

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа № 31»

Согласована: Протокол заседания МО № 4 от «20» мая 2023г.	Принята: Протокол заседания педсовета № 9 от «16» июня 2023г.	 <p>Утверждена. Директор средней школы №31 Н.Алешина. Приказ №01-08/107-04 от 16.06.2023</p>
---	---	---

Туристско-краеведческая направленность.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Туризм и краеведение»  
**возраст обучающихся: 14-16 лет**  
**срок реализации: 9 месяцев.**

Автор-составитель:  
Кириллов П.И.,  
педагог  
дополнительного образования.

Ярославль, 2023 г.

## Содержание.

1. Пояснительная записка. ----- стр.3
2. Учебно-тематический план. ----- стр.5
3. Содержание. ----- стр.6
4. Обеспечение программы. ----- стр.10
5. Мониторинг достижений. ----- стр.11
6. Календарный план. ----- стр.12
7. Литература. ----- стр.17
8. Приложения ----- стр.18

## 1. Пояснительная записка.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туризм и краеведение» предназначена для первичного ознакомления школьников с туристско - краеведческой деятельностью и получения начальных туристских умений и навыков. Она носит выраженный деятельностный характер, создает возможность активного практического погружения детей в туристическо - краеведческую деятельность. В программе уделяется внимание общей физической подготовке учащихся. Данная программа направлена на:

- удовлетворение индивидуальных потребностей учащихся в нравственном и интеллектуальном развитии, а также в занятиях физической культурой и спортом;
- обеспечение гражданско-патриотического воспитания учащихся;
- создание и обеспечение необходимых условий для личностного развития, укрепление здоровья, профессионального самоопределения учащихся;
- формирование общей культуры учащихся.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туризм и краеведение» разработана на основе следующих нормативно – правовых документов, регламентирующих образовательную деятельность:

1. Федеральный закон от 29.12.12 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года и плана мероприятий по ее реализации (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. N 678-р);
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
4. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления молодежи», утвержденные 28.09.2020 (Постановление №28 Главного государственного санитарного врача РФ);
5. Приказ департамента образования Ярославской области от 07.08.2018 № 19-нп «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ярославской области»;
6. Устав муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 31».

**Актуальность программы.** Туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристско - краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования учащихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности. Более чем столетний опыт России в применении краеведения в обучении подтверждает актуальность и педагогическую целесообразность туристско - краеведческих программ и этой формы деятельности учащихся. В последние годы развитию детского туризма в Российской Федерации уделяется значительное внимание. Постановлением Правительства от 4 ноября 2014 г №1163 образован Координационный совет по развитию детского туризма в России, одними из приоритетных задач которого являются развитие и увеличение объемов детского туризма в границах страны и патриотическое воспитание подрастающего поколения. Именно туристско - краеведческая деятельность детей способствует выполнению этих задач и является весьма актуальной для нашего времени, для современных детей и их родителей.

**Новизна** данной программы заключается в том, что ее содержание дополнено разделом "Общая физическая подготовка", в результате освоения которого учащиеся приобретают навыки физической и начальной технической подготовки, приобщаются к здоровому образу жизни. В программу внесен материал краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатейшей истории Ярославской области. Обучение по данной программе будет актуальным для физически активных детей, проявляющих интерес к изучению окружающего мира, истории и культуры родного края.

**Направленность** (профиль) программы: туристско-краеведческая.

**Вид программы:** модифицированная.

**Категория обучающихся:** 13-16 лет, возможно обучение детей с ОВЗ (ЗПР 1 типа).

**Цель программы** - формирование у учащихся мотивации к туристско – краеведческой деятельности и освоение начальных туристских и краеведческих знаний, умений и навыков

