МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АСТРАХАНСКОЙ ОБЛАСТИ

«ЦЕНТР ЭСТЕТИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ»

Принята на заседании
педагогического совета ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

от «31» 08 2026г.
Протокол № 01

Утверждаю
Директор ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ»

Боярский Д.В.
«31» 08 2026г.

Приказ №167 от 31 августа 2026г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности

«Туристы-краеведы»

Возраст учащихся: 9 - 18 лет
Срок реализации: 4 года

Авторы-составители: педагог
дополнительного
образования
Нестеренко Н.В.
старший методист
Сергеева М.В.

Астрахань,
2026г.

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА
УЧЕБНЫЙ ПЛАН
УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ
ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ
ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ
СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ
ГЛОССАРИЙ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Туристско-краеведческая деятельность в нынешних условиях, одна из самых доступных и оптимальных возможностей воспитания всесторонне развитой личности ребенка.

Краеведческие изыскания способствуют интеллектуальному росту подростка, определению его жизненных интересов; через любовь к малой Родине пробуждают патриотические чувства в юном человеке.

Туризм – в концепции «не спорт, а образ жизни» - это школа духовного и физического взросления, воспитания самостоятельности и ответственности, чувства коллективизма. Поэтому, вполне закономерно: туризм и краеведение должны выступать в неразрывном единстве, в рамках учебной программы дополнять и уравновешивать друг друга.

Однако в большинстве разработанных программ (Программы «Туризм и краеведение», М., 1982) это равновесие не выдержано. Это либо спортивные программы, авторы которых ставят целью достижение учащимися определенных спортивных результатов в одном из видов туризма, либо краеведческие, цель которых глубокое изучение предмета в течение учебного года с проведением обязательного итогового похода (правда, с весьма «мимоходной» подготовкой). В первом случае педагог, направляя взоры учащихся к вершинам спортивного мастерства, сознательно топит в море невежества целый материк тех бесценных знаний, который открывает юному путешественнику окружающий мир. Во втором – пренебрежение наставника к серьёзному освоению туристских навыков есть заведомое программирование «неуспеха» любого краеведческого изыскания и, в конечном счёте, грубое нарушение безопасности жизни ребенка в условиях похода.

Было бы несправедливо не отметить положительный опыт некоторых разработок, где краеведение и туризм находятся в желаемом равновесии.

Этому положению вполне соответствует программа «Юные туристы» («Программы. Туризм и краеведение. М, 1982 г.) автора М.И.Крайман. Но рассчитана она, к сожалению, только на один год обучения, к тому же и возрастной диапазон обучаемых слишком велик (по ней предполагается обучение как детей 5-х классов, так и 9-х).

На более длительный срок (2 года) обучения рассчитана следующая интересная программа «Пешеходный туризм» (авт. Куликов В.М., Ротштейн Л.М.). Хотя в ней большое внимание уделяется сбору краеведческого материала, во главу угла все-таки ставится совершение категорийного похода, а краеведение выступает в роли познавательного подсобного материала.

Интересны последние методические разработки, публикуемые Центром детско-юношеского туризма и краеведения Министерства образования России («Юные туристы-спасатели», «Юные инструкторы туризма» и т.д.).

В этих программах, имеющих конкретную туристско-краеведческую направленность, немного внимания уделяется разделу «Краеведение». К тому же, изучение основ туризма и сопутствующих дисциплин проходит поэтапно (в течение 4-х лет) и охватывает последовательно учащихся разных возрастных групп (6-11 классы).

Даже если предположить существование некой социальной программы, она все равно потребовала бы адаптации к конкретной группе детей (с их возрастными и личностными особенностями), к конкретным местным условиям (в нашем случае, уникальный природный комплекс Астраханского края, его богатейшее историческое прошлое).

Все вышеперечисленное обуславливает **актуальность** создания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Туристы-краеведы», в которой, в соответствии с поставленной целью и условиями ее реализации, учтен и творчески переработан положительный опыт вышеописанных программ, а также богатейший методический материал, накопленный сотрудниками ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ».

Новизна программы состоит в том, что в ее содержательную основу заложена простая причинно-следственная связь: «цель – краеведческие изыскания, средство – туристский поход», реализуемая в трехуровневой системе с учетом возрастных особенностей

обучаемых, их интересов и потребностей, интеллектуальных и физических возможностей каждого отдельного ребенка и группы в целом, степени освоенности навыков и умений. Взаимосвязь, взаимодействие туризма и краеведения усиливает их формирующее воздействие на личность, является педагогическим условием эффективности образовательной деятельности.

Программа **педагогически целесообразна,** так как преобладание в туристско-краеведческой деятельности активного познания, изучения, исследования, преобразования различных объектов действительности расширяет «границы» образовательной деятельности, усиливает её воспитательное воздействие. Ценностная основа туризма и краеведения – наблюдения учащихся, изучение, исследование конкретного объекта путём.

Принцип работы – постоянное усложнение ближних и дальних перспектив.

Программа туристско-краеведческого объединения рассчитана на учащихся 9-18 лет и на каждом уровне содержит примерно одинаковый набор разделов: «Краеведение», «Основы туристской подготовки», «Топография и ориентирование», «Основы медицинских знаний».

1 уровень – общеразвивающий, рассчитан на два года обучения. **Первый год – подготовительный**. Практическое освоение изученного материала реализуется через игры, конкурсы, викторины, прогулки на природу, тематические экскурсии. Дальней перспективой учебного года является итоговые однодневные походы, предполагающие решение поставленных в процессе обучения и воспитания целей. **Второй год – базовый.** Ближайшие перспективы на этом этапе - подготовка и участие в викторинах и конкурсах, посещение экскурсионных объектов и музейных экспозиций, участие в однодневных походах с целью отработки практических навыков и умений. Главная цель (дальняя перспектива), для достижения которой работает вся группа в течение учебного года – это многодневный (не более 2-х ночевок) поход.

2 уровень – специализированный, рассчитан на один год обучения, но, в зависимости от опыта педагога, специализации, интересов и навыков детей может быть использован в течение более длительного времени. Главной целью на этом этапе является комплексная подготовка к сложным условиям многодневного (5-6 дней) похода с обязательным распределением походных обязанностей (командир, завхоз, проводник и т.д.) и краеведческих специальностей.

3 уровень – профессионально-ориентированный. Дальняя перспектива на этом этапе – многодневное исследовательское путешествие (экспедиция). В работе с обучаемыми делается упор на индивидуальные занятия или занятия малыми группами (2-3 человека). В зависимости от интересов членов группы, экспедиция может быть многопрофильная, может быть посвящена глубокому исследованию одной проблемы, по одной выработанной дисциплине.

Теоретические и практические занятия должны проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик. Педагог должен иметь (и это является непременным условием) личный опыт занятий туризмом. Для проведения теоретических и практических занятий по некоторым дисциплинам рекомендуется привлекать учителей-предметников, врачей, опытных туристов-спортсменов.

Цель программы – создание оптимальных условий для формирования личностных качеств и самореализации обучающихся средствами туристско-краеведческой деятельности.

Образовательный процесс по данной программе реализуется через решение следующих взаимосвязанных задач:

Обучающие:

- овладение обучающимися основами техники пешеходного туризма, ориентирования на местности, техникой безопасного пребывания в природной среде;
- формирование потребности в углубленном изучении природы, истории и культуры Астраханского края;
- овладение формами и приемами учебно-исследовательской деятельности;
- профессиональная ориентация обучающихся.

Развивающие:

- развитие потребности в физическом самосовершенствовании;
- интеллектуальное и духовно-нравственное развитие обучающихся;
- развитие творческой, познавательной и созидательной активности.

Воспитательные:

- формирование патриотических чувств через воспитание бережного отношения к природному и культурному наследию родного края; воспитание свободного гражданина, способного к сотрудничеству в интересах человека и общества, способностью самостоятельно сделать жизненный выбор;
- формирование личностных качеств обучающихся: коллективизма и взаимовыручки, самостоятельности и ответственности, трудолюбия, социальной активности;
- воспитание интереса к творческой и исследовательской деятельности;
- воспитание чувства самооценки человеческой жизни, потребности в здоровом образе жизни.

Срок обучения – 4 года. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Год обучения	**Количество учебных недель**	**Количество занятий в неделю**	**Количество занятий в год**	**Количество часов в неделю**	**Количество часов в год**		
					Всего	Теория	Практика
I	36	2	72	4	144	54	90
II	36	2	72	4	144	54	90
III	36	2	72	4	144	54	90
IV	36	2	72	4	144	62	82
ИТОГО:							

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ И РАЗДЕЛОВ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1. Краеведение.	38	14	24	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, контрольный показ, анализ
2. Основы туристской подготовки	46	16	30	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
3. Топографическая подготовка юного туриста.	36	12	24	Наблюдение, практический тест, устный опрос, контрольный показ, анализ исполнения, открытое занятие
4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	24	12	12	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
ИТОГО:	**144**	**54**	**90**	

Зачетный поход, туристские соревнования, слеты - вне сетки часов.

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ И РАЗДЕЛОВ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1. Краеведение.	38	14	24	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, контрольный показ, анализ
2. Основы туристской подготовки	46	16	30	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
3. Топографическая подготовка юного туриста.	36	12	24	Наблюдение, практический тест, устный опрос, контрольный показ, анализ исполнения, открытое занятие
4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	24	12	12	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
ИТОГО:	**144**	**54**	**90**	

Зачетный поход, туристские соревнования, слеты - вне сетки часов.

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ И РАЗДЕЛОВ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1. Краеведение.	38	14	24	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, контрольный показ, анализ
2. Основы туристской подготовки	46	16	30	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
3. Топографическая подготовка юного туриста.	36	12	24	Наблюдение, практический тест, устный опрос, контрольный показ, анализ исполнения, открытое занятие
4. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	24	12	12	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
ИТОГО:	**144**	**54**	**90**	

Зачетный поход, туристские соревнования, слеты - вне сетки часов.

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

НАИМЕНОВАНИЕ ТЕМ И РАЗДЕЛОВ	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ			ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ/КОНТРОЛЯ
	ВСЕГО	ТЕОРИЯ	ПРАКТИКА	
1 Полевая школьная экспедиция.	3	2	1	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, контрольный показ, анализ
2. Изучение района предстоящей экспедиции.	10	-	10	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
3. Исследовательская деятельность участников экспедиции.	34	24	10	Наблюдение, практический тест, устный опрос, контрольный показ, анализ исполнения, открытое занятие
4. Туристская подготовка участников экспедиции.	43	20	23	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
5. Топография и ориентирование.	28	12	16	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
6. Основы медицинских знаний.	26	4	22	Наблюдение, устный опрос, практический тест, практический показ, анализ
ИТОГО:	**144**	**62**	**82**	

Зачетный поход, туристские соревнования, слеты - вне сетки часов.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. КРАЕВЕДЕНИЕ.

1.1. Природа Астраханского края.

Теоретическая часть. Географическое положение Астраханской области. Рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Растительный мир Астраханской области. Лекарственные и ядовитые растения. Животный мир Астраханской области. Особо охраняемые территории. Охрана природы.

Практическая часть. Знакомство с картой области. Сезонные прогулки в лес. Конкурсы рисунков по впечатлениям и наблюдениями за природой. Сбор и оформление гербария. Экскурсии в краеведческий музей. Подготовка и проведение игры «Звёздный час» по теме «Природа Астраханской области.

1.2. Историческое прошлое Астраханского края. История города.

Теоретическая часть. Астраханский край до присоединения к России (обзор). Основание Астрахани. Легенды о происхождении названия города. Астраханский Кремль. История главных улиц. Известные земляки.

Практическая часть. Экскурсии в Астраханский Кремль и по улицам Белого города. Конкурсы рисунков «Город будущего» и сочинений «Улица, где ты живешь?» Подготовка и проведение игры «Колесо истории» по теме: «Астраханский Кремль», краеведческой викторины «Мой город».

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ

2.1. Туризм как спорт и образ жизни. **Воспитательная роль туризма**.

Теоретическая часть. Что такое туризм? Роль туристских путешествий в формировании характера человека, воспитании патриотизма и углубления знаний, приобретении трудовых навыков и воспитании самостоятельности, чувства коллективизма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма. Самодеятельный, экскурсионный, международный.

2.2. Снаряжение юного туриста.

Теоретическая часть. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Походная посуда для приготовления пищи. Хозяйственный набор.

Практическая часть. Укладка рюкзаков. Проведение игры «Что взять в поход?»

2.3. Организация туристского быта.

Теоретическая часть. Привалы в однодневном походе. Продолжительность и периодичность привалов в походах в зависимости от условий. Выбор места для привала. Планирование места для костра, определение места для забора воды. Заготовка дров. Охрана природы. Правила разведения костра, работа с топором, пилой при заготовке дров. Уборка места лагеря перед уходом группы. Установка палатки. Правила поведения в палатке. Размещение вещей в ней. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячей пищи.

Практическая часть. Определение мест, пригодных для организации привалов. Разжигание костра. Установка палатки.

2.4. Безопасность в походах и на занятиях

Теоретическая часть. Дисциплина в походе – основа безопасности. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Узлы в туризме. Правила поведения при переездах группы в транспорте. Правила безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила поведения в незнакомом пункте. Взаимоотношения с населением. Меры безопасности при разведении костра, при обращении с кипятком.

Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Правила купания в незнакомом месте.

Практическая часть. Решение ситуационных задач. Вязка узлов.

2.5. Туристские соревнования.

Теоретическая часть. Задачи туристских соревнований. Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах. Меры безопасности при проведении туристских соревнований.

Практическая часть. Подготовка к туристским соревнованиям.

2.6. Подготовка к походу (однодневному).

Теоретическая часть. Определение цели и района похода. Составление плана подготовки похода. Изучение района похода: изучение литературы, карт. Разработка маршрута. Подготовка личного и группового снаряжения.

Практическая часть. Составление плана подготовки однодневного похода. Изучение маршрутов похода. Составление плана-графика движения. Проведение игры-путешествия «Мы идем в поход».

2.7. Подведение итогов похода.

Теоретическая часть. Обсуждение итогов похода в группе.

Практическая часть. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы маршрута. Конкурс сочинений на тему «Удивительное рядом» (по впечатлениям о походе).

РАЗДЕЛ 3. ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ЮНОГО ТУРИСТА.

3.1. Понятие о топографической карте.

Теоретическая часть. Определение топографии, топографической карты. Значение топокарт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштаб топографических карт. Рамка топокарты. Прямоугольные координаты. Определение координат точки на карте. Защиты карты от непогоды в походе.

Практическая часть. Работа с картами разных масштабов. Упражнения по определению масштаба, измерение расстояний на карте.

3.2. Условные знаки.

Теоретическая часть. Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топознаков по группам. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Практическая часть. Изучение на местности изображения местных предметов. Топографические диктанты, кроссворды, упражнения на запоминание знаков, топографическое лото.

3.3. Ориентирование по сторонам горизонта. Компас, работа с компасом.

Теоретическая часть. Основные направления на стороны горизонта: С, Ю, З, В. Промежуточные направления. Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостной компас. Определение сторон горизонта с помощью компаса, ориентирование карты.

Практическая часть. Упражнения на определение сторон горизонта. Ориентирование карты по компасу.

3.4. Местность и карта.

Теоретическая часть. Комплексное чтение карты. Нахождение ориентиров. Что может служить ориентиром.

Практическая часть. Прохождение маршрута по карте. Сличение карты с местностью.

3.5. Соревнования по ориентированию.

Теоретическая часть.

Практическая часть. Решение ситуационных задач. Подготовка к участию в соревнованиях.

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВАЯ ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ.

4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.

Теоретическая часть. Личная гигиена при занятиях туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви. Роль закаливания и систематических занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья. Вредные привычки – курение, употребление алкогольных напитков и их влияние на организм человека.

Практическая часть. Подбор одежды и обуви для проведения походов и тренировок, уход за ними. Применение средств личной гигиены в походе.

4.2. Первая доврачебная помощь в походных условиях.

Теоретическая часть. Первая доврачебная помощь пострадавшему при ожогах и ранениях острым предметом. Первая доврачебная помощь пострадавшему при солнечном и тепловом ударе, обморожении, переохлаждении, простуде. Первая доврачебная помощь пострадавшему при ушибах, растяжках, вывихах, переломах, сотрясении мозга.

Практическая часть. Решение ситуационных задач. Отработка навыков по оказанию первой доврачебной помощи в походных условиях.

4.3. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений.

Теоретическая часть. Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Хранение, транспортировка походной аптечки. Индивидуальная аптечка туриста. Лекарственные растения, возможность их использования в походных условиях. Сбор, обработка, хранение лекарственных растений.

Практическая часть. Формирование походной аптечки. Сбор и использование лекарственных растений.

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. КРАЕВЕДЕНИЕ.

1.1. Природа Астраханской области. Охрана природы.

Теоретическая часть. Углубление знаний по географии Астраханской области: географическое положение, рельеф, климат, водоемы, полезные ископаемые. Характеристика природных комплексов. Административное деление области. Транспортные магистрали. Промышленность. Растительный мир Астраханского края. Редкие, исчезающие растения и растения, занесенные в Красную книгу. Ядовитые и лекарственные растения. Фауна Астраханской области. Животные, занесенные в Красную книгу. Астраханские заповедники.

Практическая часть. Составление «Травника» (лекарственные растения Астраханской области). Путешествие по карте – «Что увижу я в походе?». Участие в краеведческих мероприятиях.

1.2. История Астраханского края с древнейших времен до XX в.

