - 74	Ориентирование на местности.	6
75 - 84	Виды туристского ориентирования.	10
85 - 88	Экскурсионное ориентирование.	4
<b>6. Азбука спортивно-оздоровительного туризма.</b>		<b>12</b>
89 - 100	Лыжный туризм.	12
<b>7. Личная гигиена и первая доврачебная помощь.</b>		<b>10</b>
101 - 102	Личная гигиена юного туриста.	2
103 - 104	Оказание первой доврачебной помощи.	2
105 - 106	Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	2
107 - 108	Индивидуальная и групповая медицинская аптечки.	2
109 - 110	Способы транспортировки пострадавшего.	2
<b>8. Основы краеведения.</b>		<b>16</b>
111 - 112	Родословие.	2
113 - 114	Моя школа.	2
115 - 126	Природа моего края.	12

<b>9. Азбука спортивно-оздоровительного туризма.</b>		<b>4</b>
127 - 130	Полоса препятствий пешеходного туризма.	4
<b>10. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.</b>		<b>14</b>
131 - 142	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	12
143 - 144	Медицинская диагностика физического развития обучающихся.	2
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>

### 2 год обучения.

№ п/п	Тема	Количество часов
<b>1. Введение.</b>		<b>1</b>
1	Познавательная роль туризма. Правила поведения юных туристов.	1
<b>2. Спортивно-оздоровительный туризм.</b>		<b>31</b>
2 - 18	Участие в соревнованиях, конкурсах	17
19 - 24	Полоса препятствий пешеходного туризма.	6
25 - 32	Пешеходный туризм.	8
<b>3. Туристско-бытовые навыки юного туриста.</b>		<b>28</b>
33 - 34	Основы безопасности в природной среде.	2
35 - 36	Основы безопасности дома, в школе, в музее.	2
37 - 40	Личное снаряжение и уход за ним.	4
41	Питьевой режим на туристской прогулке.	1
42 - 46	Групповое снаряжение и уход за ним.	5
47 - 48	Индивидуальный и групповой ремонтный набор.	2
49 - 58	Организация биваков и охрана природы.	10
59 - 60	Туристская группа в походном строю.	2
<b>4. Основы топографии.</b>		<b>10</b>
61 - 64	Школьный двор и его ближайшее окружение.	4
65 - 68	План местности.	4
69 - 70	Условные топографические знаки.	2
<b>5. Туристское и экскурсионное ориентирование.</b>		<b>20</b>
71	Компас и его устройство.	1
72 - 74	Ориентирование по компасу.	3
75 - 78	Ориентирование по плану.	4
79 - 82	Ориентирование на местности.	4
83 - 86	Виды туристского ориентирования.	4
87 - 90	Экскурсионное ориентирование.	4
<b>6. Спортивно-оздоровительный туризм.</b>		<b>10</b>
91 - 100	Лыжный туризм.	10
<b>7. Личная гигиена и первая доврачебная помощь.</b>		<b>10</b>
101 - 102	Личная гигиена туриста.	2

103 - 104	Оказание первой доврачебной помощи.	2
105 - 106	Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок.	2
107 - 108	Индивидуальная и групповая медицинская аптечки.	2
109 - 110	Способы транспортировки пострадавшего.	2
<b>8. Основы краеведения.</b>		<b>12</b>
111 - 112	Родословие.	2
113 - 118	Земляки.	6
119 - 122	Азбука краеведения.	4
<b>9. Спортивно-оздоровительный туризм</b>		<b>10</b>
123 - 126	Полоса препятствий пешеходного туризма.	4
127 - 132	Туристские узлы и их применение.	6
<b>10. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.</b>		<b>12</b>
133 - 140	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	8
141 - 144	Медицинская диагностика физического развития обучающихся.	4
<b>ВСЕГО:</b>		<b>144</b>