Задачи	Ожидаемые результаты
<p><b>Обучающие</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- расширение кругозора и повышение уровня краеведческих знаний учащихся;</li> <li>- привитие учащимся начальных туристских знаний, умений и навыков.</li> </ul>	<p>По завершении обучения учащиеся будут знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- особенности природы края, географическое положение;</li> <li>- историю своего населенного пункта, района, края и их основные достопримечательности;</li> <li>- правила поведения на природе.</li> </ul> <p>По завершении обучения учащиеся будут уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ориентироваться на местности по местным признакам, с помощью карты и компаса;</li> <li>- пользоваться туристским снаряжением: укладывать рюкзак, устанавливать палатку и осуществлять простейший ремонт;</li> <li>- обустраивать туристскую стоянку и убирать ее;</li> <li>- готовить пищу на костре.</li> </ul>
<p><b>Развивающие</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование познавательного интереса учащихся;</li> <li>- выработка навыков поисково - исследовательской работы.</li> </ul>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проводить наблюдения и исследования на природе, простые опыты и практические работы.</li> </ul>
<p><b>Воспитательные</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- воспитание у учащихся патриотизма, бережного отношения к окружающему миру;</li> <li>- обеспечение социальной адаптации учащихся;</li> <li>- привитие навыков здорового образа жизни.</li> </ul>	<p>Получат</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- навыки работы в составе группы и оказания первой доврачебной помощи пострадавшему;</li> <li>- сформируют потребность соблюдения правил поведения на природе и меры предосторожности.</li> </ul>

## 2. Учебно-тематический план.

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Раздел 1. Введение.</b>	<b>3</b>	<b>3</b>	<b>-</b>	
1.1	Туристско-краеведческая деятельность учащихся	2	2	-	Диагностика уровня подготовки учащихся
<b>2.</b>	<b>Раздел 2. Основы туристской подготовки</b>	<b>44</b>	<b>23</b>	<b>21</b>	
2.1	Основы безопасности и правила поведения туристов - краеведов	8	7	1	
2.2.	Организация и проведение туристских прогулок и походов	11	7	4	
2.3.	Туристское снаряжение	7	3	4	Укладка рюкзака
2.4.	Организация туристского быта.	9	2	7	Учебно-тренировочный поход
2.5.	Топографическая подготовка и ориентирование	6	2	4	Контрольные задания на местности
2.6.	Медико-санитарная подготовка, гигиена	3	2	1	
<b>3.</b>	<b>Раздел 3. Краеведческая работа в походе</b>	<b>45</b>	<b>25</b>	<b>20</b>	
3.1.	Общая характеристика края: история, география, природа	13	10	3	Тестирование
3.2.	Культура и народные традиции	8	5	3	
3.3.	Природа и экология, охрана природы	11	8	3	
3.4.	Сбор краеведческого материала	14	2	11	Краеведческое задание
<b>4.</b>	<b>Раздел 4. Общая физическая подготовка</b>	<b>16</b>	<b>1</b>	<b>15</b>	
4.1.	Значение физической подготовки и закаливания.	1	1	-	
4.2.	Общая физическая подготовка	15	-	15	Контрольные упражнения
<b>Итого</b>		<b>108</b>	<b>52</b>	<b>56</b>	

## 3. Содержание.

### Раздел 1. Введение (3 часа)

#### 1.1. Вводное занятие. Туристско-краеведческая деятельность учащихся

*Теоретическое занятие (3 часа)*

Определение понятий туризм и краеведение. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм. Туризм самостоятельный, экскурсионный, международный. Понятие о спортивном туризме. Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого

себя. Ее роль в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Знакомство детей с помещениями и сооружениями, где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки. Правила поведения и меры безопасности во время занятий в учебном кабинете, спортивном зале, на местности, в парке (лесу). Инструктаж по технике безопасности. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

## **Раздел 2. Начальная туристская подготовка (44 часов)**

### **2.1. Основы безопасности и правила поведения туристов - краеведов (8 часа)**

#### *Теоретическое занятие (7 час)*

Правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках и походах. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Основы безопасности в природной среде. II Правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках и походах. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Основные законы и правила поведения юных туристов. Права и обязанности юных туристов, их соблюдение в процессе занятий, традиции туристов. Взаимопомощь в туристской группе. Общественно полезная работа туристов -краеведов.

#### *Практическое занятие (1 час)*

Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения во время занятий и на природе, выработки навыков наблюдательности.

### **2.2. Организация и проведение туристских прогулок и походов (11 часов)**

#### *Теоретические занятия (7 часа)*

Поход - основная форма туристско-краеведческой деятельности. Правила организации и проведения туристских походов. Планирование маршрута и разработка плана–графика похода. Формирование туристской группы. Основные туристские должности и обязанности в группе, распределение обязанностей. Походная документация. Подведение итогов похода, путешествия. Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов.

