

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Столипинская средняя общеобразовательная школа»»

**ПРОГРАММА  
ПАЛАТОЧНОГО  
ЛАГЕРЯ  
ТУРИСТИЧЕСКОГО  
ТИПА  
«ЮНЫЙ ТУРИСТ»**

Составитель: Крылов С.А.,  
учитель МБОУ «Столипинская СОШ»

**Столипино, 2024**

## **Пояснительная записка**

В системе непрерывного образования каникулы в целом, а летние в особенности, играют важную роль для развития, воспитания и оздоровления детей и подростков.

Организация туристских лагерей – одна из интереснейших и важнейших форм работы со школьниками в летний период.

В условиях летнего лагеря отдых детей уникален с точки зрения организации самостоятельной жизнедеятельности личности в свободное время. Именно здесь ребенок заполняет свое свободное время полезными делами.

Детский летний лагерь является частью социальной среды, в которой дети реализуют свои возможности, потребности в индивидуальной, физической и социальной компенсации в свободное время. Летний лагерь является, с одной стороны, формой организации свободного времени детей, с другой – пространством для оздоровления и развития.

Программа профильного палаточного туристского лагеря предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма.

Программа создана как базовый элемент программ для туристских палаточных лагерей, с минимально обязательным набором занятий по программе туристской направленности. Её комплексность позволяет использовать инвариантные блоки, предусматривающие различные виды туристской подготовки, изучение природы родного края, разнообразные виды физической активности.

Педагоги туристских объединений в ходе мониторинга обучающихся отмечают, что более 50% детей сталкиваются с проблемами из-за отсутствия элементарных жизненных навыков поведения на природе и безопасной жизнедеятельности. Это объясняется следующими причинами:

- отсутствие представлений о спортивном туризме;
- низкая морально-психологическая подготовленность к преодолению определенных трудностей, связанных с пребыванием в специфических природных условиях;
- слабая сформированность, а нередко и вовсе отсутствие навыков принятия самостоятельных решений;
- слабое физическое развитие.

**Актуальность** данной программы состоит в том, что ее содержание включает направления деятельности, отвечающие современным требованиям и условиям образования:

- оздоровление воспитанников;
- практически-ориентированная туристская деятельность;
- организация досуга.

Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребёнка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Туризм обладает практически неисчерпаемым воспитательным потенциалом, что связано со свободным самостоятельным выбором школьником этого вида деятельности, с меньшей формализацией работы туристских объединений, с преобладанием в них

привлекательных для учащихся подвижных занятий, с межвозрастным характером общения детей в туристских группах.

Осваивая навыки туристского быта, жизни в коллективе, элементы ориентирования, краеведческую деятельность и т.д., получает базовое образование, единое для всех видов туризма. На базе качественной общетуристской подготовки ребёнок более сознательно подходит в дальнейшем к выбору видовой туристской специализации.

Во время реализации данной программы многие учащиеся впервые без родителей и родственников выезжают на природу и ночуют в палатках в полевых условиях, получая начальную туристскую подготовку и приобретая самостоятельность. Преодолевая трудности и испытания, юные туристы вырабатывают твёрдость духа, закаляют волю, улучшают физическую подготовленность. Курс «юного туриста» позволяет применить полученные знания, умения, навыки сразу, по принципу «Здесь и сейчас!», а не через некоторое время.

**Новизна** программы «Турист» заключается в комплексном подходе к отбору содержания программы и вариативности планирования в зависимости от уровня готовности участников.

**Педагогическая целесообразность** программы обусловлена учётом возрастных и индивидуальных особенностей детей,

доступностью для обучения новичков основам туристской подготовки. Основной акцент при этом направлен на отработку практических навыков.

В процессе туристских занятий происходит формирование коллектива: группа детей в дальнейшем может стать спортивной командой. Дети учатся чувствовать себя частью группы. В процессе обучения постоянно идёт работа по раскрытию лучших сторон и качеств воспитанников через личную и командную работу.

**Целью** работы летнего туристского оздоровительного лагеря является создание благоприятных условий для укрепления здоровья, духовно-нравственного и физического развития детей.

Проведение лагеря направлено на решение следующих **основных задач:**

- оздоровление обучающихся;
- формирование у обучающихся природоохранных навыков и экологической культуры;
- формирование знаний и навыков по туризму, краеведению и основам безопасности жизнедеятельности, расширение сферы познавательных интересов детей;
- воспитание у детей и подростков нравственных и волевых качеств.

**Сроки реализации программы:**

Программа реализуется в течение смены летнего лагеря продолжительностью 7 дней.

**Целевая группа:**

Программа рассчитана на средний школьный возраст (11-14 лет). Количество участников – 16 человек .