### 3 год обучения.

№ п/п	Тема	Количество часов
<b>1. Введение.</b>		<b>1</b>
1	История отечественного туризма. Правила поведения юных туристов.	1
<b>2. Спортивно-оздоровительный туризм.</b>		<b>27</b>
2 - 18	Участие в соревнованиях, конкурсах.	17
19 - 24	Пешеходный туризм.	6
25 - 28	Полоса препятствий пешеходного туризма.	4
<b>3. Туристско-бытовые навыки юного туриста.</b>		<b>30</b>
29	Основы безопасности в природной среде.	1
30 - 33	Основы безопасности на улице и в микрорайоне.	4
34 - 36	Личное снаряжение и уход за ним.	3
37 - 40	Групповое снаряжение и уход за ним.	4
41 - 52	Организация биваков и охрана природы.	12
53 - 56	Туристская группа в походе.	4
57 - 58	Питание туристской группы	2
<b>4. Основы топографии.</b>		<b>10</b>
59 - 64	Топографическая и спортивная карта.	6
65 - 68	Условные топографические знаки.	4
<b>5. Туристское и экскурсионное ориентирование.</b>		<b>18</b>
69 - 74	Ориентирование по компасу, азимут.	6

75 - 78	Ориентирование по компасу и карте.	4
79 - 82	Ориентирование на местности.	4
83 - 84	Виды соревнований по ориентированию.	2
85 - 86	Экскурсионное ориентирование.	2
<b>6. Спортивно-оздоровительный туризм.</b>		<b>10</b>
87 - 96	Лыжный туризм.	10
<b>7. Личная гигиена и оказание первой доврачебной помощи.</b>		<b>10</b>
97	Личная гигиена туриста.	1
98 - 100	Оказание первой доврачебной помощи.	3
101 - 102	Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок, жгутов и шин.	2
103	Измерение температуры тела, пульса.	1
104	Медицинская аптечка.	1
105 - 106	Способы транспортировки пострадавшего.	2
<b>8. Основы краеведения.</b>		<b>12</b>
107 - 108	Родословие.	2
109 - 112	Земляки.	4
113 - 118	Культурное и природное наследие.	6
<b>9. Спортивно-оздоровительный туризм.</b>		<b>12</b>
119 - 122	Полоса препятствий пешеходного туризма.	4
123 - 130	Пешеходные прогулки.	8
<b>10. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.</b>		<b>14</b>
131 - 142	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	12
143 - 144	Медицинская диагностика физического развития обучающихся.	2
<b>ИТОГО</b>		<b>144</b>

#### 4 год обучения.

№ п/п	Тема	Количество часов
<b>1. Введение.</b>		<b>1</b>
1	История отечественного спорта и туризма. Правила поведения юных туристов.	1
<b>2. Спортивно-оздоровительный туризм.</b>		<b>29</b>
2 - 18	Участие в соревнованиях, конкурсах.	17
19 - 24	Полоса препятствий пешеходного туризма.	6
25 - 30	Пешеходный туризм.	6
<b>3. Туристско-бытовые навыки юного туриста.</b>		<b>30</b>
31 - 32	Основы безопасности.	2
33 - 34	Личное снаряжение и уход за ним.	2
35 - 38	Групповое снаряжение и уход за ним.	4

39 - 42	Организация биваков и охрана природы.	4
43 - 46	Туристские костры.	4
47 - 52	Палатки и укрытия.	6
53 - 56	Туристская группа в походном строю.	4
57 - 60	Питание туристской группы.	4
<b>4. Основы топографии.</b>		<b>10</b>
61 - 66	Топографическая карта.	6
67 - 70	Условные топографические знаки.	4
<b>5. Туристское и экскурсионное ориентирование.</b>		<b>16</b>
71 - 72	Ориентирование по компасу, движение по азимуту.	2
73 - 76	Ориентирование по компасу и карте.	4
77 - 80	Ориентирование на местности.	4
81 - 84	Спортивное ориентирование.	4
85 - 86	Экскурсионное ориентирование.	2
<b>6. Спортивно-оздоровительный туризм.</b>		<b>14</b>
87 - 100	Лыжный туризм.	14
<b>7. Первая доврачебная помощь.</b>		<b>10</b>
101	Личная гигиена туриста.	1
102 - 104	Оказание первой доврачебной помощи.	3
105 - 106	Измерение температуры тела, пульса, артериального давления.	2
107 - 108	Медицинская аптечка.	2
109 - 110	Способы транспортировки пострадавшего.	2
<b>8. Основы краеведения.</b>		<b>12</b>
111 - 112	Родословие.	2
113 - 116	Земляки.	4
117 - 122	Природное наследие.	6
<b>9. Спортивно-оздоровительный туризм</b>		<b>12</b>
123 - 128	Полоса препятствий пешеходного туризма.	6
129 - 134	Пешеходные прогулки.	6
<b>10. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.</b>		<b>10</b>
135 - 142	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	8
143 - 144	Медицинская диагностика физического развития обучающихся.	2
<b>ИТОГО</b>		<b>144</b>