Ритм и темп движения туристской группы, организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе. Распорядок дня юного туриста в походе. Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте. Обеспечение безопасности при проведении полевого лагеря. Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзаком. Техника преодоления препятствий. Основные туристские узлы, их назначение и применение.

#### *Практические занятия (4 часа):*

Туристская прогулка (экскурсия). Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Стрелковой и походный шаг. Выбор пути движения, передвижение в составе группы. Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, булинь, схватывающие узлы, встречный и др. Техника вязания узлов.

Сбор группы и прогулка по микрорайону в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

### **2.3. Туристское снаряжение (7 часов)**

#### *Теоретические занятия (3 часа)*

Личное и групповое снаряжение юного туриста. Основные требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство, гигиеничность, эстетичность. Требования к одежде и обуви. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток, тентов и правила ухода за ними. Рюкзак: виды рюкзаков, основные требования ним; правила укладки рюкзака. Костровое и кухонное оборудование. Хранение и переноска режущие-колющих инструментов. Оборудование для краеведческой исследовательской работы: фотоаппарат, бинокль, видеокамера.

Уход за снаряжением, его хранение и ремонт. Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии).

*Практические занятия (4 часа)*

Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением. Подготовка группового снаряжения к походу, ремонт туристского снаряжения. Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. . Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки. Игра «Собери рюкзак к туристской прогулке» Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.).

#### **2.4. Организация туристского быта (9 часов)**

*Теоретические занятия (2 часа)*

Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов. Организация мест отдыха и туристской стоянки. Требования к туристской стоянке: наличие питьевой воды, дров, безопасность при различных природных явлениях, эстетические и гигиенические требования. Типовая планировка территории туристской стоянки. Правила разведения костра. Типы костров и их назначение. Организация питания и питьевого режима в походе. Требования к упаковке продуктов для перекуса, соблюдение гигиенических требований. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

*Практические занятия (7 часов)*

Фасовка и упаковка продуктов, воды и соблюдение гигиенических требований. Планирование и организация места отдыха на местности во время туристской прогулки. Устройство и оборудование туристской стоянки: места для установки палаток, кострища, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты. Уборка мест привалов и стоянок. Заготовка дров, разведение костра и соблюдение мер безопасности. Приготовление пищи на костре. Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья, рациональное расходование воды и соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).

#### **2.5. Топографическая подготовка и ориентирование (6 часов)**

*Теоретические занятия (2 часа)*

Рисунок и простейший план местности (парка или своей улицы). Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане. Простейшие условные знаки. Знакомство с топографической картой, масштаб, условные знаки. Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута .

Горизонт и стороны горизонта. Компас, правила пользования им. Определение сторон горизонта по компасу, Солнцу, объектам растительного и животного мира и по местным признакам. Ориентирование с помощью карты в походе. Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

*Практические занятия (4 часа)*

Рисовка плана кабинета. Знакомство с планом улицы и поселка. Зарисовка топографических условных знаков. Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на местности, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) на местности. 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. Выработка навыков определения сторон горизонта по компасу, солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса). Ориентирование на местности. Ориентирование по описанию (легенде). Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

#### **2.6. Медико-санитарная подготовка (3 часа)**

*Теоретические занятия (2 часа)*

Личная гигиена юного туриста. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Обязанности санитары туристской группы. Состав медицинской аптечки. Организация первой доврачебной помощи.

*Практические занятия (1 час)*

Комплектование медицинской аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка срока годности медикаментов, их упаковки. Изучение приемов оказания доврачебной помощи при порезах, ушибах, ожогах, тепловых и солнечных ударах. Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

### **Раздел 3. Краеведческая работа в походе (45 часа).**

#### **3.1. Общая характеристика края (13 часа)**

*Теоретические занятия (10 часов)*

Знакомство с картой Ярославской обл. Территория и географическое расположение края. История края, района, своего населенного пункта; памятные исторические места. Особенности природы края: климат, растительность, животный мир, полезные ископаемые. Туристские возможности края и района.

*Практические занятия (3 часа)*

Определение границ края и района на карте, просмотр фото, видео материалов, обзорная экскурсия. Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

#### **3.2. Культура и народные традиции (8 часа)**

*Теоретические занятия (5 часов)*

Родословие. Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники. Население края, этнический состав. Народные традиции и обряды, праздники и гуляния.

