



КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД КАЛИНИНГРАД»

муниципальное автономное учреждение
дополнительного образования города Калининграда
Детско-юношеский центр «На Молодежной»

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МАУДО

ДЮЦ «На Молодежной»

Е.Л. Новожилова

«25» июня 2018 г.

(Приказ от 25.06.2018г. № 99-о)



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа туристско-краеведческой направленности
«Азбука туризма»**

Возраст обучающихся: 8-18 лет

Срок реализации 5 лет.

Автор-составитель:

Савина Елена Ивановна

педагог дополнительного образования
высшей квалификационной категории

Согласовано на заседании
педагогического совета
МАУДО ДЮЦ «На Молодежной»
«25» июня 2018 года

Протокол № 2

Калининград, 2018г

1. Пояснительная записка образовательной программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Азбука туризма» имеет **туристско-краеведческую направленность**, предназначена для детей 8 - 18 лет, сроком реализации 5 лет.

Новизна программы

Программа ориентирована на включение ребенка в процесс освоения ближнего природного и социального окружения в ходе туристско – краеведческой деятельности и позволяет обогащать жизненный опыт ребенка формировать его представления и понятия об окружающем мире, развивать самостоятельность, наблюдательность, накапливать первоначальный багаж знаний, умений, практических навыков, закалять его организм.

Новизна программы заключается в совмещении элементарных знаний и навыков по детско – юношескому туризму, краеведению и экологии, которые проводятся в активных формах: экскурсиях, прогулках, походах, соревнованиях, конкурсах, что развивает мотивацию ребенка к дальнейшему обучению по данной программе, формирует здоровый образ жизни и физически закаливает организм.

Актуальность программы определяется возросшим интересом к познанию истории своей малой Родины и формированию здорового образа жизни. Вовлечение детей и подростков в туристско – краеведческую деятельность целенаправленно обеспечивает формирование отношения к природе и социальным факторам жизни. Чувственно-эмоциональное восприятие красоты природы закладывает прочный фундамент таких важных человеческих качеств как любовь к Родине, чувство патриотизма. Занятия туризмом на первой стадии воспитывают основные качества: выносливость, силу, ловкость, гибкость, скорость.

Педагогическая целесообразность программы определяется её социальной значимостью и направленностью вхождения личности в социум и мир природы и умение адаптироваться в социальной и природной среде. В походах, на экскурсиях ребенок не только пополняет свои знания, но и включается через общение с другими людьми в сложный мир человеческих отношений, выполняет различные социальные роли, и чем богаче мир, окружающий ребенка, тем богаче и разнообразнее его личность.

При разработке программы учтены нормативные документы РФ об образовании. Программа скорректирована в соответствии с программой деятельности и развития учреждения дополнительного образования.

Отличительные особенности программы

Программа обеспечивает экологическое образование школьников посредством их приобщения к изучению и охране Природы простейшими,

широкодоступными методами. Знакомство с многообразием экосистем, а также населяющих их животных и растений, с функционированием системы особо охраняемых природных территорий является необходимым условием для формирования у школьников экологически ориентированной системы ценностей и норм поведения.

Ведущие теоретические идеи, на которых базируется данная программа.

В основу программы были положены следующие концепции и подходы: совокупность идей о дополнительном образовании детей, как средстве творческого развития (В.А. Березина), педагогика школьного туризма (Ю.С. Константинов, В. М. Куликов), концепция развития дополнительного образования в общеобразовательном учреждении (Е.Б. Евладова), концепция развития школьников в личностно-ориентированном учебно-воспитательном процессе (Н.Ю. Синягина), концепция туристско-краеведческой деятельности учащихся в системе дополнительного образования (Ю.С. Константинов), совокупность идей единства учебной и практической деятельности в подготовке судей по спортивному туризму (Ю. С. Константинов), совокупность идей единства учебной и внеучебной деятельности в подготовке детей безопасному поведению в природной среде (А.Г. Маслов), совокупность идей о развитии дополнительного образования в России (А.В. Егорова).

Ключевые понятия

Школьный туризм, краеведение, охрана природы, фауна, флора, экология, соревнования, походы, экспедиции, путешествия, «Туриада», «Робинзонада», «Турград», оздоровление, закаливание, спорт, тренировки, самостоятельность, наблюдательность, экстремальная ситуация.

Цель и задачи программы.