### **План реализации программы:**

№п/п	Мероприятие	Сроки проведения
1	Выбор места проведения и оборудование лагеря	до 10 апреля 2024 г.
2	Комплектование состава участников лагеря и подбор воспитателей для работы с детьми	до 10 мая 2024 г.
3	Подготовка туристского снаряжения в МБОУ «Столипинская СОШ»	до 25 мая 2024 г.
4	Проведение профильного палаточного туристского лагеря «Юный турист»	13-19 июня 2024 г.
5	Подведение итогов работы лагеря	до 20 июня 2024 г.

### **Основные целевые индикаторы:**

1. Увеличение охвата детей и подростков различными формами летнего отдыха.
2. Увеличение числа детей и подростков, занимающихся на постоянной основе в детских туристских объединениях.
3. Повышение мотивации подрастающего поколения вести здоровый образ жизни.

### **Ожидаемые результаты:**

- укрепление физического здоровья детей, развитие их нравственных и волевых качеств;
- развитие у детей чувства любви к родному краю, формирование экологической культуры;
- формирование положительного опыта социального поведения;

- повышение интереса учащихся к занятиям туризмом;
- расширение сферы познавательных интересов детей.

### **Условия реализации программы**

#### **1. Нормативно-правовое обеспечение.**

- Конституция РФ.
- Конвенция ООН о правах ребенка, 1991 г.
- Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ.
- Федеральный закон «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.98 г. № 124-ФЗ.
- СанПиН 2.4.4.3048-13 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству и организации работы детских лагерей палаточного типа»(Зарегистрировано в Минюсте РФ 29 мая 2013 г., регистрационный № 28563).
- Приказ Министерства образования Российской Федерации от 23.03.1998 года № 769 «О развитии системы подготовки кадров детско-юношеского туризма».

- Правила вида спорта «Спортивный туризм» (Утверждены приказом Минспорта России от «22» июля 2013 г. № 571)
- Положение о проведении лагеря.
- Правила внутреннего распорядка лагеря.
- Правила по технике безопасности, пожарной безопасности.
- Рекомендации по профилактике детского травматизма, предупреждению несчастных случаев с детьми в оздоровительном лагере.
- Приказы.
- Должностные инструкции работников.
- План работы.

## **2. Материально-техническое обеспечение.**

- Площадка для проведения туристских занятий.
- Площадка для организации спортивно-туристских игр на открытом воздухе.
- Канцелярские принадлежности.
- Наградная атрибутика.

Командам необходим минимальный набор туристского снаряжения для проживания и участия в занятиях по программе лагеря.



### **Список необходимого туристского снаряжения команды для участия в лагере**

№	Наименование единицы снаряжения	Количество
1	Палатка	4
2	Тент	1
3	Спальный мешок	По количеству участников
4	Коврик туристский	По количеству участников
5	Система страховочная	По количеству участников
6	Карабин-автомат	3 шт. на 1 участника

Питание и медобслуживание участников осуществляется на базе МБОУ «Столипинская СОШ».

#### **3. Финансовое обеспечение.**

Расходы на подготовку и проведение лагеря, в том числе, питание детей, осуществляются за счёт средств областного бюджета согласно утверждённой смете.

#### **4. Кадровое обеспечение.**

Педагогический коллектив лагеря (начальник лагеря, педагоги дополнительного образования – инструкторы детско-юношеского туризма, учителя образовательных организаций без опыта туристской работы), медицинский работник.

#### **5. Методическое обеспечение.**

- наличие необходимой документации, программы, плана;

- проведение инструктивно-методических сборов с педагогами до начала лагерной смены;
- индивидуальная работа.

## **6. Информационное обеспечение программы.**

Проводящая организация осуществляет методическое сопровождение лагеря и проводит информационную работу с потенциальными участниками, в том числе, посредством сети Интернет и индивидуальных консультаций.

В день начала лагерной смены с участниками проводятся инструктажи о правилах поведения детей в лагере, соблюдении правил противопожарной безопасности, техники безопасности на занятиях и санитарно-гигиенических норм и правил.

### **Содержание программы**

Программой определён обязательный минимальный уровень туристской подготовки, включающий следующие дисциплины: «Организация туристского быта», «Спортивный туризм – дистанции пешеходные», «Спортивное ориентирование», «Топосъемка», «Краеведение», «Физическая подготовка».

Занятия в лагере позволят участникам повысить уровень туристской подготовки, улучшить специальную физическую

подготовку, приобрести умение организовывать быт в полевых условиях.