#### 4. Содержание дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы-краеведы».

##### 1. Введение.

##### 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.

*Практические занятия.* Знакомство обучающихся с помещениями (учебным классом, спортивным залом) и сооружениями (спортивной площадкой), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки.

### **Правила поведения юных туристов.**

Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, 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, на улице и в своем микрорайоне (населенном пункте).

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 (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и выработки навыков наблюдательности. Прогулка по микрорайону школы.

## **2. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста.**

### **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. Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными).

Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Взаимопомощь в туристской группе.

### **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».

#### **Личное снаряжение и уход за ним.**

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда; личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

*Практические занятия.* Игра «Собери рюкзачок к туристской прогулке». Сбор группы и прогулка по окрестностям школы в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

#### **Питьевой режим на туристской прогулке.**

Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

*Практические занятия.* Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки (экскурсии). Формирование силы воли и выносливости, соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).

#### **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. 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.

#### **Индивидуальный и групповой ремонтный набор.**

Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.

*Практическое занятие.* Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения».

#### **Организация биваков и охрана природы.**

Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам. Устройство и оборудование бивака. Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для установки палатки на поляне (биваке). Установка палатки, тента для палатки или тента для отдыха группы.

*Практические занятия.* Планирование места организации бивака по плану (спорткарте) местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ.

Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки.

Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на пришкольной площадке или в парке).

### **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).

### **3. Азбука топографии.**

#### **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).

#### **План местности.**

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

#### **Условные знаки.**

Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки. Знакомство с изображением местности, школьного двора (ближайшего парка, леса). Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

*Практические занятия.* Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Овладение навыками чтения легенды маршрута во время

туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

#### **4. Туристское и экскурсионное ориентирование.**

##### **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.

##### **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, микрорайоне школы. Ориентирование в парке по дорожно-тропиночной сети.

##### **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».

### **Экскурсионное ориентирование.**

Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в населенном пункте. Выявление и нанесение на бумажную основу различных памятников и других интересных объектов.

*Практические занятия.* Чтение легенды. Движение по легенде в микрорайоне 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.

### **5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь.**

#### **Личная гигиена юного туриста.**

Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом. Зарядка. Утренний и вечерний туалет. Закаливание организма, необходимость принятия душа после выполнения физических упражнений. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Обязанности санитаря туристской группы.

*Практические занятия.* Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекуса. Работа санитаря туристской группы.

Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития.

#### **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.

#### **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).

#### **Индивидуальная и групповая медицинская аптечки.**

Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению, определение срока годности для использования. Обязанности санитаря группы.

*Практические занятия.* Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.

#### **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.

## **6. Основы краеведения.**

### **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 школа.**

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

*Практические занятия.* Встречи с интересными людьми, прослушивание их рассказов о школьных годах.

### **Природа родного края.**

Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе. Растения и животные своей местности в разные времена года.

Значение наблюдений за погодой. Правила поведения на природе и наблюдения за ней во время экскурсии. Приборы для наблюдений за погодой.

*Практические занятия.* Организация наблюдений за погодой, ведения календаря наблюдений. Экскурсии в парк (лес). Выполнение краеведческих заданий (поиск и зарисовка отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.).

Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

## **7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма.**

### **Пешеходный туризм.**

Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения); организация движения группы в лесу; по слабопересеченной и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).