Теоретическая часть. Древнейшие поселения на территории Астраханской области. Сарматские племена. Великое переселение народов. Хазарское царство. Астраханский край в 1X – X11 вв. Золотая Орда. Образование, занятия населения, культура и быт, причины распада. Астраханское ханство. Присоединение Астрахани к России. Строительство нового города. Петр 1 в Астрахани. Образование губернии. Астраханская губерния в 18 – 19 вв.

Практическая часть. Экскурсия в Краеведческий музей. Экскурсия по городу «Храмы Кремля и Белого города». Проведение игры «Колесо истории» по изученному материалу.

1.3. Туристские возможности Астраханской области, обзор экскурсионных объектов.

Теоретическая часть. Интересные места для проведения походов и экскурсий: исторические, архитектурные, археологические, природные и другие памятники на территории области. Музеи. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия.

Литература по изучению родного края.

Практическая часть. Составление карты интересных объектов.

1.4. Изучение района путешествия.

Практическая часть. Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт. Знакомство с отчетами туристских групп, совершивших поход в данный район. Подготовка докладов о районе похода: по истории, населению, климату и рельефу, флоре и фауне, и т.д. Заслушивание докладов.

1.5. Общественно-полезная работа в походе.

Теоретическая часть. Содержание и методика наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и др. школьным предметам. Задания группе. Деятельность по охране природы в условиях похода. Изучение и охрана памятников истории и культуры. Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксация их. Работа среди местного населения.

Практическая часть. Выполнение заданий организации. Проведение краеведческих наблюдений. Сбор материалов для музея и выставки. Оформление отчетов.

РАЗДЕЛ 2. ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ.

2.1. Туристские путешествия. История развития туризма в России.

Теоретическая часть. История развития туризма в России. История освоения России, знаменитые русские путешественники и исследователи. Книги, рассказывающие о путешествиях. Современная организация туризма в России. История развития детско-юношеского туризма в стране и в нашем городе. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию.

2.2. Личное и групповое снаряжение.

Теоретическая часть. Требования к туристскому снаряжению. Перечень личного и группового снаряжения для многодневного похода. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости вещей. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Групповое снаряжение, типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Кухонное оборудование для летних и зимних условий. Усовершенствование пил и топоров для похода. Ремонтный набор. Снаряжение для краеведческой работы.

Практическая часть. Комплектование личного и общественного снаряжения. Подготовка, усовершенствование и ремонт снаряжения.

2.3. Организация туристского быта.

Теоретическая часть. Ночлеги (бивуаки) в многодневном походе. Требование к месту бивуака: жизнеобеспечение (наличие дров, воды); безопасность – удаленность от населенных пунктов, расположение на высоком берегу, отсутствие на территории сухих и гнилых деревьев; комфортность – продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама.

Организация работы по развертыванию и свертыванию лагеря. Типы костров и их назначение. Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Правила работы дежурных по кухне.

Практическая часть. Выбор места для бивуака. Самостоятельная работа по развертыванию и свертыванию лагеря. Заготовка дров, работа с пилой и топором. Разведение костра в различных условиях.

2.4. Питание в туристском походе.

Теоретическая часть. Значение правильного питания в походе. Организация питания в 2-3-хдневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаке. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте.

Практическая часть. Составление меню и списка для 2-3-хдневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

2.5. Правила движения в походе, преодоление препятствий.

Теоретическая часть. Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

Практическая часть. Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по местности с различными видами препятствий.

2.6. Обеспечение безопасности в походе.

Теоретическая часть. Безопасность – основное и обязательное требование при проведении походов. Ответственность каждого члена группы в соблюдении техники безопасности. Опасности в туризме: субъективные и объективные. Меры по исключению субъективных и объективных опасностей.

Практическая часть. Решение ситуационных задач, разбор причин возникновения аварийных ситуаций в походе.

2.7. Подготовка к походу (2-3-х дневный).

Теоретическая часть. Определение цели и района похода. Разработка маршрута. Подбор группы и распределение обязанностей. Пути подъезда к началу маршрута и отъезда при его завершении. Выяснение возможностей пополнения продуктов. Оформление походной документации. Утверждение маршрута похода. Смотр готовности. Подготовка снаряжения. Смета расходов на подготовку и проведение похода.

Практическая часть. Изучение маршрутов. Составление подробного плана-графика похода. Заполнение маршрутной документации. Составление сметы. Контрольная работа – оставление плана-графика 2-3-хдневного похода.

2.8. Подведение итогов.

Практическая часть. Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Разбор действий участников похода и группы в целом. Подготовка и составление отчета о походе. Подготовка отчетного вечера, выставки или газеты по итогам похода. Ремонт туристского инвентаря.

2.9. Туристские соревнования.

Теоретическая часть. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. Основные разделы правил. Права и обязанности участников, представителей, тренеров. Система штрафов на отдельных этапах.

Практическая часть. Подготовка к участию в соревнованиях.

РАЗДЕЛ 3. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ.

3.1. Топографическая и спортивная карта.

Теоретическая часть. Виды топографических карт и основные сведения о них. Какие карты лучше использовать при проведении походов. Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической. Масштаб. Условные знаки спортивных карт, виды условных знаков.

Значковый метод составления легенд.

Практическая часть. Работа со спортивными картами разного масштаба. Упражнения, игры, кроссворды на запоминание условных знаков спортивных карт.

3.2. Компас. Работа с компасом.

Теоретическая часть. Компас, правила пользования им. Азимут его отличие от простого угла. Азимут истинный и магнитный. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

Практическая часть. Упражнения по определению азимута, снятие его с карты. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентира по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту.

3.3. Определение расстояний.

Теоретическая часть. Способы измерения расстояний на карте и местности. Измерение кривых линий при помощи курвиметра, обычной нитки. Измерение среднего шага. Способ подсчета шагов при движении шагом, бегом, на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояний, тренировка глазомера. Определение расстояний по скорости движения. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага. Определение высоты предмета.

Практическая часть. Измерение средней длины шага, перевод шагов в метры. Упражнения на определение расстояний на карте и местности глазомерно. Упражнения по определению расстояний до недоступного предмета, по определению высоты предмета.

3.4. Способы ориентирования.

Теоретическая часть. Ориентирование при помощи карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Оценка скорости движения. Обход препятствий, сохранение общего заданного направления. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе.

Движение по легенде (подробного текстового описания пути).

Практическая часть. Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отыскание на карте параллельных ситуаций, определение

способов привязки. Прохождение мини-маршрута, движение по легенде. Разработка маршрута по спортивной карте с описанием ориентиров.

3.5. Соревнования по ориентированию.

Теоретическая часть. Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию.

Соревнования по спортивному ориентированию в заданном направлении, на маркированной трассе, по выбору. Эстафетное ориентирование. Определение результатов в соревнованиях по ориентированию.

Практическая часть. Подготовка к участию в соревнованиях по спортивному ориентированию.

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВАЯ ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ.

4.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.

Теоретическая часть. Личная гигиена при занятиях туризмом, значение водных процедур. Гигиена одежды и обуви. Роль закаливания и систематических занятий физкультурой и спортом для укрепления здоровья. Вредные привычки – курение, употребление алкогольных напитков и их влияние на организм человека.

Практическая часть. Подбор одежды и обуви для проведения походов и тренировок, уход за ними. Применение средств личной гигиены в походе.

4.2. Первая доврачебная помощь в походных условиях.

Теоретическая часть. Первая доврачебная помощь пострадавшему при ожогах и ранениях острым предметом. Первая доврачебная помощь пострадавшему при солнечном и тепловом ударе, обморожении, переохлаждении, простуде. Первая доврачебная помощь пострадавшему при ушибах, растяжках, вывихах, переломах, сотрясении мозга.

Практическая часть. Решение ситуационных задач. Отработка навыков по оказанию первой доврачебной помощи в походных условиях.

4.3. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений.

Теоретическая часть. Состав походной аптечки, перечень и назначение лекарств. Хранение, транспортировка походной аптечки. Индивидуальная аптечка туриста. Лекарственные растения, возможность их использования в походных условиях. Сбор, обработка, хранение лекарственных растений.

Практическая часть. Формирование походной аптечки. Сбор и использование лекарственных растений.

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. КРАЕВЕДЕНИЕ.

1.1. Общегеографическая характеристика Астраханской области. Памятники природы.

Теоретическая часть. Территория и границы родного края. Рельеф, гидрография, климат, их влияние на возможность занятий туризмом. Население края, национальный состав. Геологическое строение почвы. Проблемы рационального природоиспользования. Проблемы экологии. Памятники природы на территории Астраханской области.

Практическая часть. Работа с картами, атласами Астраханской области, научной литературой.

1.2. История Астраханской области.

Теоретическая часть. Народные движения в Астраханском крае в 17-18 вв. Участие астраханцев в защите Отечества в 1812 г., 1941- 45 гг. Декабристы-астраханцы. Дворянские революционеры и разночинцы-демократы. Развитие культуры в Астраханском крае в 18-нач.20 в. Астраханская область в период революций и гражданской войны. Астрахань в XX веке.

Практическая часть. Экскурсии в музей «Боевой славы», в картинную галерею, по городу «Архитектурные памятники Астрахани». Игра «Брейн-ринг» по изученному материалу.

1.3. Изучение районов предполагаемых путешествий.

Теоретическая часть. Границы, климат, рельеф, гидрография, растительность и другие природные условия районов. Транспортные пути, подъезд к начальной и отъезд от конечной точки маршрута.

Практическая часть. Сбор краеведческого материала о районах предполагаемых путешествий (по секторам): изучение справочной литературы и картографического материала. Подготовка и защита докладов по районам похода (по секторам). Конкурс на лучший маршрут.

1.4. Общественно-полезная работа в путешествии. Краеведческие наблюдения в походе.

Теоретическая часть. Получение заданий по работе во время похода. Методика их выполнения. Деятельность по охране природы и памятников культуры в условиях походов.

Распределение обязанностей. Техника выполнения краеведческих наблюдений и их фиксация: составление описаний, запись воспоминаний очевидцев событий, сбор образцов для коллекций, видео- и фотосъемка, зарисовки в походе, составление схем участков маршрута, уточнение карты маршрута. Метеорологические наблюдения, гидрография, описание рельефа, растительности, животного мира.

Практическая часть. Выполнение заданий. Проведение краеведческих наблюдений в походе. Сбор материалов для выставки и музея. Природоохранная деятельность в походе.

1.5. Обработка краеведческих наблюдений.

Практическая часть. Паспорт краеведческого объекта, правила его заполнения. Составление физико-географической характеристики района. Ведение полевой документации (дневник, полевая опись). Описание краеведческого памятника.

РАЗДЕЛ 2. ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА.

2.1. Личное и групповое снаряжение.

Теоретическая часть. Усовершенствование туристского снаряжения применительно к условиям проведения многодневного похода. Конструкции тентов для палаток, кухни. Техника их изготовления. Конструкции чехлов для топора, пилы, канов. Техника их изготовления. Конструкция рюкзаков. Техника их изготовления. Специальное снаряжение: веревки, страховочные системы, карабины, репшнуры.

Практическая часть. Комплектование личного и группового снаряжения. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения.

2.2. Организация туристского быта.

Теоретическая часть. Организация туристского быта в различных условиях: зимой, в период межсезонья, летом, в условиях горной местности, степи. Ветрозащитная стенка. Ночные дежурства. Ночлег в палатке без печки.

Практическая часть. Виды примусов и правила работы с ними.

2.3. Питание в туристском походе.

Теоретическая часть. Режим и особенности питания в многодневном походе. Калорийность, вес, дневная норма питания. Способы уменьшения веса дневного рациона.

Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на многодневный поход. Рецепты блюд походной кухни.

Практическая часть. Составление меню и списка продуктов. Приготовление пищи на костре. Контрольная работа – составление меню на 3-5 дней.

2.4. Тактика движения и техника преодоления естественных препятствий в походе.

Теоретическая часть. Понятие о тактике движения в туристском походе. Планирование нитки маршрута. Разработка плана-графика похода, разработка запасных вариантов маршрута. Дневки. Заброска продуктов и переноска «челноком». Развязка сложных участков. Определение способов их преодоления. Характеристика естественных препятствий. Движение в горной местности: передвижение по травянистым склонам, осыпям различной величины, скалам. Правила ходьбы в горах (темп движения, постановка стопы, три точки опоры, интервал, движение «серпантином» и «в лоб», самостраховка). Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения. Узлы. Их назначение. Вязка узлов.

Практическая часть. Отработка техники движения и преодоления препятствий. Вязка узлов.

2.5. Аварийные ситуации в походе и меры их предупреждения.

Теоретическая часть. Субъективные и объективные опасности в туризме. Основные причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления препятствий, слабая подготовленность группы). Психологическая совместимость людей в туристской группе и ее значение для безопасности в походе. Личный пример, авторитет руководителя. Руководство и лидерство. Экстремальные ситуации в походе. Психология малых групп. Факторы устойчивости группы. Схоженность группы, знание маршрута всеми участниками группы, техническая, тактическая, физическая и морально-волевая подготовка участников группы.

Практическая часть. Разбор конкретных аварийных ситуаций в туризме, воспитание сознательной дисциплины, активное участие в подготовке похода. Психологический тренинг, психологические тесты.

2.6. Подготовка к походу.

Практическая часть. План подготовки к походу, распределение обязанностей. Оформление походной документации. Утверждение маршрута многодневного похода. Порядок получения разрешения на выход в 3-5-дневный поход. Смотр готовности. Смета расходов на подготовку и проведение походов. Составление плана-графика 3-5-дневного похода.

2.7. Подведение итогов.

Практическая часть. Разбор действий участников похода и группы в целом. Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, оформление газеты по итогам похода. Ремонт туристского инвентаря. Подготовка экспонатов для выставки, музея.

2.8. Соревнования по туризму.

Теоретическая часть. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. Туристские слеты. Контрольный туристский маршрут и туристская полоса препятствий. Конкурсная программа на слетах и соревнованиях.

Практическая часть. Подготовка к участию в соревнованиях по туризму.

РАЗДЕЛ 3. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ.

3.1. Топографические и спортивные карты.

Теоретическая часть. Виды топографических карт. Определение масштаба карты при отсутствии данных. Старение карты. Чтение карты и составление схем. Копирование карт и схем. Прокладка и описание маршрута. Спортивная карта, ее масштаб, условные знаки. Особенности спортивной карты для зимнего ориентирования. Рельеф и его изображение на карте. Горный и равнинный рельеф. Изображение рельефа при помощи горизонталей. Разновидности рельефа. Построение профиля рельефа. Влияние рельефа на выбор пути движения.

Практическая часть. Планирование маршрута похода на топографической карте. Упражнения на запоминание условных знаков в помещении и на местности. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Определение форм рельефа по горизонталям. Выбор пути движения с учетом рельефа местности. Копирование карт и схем. Составление схем.

3.2. Способы ориентирования.

Теоретическая часть. Ориентирование по карте, не дающей полной информации о местности. Определение своего местонахождения при наличии параллельной ситуации. Движение в походе по картам и схемам. Ориентирование в условиях отсутствия видимости. Организация разведок в походе, опрос местных жителей, уточнение карт и схем. Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, степи, на воде, в тайге. Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки стояния и выбор пути движения.

Практическая часть. Упражнения по определению точки своего нахождения на местности при помощи карты.

3.3. Ориентирование по местным приметам. Действия в случае потери ориентировки.

Теоретическая часть. Определение сторон горизонта при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта по растительности, при помощи местных предметов, созданных природой, людьми. Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения, выход на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьёв, рек, выход к жилью. Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины, пресечение паники. Действие отдельного члена группы, участника соревнований в случае потери им ориентировки.

Практическая часть. Упражнения на определение сторон горизонта по светилам и местным приметам. Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах.

3.4. Соревнования по спортивному ориентированию.

Теоретическая часть. Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Отдельные виды ориентирования в программе туристских слетов и соревнований. Тактические действия спортсменов до старта, на старте, на дистанции, и контрольных пунктах (КП). Составление плана прохождения КП и распределение сил на дистанции.

Действия ориентировщика с учетом вида соревнований. Выбор пути движения. Снаряжение ориентировщика

Практическая часть. Подготовка к участию в соревнованиях по спортивному ориентированию

РАЗДЕЛ 4. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ.

4.1. Профилактика травматизма и заболеваний. Врачебный контроль и самоконтроль.

Теоретическая часть. Характерные травмы и заболевания в природной среде. Характеристика травм и заболеваний, меры по их профилактике. Инфекционные заболевания, характерные для природной среды, причины их возникновения и механизм передачи. Признаки инфекционных заболеваний. Предупреждение обморожений и переохлаждение. Гигиена туриста. Значение врачебного контроля до похода и самоконтроля в походе.

Практическая часть. Профилактика травм и заболеваний до выхода на маршрут и во время похода.

4.2. Средства оказания первой медицинской помощи.

Теоретическая часть. Состав медицинской аптечки туристской группы: перевязочные, дезинфицирующие и лекарственные средства, их характеристика. Виды повязок и их назначение. Правила наложения повязок на голову, нижние и верхние конечности, грудь, спину, живот и т.д. Измерение температуры, пульса, артериального давления. Согревающие и охлаждающие процедуры, и их применение.

Практическая часть. Комплектование медицинской аптечки. Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при осмотре, наложение повязок, применение лекарственных средств.

4.3. Первая медицинская помощь при травмах. Транспортировка пострадавшего.

Теоретическая часть. Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Способы остановки кровотечений. Особенности оказания первой медицинской помощи при внутреннем кровотечении. Характеристика различных видов травм. Причины и признаки травм. Первая медицинская помощь при травмах. Переломы костей. Различные виды переломов. Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавшего. Правила транспортной иммобилизации при черепно-0мозговой травме и повреждениях костей черепа, позвоночника, таза, конечностей с применением подручных средств. Правила положения тела пострадавшего при транспортировке. Техника транспортировки и страховка пострадавшего.