*Практические занятия (3 часа)*

Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях. Составление древа рода. Народные игры наших предков и правила их проведения, игры на местности. Изучение культурных достопримечательностей Ярославской области.

#### **3.3. Природа и экология (11 часов)**

*Теоретические занятия (3 часа)*

Природные сообщества. Особо охраняемые природные территории (ООПТ). Экология и охрана природы. Правила поведения на природе. Охрана природы на туристской прогулке, при организации привалов и туристских стоянок. Природоохранная деятельность туристов.

*Практические занятия (3 часа).*

Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) в своем микрорайоне (населенном пункте). Экологические игры. Посадка зеленых насаждений. Очистка лесов, родников. Охрана памятников природы. Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

#### **3.4. Сбор краеведческого материала в походе (14 часов).**

*Теоретические занятия (2 часа)*

Методы сбора краеведческого материала: наблюдение, фотографирование, ведение дневника и путевых записей, описание экскурсионных объектов. Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Проведение наблюдений за климатом, погодой, сезонными изменениями в природе в своей местности.

*Практические занятия (11 часов).*

Организация наблюдений во время туристских прогулок, экскурсий и походов., ведения календаря наблюдений. Метеорологические наблюдения, изучение народных примет и местных признаков погоды. Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, рек и водоемов в разные времена года. Наблюдение и исследование растительного мира своей местности, сезонных изменений в природе. Фотографирование и ведение дневника наблю-

дений. Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.

#### **Раздел 4. Общая физическая подготовка (16 часов).**

##### **4.1.Значение физической подготовки и закаливания(1 час).**

###### *Теоретические занятия (1 час)*

Значение общей физической подготовки, закаливания в оздоровлении организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями. Закаливание организма.

##### **4.2. Общая физическая подготовка (15 часов).**

###### *Практические занятия (15 часов)*

Практические занятия по освоению навыков физической подготовки. Общеукрепляющие упражнения. Подвижные игры и эстафеты. Легкая атлетика. Спортивные и народные игры. Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий.

- Комплекс утренней физической зарядки.
  - Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.
  - Упражнения для мышц шеи: наклоны, вращения и повороты головы в различных направлениях.
  - Упражнения для туловища в различных исходных положениях на формирование правильной осанки: наклоны, повороты и вращения туловища, в положении лежа — поднятие и опускание ног, круговые движения одной и обеими ногами, поднятие и опускание туловища.
  - Упражнения для ног: различные маховые движения ногами, приседания на обеих и на одной ноге, выпады с дополнительными пружинящими движениями.
  - Упражнения с предметами. Упражнения с короткой и длинной скакалкой: прыжки с вращением скакалки вперед, назад, на одной и обеих ногах, прыжки с поворотами в приседе и полуприседе. Упражнения с набивными мячами — бросать и ловить в различных исходных положениях (стоя, сидя, лежа), с поворотами и приседаниями.
  - Подвижные игры и эстафеты: игры с мячом; игры бегом с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, с переноской, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча; игры на внимание, сообразительность, координацию.
  - Спортивные (в том числе народные) игры: ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол, лапта.
  - Ходьба по пересеченной местности. Движение по лесным массивам.
- Преодоление завалов.
- Преодоление простых водных преград (ручьев, канав).
  - Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).
  - Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям), по кочкам.
  - Переправа по бревну.

#### 4.Обеспечение программы.

<b>Методическое обеспечение</b>	<p>Программа реализуется через разнообразные формы и методы проведения занятий (словесный,наглядный, практический: игровой: исследовательский).</p> <p>Обучение по программе возможно с использованием дистанционных технологий в режиме on-line обучения</p>
<b>Информационное обеспечение</b>	<p>Осуществляется посредством информирования общественности о предоставляемых услугах через сайт учреждения и сайт ПФДО; предоставления информации родителям на родительских собраниях и печатных стендах школы.</p>
<b>Организационное обеспечение</b>	<p>Программа рассчитана на 108 часов.</p> <p>Занятия проводятся 1 раз в неделю по 3 часа.</p> <p>Наполняемость группы от 7 до 25 человек.</p>
<b>Материально-техническое обеспечение</b>	<p>Кабинет для проведения занятий по программе имеет в наличии набор необходимого оборудования, материалов и дидактических средств, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Компьютер с доступом в Интернет;</li><li>• Проектор;</li><li>• Географическая карта Ярославской обл.</li><li>• Карты топографические учебные и др.</li></ul> <p>В наличии комплект видеофильмов, мультимедийных презентаций и т.д.</p> <p>Кабинет отвечает санитарно-гигиеническим условиям, эстетическим, техническим требованиям и требованиям ТБ.</p>
<b>Кадровое обеспечение</b>	<p>Педагог, реализующий программу, имеет педагогическое образование, соответствующее профилю программы.</p>