*Практические занятия.* Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствия (без снаряжения). Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям). Переправа через условное болото по кочкам. Переправа по бревну. Преодоление завалов. Движение по лесным массивам. Движение по песчаным склонам (спуски и подъемы).

### **Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна).**

Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасного преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий.

Взаимодействие и взаимопомощь членов спортивной туристской команды. Права и обязанности юного спортсмена-туриста в команде на соревнованиях.

*Практические занятия.* Соревнования по преодолению полосы препятствий.

Переправа через болото по кочкам; переправа по гати по наведенным кладям (жердям); переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка»; установка и снятие палатки; спуски и подъемы, в том числе по песчаным склонам.

### **Лыжный туризм.**

Правильный подбор лыж и лыжных палок для занятий на местности. Стойка лыжника на различном рельефе. Передвижение ступающим и скользящим шагом. Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Правила движения в строю на лыжном маршруте. Одежда для лыжной прогулки или занятий. Предохранение обуви от намокания.

*Практические занятия.* Подбор лыж и снаряжения юными туристами и их родителями. Управление лыжами на месте: поочередное поднимание ноги с лыжей и движение ею по воздуху вниз и вверх, вправо и влево; поочередное поднимание носков лыж; переступание на месте вокруг пяток и носков лыж. Ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без палок; толчок палками; передвижение на лыжах по лыжне до 600–700 м; игры на лыжах (эстафеты до 50 м); движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом до 1–2 кг в рюкзаке; передвижение в среднем темпе. Лыжные прогулки. Наблюдение окружающих объектов природной среды (растительный и животный мир; живая и неживая природа).

## **8. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.**

### **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.

### **Медицинская диагностика физического развития обучающихся.**

## **5. Ресурсное обеспечение дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы-краеведы».**

*Информационно-методическое обеспечение включает в себя:*

- Дидактические игры, пособия, материалы по тематике;
- Методическая продукция по разделам программы;
- Методические рекомендации по организации программы «Юные туристы-краеведы»;

- Разработки из опыта педагога (сценарии, игры и т.д.).

*Применяемые технологии и средства обучения и воспитания.*

В образовательном процессе используются элементы педагогических технологий: технология развивающего обучения; коллективного взаимообучения; модульного обучения, личностно-ориентированная технология, технология дифференцированного обучения, проблемно-поисковая технология, ИКТ, игровые технологии, здоровьесберегающие технологии.

В процессе реализации дополнительной общеразвивающей программы «Юные туристы-краеведы» используются средства обучения: визуальные (карты, планы местности, рисунки, иллюстрации, книги, схемы, натуральные модели, и т.п.); аудиальные (песни, стихи, рассказы); аудиовизуальные (фильмы, видеоматериалы).

*Материально-техническое обеспечение.*

Занятия по дополнительной общеразвивающей программе «Юные туристы-краеведы» на базе школы.

*Перечень оборудования (инструменты, материалы и приспособления).*

№ п/п	Наименование	Кол-во единиц
1.	Палатки туристские	Компл.
2.	Тенты для палаток (нижние)	Компл.
3.	Тенты для палаток (верхние)	Компл.
4.	Кольшки для палаток	Компл.
5.	Стойки для палаток	Компл.
6.	Веревка основная (40 м)	2 шт.
7.	Веревка основная (30 м)	1 шт.
8.	Веревка вспомогательная (60 м)	2 шт.
9.	Репшнуры (длина 2–3 м, диаметр 6–8 мм)	Компл.
10.	Петли пруссика (веревка 8 мм)	Компл.
11.	Система страховочная	Компл.
12.	Карабин туристский	Компл.
13.	Альпеншток	Компл.
14.	Компас жидкостный для ориентирования	Компл.
15.	Курвиметр	2 шт.
16.	Планшеты для зимнего ориентирования	Компл.
17.	Призмы для ориентирования на местности	Компл.
18.	Компостеры для отметки прохождения КП	Компл.
19.	Секундомер электронный	2 шт.
20.	Аптечка медицинская в упаковке	Компл.
21.	Тонометр	2 шт.
22.	Пила двуручная в чехле	1 шт.
23.	Топор в чехле	2 шт.
24.	Таганок костровой	2 шт.
25.	Тросик костровой	1 шт.