Практическая часть. Наложение повязок и остановка кровотечений. Наложение шин. Изготовление транспортировочных средств. Практика переноски пострадавшего с соблюдением мер безопасности.

4.4. Первая медицинская помощь при острых состояниях и несчастных случаях.

Теоретическая часть. Причины и признаки укусов насекомых. Первая помощь при укусах насекомых. Особенности оказания помощи при укусах клещей. Причины и признаки укусов змеями, правила оказания помощи. Причины и признаки утопления, правила оказания помощи. Причины и признаки поражения электротоком и молнией, правила оказания помощи. Причины и признаки термических и химических ожогов, правила оказания помощи при различных ожогах. Причины и признаки обморожений и переохлаждения, правила оказания помощи. Причины и признаки теплового и солнечного удара, правила оказания помощи. Причины и признаки попадания инородных тел в глаз, ухо, полость рта, пищевод, дыхательные пути, правила оказания помощи. Характеристика причин, вызывающих потерю сознания и остановку сердца. Сердечно-легочная реанимация и последовательность ее проведения. Причины и признаки травматического шока, правила оказания помощи при травматическом шоке.

Практическая часть. Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при травмах, острых состояниях и несчастных случаях.

4.5. Первая помощь при отравлениях.

Теоретическая часть. Причины и признаки отравлений ядовитыми сильнодействующими веществами. Правила оказания первой помощи. Причины и признаки отравлений средствами бытовой химии, правила оказания помощи. Причины и признаки отравления лекарственными и наркотическими препаратами, правила оказания помощи. Причины и признаки пищевых отравлений, правила оказания помощи. Причины и признаки отравления ядовитыми растениями, ягодами, грибами, правила оказания помощи.

Практическая часть. Демонстрация и отработка правильной последовательности действий при отравлениях.

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

РАЗДЕЛ 1. ПОЛЕВАЯ ШКОЛЬНАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ.

1.1. Полевая школьная экспедиция, как форма научно-познавательной деятельности учащихся.

Теоретическая часть. Основные цели и задачи экспедиции, виды экспедиций. Содержание и значение экспедиций.

1.2. История экспедиций на территории Астраханской области.

Теоретическая часть. Известные путешественники, изучавшие наш край. Русское географическое общество.

Практическая часть. Заполнение карты больших и малых открытий на территории Астраханской области.

РАЗДЕЛ 2. ИЗУЧЕНИЕ РАЙОНА ПРЕДСТОЯЩЕЙ ЭКСПЕДИЦИИ.

Практическая часть. Сбор краеведческого материала о районе экспедиционных работ: географическое положение, рельеф, климат, гидросеть, флора и фауна, интересные природные объекты. История района: история населенных пунктов, население, памятные события, произошедшие на территории изучаемого района. Архитектурные и археологические памятники. Подготовка и защита проектов исследуемых проблем по отраслям (постановка конкретных целей экспедиции каждым участником).

РАЗДЕЛ 3. ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧАСТНИКОВ ЭКСПЕДИЦИИ

3.1. Техника выполнения наблюдений и их фиксация.

Теоретическая часть. Техника выполнения наблюдений и их фиксация.

3.2. Метеорологические наблюдения.

Теоретическая часть. Климат и погода. Предсказание погоды по местным признакам. Походные метеонаблюдения: измерение температуры и давления воздуха, силы и скорости ветра, облака и осадки.

Практическая часть. Ведение журнала погоды.

3.3. Геологические наблюдения.

Теоретическая часть. История развития жизни на земле. Как проводить геологические наблюдения. Как проводить сбор образцов.

3.4. Геоморфологические наблюдения.

Теоретическая часть. Методы исследования туриста-геоморфолога. Наблюдения на равнинах: в зоне лесостепи, степи, пустыни. Наблюдения за деятельностью стоячих вод (озера, болота).

3.5. Ботанические наблюдения.

Теоретическая часть. Организация наблюдений. Растения лесостепной, степной, полупустынной, пустынной зон. Сезонные и высотные изменения растительности. Водная растительность. Редкие исчезающие растения на территории Астраханской области.

3.6. Наблюдения за жизнью животных.

Теоретическая часть. Фиксация наблюдений за жизнью животных.

3.7. Энтомологические наблюдения.

Теоретическая часть. Методы проведения энтомологических наблюдений. Виды насекомых, обитающих в Астраханской области.

3.8. Историко-краеведческие наблюдения.

Теоретическая часть. Содержание историко-краеведческих наблюдений: записи наблюдений. Правила фиксации исторических событий. Работа в фондах музеев и библиотек. Ведение специального дневника. Использование технических средств.

Практическая часть. Изучение и охрана памятников истории и культуры. Описание, фотографирование и зарисовка, обмерные чертежи, карта размещения.

3.9. Археологические наблюдения.

Теоретическая часть. Методика археологических раскопок. Шурф, раскоп, стратиграфия. Замкнутые комплексы, профили. Перекопы, древняя поверхность, культурный слой. Техника обмеров.

3.10. Этнографические наблюдения.

Теоретическая часть. Источник этнографических исследований: музейный материал, письменные источники, «полевая работа». Основные виды работ в «поле»: личные наблюдения, опрос населения, фиксация вещественных материалов.

Практическая часть. Составление вопросников. Тренинг по умению беседовать с информаторами.

3.11. Топонимические наблюдения.

Теоретическая часть. Происхождение и смысл топонимов, местные диалекты.

Практическая часть. Составление вопросников, фиксация наблюдений.

3.12. Обработка краеведческих наблюдений в их предметной специфике.

Практическая часть. Подготовка схем, таблиц, вопросников, специального оборудования для проведения краеведческих наблюдений. Обработка краеведческих наблюдений.

РАЗДЕЛ 4. ТУРИСТСКАЯ ПОДГОТОВКА УЧАСТНИКОВ ЭКСПЕДИЦИИ.

4.1. Организация полевого базового лагеря экспедиции.

Теоретическая часть. Отличия долговременного базового лагеря от кратковременного туристского лагеря: проблема мусора и туалета, хранения продуктов и защита от диких животных, проблема топлива и питьевой воды. Выбор места под базовый лагерь экспедиции: сухое возвышенное место, наличие топлива и воды, мусорные ямы и туалет, безопасное расстояние от реки, отсутствие поблизости густых зарослей и звериных троп, защищенность от ветра, близость к месту экспедиционных работ, красивый вид на окрестности. Порядок постановки лагеря, бивачные работы: распределение обязанностей, планировка лагеря, установка жилых палаток, установка палаток под склад снаряжения и продовольствия, Организация кухни и мусорных ям, туалета, оборудование мест для умывания.

Практическая часть. Планирование базового лагеря в различных вариантах.

4.2. Организация туристского быта в экстремальных условиях.

Теоретическая часть. Организация ночлегов в летний период. Использование подручных и природных материалов. Изготовление тентов, навесов, шалашей. Организация ночлегов в зимний период. Изготовление пещер, траншей, «иглу». Использование костров для обогрева при организации ночлегов в экстремальных условиях. Способы добывания огня без спичек.

Организация питания в экстремальных условиях. Охота и рыбалка. Использование в пищу дикорастущих растений.

Практическая часть. Строительство временных укрытий. Подготовка и разжигание костра типа «нодья». Добывание огня без спичек. Приготовление пищи в экстремальных условиях.

4.3. Охрана природы при обустройстве базового лагеря экспедиции.

Теоретическая часть. Планировка базового лагеря с учетом окружающего ландшафта, предварительный осмотр местности. Определение наиболее «ранимых» участков. Необходимость сохранения растительности и почвы при размещении различных участков лагеря. Использование природного и подручного материала при обустройстве лагеря. Минимальное использование крепежного металлического материала (гвозди, скобы, проволока и т.д.). Изготовление «полевой мебели». Способы крепления деревянных деталей без гвоздей. Снятие базового лагеря. Разборка временных сооружений. Очистка территории лагеря.

Практическая часть. Изготовление предметов быта из подручного природного материала.

4.4. Личное и групповое экспедиционное снаряжение. Специальное снаряжение.

Теоретическая часть. Усовершенствование туристского снаряжения, применительно к условиям экспедиции. Костровые приспособления: таганки, тросики. Техника их изготовления. Конструкции самодельных палаток, спальных мешков, рюкзаков. Сравнение: преимущества и недостатки. Применение современных материалов для изготовления снаряжения. Одежда экспедиционника. Назначение, основные параметры. Материал и техника изготовления. Уход за одеждой в условиях экспедиции. Обувь экспедиционника. Выбор обуви в зависимости от условий работы. Придание обуви водоотталкивающих свойств. Специальное снаряжение для преодоления естественных препятствий.

Снаряжение для краеведческих наблюдений в условиях экспедиции.

Практическая часть. Комплектование личного и группового снаряжения. Изготовление, совершенствование и ремонт снаряжения.

4.5. Организация питания. Учет, хранение и использование продуктов питания в экспедиции.

Теоретическая часть. Режим питания и калорийность пищи. Роль белков, жиров, углеводов и витаминов. Примерный набор продуктов и нормы дневного расхода. Составление меню с учетом энергозатрат организма, разнообразие. Пример облегчения веса дневной раскладки. Использование новых видов продовольствия. Возможность пополнения запасов в пути. Приготовление пищи на костре. Технология варки отдельных видов продуктов. Специфика организации питания в условиях долговременной экспедиции. Завхоз экспедиции, его обязанности по организации закупки, упаковки, выдачи продуктов и хранение НЗ экспедиции. Маркировка упаковок с продуктами. Ведение расходного продуктового журнала. Особенности хранения консервированных продуктов. Сроки хранения. Проветривание и просушивание продуктов. Выдача дневного рациона.

Практическая часть. Составление меню с учетом энергозатрат организма.

4.7. Техника преодоления естественных препятствий.

Теоретическая часть. Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения. Переправа через реки. Характеристика равнинных рек. Выбор места брода и способ прохождения. Переправа с помощью плота, по кладям, бревнам.

Организация навесной переправы. Система полиспаста. Движение по навесной переправе.

Практическая часть. Совершенствование навыков преодоления естественных препятствий, организация страховки и самостраховки при прохождении опасных участков.

4.8. Безопасность в экспедиции. Аварийные ситуации.

Теоретическая часть. Характеристика условий, создающих затруднения для нормального движения и ориентации. Тактические приемы выхода группы их аварийной ситуации. Психологическое состояние группы. Связь с поисково-спасательной службой и медицинскими учреждениями района похода. Система выживания в экстремальных условиях: организация ночлега, питания. Поиск пути, разведка маршрута.

Практическая часть. Отработка умений выживания и сохранения группы в экстремальных условиях. Разработка тактики действия группы в конкретной аварийной ситуации в зависимости от местности и погодных условий.

4.9. Подведение итогов экспедиции.

Теоретическая часть. Разбор действий участников экспедиции и группы в целом. Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Подготовка маршрутной ленты, фотографий, описания по дням. Подготовка газеты, вечера по итогам экспедиции.

Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения.

Практическая часть. Подготовка и составление отчета об экспедиции. Ремонт турснаряжения, подготовка отчетного вечера.

4.10. Соревнования по ТПТ.

Практическая часть. Подготовка к участию в соревнованиях.

РАЗДЕЛ 5. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ.

5.1. Топографическая съёмка, корректировка карты.

Теоретическая часть. Методы топографической съемки. Маршрутная глазомерная съёмка. Горизонтальная съёмка местности. Выбор способа съёмки: способ обхода, полярный способ, способ засечек, способ перпендикуляров. Походная мензула и другие инструменты для съёмок. Последовательность работы. Техника измерения углов и расстояний. Временный масштаб. Рисовка ситуаций. Чистое вычерчивание. Досъёмка на растянутой копии топокарты. Вертикальная съемка местности (нивелирование). Построение профиля. Корректировка спортивной карты. Основа, построение съемочного обоснования. Бригадный и индивидуальный метод рисовки карты. Отбор изображаемых ориентиров. Техника рисовки. Планшет для съемок, материал для рисовки, карандаш.

Практическая часть. Выполнение маршрутной глазомерной съемки, чистое вычерчивание кроки. Корректировка участка карты на местности. Копирование карт и вычерчивание оригиналов.

5.2. Соревнования по ориентированию.

Практическая часть. Подготовка к участию в соревнованиях по спортивному ориентированию.

РАЗДЕЛ 6. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ.

6.1. Оказание доврачебной помощи в условиях экспедиции.

Теоретическая часть. Правила и заболевания, возможные в условиях экспедиции. Способы оказания первой медицинской помощи. Остановка кровотечений, наложение шин, бинтов. Обработка ран, искусственное дыхание, массаж сердца. Инъекции. Профилактика травм и заболеваний. Состав медицинской аптечки, назначения и количество средств. Травмы и заболевания, требующие немедленной транспортировки больного к месту врачебной помощи.

Практическая часть. Постановка диагноза и выбор средств для оказания доврачебной помощи.

6.2. Организация транспортировки и сопровождение пострадавшего.

Теоретическая часть. Штатные средства транспортировки: носилки, их виды («акья», «парамедики»). Изготовление средств транспортировки из подручных материалов. Контакт спасателя с пострадавшим во время транспортировки, контроль за состоянием.

Практическая часть. Транспортировка пострадавшего на дальние расстояния различными способами.

ПРОГНОЗИРУЕМАЯ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ

Данный раздел программы:

1. Обеспечивает связь между требованиями Федерального государственного образовательного стандарта, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, компетентностным подходом в образовании, с учётом которых была составлена программа, образовательной деятельностью и системой оценки результатов освоения образовательной программы.

2. Уточняет и конкретизирует общее понимание всех планируемых результатов.

3. Является содержательной и критериальной основой для системы оценки качества освоения учащимися программного материала.

В структуре планируемых результатов дополнительной общеразвивающей программы выделяются следующие уровни:

1. Планируемые результаты достижений учащихся с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта

Новые федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) – возможность перейти на более высокий уровень образования за счет обеспечения его непрерывности как по вертикали (соответствие и взаимосвязь содержания образования и методов работы специфическим особенностям обучающихся на разных возрастных этапах развития), так и по горизонтали (интеграция разных типов образования, обеспечивающая необходимый уровень и широту образовательной подготовки на определенном этапе развития ребенка). Главный механизм построения системы непрерывного образования в рамках сферы культуры, созданной обществом к данному моменту человеческого развития – соединение и развитие возможностей общего, дополнительного и профессионального образования, сохранение всего лучшего и развитие на его основе новых интегративных возможностей. При этом стандарты общего и профессионального образования должны быть не только преемственны, но и дополняться возможным и доступным спектром дополнительного образования, которое в идеале должно перекрыть все поле культурного наследия за пределами областей знаний, определенных стандартами.

Главный принцип ФГОС общего образования – принцип вариативности образования, предполагающий создание «личных пространств» на основе выбора. Инновации стандартов могут быть обеспечены только в процессе интеграции общего, дополнительного и профессионального образования, соединения обязательного (стандарта) и желательного (социального заказа).

Одной из главных особенностей новых стандартов является то, что к числу планируемых результатов освоения основной образовательной программы отнесены личностные, метапредметные и предметные результаты, достижение которых становится возможным только при обеспечении единства урочной и внеурочной деятельности, доступности содержания общеобразовательных дисциплин и произведений искусства, периодической литературы, публикаций, радио и телепередач, отражающих современную жизнь; духовной культуры и фольклора народов России; истории, традиций и современной жизни своей Родины, своего края, своей семьи; жизненного опыта родителей; общественно полезной и личностно значимой деятельности в рамках педагогически организованных социальных и культурных практик; других источников информации и научного знания.

Чтобы встроиться в новую систему отношений, соответствовать новым требованиям стандарта дополнительное образование должно создавать новые возможности обеспечения преемственности образования; условия для достижения обучающимися предусмотренных ФГОС результатов.

С учетом требований ФГОС содержание общеразвивающей образовательной программы направлено на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, (отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся), ***ВКЛЮЧАЮТ*** три блока:

– *самоопределение* - сформированность внутренней позиции учащегося - принятие и освоение новой социальной роли учащегося; становление основ российской гражданской идентичности личности как чувства гордости за свою Родину, народ, историю и осознание своей этнической принадлежности; развитие самоуважения и способности адекватно оценивать себя и свои достижения, видеть сильные и слабые стороны своей личности;

– *смыслоообразование* - поиск и установление личностного смысла (т. е. «значения для себя») учения обучающимися на основе устойчивой системы учебно познавательных и социальных мотивов; понимания границ того, «что я знаю», и того, «что я не знаю» и стремления к преодолению этого разрыва; способности адекватно судить о причинах своего успеха/неуспеха в учении; умение видеть свои достоинства и недостатки, уважать себя и верить в успех;

– *морально этическая ориентация* - знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение на основе понимания их социальной необходимости; способность к моральной децентрации - учёту позиций, мотивов и интересов участников моральной дилеммы при её разрешении; развитие этических чувств - стыда, вины, совести как регуляторов морального поведения.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ (характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности***),***

ОТРАЖАЮЩИЕ:

– умение самостоятельно определять цели и составлять планы, осознавая приоритетные и второстепенные задачи, использовать различные ресурсы для достижения целей; выбирать успешные стратегии в трудных ситуациях;

– умение продуктивно общаться и взаимодействовать с коллегами по совместной деятельности, учитывать позиции другого, эффективно разрешать конфликты;

– владение навыками познавательной деятельности; способность и готовность к самостоятельному поиску методов решения практических задач, применению различных методов познания для изучения различных сторон окружающей действительности;

– готовность и способность к самостоятельной и ответственной информационной деятельности, включая умение ориентироваться в различных источниках информации, критически оценивать и интерпретировать информацию, получаемую из различных источников;

– умение самостоятельно оценивать и принимать решения, определяющие стратегию поведения, с учётом гражданских и нравственных ценностей;

– владение языковыми средствами: умение ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме;

– владение навыками познавательной рефлексии как осознания совершаемых действий и мыслительных процессов, их результатов и оснований, границ своего знания и незнания, новых познавательных задач и средств их достижения.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ, включающие освоенные учащимися в ходе изучения предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках предмета, его преобразованию и применению в различных ситуациях; владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами.

I ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания **(учащиеся должны знать)**	**Умения** **(учащиеся должны уметь)**
• Географическое положение Астраханской области; основные особенности природных условий; важнейшие этапы древней истории Астраханского края, историю основания города. • Основные виды туризма, перечень личного и группового снаряжения, специальное снаряжение; основные требования к месту привала, порядок работы на биваке, меры безопасности и вопросы охраны природы; порядок преодоления простейших естественных препятствий; основы безопасности в походах и на занятиях; виды и правила туристских соревнований. • Основы личной гигиены и основы оказания доврачебной помощи, состав походной аптечки. • Понятие о топографической и спортивной карте, масштабе; условные знаки различных карт; основы ориентировки по местным признакам; основы применения компаса; виды и правила соревнований по ориентированию.	• Составлять перечень личного и группового снаряжения, укладывать рюкзак, ухаживать за снаряжением; выбирать место для привала и бивака, устанавливать палатку, разводить костер, готовить пищу на костре. • Оказывать элементарную доврачебную помощь пострадавшему, комплектовать походную аптечку. • Определять масштаб и расстояния по карте и на местности, читать и изображать условные знаки, определять элементарные формы рельефа по карте, определять стороны горизонта с помощью компаса и по местным приметам.

II ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания **(учащиеся должны знать)**	**Умения** **(учащиеся должны уметь)**
• Основные географические характеристики Астраханской области, характеристики природных комплексов, особо охраняемые территории области, закон об охране природы; важнейшие этапы древнейшей истории Астраханского края, археологические памятники на территории области, этапы присоединения Астрахани к России, строительство города, образование Астраханской губернии; туристские возможности Астраханской области, главные экскурсионные объекты края; содержание краеведческих наблюдений в походе; закон об охране памятников истории и культуре. • Основные этапы развития туризма в России в России, историю развития детско-юношеского туризма в стране и в нашем городе; общие требования к разработке 2-дневного похода; разновидности личного и группового снаряжения в зависимости от вида похода и сезона; преимущества и недостатки разновидностей туристского снаряжения; правила организации бивачных работ, требования к выбору места лагеря, природоохранные меры, обязанности дежурных; требования к рациону питания в многодневном походе; правила движения группы в походе, способы преодоления препятствий; основы техники безопасности на маршруте. • Виды ориентиров и способы ориентирования; способы определения точек стояния на карте; правила определения азимута на предмет и предмета по азимуту. Состав медицинской аптечки, симптомы некоторых заболеваний и травм, способы оказания первой доврачебной помощи пострадавшему при элементарных травмах и способы его транспортировки.	• Уметь работать с краеведческой литературой, картами и атласами; разрабатывать маршрут похода с учётом интересных памятников природы, истории и культуры; фиксировать в походе краеведческие наблюдения. • Самостоятельно выбирать место для биваков, самостоятельно готовить пищу в полевых условиях; рассчитывать необходимую продуктовую раскладку для многодневного похода, упаковывать, хранить и транспортировать продукты; ремонтировать и изготавливать предметы личного и группового снаряжения; самостоятельно грамотно оформлять походную документацию. • Двигаться без погрешностей по азимуту, по легенде, двигаться по карте в походе при потере видимости или отсутствии информации на карте, выбирать рациональный путь движения. Оказывать элементарную доврачебную помощь пострадавшему, комплектовать походную аптечку, использовать лекарственные растения.

III ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания **(учащиеся должны знать)**	**Умения** **(учащиеся должны уметь)**
• Общегеографическую характеристику астраханской области; население области, национальный состав; проблемы рационального природопользования, проблемы экологии края. • Основные сведения о народных движениях на территории Астраханского края, об участии астраханцев в защите отечества, революционные события и события гражданской войны, основные этапы развития области в Советский период; развитие культурной жизни в Астраханском крае в начале XVIII – нач. XX вв. • Методику работы со справочной и краеведческой литературой; методику выполнения краеведческих наблюдений и их фиксации; требования к оформлению паспорта краеведческого объекта, правила его заполнения, правила ведения полевой документации. • Требования к разработке маршрута многодневного похода, составлению сметы расходов; набор необходимого снаряжения для многодневного краеведческого похода; режим и особенности питания в многодневном походе; понятие о тактике движения в туристском походе. • Особенности ориентирования в различных природных условиях; алгоритм действий в случае потери ориентировки и возникновения экстремальных ситуаций; меры предупреждения аварийных ситуаций в походе; основы психологической совместимости людей в группе. Профилактику травматизма и заболеваний в походе, основы медицинской помощи, симптомы при различных травмах и заболеваниях, правила и способы транспортировки пострадавшего.	• Разрабатывать маршруты походов, путешествий согласно поставленной цели с учётом местных природных условий, природных, исторических и культурных объектов области; производить краеведческие наблюдения в походе и фиксировать их. • Составлять смету многодневного похода; составлять списки необходимого личного, группового и специального снаряжения для многодневных походов, ремонтировать, усовершенствовать и изготавливать снаряжение; составлять меню согласно длительности похода и возможности покупки провианта во время похода; организовывать переправы через естественные препятствия любой сложности; грамотно оформлять походную документацию. • Правильно действовать в случае потери ориентировки и в аварийной ситуации, предупреждать экстремальные ситуации в походе; решать конфликтные ситуации в группе. • Уметь оказывать первую доврачебную помощь в походных условиях, правильно использовать лекарственные средства; организовывать транспортировку пострадавшего в сложных походных условиях; осуществлять самоконтроль во время похода.

IV ГОД ОБУЧЕНИЯ

Знания **(учащиеся должны знать)**	**Умения** **(учащиеся должны уметь)**
• Понятие экспедиции, её отличие от других видов путешествий, основные цели и задачи, содержание экспедиций; историю экспедиционной деятельности на территории Астраханской области; методику подготовки экспедиции; методики выполнения наблюдений (метеорологических, геологических, ботанических, экологических, историко-краеведческих, археологических, этнографических, топонимических) в их предметной специфике, устройство инструментов для фиксации наблюдений; методики обработки экспедиционного материала, составления отчёта. • Требования к организации долговременного базового лагеря экспедиции; природоохранные требования при обустройстве базового лагеря; специфику личного и группового экспедиционного снаряжения; правила организации питания, учёта, хранения и использования продуктов питания в экспедиции; обязанности каждого участника экспедиции. • Методы топографической сьемки местности, устройство инструментов для сьемки местности, правила пользования ими. • Правила организации переправ через естественные препятствия любой сложности; требования к сохранению безопасности в экспедиции; тактические приемы выхода группы из аварийной ситуации; способы выхода группы на связь с поисково-спасательными службами; систему выживания в экстремальных условиях; методики сохранения психологического равновесия в экстремальной ситуации. • Профилактику травматизма и заболеваний, основы первой доврачебной помощи пострадавшему; средства оказания медицинской помощи, симптомы при различных травмах и заболеваниях, правила и способы транспортировки пострадавшего.	• Разрабатывать план и маршрут экспедиции согласно цели; уметь выполнять наблюдения и измерения в их предметной специфике, обрабатывать наблюдения. • Организовывать базовый долговременный экспедиционный лагерь согласно санитарным, природоохранным требованиям и требованиям безопасности; уметь организовывать туристский быт в экстремальных условиях; организовывать питание в условиях экспедиции; работать со специальным экспедиционным снаряжением. • Делать топографическую сьемку местности, пользоваться измерительными приборами. • Организовывать переправу через естественные препятствия любой сложности с учетом техники безопасности; выходить из аварийных ситуаций, выживать в экстремальных условиях, уметь справляться с психологически стрессом. Уметь оказывать первую доврачебную помощь в походных условиях, правильно использовать лекарственные средства; организовывать транспортировку пострадавшего в сложных походных условиях; осуществлять самоконтроль во время похода.

Наиболее эффективным способом проверки ожидаемых результатов усвоения программы являются туристские сборы, экспедиции, соревнования, походы выходного дня и многодневные походы. В зачетных туристских мероприятиях проводятся соревнования и тестирования по туристским и краеведческим навыкам.

2. Планируемые результаты достижений учащихся с учетом компетентностного подхода в образовании.

Предпосылками возникновения новой формы оценивания результативности процесса обучения послужила концепция модернизации образования. В последние годы повышение качества образования достигается за счет общепредметного содержания как компонента образовательного стандарта. Дополнительное образование вданном случае не является исключением и, несмотря на то, что до сих пор не является регламентированным, должно содержать стандарты, характеризующиеся основными элементами общепредметного содержания образовательных стандартов: реальностью объектов изучаемой деятельности, общекультурным содержанием образования, общеучебными умениями, навыками, способами деятельности и образовательными компетенциями. Именно компетентностный подход акцентирует внимание на результате образования и является решением появившегося противоречия между необходимостью обеспечения современного качества образования и невозможностью решить эту задачу традиционным путем из-за увеличения объема информации, подлежащей усвоению.

Дополнительное образование не в состоянии сформировать уровень компетентности своих учащихся, достаточный для эффективного решения проблем во всех сферах деятельности и во всех конкретных ситуациях. Тем более в условиях быстро меняющегося общества, в котором появляются новые сферы деятельности и новые ситуации. Цель дополнительного образования – формирование ключевых компетенций.

Компетентностный подход в дополнительном образовании является отражением потребности общества в подготовке учащихся, которые обладают не только определенными знаниями, но и сформированными умениями применять полученные знания для решения определенных задач в различных условиях.

Компетенция – заранее заданное социальное требование (норма) к образовательной подготовке учащегося, необходимой для его эффективной продуктивной деятельности в определенной сфере.

Компетентность – владение, обладание учащимся соответствующей компетенцией, включающее его личностное отношение к ней и предмету деятельности. Компетентность – уже состоявшееся качество личности (совокупность качеств) и минимальный опыт деятельности в заданной сфере.

Ценностным основанием выделения компетентностей и компетенций, безусловно, является ориентация на создание максимально благоприятных условий для саморазвития, самоопределения учащихся в образовательном процессе. Но следует учитывать, что для каждого возраста характерна своя система ценностей, которая проявляется в позициях, социальных ролях, значимых проблемах. Для каждого возраста характерно свое предметное содержание деятельности, круг познавательных задач и соответствующие им способы решения, освоение которых и обеспечивает достижение компетентностей учащихся.

Данная общеразвивающая образовательная программа направлена на развитие следующих ключевых компетенций учащихся: коммуникативной, социальной, креативной, познавательной, здоровьесберегающей, ценностно-смысловой и общекультурной. Эти компетенции (с определённой долей условности), исходя из содержания личностно-ориентированного образования, распределены в три группы компетентностей (классификация компетентностей по И.А. Зимней):

- компетентности, относящиеся к самому себе, как личности, как субъекту жизнедеятельности;
- компетентности, относящиеся к взаимодействию человека с другими людьми;
- компетентности, относящиеся к деятельности человека, проявляющиеся по всех типах и формах.

Формирование и развитие тех или иных ключевых компетенций осуществляется в определенной сфере жизнедеятельности. Каждая сфера имеет свои задачи, а ключевые

компетенции, формируемые в той или иной сфере (области), – свои критерии, показатели, формы предъявления и формы отслеживания результативности:

1 Коммуникация как система коммуникационного взаимодействия общества и индивида и **коммуникативные, ценнностно-смысловые и общекультурные компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного освоения социальных ролей; самоутверждения, проявления толерантности и уважительного отношения к другим.

Критерии эффективности:

- культура общения;
- воспитанность;
- способность сдерживать негативные эмоции;
- позитивное отношение к жизни;
- уважение к культуре и традициям других;
- правильная письменная и устная речь;
- способность к самообразованию, свободному ориентированию в знаниях на межпредметном уровнях.

Формы предъявления: тренинговые занятия на развитие коммуникативных навыков, навыков взаимодействия, навыков делового общения; проведение и привлечение к организации профильных мероприятий, мастер-классов, индивидуальных занятий с группами первого года обучения (более младших ступеней).

2. Социум как пространство усвоения и последующего активного воспроизводства индивидом социального опыта и **социальные (социально-трудовые, гражданско-правовые) компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного развития у учащихся социальной активности; способности к согласованию**.**

своих творческих идей и планов; способности использовать потенциал социальной среды для своего развития.

Критерии эффективности:

- эффективное трудовое, правовое взаимодействие с разными слоями населения, группами лиц;
- уверенность в информационном пространстве;
- успешное освоение той или иной предметной деятельности;
- оценочное отношение к себе, к людям, к миру, к деятельности.

Формы предъявления: организация мероприятий, требующих разрешения возникших проблем; максимальное приближение предмета деятельности к социуму (к дому, семье, школе, району и т.д.).

3. Здоровьесбережение как овладение учащимися культурой здорового образа жизни и **здоровьесберегающие и ценностно-смысловые компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного освоения учащимися норм здорового образа жизни; экологической безопасности; безопасности жизнедеятельности.

Критерии эффективности:

- соблюдение норм техники безопасности жизнедеятельности;
- соотнесение собственных идей, разработок, проектов с нормами экологической безопасности;
- отсутствие вредных привычек.

Формы предъявления: активный образ жизни; проведение мероприятий по профилактике негативных проявлений в подростковой среде; правовое и экологическое просвещение.

4. Творчество и познание как система развития творческих и познавательных способностей в предметной деятельности и **креативные и познавательные**

(интеллектуальные, информационные) компетенции. Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для успешного развития у учащихся критического и креативного мышления; развитие мотивации к самостоятельной деятельности, к проявлению инициативы; применение знаний, умений и навыков в любой сфере жизнедеятельности.

Критерии эффективности:

- индивидуальность;
- информированность;
- креативность (оригинальность, гибкость и т.д.);
- профессиональное самоопределение.

Формы предъявления: организация самостоятельной работы с информационными ресурсами; проведение персональных выставок творческих работ учащихся; формирование индивидуальных портфолио.

5. Культура досуга как организация свободного времени учащихся, обретение ими опыта самоорганизации собственной жизни и **ценностно-смысловые и общекультурные компетенции.** Задачи сферы в формировании данных компетенций: создание условий для ориентации в современной социокультурной среде; развитие мотивации к полезному, общественно и личностно-значимому использованию свободного времени; формирование способности реализации полученных знаний, умений и навыков в текущей жизни.

Критерии эффективности:

- адаптированность в социокультурной среде, умение сделать правильный выбор и противостоять негативу;
- способность воспринимать и накапливать эстетические впечатления от общения с высоким искусством;
- знание национальных, культурных традиций и применение их в жизни.

Формы предъявления: организация и привлечение к организации культурно-досуговых мероприятий; проведение общественно-значимых акций; формирование индивидуального стиля свободного времяпрепровождения с ориентацией на развитие собственной индивидуальности и принесения пользы обществу.

3. Планируемые результаты достижений учащихся с учетом Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России

Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере образования (далее – Концепция) разработана в соответствии с Конституцией Российской Федерации, Законом Российской Федерации «Об образовании», на основе ежегодных посланий Президента России Федеральному собранию Российской Федерации.

Концепция является методологической основой разработки и реализации федерального государственного образовательного стандарта общего образования.

Концепция представляет собой ценностно-нормативную основу взаимодействия общеобразовательных учреждений с другими субъектами социализации – семьёй, общественными организациями, религиозными объединениями, учреждениями дополнительного образования, культуры и спорта, средствами массовой информации. Целью этого взаимодействия является совместное обеспечение условий для духовно-нравственного развития и воспитания учащихся.

Концепция определяет:

- характер современного национального воспитательного идеала;
- цели и задачи духовно-нравственного развития и воспитания детей и молодежи;
- систему базовых национальных ценностей, на основе которых возможна духовно-нравственная консолидация многонационального народа Российской Федерации;
- основные социально-педагогические условия и принципы духовно-нравственного развития и воспитания учащихся.

Общеобразовательные учреждения должны воспитывать гражданина и патриота, раскрывать способности и таланты молодых россиян, готовить их к жизни в высокотехнологичном конкурентном мире. При этом образовательные учреждения должны постоянно взаимодействовать и сотрудничать с семьями учащихся, другими субъектами социализации, опираясь на национальные традиции.

Духовно-нравственное воспитание ориентировано на достижение определённого идеала, т. е. образа человека, имеющего приоритетное значение для общества в конкретно-исторических социокультурных условиях.

Современный национальный воспитательный идеал – это высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее своей страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.