## **5. Мониторинг освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы.**

Для полноценной реализации данной программы используются следующие виды контроля:

### **Вводное тестирование и диагностика:**

- Рассказ детей о своих друзьях и своих семьях «Я и моя семья».
- Рисование детей на тему «Моя семья». Выявление психолого-педагогического портрета окружения обучающихся.
- Режим дня, физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся.
- Проведение тестов с целью выявления темперамента, воображения, типа памяти и пр.
- Проведение в игровой (соревновательной) форме тестов с целью определения (выявления) общего физического и функционального уровня развития воспитанников.

### **Текущее тестирование и диагностика:**

- Организация самоконтроля за соблюдением режима дня, ведение (совместно с родителями учащихся) дневника наблюдений за параметрами физического развития организма обучающихся.
- Проведение в игровой (соревновательной) форме тестов с целью констатации динамики общего физического и функционального развития воспитанников.
- Соблюдение правил и требований гигиены.
- Туристские и другие игры и состязания.

### **Итоговое тестирование:**

- Подведение итогов реализации программы происходит во время похода выходного дня, организуемого по окончании учебного года, где на практике проверяются знания, умения и навыки каждого учащегося.
- Конкурс знатоков растений на поляне привала.
- Операции «Помоги братьям меньшим» и «Помоги природе» (очистка ближайших окрестностей от бытового мусора) и др.

### **Оценочные материалы.**

Средством обратной связи, помогающим корректировать реализацию образовательной программы, служит диагностический мониторинг. Диагностический материал собирается и копится непрерывно на всех стадиях реализации программы. Психологическая диагностика воспитанников проводится в виде тестов, тренингов, игр, анкет. В течение года в программу включены упражнения на развитие памяти, мышления и внимания, на развитие глазомера и ориентирование в пространстве. Отслеживается результативность в достижениях воспитанников объединения. Результативность выполнения учащимися образовательной программы оформляется в таблицы (*см. Приложения 1, 2, 3,4*).

## 6.Календарное планирование.

№ п.п.	Дата.	Тема урока.	Примечания.
<b>Раздел 1. Введение-3ч.</b>			
1.		Определение понятий туризм и краеведение.	
2.		Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм.	
3.		Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя.	
<b>Раздел 2. Основы туристской подготовки-44ч.</b>			
4.		Правила поведения юных туристов на экскурсиях, туристских прогулках и походах.	
5.		Основы безопасности в природной среде.	
6.		Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес).	
7.		Основные законы и правила поведения юных туристов.	
8.		Права и обязанности юных туристов, их соблюдение в процессе занятий, традиции туристов.	
9.		Взаимопомощь в туристской группе. Общественно полезная работа туристов –краеведов.	
10.		Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения во время занятий и на природе, выработки навыков наблюдательности.	
11.		Прогулка в парк (лес).	
12.		Поход - основная форма туристско-краеведческой деятельности.	
13.		Правила организации и проведения туристских походов.	
14.		Планирование маршрута и разработка плана–графика похода. Формирование туристской группы.	
15.		Основные туристские должности и обязанности в группе, распределение обязанностей. Походная документация.	
16.		Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов	
17.		Ритм и темп движения туристской группы, организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе.	
18.		Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте.	
19.		Туристская прогулка (экскурсия).	
20.		Туристская прогулка (экскурсия).	
21.		Туристская прогулка (экскурсия).	