26.	Рукавицы костровые (брезентовые)	Компл.
27.	Тент хозяйственный	1 шт.
28.	Клеенка кухонная	2 шт.
29.	Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т. п.)	Компл.
30.	Каны (котлы) туристские	2 компл.
31.	Ремонтный набор в упаковке	Компл.
32.	Лопата саперная в чехле	1 шт.
33.	Рулетка	1 шт.
34.	Лента мерная	1
35.	Термометр наружный	2 шт.
36.	Термометр водный	2 шт.
37.	Планшет для глазомерной съемки местности	4 шт.
38.	Дальномер простейший	4 шт.
39.	Карандаши цветные, чертежные	Компл.
40.	Транспортир	Компл.
41.	Карты топографические учебные	Компл.
42.	Условные знаки топографических карт	Компл.
43.	Учебные плакаты «Туристские узлы»	Компл.
44.	Маршрутные документы (маршрутные листы)	Компл.
45.	Карты спортивные, планы местности, планы микрорайона школы, карты своей местности	Компл.
46.	Весы напольные	1 шт.

Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения обучающегося.

1. Рюкзачок для туристских прогулок (для 4-го года занятий рюкзак А-60 л).	12. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной).
2. Спальный мешок.	13. Блокнот и ручка.
3. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве.	14. Мазь от кровососущих насекомых.
4. Обувь спортивная (типа шиповки).	15. Варежки (для лыжных походов).
5. Сапоги резиновые.	16. Коврик туристский.
6. Фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л).	17. Лыжи с креплениями и ботинками.
7. Головной убор.	18. Лыжные палки.
8. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм).	19. Лыжная шапочка.
9. Спортивный тренировочный костюм.	20. Перчатки рабочие.
10. Свитер шерстяной.	21. Носки шерстяные.
11. Брюки ветрозащитные.	22. Сидушка походная.

**6. Список литературы.**

1. Волович В.Г. Методические рекомендации по проведению туристических путешествий. - М.: ЦРИБ «Турист», 1997 г.
2. Гомотчук А.И. Основы медицинских знаний.-Волгоград: Перемена,2009г.
3. Шкенёв В.А. Спортивно-прикладной туризм: программа, разработки занятий, рекомендации, 8-9 классы. Волгоград: Учитель, 2009 г.
4. Шарова О.Е. Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях. Учебное пособие. - М.: Глобус 2009 г.
5. Шершов Н.В. Методологические принципы организации туристско-краеведческой работы с ученической молодежью. - М: Глобус 2010 г.
6. Смирнов А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности» Учебник для общеобразовательных учебных заведений. 6-7 класс, М.: Астрель-АСТ, 2001г.
7. Журнал «Ленобласть», изд. ТурПрессКлуб
8. «Каменный щит России».
9. «Волосовский край». Учебное пособие.
10. «История и культура Ленинградской земли с древних времён и до наших дней», СПб, 2003
11. «Наш край с X по XIX в», Лениздат, 1976.
12. Томанова З.А. Природа родного края. 6 кл.

## Календарный учебный график 2025-2026

Образовательная программа	Дополнительная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» Туристско-краеведческой направленности	
Начало учебного года	<b>С 01 сентября 2025 года</b>	
Учебные периоды	1-ый период (1-ое полугодие) с 01 сентября по 30 декабря 2025 года 2-ой период (2-ое полугодие) с 12 января по 31 мая 2026 года	
Продолжительность учебного года	<b>36 недель</b>	
Количество учебных недель по полугодиям	первое учебное полугодие	второе учебное полугодие
	<b>17</b>	<b>19</b>
Продолжительность учебной недели. Комплектование групп	Продолжительность учебной недели – 6 дней. Занятия проводятся всем составом объединения	
Режим занятий	Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ДО ДЮЦ с 14.00 по 20.00 часов. <b>Продолжительность занятий – 45 минут</b>	
Учебная нагрузка в неделю	1 раз в неделю по 1 часу	
Праздничные дни	Согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ праздничные дни <u>в первом полугодии:</u> 04.11.2025; <u>во втором полугодии:</u> с 31.12.2025 по 11.01.2026, 23.02.2026, 08.03.2026, 01.05.2026, 09.05.2026	
Промежуточная аттестация	по графику (согласно положению о промежуточной аттестации обучающихся)	
Окончание учебного года	<b>31 мая 2026 года</b>	
Каникулы в учреждении	<u>Осенние</u> – нет <u>Зимние</u> – продолжительность каникул определяется количеством праздничных дней, согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ. <u>Весенние</u> – нет <u>Летние</u> – с 01 июня по 31 августа 2026 года. В летнее время – реализация досуговых образовательных программ. Учебно-тренировочные сборы по графику.	
Учеба в период каникул	<u>В период школьных каникул</u> занятия проводятся в соответствии с учебным планом.	