### Тематическое планирование

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
1	Организация туристского быта	4
2	Спортивный туризм – дистанция пешеходная	5
3	Спортивное ориентирование	5
4	Краеведение	2
5	Физическая подготовка	5
6	Топосъемка	4
	<b>ИТОГО</b>	<b>25</b>

### Учебно-тематический план

#### 1. Организация туристского быта.

№	Наименование раздела	Всего часов	Теория (часы)	Практика (часы)
1	Личное и групповое туристское снаряжение.	2	2	-
2	Организация туристского лагеря. Ночёвки.	2	-	2
	<b>ИТОГО</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

#### 2. Спортивный туризм – дистанция пешеходная.

№	Наименование раздела	Всего часов	Теория (часы)	Практика (часы)
1	Специальное снаряжение для пешеходного туризма.	1	1	-
2	Виды препятствий. Способы преодоления естественных препятствий.	4	1	3
	<b>ИТОГО</b>	<b>5</b>	<b>2</b>	<b>3</b>

### 3. Спортивное ориентирование.

№	Наименование раздела	Всего часов	Теория (часы)	Практика (часы)
1	Понятие о спортивной карте. Условные знаки.	1	1	-
2	Компас. Работа с компасом.	2	1	-
3	Ориентирование на местности	2		2
<b>ИТОГО</b>		<b>5</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

### 4. Краеведение.

№	Наименование раздела	Всего часов	Теория (часы)	Практика (часы)
1	Туристские возможности родного края.	2	1	1
<b>ИТОГО</b>		<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>

### 5. Физическая подготовка.

№	Наименование раздела	Всего часов	Теория (часы)	Практика (часы)
1	Общая физическая подготовка.	2	-	2
2	Спортивные игры.	3	-	3
<b>ИТОГО</b>		<b>5</b>	<b>-</b>	<b>5</b>

### 6. Топоъемка.

№	Наименование раздела	Всего часов	Теория (часы)	Практика (часы)
1	Топографические знаки	1	1	-
2	Топоъемка маркированного участка	3	1	2
<b>ИТОГО</b>		<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>

## Содержание тем по разделам программы

### Тема «Организация туристского быта»

#### Раздел 1. Личное и групповое туристское снаряжение.

- Понятие о личном и групповом туристском снаряжении.
-

Перечень личного и группового туристского снаряжения.

- Типы рюкзаков, спальников.
- Правила размещения предметов в рюкзаке.

## **Раздел 2. Организация туристского лагеря. Ночевки.**

- Выбор места для ночлега.
- Установка палаток.
- Укрытия от дождя и ветра.
- Типы костров. Правила разведения костров.

### **Тема «Спортивный туризм – дистанция пешеходная»**

#### **Раздел 1. Специальное снаряжение для пешеходного туризма.**

- Личное и командное снаряжение для пешеходного туризма (ИСС, веревки, карабины, зажимы).

#### **Раздел 2. Виды препятствий. Способы преодоления естественных препятствий.**

- Характеристика препятствий.
- Способы преодоления препятствий (параллельная переправа, навесная переправа, спуск и подъем по склону).
- Туристские узлы.

### **Тема «Топо съемка»**

#### **Раздел 1. Топографические знаки.**

- Топографические знаки.

#### **Раздел 2. Топографическая съемка маркированного участка**

- Топографическая Съемка маркированного участка местности.

## **Тема «Спортивное ориентирование»**

### **Раздел 1. Понятие о спортивной карте. Условные знаки.**

- Топографические и спортивные карты, планы местности.
- Масштаб карт. Рельеф.
- Условные знаки.
- Приемы ориентирования карты. Способы определения точки стояния. Определение расстояния по карте и на местности.
- Изучение рельефа по карте.
- Выбор пути движения по карте и на местности.
- Прохождение дистанции заданного направления.

### **Раздел 2. Компас. Работа с компасом.**

- Компас. Азимут.
- Движение по азимуту.

## **Тема «Краеведение»**

### **Раздел 1. Туристские возможности родного края.**

- Интересные места для проведения походов. Экскурсионные объекты районов.

## **Тема «Физическая подготовка»**

### **Раздел 1. Общая физическая подготовка.**

- Упражнения для различных групп мышц.
- Упражнения со скакалкой.
- Подвижные игры и эстафеты.

### **Раздел 2. Спортивные игры.**

- Волейбол.
- Футбол.

### **Психологические особенности детей 11-13 лет**

У детей 11-14 лет уже сформировались основные психофизиологические структуры и механизмы осуществления элементарной жизнедеятельности. Ребёнок обращает свое внимание на бесконечно разнообразный окружающий мир и утверждает себя в нём.

У детей этого возраста сильно развита духовная познавательная потребность, в результате её удовлетворения в психике ребёнка происходит огромная работа по осмыслению фактов, их сравнению и сопоставлению, созданию на их основе новых представлений и образов. Активная работа развивает мышление ребёнка и готовит почву для возникновения новых духовных потребностей.

В младшем подростковом возрасте педагогический процесс носит комплексный характер. Он должен обеспечить развитие позитивного отношения ребёнка к окружающему миру наряду с продолжением развития системы представлений и усилением внимания к его практической деятельности, затрагивающей поступочный компонент.