Общеразвивающая образовательная программа ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» с учетом

Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России нацелена на воспитание у учащихся базовых национальных ценностей, хранимых в социально-исторических, культурных, семейных традициях многонационального народа России, передаваемых от поколения к поколению и обеспечивающих успешное развитие страны в современных условиях:

- патриотизма (любовь к России, к своему народу, к своей малой Родине, служение Отечеству);
- социальной солидарности (свобода личная и национальная, доверие к людям, институтам государства и гражданского общества, справедливость, милосердие, честь, достоинство);
- гражданственности (служение Отечеству, правовое государство, гражданское общество, закон и правопорядок, поликультурный мир, свобода совести и вероисповедания);
- семьи (любовь и верность, здоровье, достаток, уважение к родителям, забота о старших и младших, забота о продолжении рода);
- труда и творчества (уважение к труду, творчество и созидание, целеустремлённость и настойчивость);

- науки (ценность знания, стремление к истине, научная картина мира);
- традиционных российских религий (представления о вере, духовности, религиозной жизни человека, ценности религиозного мировоззрения, толерантности, формируемые на основе межконфессионального диалога);
- искусства и литературы (красота, гармония, духовный мир человека, нравственный выбор, смысл жизни, эстетическое развитие, этическое развитие);
- природы (эволюция, родная земля, заповедная природа, планета Земля, экологическое сознание);
- человечества (мир во всем мире, многообразие культур и народов, прогресс человечества, международное сотрудничество).

Каждая из базовых ценностей, педагогически определяемая как вопрос, превращается в воспитательную задачу. Для её решения, учащиеся вместе с педагогами, родителями, иными субъектами духовной, культурной, социальной жизни обращаются к содержанию:

- истории России, российских народов, своей семьи, рода;
- жизненного опыта своих родителей, предков;
- традиционных российских религий;
- произведений литературы и искусства, лучших образцов отечественной и мировой культуры;
- периодической литературы, СМИ, отражающих современную жизнь;
- фольклора народов России;
- общественно полезной и личностно значимой деятельности;
- учебных дисциплин;
- других источников информации и научного знания.

Для решения поставленных задач в ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» предусмотрена система воспитательных мероприятий (Таблица № 1), которая одновременно является фундаментальной основой для достижения учащимися личностных результатов и формирования ключевых компетенций. Воспитательные мероприятия проводятся педагогом ДО как во время учебных занятий согласно календарно-тематического планирования, так и вне сетки часов, отведенных на реализацию программного материала, и имеет две важные составляющие – индивидуальную работу с каждым обучающимся и формирование детского коллектива.

Таблица № 1

Направление воспитательной работы	Примерные формы работы, тематика	Примечание
1. Воспитание эстетической и этической культуры личности (формирование коммуникативной, ценностно-смысловой, общекультурной компетенций).	**1.** Этические диалоги: **-** «Давай-ка без обид»; - «Учимся взаимопониманию»; - «Эмоции со знаком +». **2.** Уроки доброты: **-** «Если добрый ты»; - «Ты, дружок, учись со школы этой азбуке добра»; - «От добра добра не ищут»; - «Дружба как фактор социализации». **3.** Этические беседы: – о толерантности, об уважении друг к другу, о дружбе и товариществе; – о личной ответственности каждого при выполнении групповых заданий; – «Как избегать конфликтных ситуаций»; – «О взаимовыручке и взаимопомощи» – о бережном отношении к природе, о значении охраны природы; – «Войди в музей, как в храм»; – об охране памятников архитектуры и истории; – «Семейные традиции»; – «Природа и я – одна семья»; – «Самооценка, самоконтроль, самовоспитание». **4.** Посещение театров, музеев, выставок города. **5.** Встречи с поэтами, композиторами, художниками.	Формы воспитательной работы вариативны, количество воспитательных мероприятий определяется каждым педагогом ДО индивидуально. Проводимые мероприятия фиксируются в журнале учета работы педагога дополнительного образования в разделе «Учёт массовых мероприятий с обучающимися».
2. Воспитание демократической и правовой культуры личности (формирование социальной компетенции).	**1.** Беседы: **-** «Путешествие в страну прав»; - «Права и обязанности учащихся Центра»; - «Конвенция о правах ребенка»; - «Мои права – моя свобода»; - «Конституция России о правах и обязанностях граждан». **2.** Деловые игры. **3.** Встречи с работниками правовых органов. **4.** Работа с материалами	

	периодических изданий, ресурсами интернета.	
3.Воспитание экономической культуры, культуры труда (формирование социальной компетенции).	**1.** Уроки бережливости: - «Что значит быть экономным»; - «Планировать день – значит выиграть время»; - «Нужен ли мне органайзер?»; - «Бедность и богатство в жизни человека». **2.** Экономические игры: - «Бизнес и образование»; - «Бизнес-тренинг». **3.** Беседы: - «Деньги РФ и других государств мира»; - «Отношение к труду. Профессиональная этика»; - «Организованность в труде». **4.** Занятия-практикумы: - Экскурсии на предприятия города. - Встречи с людьми интересных профессий.	
4. Воспитание интеллектуальной культуры и развития творческой одаренности. (формирование познавательной, креативной компетенций).	**1.** Беседы: - «Любить свой край – значит знать его»; - «Природные богатства – источник знаний»; **2.** Интеллектуально-познавательные игры: - «Брейн-ринг»; - «Проверь себя»; - «Паутина знаний». **3.** Участие коллективов в культурно-массовых мероприятиях Центра, областных, международных конференциях, конкурсах и фестивалях.	
5. Воспитание физической культуры личности (формирование здоровьесберегающей и ценностно-смысловой компетенций).	**1.** Проведение физкультминуток и релаксации на занятиях ТО. **2.** Занятия по общей и специальной физической подготовке. **3.** Соревнования по различным видам туризма и ориентирования, экскурсии, учебно-тренировочные походы. **4.** Беседы: - «Значение тренировок и закаливания в жизни человека»; - «О значении здорового образа жизни»; - «В здоровом теле – здоровый дух»;	

	- «Жизнь без алкоголя и табака»; - «О наркотиках с разных сторон»; - «Роль питания в ЗОЖ»; - «Что мы едим? Пищевые добавки и здоровье»; - «Твори свое здоровье сам»; - «Спорт в семье».	
6.Воспитание культуры жизненного самоопределения личности, формирование гражданской позиции и патриотизма (формирование общекультурной и ценностно-смысловой компетенций).	**1.** Беседы: - «Мое настоящее»; - «Мое будущее»; - «Моя будущая профессия». **2.** Дискуссии: - «Что такое героизм?»; - «Что такое счастье?»; - «Цель и средства ее достижения»; - «Любовь как высшее человеческое чувство»; - «Что такое «спортивное поведение»? **3.** Уроки мужества: - «Мои родственники – участники Великой Отечественной войны»; - «Герои Отечественной войны – астраханцы»; - «Имена героев на карте города»; - «Никто не забыт». **4.** Экскурсии, походы по родному краю, знакомство с эстетическими и духовными ценностями России. **5.** Благоустройство Центра и учебных аудиторий. **6.** Вечера-встречи с выпускниками Центра.	

Мониторинг уровня достижения учащимися планируемых результатов проводится в ГАУ ДО АО «ЦЭВДиМ» 3 раза в год: входящая диагностика (сентябрь), промежуточная (январь), итоговая (май) и фиксируется педагогом ДО в диагностической карте (Приложение № 1).

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Процесс обучения представляет собой специально организованную совместную деятельность педагога и его учащихся, направленную на решение задач обучения и воспитания.

Для повышения эффективности процесса обучения педагогу ДО необходимо знание основных исходных положений – принципов, которыми он должен руководствоваться в своей деятельности.

Принципы обучения определяют характер совместной деятельности педагога и учащихся.

Принцип всестороннего развития. Принцип всестороннего развития указывает на необходимость развития в процессе обучения логического мышления, воображения, воли, характера, духовных потребностей.

Принцип научности. Развитие человека осуществляется в процессе познания им действительности. Учащийся в ходе обучения по программе вооружается необходимыми знаниями в области туризма и краеведения, которые в значительной степени смогут расширить познавательные возможности учащихся и обеспечат их активное и сознательное участие в процессе обучения.

Принцип систематичности. Педагог ДО должен планировать учебный материал таким образом, чтобы усвоение отдельных частей его осуществлялось в их логической связи и последовательности. Знания, сообщаемые учащимся систематично и последовательно, как правило, усваиваются гораздо быстрее и легче, чем беспорядочно изложенные. Эффективность принципа систематичности в значительной степени зависит от расположения учебного материала в правильной методической последовательности, что предполагает изучение каждого нового элемента на прочно усвоенном предыдущем учебном материале. Систематичность требует и соблюдения постепенного усложнения поставленных перед учащимся задач. Целесообразная последовательность освоения программного материала может быть определена следующими методическими правилами: «от легкого к трудному», «от известного к неизвестному», «от простого к сложному».

Принцип доступности. Базируется на необходимости построения обучения в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями учащихся, уровнем их подготовленности. Одним из признаков доступности является связь между получаемыми знаниями.

В принципе доступности выделяются три основные стороны:

– сообщаемая система знаний должна быть основана на имеющихся у занимающихся знаниях, на их жизненном опыте;

– система изучаемых знаний должна быть достаточной, чтобы выявить достигнутый уровень развития, способствовать переходу на более высокий уровень;

– в конкретных условия обучения должна быть очевидна необходимость данного учебного материала, направленного на дальнейшее развитие учащихся.

Принцип сознательности и творческой активности. Принцип подразумевает оптимально благоприятное соотношение педагогического руководства со стороны педагога с активной и творческой деятельностью учащегося.

Сознательность учащегося проявляется с осмысления целей и задач обучения, необходимости предстоящей деятельности, в возникновении интереса к ней.

Поддержанию интереса к занятиям способствуют поощрительные замечания и выполнение самостоятельных заданий. Вовремя сказанной одобрительной фразой, удачной шуткой, предложением проанализировать движения своего товарища, словом, вниманием к учащемуся можно значительно повысить его интерес к обучению.

Принцип наглядности. Осуществление этого принципа предполагает создание у занимающихся ясного представления об изучаемых движениях и действиях. Наглядное пособие является средством активизации мыслительной деятельности и создания в сознании

человека чувственного образа, который и является основным в обучении, а не само наглядное пособие. Особое значение принцип наглядности приобретает при занятиях с детьми, у которых мышление развивается от конкретного к абстрактному, и еще сильно развито подражание.

Принцип прочности результатов обучения. Данный принцип предполагает необходимость прочного овладения знаниями, умениями и навыками. Под прочностью двигательных навыков необходимо понимать не только сохранение их в течение длительного времени, но и их устойчивость, выражающуюся в способности применять навыки в разных условиях, например при управлении яхтой в неблагоприятных метеорологических условиях, при решении сложных тактических задач и т.д. Принцип прочности исходит из того положения, что овладение содержанием обучения и развитие познавательных сил человека – две тесно связанные стороны одного и того же процесса.

Прочность знаний, умений и навыков обеспечивается активным повторением и закреплением учебного материала.

Принцип прочности результатов обучения должен удовлетворять следующим положениям:

При распределении учебного материала необходимо принимать во внимание степень его трудности, объем и тематику. Содержание занятий должно соответствовать силам и возможностям учащегося. Если педагог предлагает своему учащемуся сразу несколько задач, то, как правило, процесс обучения затягивается. В тоже время излишне ограниченный объем изучаемого материала делает занятия однообразными, малоинтересными, что также не способствует прочному закреплению двигательных навыков.

Следует систематически закреплять результаты обучения. Практическое осуществление этого предполагает повторение пройденного на фоне изучения нового материала. В этом случае необходимо найти такую меру повторения, которая, не замедляя процесс обучения, закрепляла бы достигнутые рубежи. Весьма полезно акцентировать внимание на моментах, составляющих основу правильного движения. Наибольшая прочность двигательных навыков достигается не простым повторением, а выполнением разучиваемых движений в разнообразной обстановке и в различных вариантах.

Методы обучения. Для достижения поставленной цели и реализации задач предмета используются следующие методы обучения:

Методы организации учебной деятельности

– ***Словесные*** (методы устного изложения материала). К ним относятся: рассказ, лекция, беседа, работа с учебной и справочной литературой. Традиционно эти методы используются для передачи учебной информации. Но в процессе беседы (рассказа, лекции) можно не только передавать информацию, но и отвечать на возникающие вопросы учащихся, а продуманной системой вопросов педагога вызывать их мыслительную активность.

Работа со справочной литературой также может использоваться по-разному. Это может быть просто поиск нужной информации, или исследование, когда разыскивается информация для ответа на определенные вопросы. Иначе говоря, рассказ, лекция, беседа (словесные методы обучения) - это общеизвестные, традиционные методы, но они должны в современных условиях рассматриваться не только в плане сообщения готовой информации, а в большей степени как средство развития мышления учащихся, их творческих способностей.

– ***Наглядные.*** Главной особенностью этих методов является то, что основным источником информации при их использовании является не слово, а различного рода объекты, явления, технические и наглядные средства. Эти методы применяются в сочетании со словесными методами обучения. Они используются с целью подкрепления информации, данной педагогом (показ опыта), но могут быть использованы и с элементами проблемного обучения, носить творческий характер.

– ***Практические.*** К практическим методам относятся в частности - *упражнения.* Основой этого метода обучения является установление физиологической связи новой информации с уже имеющимися знаниями. Упражнения имеют свою специфику в каждом

учебном предмете, однако можно назвать некоторые наиболее общие требования, предъявляемые к ним. Прежде всего, это сознательное отношение к их выполнению; учащиеся должны знать и понимать, на какой учебный материал дано данное упражнение (или задача); с какой целью выполняется данное упражнение (для заучивания, или для уяснения сути нового материала); каким образом должно выполняться упражнение (образец выполнения).

Метод стимулирования и мотивации, формирующий интерес учащегося к обучению (поощрения: одобрение, похвала, проявление доверия и восхищения, заботы и внимания, прощение за проступок; наказания: замечание, общественное порицание, отстранение от важного дела; соревнования учащихся).

Метод активного обучения (формирование творческих способностей) деловые игры, дидактические или учебные игры, игровые ситуации, ролевые игры игровые приемы и процедуры, имитационные модели, имитационные игры.

Репродуктивный метод (неоднократное воспроизведение полученных знаний, умений, навыков).

Репродуктивное обучение включает в себя восприятие фактов, явлений их осмысление (установление связей, выделение главного и т.д.), что приводит к пониманию. Репродуктивный характер мышления предполагает активное восприятие и запоминание сообщаемой преподавателем или другим источником информации.

Практические работы репродуктивного характера отличаются тем, что в ходе их учащиеся применяют по образцу ранее или только что усвоенные знания. При этом в ходе практической работы учащиеся не осуществляют самостоятельного приращения знаний.

Репродуктивные упражнения особенно эффективно содействуют отработке практических умений и навыков, так как превращение в навык требует неоднократных действий по образцу.

Формы подведения итогов реализации программы:

- результаты участия в соревнованиях;
- выполнение тестовых заданий;
- педагогическое наблюдение;
- собеседование;
- зачеты по видам деятельности.

Учебно-методическое обеспечение:

Создание и накопление методического материала позволяет результативно использовать учебное время, учитывает индивидуальный интерес учащихся, воспитывает самостоятельность, творческий поиск решения различных задач, осуществляет дифференцированный подход в обучении.

Для успешной реализации общеразвивающей образовательной программы необходимо иметь следующий учебно-методический комплект:

- банк методических разработок по проведению практических занятий;
- банк учебно-наглядных пособий (фотографии, схемы, карты, таблицы и т.д.);
- банк технических средств обучения

Основные формы организации образовательной деятельности:

- Учебные теоретические и практические занятия;
- Тематические игры;
- Учебно-тренировочные походы, сборы;
- Экскурсии, экспедиции.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 31.07.2020) «Об образовании в Российской Федерации» (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.08.2020).
2. Федеральный закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся».
3. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года.
4. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы): приложение к письму Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 г. № 09-3242.
5. Приказ Минпросвещения РФ от 30.09.2020 N 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 N 196»
6. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 N 196 (ред. от 05.09.2019) «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
7. Приказ Минобрнауки России от 23.08.2017 № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».
8. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
9. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).

Литература для педагогов:

1. Анненянский А.Я. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. - М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
2. Анненянский А.Я. Физическая тренировка в туризме. - М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
3. Бабенко Т.И., Каминский И.Я. Экспресс-оценка физического здоровья школьников, условий их обучения и воспитания: Метод. рекомендации. Ростов-на-Дону, 1995.
4. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальных классов. - М., 1992.
5. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. - М., ЦДЮТ и К, 2002.
6. Бардин К. Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
7. Барышева Ю.А. Формирование эколого-краеведческих знаний в начальной школе. - М., 1997.
8. Велитченко В.К. Физкультура без травм: Библиотека учителя физ. культуры.- М.: Просвещение, 1993.
9. Викулов А.Д., Бутин И.М. Развитие физических способностей детей: Кн. для малышей и их родителей. - Ярославль, 1996.