## Календарный учебный график 2026-2027

Образовательная программа	Дополнительная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» Туристско-краеведческой направленности	
Начало учебного года	<b>С 01 сентября 2026 года</b>	
Учебные периоды	1-ый период (1-ое полугодие) с 01 сентября по 30 декабря 2026 года 2-ой период (2-ое полугодие) с 11 января по 31 мая 2027 года	
Продолжительность учебного года	<b>36 недель</b>	
Количество учебных недель по полугодиям	первое учебное полугодие	второе учебное полугодие
	<b>17</b>	<b>19</b>
Продолжительность учебной недели. Комплектование групп	Продолжительность учебной недели – 6 дней. Занятия проводятся всем составом объединения	
Режим занятий	Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ДО ДЮЦ с 14.00 по 20.00 часов. <b>Продолжительность занятий – 45 минут</b>	
Учебная нагрузка в неделю	1 раз в неделю по 1 часу	
Праздничные дни	Согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ праздничные дни в первом полугодии: 04.11.2026; во втором полугодии: с 31.12.2026 по 10.01.2027, 23.02.2027, 08.03.2027, 01.05.2027, 09.05.2027	
Промежуточная аттестация	по графику (согласно положению о промежуточной аттестации обучающихся)	
Окончание учебного года	<b>31 мая 2027 года</b>	
Каникулы в учреждении	<u>Осенние</u> – нет <u>Зимние</u> – продолжительность каникул определяется количеством праздничных дней, согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ. <u>Весенние</u> – нет <u>Летние</u> – с 01 июня по 31 августа 2027 года. В летнее время – реализация досуговых образовательных программ. Учебно-тренировочные сборы по графику.	
Учеба в период каникул	<u>В период школьных каникул</u> занятия проводятся в соответствии с учебным планом.	

### Календарный учебный график 2027-2028

Образовательная программа	Дополнительная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» Туристско-краеведческой направленности	
Начало учебного года	<b>С 01 сентября 2027 года</b>	
Учебные периоды	1-ый период (1-ое полугодие) с 01 сентября по 30 декабря 2027 года 2-ой период (2-ое полугодие) с 11 января по 31 мая 2028 года	
Продолжительность учебного года	<b>36 недель</b>	
Количество учебных недель по полугодиям	первое учебное полугодие	второе учебное полугодие
	<b>17</b>	<b>19</b>
Продолжительность учебной недели. Комплектование групп	Продолжительность учебной недели – 6 дней. Занятия проводятся всем составом объединения	
Режим занятий	Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ДО ДЮЦ с 14.00 по 20.00 часов. <b>Продолжительность занятий – 45 минут</b>	
Учебная нагрузка в неделю	1 раз в неделю по 1 часу	
Праздничные дни	Согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ праздничные дни в первом полугодии: 04.11.2027; во втором полугодии: с 31.12.2027 по 10.01.2028, 23.02.2028, 08.03.2028, 01.05.2028, 09.05.2028	
Промежуточная аттестация	по графику (согласно положению о промежуточной аттестации обучающихся)	
Окончание учебного года	<b>31 мая 2028 года</b>	
Каникулы в учреждении	<u>Осенние</u> – нет <u>Зимние</u> – продолжительность каникул определяется количеством праздничных дней, согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ. <u>Весенние</u> – нет <u>Летние</u> – с 01 июня по 31 августа 2028 года. В летнее время – реализация досуговых образовательных программ. Учебно-тренировочные сборы по графику.	
Учеба в период каникул	<u>В период школьных каникул</u> занятия проводятся в соответствии с учебным планом.	