22.		Узлы: простой и двойной проводник, восьмерка, прямой, булинь, схватывающие узлы, встречный и др. Техника вязания узлов.	
23.		Личное и групповое снаряжение юного туриста. Основные требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство, гигиеничность, эстетичность.	
24.		Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток, тентов и правила ухода за ними. Рюкзак: виды рюкзаков, основные требования ним; правила укладки рюкзака. Костровое и кухонное оборудование.	
25.		Уход за снаряжением, его хранение и ремонт. Состав ремонтного набора. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии).	
26.		Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.	
27.		Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки.	
28.		Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки. Игра «Собери рюкзак к туристской прогулке»	
29.		Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.).	
30.		Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов. Организация мест отдыха и туристской стоянки.	
31.		Правила разведения костра. Типы костров и их назначение. Организация питания и питьевого режим в походе.	
32.		Фасовка и упаковка продуктов, воды и соблюдение гигиенических требований.	
33.		Планирование и организация места отдыха на местности во время туристской прогулки.	
34.		Устройство и оборудование туристской стоянки: места для установки палаток, кострища, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты.	
35.		Уборка мест привалов и стоянок.	
36.		Заготовка дров, разведение костра и соблюдение мер безопасности.	
37.		Приготовление пищи на костре.	
38.		Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья, рациональное расходование воды и соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).	
39.		Рисунок и простейший план местности (парка или своей улицы). Изображение местности на рисунке, фотографии, схеме или плане. Простейшие условные знаки. Знакомство с топографической картой, масштаб, условные знаки	
40.		Простейшие условные знаки. Знакомство с топографической картой, масштаб, условные знаки. Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута .	

41.		Рисовка плана кабинета.	
42.		Знакомство с планом улицы и поселка.	
43.		Зарисовка топографических условных знаков.	
44.		Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на местности, в парке.	
45.		Личная гигиена юного туриста. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста.	
46.		Состав медицинской аптечки. Организация первой доврачебной помощи.	
47.		Комплектование медицинской аптечки для туристской прогулки (экскурсии).	
<b>Раздел 3. Краеведческая работа в походе-45ч.</b>			
48.		Знакомство с картой Ярославской обл.	
49.		Знакомство с картой Ярославской обл.	
50.		Знакомство с картой Ярославской обл.	
51.		История края, района, своего населенного пункта; памятные исторические места.	
52.		Особенности природы края.	
53.		Климат Ярославской области	
54.		Растительность Ярославской области.	
55.		Животный мир Ярославской области.	
56.		Полезные ископаемые Ярославской области.	
57.		Туристические возможности Ярославской области.	
58.		Определение границ края и района на карте, просмотр фото, видео материалов, обзорная экскурсия.	
59.		Экскурсия.	
60.		Экскурсия.	
61.		Родословная.	
62.		Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники.	
63.		Население Ярославской области.	
64.		Этнический состав населения Ярославской области.	
65.		Народные традиции Ярославской области	
66.		Природные сообщества Ярославской области.	

67.		Экология и охрана природы. Правила поведения на природе.	
68.		Природоохранная деятельность туристов.	
69.		Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр.	
70.		Охрана природной среды (зеленой зоны) в своем микрорайоне (населенном пункте). Экологические игры	
71.		Охрана памятников природы. Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.	
72.		Методы сбора краеведческого материала: наблюдение, фотографирование, ведение дневника и путевых записей, описание экскурсионных объектов.	
73.		Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы. Проведение наблюдений за климатом, погодой, сезонными изменениями в природе в своей местности.	
74.		Организация наблюдений во время туристских прогулок, экскурсий и походов., ведения календаря наблюдений.	
75.		Метеорологические наблюдения, изучение народных примет и местных признаков погоды.	
76.		Метеорологические наблюдения, изучение народных примет и местных признаков погоды.	
77.		Метеорологические наблюдения, изучение народных примет и местных признаков погоды.	
78.		Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, рек и водоемов в разные времена года.	
79.		Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, рек и водоемов в разные времена года.	
80.		Зоологические наблюдения: наблюдение за обитателями леса, рек и водоемов в разные времена года.	
81.		Наблюдение и исследование растительного мира своей местности, сезонных изменений в природе.	
82.		Наблюдение и исследование растительного мира своей местности, сезонных изменений в природе.	
83.		Наблюдение и исследование растительного мира своей местности, сезонных изменений в природе.	
84.		. Фотографирование и ведение дневника наблюдений	
85.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
86.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
87.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
88.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
89.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятни-	