10. Волкова М.Г. Развитие способностей у детей - основа жизненного успеха. - М., 1989.
11. Воронов Ю.С., Николин М.В., Малахова Г.Ю. Методика обучения юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам. - Смоленск, 1998.
12. Воронов Ю.С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков. - М., 1998.
13. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. - М.: Изд. дом «Вокруг света»), 1994.
14. Голицына Н.С. Организация краеведо-туристской деятельности старших дошкольников. - М., 1992.
15. Дихтярев В.Я. Вся жизнь-поход. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.
16. Жарков А.Д. Экскурсия как педагогический процесс: Метод. рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
17. Иванов Е.И. Начальная подготовка ориентировщика. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
18. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. - 2-е изд., испр., доп. и перераб. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
19. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. - М.: Профиздат, 1984.
20. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. Полевой туристский лагерь школьников: Для организаторов школьного туризма и краеведения. - М.: Издат- Школа, 1997.
21. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
22. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
23. Крайман М.Я. У туристского костра: Сб. песен. - М., 1997.
24. Краеведческая работа в начальных классах /Сост. И.В. Соколов. - М.: Просвещение, 1977.
25. Крутецкий В.А. Психология обучения и воспитания школьников: Кн. Для учителей и классных руководителей. - М.: Просвещение, 1976.
26. Куликов В.М. Походная туристская игротека. - Сб. 2. - М., 1994.
27. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков. - М.: Владос, 1999.
28. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 2001.
29. Лесгафт П.Ф. Избранные труды. - М.: Физкультура и спорт, 1986.
30. Лукоянов П.И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
31. Методические рекомендации по организации туристско-краеведческой и экскурсионной работы с учащимися начальных классов и групп продленного дня общеобразовательной школы / Авт.-сост. В.Н. Теплов. - Днепропетровск, 1985.
32. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. - М.: Владос, 2000.
33. Маслов А.Г. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений учащихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
34. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности».- М.: Владос, 2000.
35. Михайлов Б.А., Федотова А.А., Федотов Ю.Н. Физическая подготовка туристов: Метод. рекомендации. - М.: ЦРИБ. Турист,) , 1985.
36. Нурмимаа В. Спортивное ориентирование / Сокр. пер. с фин. Р.И. Сюкияйнена. - М., 1997.
37. Остапец-Свешников А.А. Примерная программа туристско-краеведческой деятельности учащихся начальной школы. - М., 1991.

38. Остапец-Свешников А.А. Примерная программа туристско-краеведческой деятельности учащихся начальной школы: Метод. рекомендации. - М., 1987.

39. 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.

40. Панфилов А.М. Организация и проведение полевой школьной экспедиции: Вопросы безопасности. - М., 1997.

41. Поломис К. Дети в пионерском лагере: Прогулки. Походы. Экскурсии / Пер. с чеш. С.Д. Баранниковой. - М.: Профиздат, 1990.

42. Поломис К., Махитка З. Дети на отдыхе / Пер. с чеш. С.Д. Баранниковой, К.И. Паровой, О.А.Суворовой. - М.: Культура и традиции, 1995.

43. Психология и психоанализ характера: Хрестоматия по психологии и типологии характеров / Ред.-сост. Д.Я. Райгородский. - Самара: Изд. дом «БАХРАХ», 1997.

44. Психология личности: Тесты / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузырея - М.: Изд-во МГУ, 1982.

45. Развитие познавательной самостоятельной деятельности учащихся при изучении физической географии: (ИЗ опыта работы) / Под ред. И.И. Бариновой и Т.П. Герасимовой. - М.: Просвещение, 1983.

46. Райков В. Е., Римский-Корсаков М. Н. Зоологические экскурсии. - М.: Топикал, 1994.

47. Русский турист: Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000 гг. - Вып. 2. - М., 1998.

48. Садакова Л.Г. Руководство развитием самодеятельности школьников в клубных объединениях. - Киров, 1993.

49. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей / Сост. Ю.С. Константинов. - М., 1995.

50. Сергеев И.С. Сергеев В.И. Краеведческая работа в школе. - М.: Просвещение, 1974.

51. Система подготовки младших школьников в начальный период обучения спортивному ориентированию: Метод. рекомендации / Сост. А. М. Магамедов, М.В. Сафронова. - М., 1978.

52. Скрягин Л.Н. Морские узлы. - 3-е изд., доп. - М.: Транспорт, 1994.

53. Соловьев А.В. Обеспечение безопасности в туристских походах: Метод. рекомендации. - Челябинск, 1983.

54. Талапга Е. Энциклопедия физических упражнений / Пер. с польск. - М.: Физкультура и спорт, 1998.

55. Тесты для взрослых и детей: Сб. / Сост. Л. Джонсон, М. Дефер. - М.: ГИТИС, 1994.

56. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник для институтов и техникумов физической культуры / Сост. В.И. Гонопольский. - М.: Физкультура и спорт, 1987.

57. Туристская игротека / Сост. Л.М .Ротштейн. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.

58. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. - М., 1997

59. Шальков Ю.Л. Здоровье туриста: Туризм для всех. - М.: Физкультура и спорт, 1987.

60. Штюрмер Ю.А. Профилактика туристского травматизма: Метод. рекомендации: «Как не стать жертвой несчастного случая» - М., 1992.

61. Хассард Дж. Уроки естествознания: (Из опыта работы педагогов США) / Пер. с англ. - М.: Изд-во Центра «Экология и образование», 1993.

62. Энциклопедия психологических тестов / Сост. С.А. Касьянов. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.

63. Энциклопедия туриста. - М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.

ГЛОССАРИЙ

Азимут – угол на карте или в пространстве (на местности), образуемый двумя направлениями (лучами) - направлением на север и на искомый (заданный) ориентир.

Байдарка – узкая легкая лодка с острым носом и кормой без уключин, закрытая сверху.

Безопасность – это первое, о чем должны помнить туристы, организуя малые и большие походы. Основой безопасности является опыт, приобретенный в предыдущих походах. Обеспечение Б. похода требует:

- подробного изучения и хорошего знания района планируемого похода, его особенностей, сложностей, опасностей;
- тщательной подготовки личного и группового снаряжения, питания группы;
- посильного для всех участников графика движения по маршруту;
- наличия запасного варианта маршрута на случай болезни участников, разлива рек и т.п.

«Беседка» – нижняя часть страховочной системы.

Бергштрих – указатель склона **-** короткий штрих на горизонталях топографической карты, указывающей направление вниз по склону.

Бивуак (бивак) – место стоянки туристской группы для ночлега или отдыха.

Болото – избыточно увлажненный участок земной поверхности, заросшей влаголюбивыми растениями, топкое место со стоячей водой. Б. подразделяются на проходимые, труднопроходимые и непроходимые.

Бревно – ствол большого дерева, очищенный от веток и без верхушки. Туристы используют Б. для переправы через овраг или водную преграду (с натягиванием перил для безопасности).

Брод – мелкое место реки, озера, удобное для перехода или переезда. К этому месту часто сходятся береговые тропы, дороги и видно их продолжение на другом берегу Б. характеризуется тремя основными показателями: глубина, твердость дна, скорость течения. Особенно сложен Б. через горные реки. Переправляться следует в ботинках.

Бурелом – лес, поваленный бурей.

Велоориентирование – разновидность спортивного ориентирования. Соревнования проводятся в соответствии с Правилами по спортивному ориентированию.

Велорюкзак – специальный рюкзак, закрепленный на багажнике велосипеда, т.к. у велотуриста с рюкзаком на спине снижается устойчивость во время движения, раньше приходит усталость.

Велосипедный туризм – вид самодеятельного туризма. Путешествовать на велосипеде лучше всего по дорогам местного значения с асфальтовым или песчано-гравийным покрытием.

Веревки туристские – используются туристами для страховки при преодолении препятствий и других целей. В.Т. обладают высокой прочностью и эластичностью.

«Вибрам» – вид подошвы для спортивной обуви из толстой резины с глубоким рифлением, а также ботинки на такой подошве для занятий туризмом. Особая форма рифления и свойства резины (малый удельный вес, прочность, износоустойчивость, высокий коэффициент трения) создают надежное сцепление подошвы с поверхностью на скалистых участках местности, на снегу или льду.

Водный туризм – походы по рекам, озерам, морям, водохранилищам на байдарках, надувных лодках, катамаранах и других видах туристских судов.

«Волчатник» – оградительная веревка с нашитыми разноцветными лоскутами ткани. Применяется для ограничения площадей или обозначения дистанций соревнований.

Гать – настил из бревен, жердей и хвороста для прохода или проезда через топкое болотистое место. Другие названия - фашинник, гребли.

Гигиена – раздел медицины, изучающий условия сохранения здоровья, а также система действий и мероприятий, направленных на поддержание чистоты.

В походе следует постоянно соблюдать Г. тела (особенно ног), одежды, посуды, хранения продуктов.

Глазомер – способ измерения расстояния на местности путем сравнивания с длиной определенного, хорошо знакомого наблюдателю отрезка.

Гора – возвышение рельефа выше 200 метров, резко поднимающееся среди относительно равнинных территорий, с хорошо выраженными склонами и подошвенной линией, а также выделяющиеся вершины горных систем и хребтов.

Горизонталь – кривая линия на топографической карте, соединяющая точки местности с одной и той же высотой относительно уровня моря и дающая представление о рельефе земной поверхности.

Горная болезнь – болезненное состояние, возникающее вследствие кислородного голодания при подъеме на большие высоты(свыше 3000 м).При Г.Б. наблюдаются следующие симптомы: слабость, одышка, нарушение сна, головная боль, головокружение, иногда носовые кровотечения, обмороки. Для профилактики Г.Б. необходимы тренировки, адаптация не менее 3-х дней.

График движение – последовательное распределение во времени этапов прохождения маршрута, выраженное в табличной или графической форме. Г.Д. разрабатывается при подготовке к походу. В нем указываются дни и участки пути, их протяженность, способы передвижения, достопримечательности. Г.Д. должен предусматривать дневки через каждые 3 дня пути и 1-2 резервных дня на непредвиденные события.

Грунтовые дороги – дороги, не имеющие твердого искусственного покрытия, т.е. земляные, которыми чаще всего пользуются на своих маршрутах туристы. Г.Д. подразделяются на простые, которые называются полевыми или лесными в зависимости от того, где они проложены, и проселочные дороги, соединяющие села и деревни друг с другом.

Дебри – места, заросшие непроходимым лесом.

Дневка – день в походе, предназначенный для отдыха.

Дневник туристский – последовательная, по дням, запись событий туристского похода.

Доврачебная помощь – оказание первой медицинской помощи при заболевании или травме силами участников туристской группы, до обращения к врачу.

Документы маршрутные – маршрутная книжка или маршрутный лист (удостоверение туристской группы): карты, схемы или кроки; текстовые описания отдельных сложных участков маршрута, сделанные на основе отчетов других групп или литературы; пропуска для посещения заповедников, заказников и т.п.

Единая Всероссийская спортивная классификация – разрядные требования по видам спорта, в т.ч. классификация туристских спортивных походов, разделение их по видам туризма и последовательным категориям сложности.

Жгут – эластичная резиновая трубка, которой перетягивают конечность для временной остановки кровотечения при ранении.

Заброска – доставка участников группы или снаряжения к началу маршрута либо части снаряжения или питания на определенный участок.

Заказник – территория, в пределах которой постоянно или временно запрещены отдельные виды и формы хозяйственной деятельности для обеспечения охраны одного или многих видов живых существ, одного или нескольких экологических компонентов или общего пейзажного характера охраняемой местности.

Законы юных туристов – нормы и правила поведения, традиционно принятые в детской туристской группе. Основаны на взаимопомощи, ответственности, бережном отношении к природе.

Запасной маршрут – вариант маршрута (упрощенный, укороченный), на который группа может сойти в случае болезни участников или при других непредвиденных обстоятельствах. Разрабатывается при подготовке к походу.

Заповедник – особо охраняемая природная территория (акватория), пребывание в пределах которой строго ограничено или запрещено. Создается с целью сохранения природных объектов как эталонов естественной среды, типичных или редких ландшафтов, редких и исчезающих видов животных и растений.

Заявочная книжка – документ, представляемый в 2-х экземплярах в маршрутно-квалификационную комиссию не позднее, чем за месяц до начала категорийного похода.

Интервал движения – расстояние между участниками при движении группы в походе, который должен способствовать безопасному движению, не позволять группе растягиваться и разрываться. При движении по лесной тропе интервал должен увеличиваться, с тем чтобы ветка, отпущенная участником группы, не ударила следующего за ним.

Казначей – обязанность (должность) в походной группе. Отвечает за финансовое обеспечение похода. Составляет смету расходов, ведет учет, распоряжается финансами группы.

Калорийность – энергетическая ценность продуктов или рациона питания.

Кан – металлическая посуда для приготовления пищи в походе.

Карабин – устройство особой конструкции из прочного металла, служащее для застежки, зацепки. Входит в состав специального туристского снаряжения, обеспечивающего страховку. Используется для натяжения веревок, наведения переправы, транспортировки груза. Снабжен страховочной завинчивающейся муфтой, исключающей непроизвольное выскакивание из него веревки.

Карта – выполненный на бумаге в красках чертеж местности, т.е. ее изображение в условных топографических знаках в сильно уменьшенном виде. К. бывают общегеографические и специальные. Общегеографические делятся на топографические и обзорные, различающиеся по степени подробности и масштабу. Топографические К. имеют крупный масштаб (от 1:10000 до 1:1000) и отражают элементы культурного и природного ландшафта местности с наибольшей подробностью. Обзорная К. служит для общей ориентировки, менее подробная, более мелкого масштаба. Специальные карты дают специфическую характеристику территории (климат почвы, население и т.д.). Бывают карты учебные, морские, туристские, дорожные, спортивные и другие.

Каска – головной убор, используемый туристами-горниками при работе на скалах и камнепадных участках, водниками - при прохождении сложных в техническом отношении рек или участков. Как правило, используются хоккейные, шахтерские, строительно-монтажные К.

Катамаран – судно, состоящее из двух длинных корпусов, связанных между собой общей палубой. Легкое по весу, простое по устройству и изготовлению, хорошо управляемое и надежное средство сплав, широко применяемое туристами в водных походах.

Километраж – протяженность туристского маршрута в км.

Коврик туристский – подстилка на дно палатки, служащая для влаго- и теплоизоляции. Наиболее удобен для этих целей К. из полиуретана.

Компас – прибор, указывающий направление магнитного меридиана; служит для ориентирования относительно сторон горизонта. В туризме используются компас Адрианова и жидкостный компас для спортивного ориентирования.

Компостер – устройство, род щипцов, установленное на контрольных пунктах (КП) для отметки прохождения участником данного КП в туристских соревнованиях по ориентированию.

Контрольное время – время, за которое участник состязаний или команда должны выполнить то или иное задание. За превышение К.В. участник или команда снимается с соревнований.

Контрольный пункт (КП) – пункт проверки правильности прохождения маршрута, дистанции. Может быть оборудован компостером или обслуживаться судьями.

Контрольный срок – заранее оговоренное время окончания маршрута и прохождения контрольных пунктов, откуда группа обязана телеграммой сообщить в МКК о благополучном продвижении по маршруту.

Контрольный туристский маршрут (КТМ) – вид туристских соревнований.

Проводится в форме похода, в ходе которого каждая команда выполняет ряд заданий по туристской технике, ориентированию, топографии, краеведению и оказанию доврачебной медицинской помощи.

Координаты – величины, определяющие положение точки на плоскости или в пространстве (географические координаты, астрономические координаты).

Костровой – ответственный за костровое хозяйство (постоянная походная должность), дежурный у костра (временная должность в туристской группе, которую выполняют все участники похода по графику). К. работает у костра только в рукавицах, в обуви, в одежде с длинными рукавами и головном уборе.

Кочка – бугорок на лугу, болоте. В туристских соревнованиях – элемент этапа, имитирующего прохождение по болоту.

Кошки – металлические приспособления, надеваемые на обувь для облегчения и удобства движения по склонам, покрытым льдом, фирном или мокрой травой.

Краевед – человек, изучающий свой край. В туристской группе – обязанность (должность) участника похода, который организует изучение района турпохода, обеспечивает на маршруте посещение музеев и других краеведческих объектов, выполнение заданий и сбор различных материалов краеведческого характера для отчета о походе, выставки, школьного музея.

Краеведение – изучение какого-либо края, местности, района со стороны их природы, истории, экономики, быта и т.д.

Крюк – приспособление для закрепления снаряжения на скале или на льду при организации страховки и для создания искусственных опор при подъеме по очень крутым склонам и отвесным стенкам. По назначению К. подразделяются на скальные и ледовые.

Кряж горный – невысокая горная цепь, гряда холмов.

Кулуар – ложбина на горном склоне, образованная двумя соседними ребрами или контрфорсами.

Культорг – обязанность (должность) в туристской группе. Отвечает за культурную жизнь группы, т.е. организацию досуга **(**подбирает песни, сценарии вечеров). Организует игры и веселые соревнования на дневках, выступления перед местными жителями.

Курвиметр – прибор для измерения расстояний на карте. Колесико К. прокатывают по измеряемой извилистой линии и по показанию стрелки на шкале определяют расстояние (в масштабе карты) ил длину линии в сантиметрах.

Лавина – снежный обвал, масса снега, падающая или соскальзывающая с крутых горных склонов со скоростью 20-50 м\сек. Обладая огромной разрушительной силой, Л. часто становятся причиной катастроф – гибели, разрушения дорог и сооружений.

Легенда – свод условных знаков с соответствующими пояснениями, которые используются на данной карте. Иногда на полях карты располагаются диаграммы, профили, таблицы, дополняющие картографическое изображение.

Ледоруб – элемент снаряжения горных туристов и альпинистов. Состоит из головки с «клювом» лопатки, укрепленной на рукоятке со штычком. Применяется для самостраховки при движении по льду, снежным и мокрым травянистым склонам, для рубки ступеней, обработки скальных трещин и т.д., а также при бивачных работах. Длина Л. (от 60 – 100 см) подбирается по росту туриста применительно к характеру маршрута.

Лимб – деталь компаса.

Маркировка – разметка маршрута или дистанции при помощи специальных условных обозначений или маршрутных марок (картонок, лент, оградительной веревки), которые

ставятся так, чтобы они были хорошо видны с тропы. М. служит для ориентировки и показа пути движения команды или участника, а также для ограждения опасных мест.

Маршрут – путь следования туристской группы, предусматривающий прохождение определенного количества километров, посещение различных объектов в культурно-познавательных, спортивных, оздоровительных и др. целях.