Цель программы: педагогическое обеспечение мотивации детей к познанию окружающего мира и практическому творчеству, обеспечение эмоционального благополучия ребенка, создание условий для социального, культурного самоопределения и творческой самореализации личности ребенка, укрепление психического и физического здоровья детей.

Задачи первого года обучения:

Воспитательные задачи:

- воспитание доброты, отзывчивости, умения сопереживать;
- формирование осознанного отношения детей к природе

Развивающие задачи:

- развитие образного и логического мышления;
- развитие в ребенке наблюдательности, памяти, речи, самостоятельности;
- формирование образно – наглядного мышления

Обучающие задачи:

- накопление и систематизация представлений детей об окружающей действительности;
- привитие первичных эколого – туристских, краеведческих умений и навыков: познавательных, преобразовательных и поведенческих.

Задачи второго года обучения:

Воспитательные задачи:

- воспитание экологической культуры и желания охранять природу;
- формирование и развитие навыков социального поведения и навыков здорового образа жизни.

Развивающие задачи:

- развитие нравственных и эстетических чувств;
- обогащение навыков общения в коллективе и умений совместной деятельности

Обучающие задачи:

- введение в область наук: географии, истории, биологии, литературы, топографии на примере изучения краеведения области;
- формирование целостной системы знаний о процессе общественного исторического и социального развития.

Задачи третьего года обучения:

Воспитательные задачи:

- формирование культуры поведения в природной и социальной среде, коллективного общественно-полезного труда

Развивающие задачи:

- развитие творческой, познавательной и созидательной активности;
- умение вести дискуссию, речевую деятельность учащихся в процессе докладов

Обучающие задачи:

- обучение навыкам определения сторон горизонта;
- обучение основам безопасности в природной среде, дома, в школе.

Задачи четвёртого года обучения:

Воспитательные задачи:

- формирование основ здорового образа жизни

Развивающие задачи:

- развитие эмоционально-волевой сферы (способности к самообучению и самоанализу, способности предвидеть результаты и последствия влияния своей деятельности).

Обучающие задачи:

- обучение основам личной гигиены и первой доврачебной помощи;
- оздоровление организма детей, благодаря общей спортивно-оздоровительной физической подготовке;
- повышение спортивного мастерства.

Задачи пятого года обучения:

Воспитательные задачи:

- воспитание патриотизма, гражданственности и любви к малой Родине

Развивающие задачи:

- формирование логического мышления, аналитических способностей, умения критически изучать известные факты, гипотезы, концепции (активизировать образное мышление, позволяющее находить аналогии в разных областях наук);

Обучающие задачи:

- привитие знаний, умений и навыков по туристскому многоборью, спортивному ориентированию и краеведению, а также необходимых туристских навыков

Принципы отбора содержания

Обучение основывается на принципах туристско-краеведческого образования:

- Принцип целостности окружающей среды, формирующий у обучающихся понимание единства окружающего мира.
- Принцип межпредметных связей, раскрывающий единство и взаимосвязь окружающего мира.
- Принцип связи теории с практикой: применяя полученные знания и навыки на практике, обучающиеся добиваются больших успехов.

- Принцип непрерывности, дающий возможность использовать каждый возрастной период
- Принцип взаимосвязи регионального и глобального подходов, способствующий вовлечению детей в практическую деятельность
- Принцип индивидуализации программы: для каждого находится особая роль, в зависимости от его личностных особенностей, и ведется индивидуальная работа.
- Принцип направленности, способствующий развитию гармоничных отношений с окружающей средой.

Основные формы и методы:

Основные формы работы с детьми:

- беседа, рассказ;
- викторина, конкурс;
- творческие сюжетно – ролевые игры;
- экскурсии, встречи с интересными людьми;
- прогулки, походы, тренировки;
- праздники, соревнования, сборы, эстафеты.

Занятия построены на различных методах обучения:

Словесный метод:

- использование лекций, бесед, рассказов, чтение художественной, научно-популярной литературы об истории края, о видах туризма, о способах ориентирования на карте и на местности, о географии и природе родного края

Наглядный метод:

- использование дидактических материалов, топографических и спортивных карт, символов условных знаков, компасов, краеведческих заданий, туристской экипировки, атрибутов соревнований и слётов, посещение парков, музеев.

Практический метод:

- разнообразные игры, конкурсы, викторины, соревнования, слёты, творческие самостоятельные работы, инструкторская работа в походе

Проектный метод:

- исследовательские работы краеведческих проектов, разработка маршрутов походов, постановка дистанций соревнований по туризму.