		ков истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
90.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
91.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
92.		Посещение краеведческого музея в г.Ярославле, памятников истории и культуры, памятников природы. Составление описаний экскурсионных объектов.	
<b>Раздел 4.Общая физическая подготовка-16ч.</b>			
93.		Значение общей физической подготовки, закаливания в оздоровлении организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.	
94.		Практические занятия по освоению навыков физической подготовки. Общеукрепляющие упражнения.	
95.		Комплекс утренней физической зарядки. Упражнения для рук и плечевого пояса: сгибания и разгибания, вращения, махи, отведения и приведения, рывки на месте и в движении.	
96.		Подвижные игры и эстафеты: игры с мячом; игры бегом с прыжками, с метанием; эстафеты встречные и круговые с преодолением полосы препятствий, с переноской и др.	
97.		Подвижные игры и эстафеты: игры с мячом; игры бегом с прыжками, с метанием, расстановкой и собиранием предметов, переноской груза, метанием в цель, бросками и ловлей мяча; игры на внимание, сообразительность, координацию.	
98.		Спортивные (в том числе народные) игры: ручной мяч, баскетбол, футбол, волейбол, лапта.	
99.		Ходьба по пересеченной местности. Движение по лесным массивам. Преодоление завалов.	
100.		Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).	
101.		Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям), по кочкам. Переправа по бревну.	
102.		Туристический выход (поход).	
103.			
104.			
105.			
106.			
107.			
108.		Итоговое обобщение. Отчет о походе.	

### **Список литературы для педагога:**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе.- М.: ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983
3. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. - М.: Профиздат, 1985.
4. Алтухов М.Д., Литвинская С.А. Охрана растительного мира .2006.г.
5. Ковешников В.Н. Очерки по топонимике Ярославской обл.Ярославль. 2006.
6. Ковешников В.Н. Путешествия по красавице Волге. 2012 г.
7. Ярославский вестник детского и юношеского туризма и краеведения, № 1, 2003 г.
8. Ярославский вестник детского и юношеского туризма и краеведения, № 3, 2004 г.- Ярославль.
9. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм. - Москва, «Физкультура и спорт», 1990.
10. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М.:Профиздат, 1997.
11. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
12. Кудряшов Б. . Энциклопедия выживания. Один на один с природой. - 2001 г
13. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТиК, 2003.
14. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря.- М.: ВЛА-ДОС, 2000.
15. Отдых и путешествия на Кубани. Энциклопедия. Ред. А.Н. Пахомов и др.- Краснодар: Традиция, 2010.
16. Самойленко А.А. Детско-юношеский туризм. Учебное пособие. - Ярославль2016 г.
17. Самойленко А.А., Твердый А.В. Путеводитель. - Платонов, 2008 г.
18. Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. – М.: Физкультура и спорт, 1998.
19. Твердый А.В. Ярославль в именах.-
20. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.
21. Ю.С Константинов, Л.П. Слесарева Туристско-краеведческая деятельность в школе. - Москва, 2011 г.

### **Список литературы для обучающихся:**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: Учебник для общеобразовательных учебных заведений. 6 класс. А.Г.Маслов, В.В.Марков, В.Н.Латчук, М.И.Кузнецов. - М.: Дрофа, 1999
2. Ю.С Константинов, Л.П. Слесарева. Туристско-краеведческая деятельность в школе. - Москва, 2011 г.
3. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

### **Список литературы для родителей:**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М., ЦДЮТур МО РФ, 1996.
2. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. – М., Профиздат, 1985.
3. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., Профиздат, 1997.
4. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
5. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2003.
6. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. М.: ВЛА-ДОС, 2000
7. Таланга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. .
8. Энциклопедия туриста / Гл. ред. Е.И. Тамм. – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

**Мониторинг результатов обучения.**

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
<b>1. Теоретическая подготовка</b>				
1.1 Теоретические знания по основным разделам учебно-тематического плана программы	Способность ответить на простые вопросы по всем темам за год.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем 0,5 объема знаний.	1	Тестирование, контрольный опрос и др.
		Средний уровень – ребенок способен ответить на более половины вопросов.	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем знаний.	10	
<b>2. Практическая подготовка</b>				
2.1. Туристская подготовка	Умение пользоваться снаряжением, организовать быт, ориентироваться, оказывать первую помощь	Минимальный уровень	1	Наблюдение
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
2.2. Краеведческие навыки	Умение проводить наблюдения, исследования и оформлять результаты	Минимальный уровень	1	Наблюдение
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
2.3. Физическая подготовка.	Умение преодолевать препятствия	Минимальный уровень	1	Наблюдение
		Средний уровень	5	
		Максимальный уровень	10	
<b>3. Общеучебные умения и навыки ребенка</b>				
3.1 Умение слушать и слышать педагога	Адекватность восприятия информации, идущей от педагога	Минимальный уровень – ребенок испытывает серьезные затруднения в работе, нуждается в помощи педагога	1	Наблюдение
		Средний уровень – работает с помощью педагога	5	
		Максимальный уровень - работает самостоятельно, не испытывает затрудне-	10	