Маршрутно-квалификационная комиссия – комиссия, которая рассматривает заявочные документы туристских групп, готовящихся к категорийным походам, утверждает походы. МКК проверяет разработку маршрута группы и график движения по основному и запасному вариантам, соответствие опыта руководителя группы и участников заявленному походу, осуществляет оперативный контроль прохождения группами маршрутов, проверяет отчеты групп о совершенных походах и дает заключение о соответствии пройденного маршрута указанной категории сложности, присваивает разряды, выдает значки.

Маршрутный лист – удостоверение тургруппы на совершение похода (кроме категорийного).

«Маятник» – этап в туристских соревнованиях. Оборудован как качающаяся веревка, прикрепленная верхним концом в неподвижной точке. Участник, ухватившись за подвижный нижний конец и оттолкнувшись от одного берега, должен преодолеть препятствие (ручей, канаву и т.п.) и приземлиться на другом берегу.

Микрорельеф – форма рельефа (бугры, холмы, ямы и т.п.) с небольшими колебаниями высот.

Многоборье туристское – соревнования по видам туризма, входят составной частью в вид спорта «Туризм спортивный». Проводятся в соответствии с Правилами по многоборью туристскому.

Муфта – деталь карабина, служащая для предотвращения его раскрытия.

Навыки туристские – знания и навыки, приобретенные в походных условиях.

Неприкосновенный запас (НЗ) – резерв продуктов на случай, если погодные или иные условия задержали группу в пути.

Обвязка страховочная – система из прочных матерчатых лент или веревок, плотно облегающих туловище. Служит для подсоединения туриста к основной страховочной веревке.

«Отечество» – туристско-краеведческое движение учащихся в России, направленное на изучение истории, культуры, природы, экономики регионов РФ в процессе занятий туризмом и краеведением.

Отчет о походе – материал, содержащий основные сведения о пройденном маршруте, его особенностях. Составляется на основе описания пути движения, сделанного участниками в походе, имеющегося картографического материала, различных справочных сведений о маршруте и районе похода. Характер отчета (устный, письменный, полный или описание пути движения) и сроки его сдачи устанавливается МКК при утверждении похода.

Охрана природы – система мероприятий по сохранению, рациональному использованию и восстановлению природных ресурсов.

Перевал – наиболее низкое место в гребне горного хребта, обычно между соседними речными долинами, доступное для перехода через хребет или иной водораздельный хребет.

Переправа – преодоление преград при отсутствии моста, парома и других постоянно действующих средств. Основные способы: вброд, по клади, по камням, по навесной веревке.

Переход – в туризме – расстояние, которое проходят в один день, суточная норма походного движения.

Перила страховочные – в походных условиях – веревка, натянутая поперек реки, за которую при переправе держатся туристы. То же при переправах через ручьи, овраги по высоко лежащим стволам деревьев, тонким кладям, крутым подъемам и спускам. На туристских соревнованиях страховочные перила используются на технических этапах.

Пик – заостренная вершина горы или остроконечная вершина.

Питание походное – калорийное питание, покрывающее расход энергии туристов на маршруте.

План – изображение на бумаге небольшого участка и объектов местности. На П. могут быть даны такие подробности, каких нельзя дать на карте, так как они при сильном уменьшении пропадают.

Плато – возвышенная равнина, ограниченная четко выраженными уступами.

Поисково-спасательные работы – комплекс мер, проводимый в чрезвычайной ситуации в природной среде, а также вид туристских соревнований подразумевающий поиск и оказание помощи условно пострадавшим.

Пойма – часть речной долины, заливаемая водой во время половодья или высоких паводков.

Полевые условия – проживание в природной среде во временных жилищах (палатках, шалашах) или под открытым небом.

Полигон – участок с оборудованной полосой препятствий для тренировки туристов или проведения соревнований.

Положение о соревновании – основной документ, регламентирующий проведение соревнований, с которым участники должны быть ознакомлены заранее.

Полоса препятствий – дистанция соревнований, состоящая из участков скоростного движения и этапов из искусственных и естественных препятствий, позволяющих проверить техническую и тактическую подготовку участников.

Порог – каменистый участок реки с большим падением, образовавшимся вследствие ступенчатого размыва русла, если материал русла неоднороден. П. образуется также тогда, когда река пересекает морены, горные гряды, выходы твердых, неразмываемых пород. Незнакомые П. туристы-водники

обычно проходят с предварительной разведкой.

Поход – прохождение нового или неизвестного, но переработанного группой маршрута по населенной или ненаселенной местности со спортивной, тренировочной, учебной и т.п. целью.

Привал – остановка туристов во время движения в походе. Различают короткий П. - кратковременную остановку для отдыха через 45 минут движения; вынужденный П. – для оказания доврачебной помощи, ремонта снаряжения; П. для перекуса; большой обеденный П. продолжительностью 2-4 часа. Во время большого П. может быть проведена короткая экскурсия. Его можно использовать для просушки снаряжения, приведения в порядок путевых записей и наблюдений.

Привязка – определение точки своего стояния (своего местонахождения) по местным ориентирам.

Призма – знак контрольного пункта в ориентировании, имеющий форму трехгранника размером 30 х 30см, каждая сторона которого разделена наискось пополам и нижняя часть имеет красный (оранжевый) цвет, верхняя – белый.

Промоина – впадина в земле, размытая ливнем, потоком воды.

Протокол судейский – на туристских соревнованиях документ, отражающий весь ход соревнований.

Протяженность – длина маршрута. Зависит от количества дней; продолжительности, категории сложности.

Пунктир – линия, состоящая из ряда точек, на топографической карте обозначающая границы чего-либо.

Разбивка бивака – организация бивака для ночлега и дневки, заключается в правильном подборе места для палаток, костра, забора воды и т.д.

Развилка – разветвление тропы, дороги.

Разработка туристского маршрута – тщательная всесторонняя подготовка маршрута предстоящего похода, включающая изучение картографического материала, справочной

литературы, отчетов групп, прошедших ранее этим маршрутом, планирование запасного варианта.

Ралли – вид соревнований или дистанций, состоящих из этапов, на прохождение которых устанавливается контрольное время.

Распорядок дня – чередование видов деятельности по времени, обеспечивающее нормальное проведение похода.

Расщелина – широкая трещина в скалах.

Редколесье – редкий, не сплошной лес.

Режим движения – порядок, обеспечивающий необходимую ритмичность в чередовании нагрузок и отдыха**.** Зависит от района похода, времени года, сложности маршрута. Обычно состоит из 45 минут движения и 15 минут отдыха.

Рельеф – строение земной поверхности, совокупность ее неровностей.

Репшнур – вспомогательная веревка диаметром 6-8 мм, индивидуальное снаряжение горного туриста (альпиниста), служит для страховочной обвязки.

Руководитель похода – ответственное лицо, назначенное приказом директора школы или другого образовательного учреждения. Несет ответственность за подготовку и безаварийное проведение похода, за жизнь и безопасность участников.

Самодеятельный туризм – туризм, основанный на полной самодеятельности туристов во время подготовки, проведения, подведения итогов похода. Изготовление снаряжения, разработка маршрута, утверждение маршрута в МКК и т.п. - все делается силами самих туристов.

Самостраховка – набор приемов, проводимых самим туристом для обеспечения безопасности и направленных на самозадержание в случае срыва в опасной зоне. Различают С. пассивную. (обеспечивается за счет обуви, одежды, различных приспособлений) и активную (т.е. выполнение туристом определенных действий, технических приемов - правильную постановку ног на склоне или осыпи, применение страховочных средств - альпенштока, веревки и т.п.).

Седло (седловина) – понижение на гребне хребта между двумя снежными вершинами. Имеет точку (площадку) от которой рельеф с двух сторон повышается, а с двух – понижается. В горах дороги и тропы через хребты проходят по С., которые называют перевалами.

Серпантин – извилистая дорога в горах; а также зигзагообразные движение туристов по крутым склонам для уменьшения крутизны. При спуске или подъеме «серпантином» надо следить, чтобы туристы не шли друг за другом, т.к. возможны срывы камней из-под ног.

Сигнал условный – знак для передачи на расстоянии каких-то сведений, сообщений. Различают звуковые (голосом, через мегафон, свистком и т.п.), световые (фонариком, костром, факелом) сигналы, а также с помощью записки, помещенной в тур или при помощи знаков, выложенных камнями, ветками и т.п.

Смета – исчисление предстоящих расходов (статьи: питание, транспортные, экскурсионные, хозяйственные, аварийный запас).

Снаряжение – совокупность предметов, необходимых для успешного проведения похода. Подразделяется на индивидуальное (рюкзак, спальный мешок, личная одежда и обувь, предметы личной гигиены и др.), групповое (палатки, костровые принадлежности, варочная посуда и др.) и специальное, необходимое для выполнения различных заданий (геологических, ботанических, археологических и т.п.). К специальному С. относятся и предметы (личные и групповые), связанные со спецификой походов по различным видам туризма (водные, горные, лыжные и т.п.). С. должно быть легким, прочным, безопасным, удобным, универсальным - позволяющим использовать один предмет для разных целей (например, спасательный пенопластовый жилет - как теплоизоляционный коврик в палатку и теплую одежду).

Спелеология – наука о пещерах – их происхождении, существовании и использовании их человеком.

Сплав – передвижение на плотах, байдарках, катамаранах и т.п. по течению реки. Каждый участник С. должен уметь хорошо плавать, знать и распознавать препятствия, встречающиеся на пути, владеть условиями их преодоления, иметь спасательные средства.

Степень сложности туристского похода – сравнительная характеристика маршрута в зависимости от протяженности, продолжительности, наличия препятствий.

Страховка – комплекс мер для обеспечения безопасности туристов в походе. С. на туристских соревнованиях – набор приемов, обеспечивающих задержание участника при срыве на сложном участке. Осуществляется участниками команды при помощи страховочной веревки и карабинов. С. нижняя -страховочная веревка подходит к участнику снизу. С. верхняя - страховочная веревка подходит к участнику сверху, а точка страховки закрепляется на участнике не ниже груди. С. командная осуществляется командой, судейская -судьями.

Страховочная система – индивидуальное снаряжение горного туриста (альпиниста) состоящее из верхней (грудной) обвязки и нижней («беседки»), сблокированных в единую систему отрезком веревки толщиной не менее 10 мм. Служит для быстрого и надежного подсоединения туриста к основой веревке, помогает в случае срыва и при спусках с использованием тормозных устройств.

Темп движения – скорость движения тургруппы по маршруту. Обычно в пешеходном походе – 12-15 мин. на км (в зависимости от характера местности и погоды). Темп определяется по самому младшему и самому слабому участнику группы.

Техника туристская – совокупность приемов, применяемых при установке палаток, прохождении естественных препятствий и т. п.

Топографические знаки – специальные условные знаки, которыми на топографических картах изображаются все местные предметы. Делятся на четыре вида:

Линейные – это дороги, линии связи, линии электропередачи, ручьи, реки и т.п. То есть это знаки таких местных предметов, которые сами по себе имеют форму длинных линий;

Фигурные – знаки башен, мостов, церквей, паромов, электростанций, отдельных строений и т.п.

Площадные – знаки лесов, болот, населенных пунктов, пашен, лугов, т.е. местных предметов, занимающих значительные площади поверхности земли. Площадные знаки состоят из двух элементов: контура и знака, заполняющего контур;

Пояснительные – знаки характеристики леса, названия населенных пунктов, железнодорожных станций, рек, озер, гор и т.д., это ширина шоссе, длина, ширина и грузоподъемность мостов, глубина бродов на реках и т.п.;

Знаки бывают масштабными (соответствующими размерам предметов) и внемасштабными.

Топонимика – совокупность географических названий (наименований населенных пунктов, рек, озер и т.п.) какой-либо местности, а также наука, изучающая географические названия. Топонимика связывает воедино географию, языкознание и историю.

Траверс (траверсирование) – поперечное движение (поперек склона горы или борта долины) с одновременным подъемом или спуском. Т. экономит силы туриста. Целью Т. может быть пересечение одной вершины или последовательное прохождение подряд (без спуска с гребня хребта) нескольких вершин.

Туризм самодеятельный – путешествия с использованием активных способов передвижения (горный, пешеходный, водный, лыжный), организуемые туристами самостоятельно с учетом туристско-спортивной классификации.

Туризм спортивный – вид спорта входящий в единую спортивную классификацию. Включает в себя соревнования по спортивным походам и соревнования по туристскому многоборью.

«Турист России» – нагрудный туристский знак с удостоверением. Вручается туристам, достигшим 12-летнего возраста, выполнившим установленные требования и нормы.

Узел – способ соединения веревок, образования веревочных петель и привязывания веревок к предметам. В туристской практике применяются различные У. Все соединения веревок должны заканчиваться контрольными У., за исключением «встречного» и «полуторного узла проводника».

Условия соревнований – дополнения к положению о соревнованиях, конкретизирующие, уточняющие и разъясняющие отдельные моменты соревнований, не противоречащие правилам.

Фал – конец веревки.

Чрезвычайная ситуация – резкое нарушение нормальных условий жизни и деятельности людей, возникновение угрозы их жизни и здоровью или нанесение существенного урона имуществу, народному хозяйству, окружающей среде. Может быть вызвана природными техногенными, военными и др. процессами. Участники туристской группы, находящейся в условиях автономного существования, должны представлять, как действовать в той или иной Ч.С.

Шлюпка – беспалубное гребное судно (без парусного вооружения или со съемными парусами).

Штормовка – верхняя одежда туриста, Изготавливается из плотной непродуваемой ткани (обычно из тонкого брезента). Имеет 6-8 наружных и внутренних застегивающихся карманов и откидной капюшон, шнурком затягивающийся вокруг головы.

Экипировка – см. снаряжение.

Экология – наука об отношениях растительных и животных организмов и образуемых ими сообществ между собой и окружающей средой. Изучает закономерности взаимодействия общества и окружающей среды практические проблемы ее охраны.

Экспедиция – поездка группы лиц, отряда с каким – то специальным исследовательским заданием: военным, литературным, геологическим, археологическим.

Эмблема – условное изображение какого-то понятия (Э. кружка, походной группы, каких- то соревнований).

Эстафета – соревнование команд (в беге, плавании, техники туризма, ориентировании и т.д.), в котором на определенном участке пути (этапе) один участник сменяется другим, ударяя по плечу или передавая условный предмет (палочку, мяч, рюкзак и т.д.).

Этап – отдельная часть пути, а также специальный отрезок дистанции в спортивных соревнованиях (эстафете).

Приложение 1

Диагностическая карта результативности освоения дополнительной общеразвивающей программы

Наименование программы _____
Наименование творческого объединения _____
Учебный год _____
Группа ____ Год обучения ____
ФИО педагога _____ подпись _____

№	ФИО учащегося	Знания и мастерство						Личностное и социальное развитие					
	Формирование знаний, умений, навыков по разделам образовательной программы (предметные результаты)	Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)			Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)			Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)			Формирование ключевых компетенций		
		входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая	входная	промежуточная	итоговая
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													
6.													
7.													
8.													
9.													
10.													
11.													

				Знания и мастерство		Личностное и социальное развитие	
Показатели	**Уровень**	**Баллы**	**Освоение разделов программы**	**Формирование знаний, умений, навыков (предметные результаты)**	**Формирование общеучебных способов деятельности (метапредметные результаты)**	**Развитие личностных свойств и способностей (личностные результаты)**	**Формирование ключевых компетенций**
Критерии оценивания	недостаточный (низкий)	0	менее 1/3 программного материала	Знание (воспроизводит термины, понятия, представления, суждения, гипотезы, теории, концепции, законы и т.д.)	Выполнение со значительной помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	Ниже возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Знание элементарных норм, правил, принципов
	достаточный (средний)	1	1/3 - 1/2 программного материала	Понимание (понимает смысл и значение терминов, понятий, гипотез и т.д., может объяснить своими словами, привести свои примеры, аналогии)	Выполнение с помощью кого-либо (педагога, родителя, более опытного обучающегося)	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Усвоение элементарных норм, правил, принципов по инициативе "извне" (педагог, родители)
	оптимальный	2	Более 1/2 - 2/3	Применение, перенос внутри предмета (использует знания и умения в сходных учебных ситуациях)	Выполнение при поддержке, разовой помощи, консультации кого-либо	В соответствии с возрастными, социальными, индивидуальными нормами	Эмоциональная значимость (ситуативное проявление)
	высокий	3	2/3 - практически полностью	Овладение, самостоятельный перенос и другие предметы и виды деятельности (осуществляет взаимодействие уже имеющихся знаний, умений и навыков с вновь приобретенными; использует их в различных ситуациях; уверенно использует в различных ситуациях; уверенно использует в ежедневной практике)	Самостоятельное построение, выполнение действий, операций.	Выше возрастных, социальных, индивидуальных норм.	Поведение, построенное на убеждении; осознание значения смысла и цели.