### **Механизм реализации программы**

Программа лагеря обеспечивает полноценное, здоровое и интересное летнее времяпровождение в сочетании с воспитательно-образовательным процессом.

Участники взаимодействуют между собой (совместные тренировочные занятия, товарищеские матчи, конкурсы, социально-значимые мероприятия) с целью обеспечения комплексного подхода в организации жизнедеятельности лагеря,



что будет способствовать развитию личностных качеств подростков, приобретению жизненных навыков.

**Программа работает в следующих направлениях:**

Спортивно-оздоровительное. Средствами туризма решаются задачи физического воспитания: укрепление здоровья, физическое развитие детей.

Нравственно-эстетическое. Мероприятия этого направления способствуют развитию у детей чувства ответственности, надежности, честности, заботливости и уважения по отношению к себе, к другим людям и к порученному делу, а также чувства прекрасного, бережного отношения к природе.

Творческое. Мероприятия творческого направления благоприятствуют инициативности, самореализации, самосовершенствованию и социализации ребенка в жизни.

Досуговое. Используются игровые технологии: веселые, эмоциональные, энергичные, непродолжительные, познавательные.

Психологическое. Мероприятия направлены на поддержание хорошего эмоционального тонуса, создание психологического комфорта. Способствуют формированию навыков взаимодействия между воспитанниками и сплочению детей и взрослых в совместной деятельности.

**Работа лагеря базируется на следующих принципах:**

1. Принцип самореализации, означающий: осознание детьми целей перспектив деятельности, реализуемой в лагере; добровольность включения детей в ту или иную деятельность; обязательный учет половозрастных и индивидуальных особенностей детей; создание ситуации успеха, поощрение достигнутого; признание личности человека растущего и развивающего высшей социальной ценностью.

2. Принцип включенности в социально значимые отношения, который предусматривает: обеспечение детям гарантий свободного выбора деятельности и права на информацию; наличие возможности переключения с одного вида деятельности на другой в рамках смены; предоставление возможности и права отстаивать свое мнение; взаимоуважение всех участников работы лагеря.

3. Принцип динамичности (постоянной смены видов деятельности).

4. Принцип единства тематического содержания.

### **Формы и методы реализации образовательной программы**

При организации занятий в лагере применяются преимущественно игровые и соревновательные методы (командное и индивидуальное прохождение дистанций с преодолением естественных и искусственных препятствий, выполнение технических приёмов с использованием туристского снаряжения, выполнение специальных тактических и технических заданий).

### **Распорядок дня палаточного лагеря «Юный турист»**

8:00 – подъём, утренние процедуры

8:15 – 8:30 – зарядка

8:30 – 9:00 – операция «Уют»

9:00 – 9:30 – завтрак

10:00 – 13:30 – занятия по туризму

13:00 – 14:00 – обед,

14:00 – 15:00 – послеобеденный отдых  
 15:00 – 16:45 – занятия по туризму  
 16:45 – 17:00 – полдник  
 17:00 – 18:30 – занятия по туризму  
 19:00 – 19:30 – ужин  
 19:30 – 20:00 – подготовка к «вечернему делу»  
 20:00 – 21:00 – «вечернее дело»  
 21:00 – 21:15 – сонник  
 21:30 – 22:30 – «обратная связь»  
 22:30 – 23:00 – подготовка к отбою  
 23:00 – отбой

### **Программа палаточного лагеря «Юный турист»**

1 день	Заезд участников. Постановка лагеря. Инструктаж по технике безопасности. Спортивный конкурс. Подготовка к открытию. Торжественное открытие лагеря.
2 – 5 день	Занятия по спортивному туризму на пешеходных дистанциях, по спортивному ориентированию, топосъемке, краеведению. Спортивные игры. Досуговое мероприятие.
6 день	Соревнования на пешеходных дистанциях, соревнования по ориентированию. Викторина. Дискотека.
7 день	Подведение итогов работы лагеря. Закрытие лагеря, награждение победителей. Снятие палаточного лагеря, подготовка к отъезду. Отъезд.

## Литература

### Литература для педагогов:

1. Игры, экскурсии и походы в летнем лагере. Автор-сост. В.И.Руденко. – Ростов-на-Дону, Феникс, 2005.
2. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. – М., ФЦДЮТиК, 2008.
3. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. – М., ФЦДЮТиК, 2005.
4. Краткий справочник туриста. Автор-сост. Ю.А.Штюрмер. – М., Профиздат, 1985.
5. Самохин Ю.С., Самохина Т.А. Туризм в детском оздоровительном лагере. – М., Педагогическое общество России, 2003.
6. Сысоева М.Е. Организация летнего отдыха детей. – М., Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.