		ния.		
3.2 Учебно- организационные навыки и умения	Способность самостоятельно подготовиться к занятию и убрать за собой.	Минимальный уровень – ребенок овладел менее чем ½ объема навыков	1	Наблюдение
		Средний уровень– объем усвоенных навыков более 1/2;	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	10	
3.3 Умение соблюдать правила безопасности во время занятий	Соответствие реальных навыков соблюдения правил безопасности программным требованиям.	Минимальный уровень– ребенок овладел менее чем ½ объема навыков соблюдения правил безопасности	1	Наблюдение
		Средний уровень– объем усвоенных навыков более 1/2;	5	
		Максимальный уровень – освоил практически весь объем навыков за данный период	10	

## Мониторинг личностного развития ребенка.

Показатели (оцениваемые параметры)	Критерии	Степень выраженности оцениваемого качества	Возможное число баллов	Методы диагностики
<b>1. Морально - волевые качества</b>				
1. Терпение	Способность переносить (выдерживать) известные нагрузки в течение определенного времени, преодолевая трудности.	Терпения хватает менее чем на ½ занятия; Более чем на ½ занятия На все занятие	1 5 10	Наблюдение
2. Воля	Способность активно побуждать себя к практическим действиям	Волевые усилия ребенка побуждаются извне Иногда- самим ребенком; Всегда самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
3. Самоконтроль	Умение контролировать свои поступки (приводить к должному действию)	Ребенок постоянно действует под контролем извне; Периодически контролирует себя сам; Постоянно контролирует себя сам;	1 5 10	Наблюдение
<b>2. Ориентационные качества</b>				
1. Самооценка	Способность оценить себя адекватно реальным достижениям	Завышенная Заниженная Нормальная	1 5 10	Анкетирование
2. Интерес к занятиям в детском коллективе	Осознанное участие ребенка в освоении образовательной программы	Продиктован ребенку извне Периодически поддерживается самим ребенком Постоянно поддерживается самим ребенком	1 5 10	Наблюдение
<b>3. Поведенческие качества</b>				
1. Конфликтность (отношение ребенка к столкновению интересов (спору))	Способность занять определенную позицию в конфликтной ситуации	Периодически провоцирует конфликты; Сам в конфликтах не участвует, старается их избежать; Пытается самостоятельно уладить возникающие конфликты	1 5 10	Наблюдение
2. Отношение к общим делам	Умение воспринимать общие дела как свои собственные	Избегает участия в общих делах; Участвует при побуждении извне; Инициативен в общих делах	1 5 10	Наблюдение
3. Тип сотрудничества	Умение работать в коллективе	Пассивен	1	Наблюдение
		Сотрудничает иногда	5	
		Активен	10	

**Результативность выполнения образовательной программы.**

№	Ф.И.учащегося	1. Теория	2. Практика			3. Общеучебные умения и навыки ребенка			Итого	Уровень результативности
			2.1	2.2	2.3	3.1	3.2	3.3		
1										
2										
3										
4										
5										
6										
7										
8										
9										
10										
11										
12										
13										
14										
15										

8 - 30 баллов  
Низкий уровень

31- 49 баллов  
Средний уровень

50- 80 баллов  
Высокий уровень

**Результативность личностного развития ребенка.**

№	Ф.И.учащегося	Организационно-волевые качества			Ориентационные качества		3. Поведенческие качества			Итого	Уровень результативности
		1.1	1.2	1.3	2.1	2.2	3.1	3.2	3.3		
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											
13											
14											
15											

8 - 30 баллов  
Низкий уровень

31-49 баллов  
Средний уровень

50-80 баллов  
Высокий уровень