Учебно-методический комплект к дополнительной общеразвивающей программе
(I-III года обучения)

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	Краеведение.	Природа Астраханского края Историческое прошлое Астраханского края, история города, известные земляки.	Карта России и Астраханской области; контурные карты Проектор, компьютер А.Н.Бармин, Э.И.Бесчетнова «География Астраханского края». – Астрахань, 2007г.; Н.М.Ушаков, В.П.Щучкина «Природа и история Астраханского края».- Астрахань, 1996г.	Презентации «Природа Астраханского края», «Топонимы Астрахани».
2.	Основы туристской подготовки	Туризм как спорт и образ жизни. Воспитательная роль туризма. Снаряжение юного туриста. Организация туристского быта. Безопасность в походе и на занятиях. Туристские соревнования. Подготовка к походу. Подведение итогов похода.	Рыжавский Г.Я. Биваки. – М.: ЦДЮТ, 1995. Словарь юного туриста. М., ФЦДЮТиК, 2004. Образцы рюкзаков, палаток, спальников, походной посуды, компасов, примусов, газовых горелок. Самодельное туристское снаряжение/ Сост. Лукьянов П.И. – Новгород, 1997. Туристское снаряжение. М., Профиздат,1968. Проектор, компьютер.	Презентация «Туризм» http://www.pandia.ru Туристское снаряжение на занятиях и в походах Презентация «Туристское снаряжение» z-trekking.com Снаряжение для похода
3.	Топографическая подготовка юного туриста.	Понятие о топографической карте. Условные знаки. Ориентирование по сторонам горизонта. Компас. Работа с ним. Местность и карта. Соревнования по ориентированию	Следопыт. М., 1976. Куликов В.М., Ю.С. Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Москва, ЦДЮТур РФ, 1997. Материалы для проверки знаний по топографии и ориентированию. Оборудование для топографической съемки в походе, экспедиции: компас Адрианова, транспортир, линейка не менее 25 см, небольшой целлулоидный треугольник, плотный картон 18х22 см, тетрадь, карандаш СТ, резинка, чертежная бумага. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования Топография и ориентирование в туристском путешествии.	

			Москва, ФЦДЮТиК, 2005. Правила вида спорта "Спортивное Ориентирование" от Минспорттуризма России 2010 г. Образцы заявочной документации. Проектор, компьютер. Компасы. http://www.youtube.com/watch?v=5HBc1yWc-eU ФЦИОР http://fcior.edu.ru/card/27008/orientirovanie-i-izmerenie-rasstoyaniy-na-mestnosti-i-plane-so-specialnymi-vozmozhnostyami-dlya-slabovidyashchih.html http://fcior.edu.ru/card/22739/plan-mestnosti-kontrolnye-zadaniya.html	
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний. Первая доврачебная помощь в походных условиях. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений	Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., 1990. Дурманов И.П. Карманная скорая помощь. – Екатеринбург, 2001. Руководство по оказанию первой помощи / Крис Макнаб. М., 2000. Плакаты. Медицинская аптечка. Средства для оказания первой доврачебной помощи. Проектор, компьютер. Тесты для решения ситуационных задач «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи». А.Т. Смирнов, Н.Ф.Виноградова, Б.О.Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности». – М., 2011г. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Москва, ФЦДЮТиК, 2008. Оборудование для переноса пострадавшего.	*Презентация "Оказание первой доврачебной помощи в туристском походе"* Презентация «Личная гигиена и оказание ПМП в природных условиях» https://www.youtube.com/watch?v=pyuo6bMywIY https://youtu.be/Xzsz6J6HyT8

Учебно-методический комплект к дополнительной общеразвивающей программе
(IV год)

№ п/п	Раздел программы	Тема	Дидактический материал, техническое оснащение занятий	Электронно-образовательный ресурс
1.	Полевая школьная экспедиция.	Полевая школьная экспедиция, как форма научно-познавательной деятельности учащихся.	1. Панфилов А.Н. «Организация и проведение полевой школьной экспедиции», М.: ЦДЮТур, 1997; 2. Следопыт. М., 1976; 3. Атлас Астраханской области; 4. Проектор, компьютер; 5. Видеоматериалы школьных экспедиций.	1. http://www.abitu.ru (Интернет-портал «Исследовательская деятельность школьников») 2. http://vikent.ru (История изучения творчества)
		История экспедиционного движения в Астраханской области.	1. Материалы комплексной научно-исследовательской экспедиции по Волго-Уральским пескам. 1997-1999 гг. 2. Астраханский краеведческий вестник. Выпуск 1-3. 2. Проектор, компьютер. 3. Видеоматериалы школьных экспедиций.	1. http://www.abitu.ru (Интернет-портал «Исследовательская деятельность школьников»)
2.	Изучение района предстоящей экспедиции.		1. Следопыт. М., 1976. 2. Атлас Астраханской области. 3. Топографические карты Астраханской области. 4. Проектор, компьютер.	1.http://map-1.ru (Топографические карты) 2.https://www.astrobl.ru/history
3.	Исследовательская деятельность участников экспедиции.	Техника выполнения наблюдений и их фиксация.	1. Следопыт. М., 1976. 2. Методика туристско-поисковой работы школьников (Учебное пособие для педагогических институтов). Курск, 1974. 3. Проектор, компьютер.	1. http://www.abitu.ru (Интернет-портал «Исследовательская деятельность школьников»)
		Метеорологические наблюдения.	1. Методы метеорологических наблюдений: Методическое пособие. – М.: Экосистема, 1997. 2. Учебно-исследовательская деятельность школьников 5-10 классов в природе. – М.: Экосистема, 1998. 3. Оборудование для меторологических наблюдений (термометры максимальный и минимальный, гигрометр, барометр-анероид, чашечный анемометр, флюгер Вильда, нефоскоп, снегомерная рейка, осадкомер) 4. Проектор, компьютер.	1. https://yandex.ru/pogoda/astrahan 2. https://www.gismeteo.ru/city

		Геологические наблюдения.	Следопыт. М., 1976. С.И. Бекетова, С.К. Губеева Современная школьная географическая площадка. Учебно-методическое пособие. - Казань: 2012 Топографические карты Астраханской области. Таблица «История развития жизни на земле». Оборудование для геологических наблюдений (горный компас, горный молоток, клинометр, лупа, стальная рулетка, дорожный циркуль, барометр-анероид, бинокль).	1.http://map-1.ru 2. http://geolmarshrut.ru/biblioteka 3. 3.Учебный фильм «Рельеф Астраханской области» (автор Булычевский Ю.В.)
			1. Форма полевого журнала при глазомерной съемке. 2. Образцы минералов и пород 3. Проектор, компьютер.	
		Геоморфологические наблюдения.	1. Следопыт. М., 1976. 2. Методы геоморфологических наблюдений: Методическое пособие. – М.: Экосистема, 1996. 3. Топографические карты Астраханской области. 4. Форма полевого дневника. 5. Образцы геоморфологических карт. 6. Образцы этикеток для образцов. 7. Проектор, компьютер.	1. http://map-1.ru 2. http://www.zapoved.ru/catalog/9/Богдинско-Баскунчакский-государственный-природный-заповедник 3. http://www.bogdozap.ru
		Ботанические наблюдения.	1. Следопыт. М., 1976. 2. А.Г.Озеров. Исследовательская деятельность учащихся в природе. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2005 2. Методы ботанических наблюдений: Методическое пособие. – М.: Экосистема, 1997. 3. Оборудование для ботанических наблюдений (копалки, гербарная папка, гербарная сетка). 4. Губанов И.А. и д.р. Определитель растений средней полосы Европейской части СССР. М., 1981. 5. Определители растений Астраханской области. 6. Проектор, компьютер.	1. Учебный фильм «Весенний колорит Баскунчака» (автор Булычевский Ю.В.) 2. http://www.zapoved.ru/catalog/9/Богдинско-Баскунчакский-государственный-природный-заповедник 3. http://www.bogdozap.ru 4. http://astrakhanzapoved.ru 5. http://www.zapoved.ru/catalog/2/Астраханский-Ордена-Трудового-Красного-Знамени-государственный-природный-биосферный-заповедник

		Наблюдения за жизнью животных	1. Следопыт. М., 1976. 2. А.Г.Озеров. Исследовательская деятельность учащихся в природе. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2005 3. Методика зимнего маршрутного учета млекопитающих по следам. – М.: Экосистема, 1997. 4. Методы учетов численности птиц. – М.: Экосистема, 1997. 5. Образцы «Карточка зимнего маршрутного учета животных», «Ведомость расчета численности животных». Проектор, компьютер.	1. http://astrakhanzapoved.ru/ 2. http://www.zapoved.ru/catalog/2/Астраханский-Ордена-Трудового-Красного-Знамени-государственный-природный-биосферный-заповедник 3. http://www.zapoved.ru/catalog/9/Богдинско-Баскунчакский-государственный-природный-заповедник 4. http://astrakhanzapoved.ru/ 5. http://www.zapoved.ru/catalog/2/Астраханский- Ордена-Трудового-Красного-Знамени-государственный-природный-биосферный-заповедник
		.		6. http://www.zapoved.ru/catalog/9/Богдинско-Баскунчакский-государственный-природный-заповедник 7. http://www.bogdozap.ru/ 8. Учебный фильм «Загадка Каспийского тюленя» (автор Булычевский Ю.В.) 9. Учебный фильм «Каспийские раки» (автор Булычевский Ю.В.
		Энтомологические наблюдения.	1. Следопыт. М., 1976. 2. Методика энтомологических наблюдений. – М.: Экосистема, 1997. 3. Жан-Анри Фабр, Жизнь насекомых. Рассказы энтомолога, М., «Армада-пресс», 2001 4. Проектор, компьютер.	http://vikent.ru (История изучения творчества) http://ecology-portal.ru/ecologicheskij-turizm/502442-yentomologicheskie-nablyudeniya
		Историко-краеведческие наблюдения.	1. Анисимова Е.Н. Некоторые закономерности и особенности научно-исследовательской деятельности как образовательной технологии (в области культурологических и исторических дисциплин) // Альманах «Отечество». 2. Оборудование для историко-краеведческих наблюдений (карта, компас, планшет, фотоаппарат, письменные принадлежности, миллиметровая бумага, линейка, рулетка и шнур для замеров). 3. Вопросы и задания по краеведению. (Ч. II) М., 1977.	4. http://astrakhan-musei.ru 5. http://turcentrrf.ru

			6. Образцы описаний «Паспорт на памятник». 7. Примеры обмерных чертежей. 8. Проектор, компьютер.	
		Археологические наблюдения.	Следопыт. М., 1976. Атлас Астраханской области. Шнайдштейн Е.В., Таркова Р.А. Словарь по археологии, истории и культуре Астраханского края. Астрахань. ЦНТЭП, 2010. 1. Оборудование для археологических наблюдений (карта, компас, планшет, фотоаппарат, письменные принадлежности, миллиметровая бумага, линейка, лопатка сапрного образца, нож, рулетка и шнур для замеров). Таблица условных знаков для обозначения археологических объектов	http://astrakhanklad.ru (Памятники археологии Астраханской области) https://www.astrobl.ru/tags/arheologiya 1. http://astrakhan-musei.ru
		Этнографические наблюдения.	2. .Образец этикетки археологического объекта. 3. Проектор, компьютер Следопыт. М., 1976. Озеров А.Г. Историко-этнографические исследования учащихся: учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2007. Программа комплектования историко-бытовых и этнографических Коллекций.	http://astrakhan-musei.ru blob:https://www.youtube.com/65f984d5-fc50-49fd- ba70-417882a36daf
			1. Проектор, компьютер	1.
		Топонимические наблюдения.	1. Следопыт. М., 1976. 2. Кирокосьян М.А. Топонимический словарь. Астрахань, 2007. 3. Лосев Г.А., Кирокосьян М.А. Астраханские словечки. Изд-во «Чилим», 2007. 4. Образцы опросников местного населения. 5. Проектор, компьютер	
		Обработка краеведческих наблюдений.	1. Следопыт. М., 1976. 2. Образцы отчетов о путешествиях. 3. Правила камеральной обработки материалов. 4. Проектор, компьютер	
	Туристская подготовка участников экспедиции.	Организация полевого базового лагеря экспедиции.	1. Панфилов А.Н. «Организация и проведение полевой школьной экспедиции». М.: ЦДЮТур, 1997. 2. Рыжавский Г.Я. Биваки. – М.: ЦДЮТ, 1995. 3. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризс. Москва, ФЦДЮТиК, 2008. 4. Следопыт. М., 1976.	

4.			5. Проектор, компьютер.	
		Организация туристского быта в экстремальных условиях.	1. Выживание в экстремальных условиях. – М.: ИПЦ «Русский раритет», 1993. 2. Ильичев А.А. Популярная энциклопедия выживания. М., 2000. 3. Энциклопедия искателя приключений/ Авт.-сост. О. Кургузов. – М.: Лабиринт – К, 1998. 4. Материалы для проверки знаний по организации бивака. 5. Проектор, компьютер.	1. Фильм «Робинзону такое не снилось» (автор Каримова Э.Г.)
		Охрана природы при обустройстве базового лагеря экспедиции.	1. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Москва, ФЦДЮТиК, 2008. 2. Проектор, компьютер.	
		Личное и групповое экспедиционное снаряжение. Специальное снаряжение.	1. Рыжавский Г.Я. Биваки. – М.: ЦДЮТ, 1995. 2. Словарь юного туриста. М., ФЦДЮТиК, 2004. 3. Образцы рюкзаков, палаток, спальников, походной посуды, компасов, примусов, газовых горелок. 4. Самодельное туристское снаряжение/ Сост. Лукьянов П.И. – Новгород, 1997. 5. Туристское снаряжение. М., Профиздат,1968. 6. Проектор, компьютер.	1. http://www.kovinov.com/snarjazhenie/guide/magaziny 2. http://prival-shop.ru/page/turisticheskoe-snaryzhenie.html
		Организация питания. Учет, хранение и использование продуктов питания в экспедиции.	1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – ЦДЮТур, 1999. 2. Лысогор Н.А. и др. Питание в туристском походе. М., 1980. 3. Образцы продуктовых раскладок. 4. Список продуктов. 5. Расчетные карточки завхоза. Дневной рацион (на период акклиматизации, на штурмовой период, восстановительный рацион. 6. Примеры походного меню. 7. Проектор, компьютер.	1. http://turcentrrf.ru/videogalereya
		Распорядок дня и правила поведения в базовом лагере.	1. Панфилов А.Н. «Организация и проведение полевой школьной экспедиции». М.: ЦДЮТур, 1997. 2. Рыжавский Г.Я. Биваки. – М.: ЦДЮТ, 1995. 3. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Москва, ФЦДЮТиК, 2008. 4. Проектор, компьютер.	
		Техника преодоления естественных препятствий.	1. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Москва, ФЦДЮТиК, 2008. 2. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся.	1. http://turcentrrf.ru/videogalereya

			М.:ЦДЮТиК МО РФ, 2000. 3. Переправы вброд через водные преграды. М, 1984. 4. Методические рекомендации по подготовке горных походов. Таллин, 1978. 5. Шибаев А.С. Переправа (задания для контроля и закрепления знаний). – М., 1996. 6. Снаряжение для организации переправ: веревка d=10мм (40м) -3 шт., карабины – 10 шт., жумар – 2 шт., лебедка – 1 шт. (или роллик – 2шт.), ИСС – 15 шт., блокировка -15 шт. 7. Проектор, компьютер.	
		Безопасность в экспедиции. Аварийные ситуации.	1. Кладухина Н.И. Рекомендации по технике безопасности для организаторов туристской работы. Ярославль: ЦДЮТур и Эк, 2006. 2. Кодекс путешественника. 3. Головачев М.В. Аварийное ориентирование в условиях автономии: учебное пособие. – Нижний Новгород, 1999. 4. Материалы для проверки знаний по правилам безопасности. 5. Проектор, компьютер.	1. Серия фильмов «Следопыт с Глебом Данильцевым» 2. https://youtu.be/Xzsz6J6HyT8 (Выживание в автономных условиях)
		Подведение итогов экспедиции.	1. Следопыт. М., 1976. 2. Отчеты экспедиций.	
		Соревнования по технике туризма	1. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М.:ЦДЮТиК МО РФ, 2000. 2. Правила соревнований по туризму. 3. Образцы заявочной документации. 4. Проектор, компьютер.	1. Видеоматериалы со школьных соревнований по туризму. 2. http://turcentrrf.ru/videogalereya
5.	Топография и ориентирование.	Топографическая съёмка, корректировка карты.	1. Следопыт. М., 1976. 2. Куликов В.М., Ю.С. Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. Москва, ЦДЮТур РФ, 1997. 3. Материалы для проверки знаний по топографии и ориентированию. 4. Оборудование для топографической съемки в походе, экспедиции: компас Адрианова, транспортир, линейка не менее 25 см, небольшой целлулоидный треугольник, плотный картон 18х22 см, тетрадь, карандаш СТ, резинка, чертежная бумага. 5. Проектор, компьютер	1. http://turcentrrf.ru/videogalereya 2. https://www.dropbox.com

		Соревнования по ориентированию.	1. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования Топография и ориентирование в туристском путешествии. Москва, ФЦДЮТиК, 2005. 2. Правила вида спорта "Спортивное Ориентирование" от Минспорттуризма России 2010 г. 3. Образцы заявочной документации. 4. Проектор, компьютер	1. Видеоматериалы с соревнований по ориентированию
6.	Основы медицинских знаний.	Оказание первой доврачебной помощи в условиях экспедиции.	1. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. М., 1990. 2. Дурманов И.П. Карманная скорая помощь. – Екатеринбург, 2001. 3. Руководство по оказанию первой помощи / Крис Макнаб. М., 200. 4. Плакаты. 5. Медицинская аптечка. Средства для оказания первой доврачебной помощи. 6. Проектор, компьютер.	1. https://www.youtube.com/watch?v=pyuo6bMywIY 2. https://youtu.be/Xzsz6J6HyT8
		Организация транспортировки и сопровождения пострадавшего.	1. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Москва, ФЦДЮТиК, 2008. 2. Оборудование для переноса пострадавшего. 3. Проектор, компьютер	1. http://turcentrrf.ru/videogalereya (Транспортировка пострадавшего ролик. Туристский слет учащихся Союзного государства 2016 г.)