Образовательная программа	Дополнительная общеразвивающая программа «Юные туристы-краеведы» Туристско-краеведческой направленности	
Начало учебного года	<b>С 01 сентября 2028 года</b>	
Учебные периоды	1-ый период (1-ое полугодие) с 01 сентября по 30 декабря 2028 года 2-ой период (2-ое полугодие) с 11 января по 31 мая 2029 года	
Продолжительность учебного года	<b>36 недель</b>	
Количество учебных недель по полугодиям	первое учебное полугодие	второе учебное полугодие
	<b>17</b>	<b>19</b>
Продолжительность учебной недели. Комплектование групп	Продолжительность учебной недели – 6 дней. Занятия проводятся всем составом объединения	
Режим занятий	Занятия проводятся по расписанию, утвержденному директором МОУ ДО ДЮЦ с 14.00 по 20.00 часов. <b>Продолжительность занятий – 45 минут</b>	
Учебная нагрузка в неделю	1 раз в неделю по 1 часу	
Праздничные дни	Согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ праздничные дни в первом полугодии: 04.11.2028; во втором полугодии: с 31.12.2028 по 10.01.2029, 23.02.2029, 08.03.2029, 01.05.2029, 09.05.2029	
Промежуточная аттестация	по графику (согласно положению о промежуточной аттестации обучающихся)	
Окончание учебного года	<b>31 мая 2029 года</b>	
Каникулы в учреждении	<u>Осенние</u> – нет <u>Зимние</u> – продолжительность каникул определяется количеством праздничных дней, согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ. <u>Весенние</u> – нет <u>Летние</u> – с 01 июня по 31 августа 2029 года. В летнее время – реализация досуговых образовательных программ. Учебно-тренировочные сборы по графику.	
Учеба в период каникул	<u>В период школьных каникул</u> занятия проводятся в соответствии с учебным планом.	

## Промежуточная аттестация.

### ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ЗАЧЁТА.

Верите ли вы, что:

- прибор, который помогает определить стороны света, называется спидометр? (Нет, компас)
- кора березы всегда белее и чище с южной стороны, а трещины, неровности и наросты находятся всегда на северной стороне дерева? (Да)
- грибы в основном растут с северной стороны деревьев, пней, кустарников? (Да)
- если встать лицом к северу, то за спиной будет запад, справа — юг, а слева — восток? (Нет, за спиной будет юг, справа — восток, слева — запад)
- пчелы ориентируются по солнцу? (Да)
- попавшие за много километров от дома домашние животные и без компаса успешно находят дорогу домой? (Да)
- если утром и вечером тень от крыльев бабочки направлена на восток, то в полдень — с севера на юг? (Да)
- местность, изображенная условными знаками на листе бумаги, называется рисунком? (Нет, картой)
- правильно определить направление в степи поможет норка суслика? Грызуны, как правило, вход в свое жилище делают с южной стороны. (Да)
- олени в лесу точат свои рога только о северную сторону деревьев? (Нет)
- в южных районах растет «компасное» растение латук, листья которого обращены на запад и восток плоскостями, а на север и юг ребрами? (Да)
- ягоды на открытой лесной поляне раньше созревают с севера? (Нет, с юга)
- цветущий подсолнух поворачивает свою голову вслед за солнцем? (Да)
- в большинстве случаев муравейники расположены с южной стороны деревьев, пней, кустарников? (Да)
- в полдень волки встают головой на север и начинают выть? (Нет)
- на стволах сосен с южной стороны выступает смола, а с северной тянется вдоль ствола темная полоса? (Да)
- мхи и лишайники чаще всего поселяются с южной стороны камней, пней, стволов деревьев? (Нет, с северной)
- после дождя раньше просыхает южная сторона предметов? (Да)