Возраст детей и их психологические особенности

Программа рассчитана на постоянную группу обучающихся, занимающихся на протяжении 5 лет. Возраст детей от 8 до 18 лет. Учебная деятельность у младших школьников стимулирует, прежде всего, развитие психических процессов непосредственного познания окружающего мира — ощущений и восприятий. Младшие школьники отличаются остротой и свежестью восприятия, своего рода созерцательной любознательностью. Младший школьник с живым любопытством воспринимает окружающую среду, которая с каждым днём раскрывает перед ним всё новые и новые стороны.

В процессе обучения происходит перестройка восприятия, оно поднимается на более высокую ступень развития, принимает характер целенаправленной и управляемой деятельности. В процессе обучения восприятие углубляется, становится более анализирующим, дифференцирующим, принимает характер организованного наблюдения.

Младший школьник обычно может заставить себя сосредоточенно работать лишь при наличии близкой мотивации (перспективы получить отличную отметку, заслужить похвалу педагога, лучше всех справиться с заданием и т. д.).

Значительно лучше в младшем школьном возрасте развито непроизвольное внимание. Всё новое, неожиданное, яркое, интересное само собой привлекает внимание учеников, без всяких усилий с их стороны.

Возрастные особенности памяти в младшем школьном возрасте развиваются под влиянием обучения. Усиливается роль и удельный вес словесно-логического, смыслового запоминания и развивается возможность сознательно управлять своей памятью и регулировать её проявления. В связи с возрастным относительным преобладанием деятельности первой сигнальной системы у младших школьников более развита наглядно-образная память, чем словесно-логическая. Они лучше, быстрее запоминают и прочнее сохраняют в памяти конкретные сведения, события, лица, предметы, факты, чем определения, описания, объяснения. Младшие школьники склонны к механическому запоминанию без осознания смысловых связей внутри запоминаемого материала.

Под влиянием обучения происходит постепенный переход от познания внешней стороны явлений к познанию их сущности. Мышление начинает отражать существенные свойства и признаки предметов и явлений, что даёт возможность делать первые обобщения, первые выводы, проводить первые аналогии, строить элементарные умозаключения. На этой основе у ребёнка постепенно начинают формироваться элементарные научные понятия.

Всё это решающим образом сказывается на формировании и закреплении новой системы отношений к людям, коллективу, к учению и связанным с ними обязанностям, формирует характер, волю, расширяет круг интересов, развивает способности.

В младшем школьном возрасте закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности.

Особенности набора детей

Для обучения приглашаются дети с 8 до 18 лет, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям туризмом, без определённого уровня подготовки в области туристско – краеведческих знаний, но имеющие желание заниматься различными видами туризма, спортивным ориентированием, исследовательской краеведческой деятельностью. Они должны иметь медицинские справки о допуске к занятиям и согласие родителей на посещение занятий и их участие в соревнованиях, походах, тренировках.

При наборе групп следует учитывать текучесть детей, поэтому первоначально следует набирать несколько большее число учебной группы (минимальный состав – 15 человек, максимальный – 30 человек).

Формы организации детей – групповые и индивидуальные. Несмотря на то, что набор в группы свободный, юные туристы должны обладать определенными качествами: коммуникабельностью, общительностью; взаимовыручка и взаимопонимание чрезвычайно важны для участия в спортивных состязаниях.

Прогнозируемые результаты

Ожидаемые результаты после первого года обучения:

К концу учебного года учащиеся должны знать и уметь по следующим темам:

«Храм науки – школа»

ЗНАТЬ:

- адрес школы;
- роль школьной библиотеки и школьного музея в жизни школы и ребенка.

УМЕТЬ:

- обратиться в школьную библиотеку за нужной книгой;
- правильно вести себя в школе, библиотеке, музее;
- вести рассказ о библиотеке, музее, школе.

«Наш микрорайон»

ЗНАТЬ:

- название прилегающих к школе улиц, основные их части;
- основные памятные места в микрорайоне;
- названия деревьев, кустарников, цветов, растущих на территории школы;
- правила движения по шоссе, перехода через улицу, посадки в транспорт.

УМЕТЬ:

- определить 3 названия деревьев, 2 кустарников и 4 цветов, растущих в окрестностях школы;

- правильно двигаться по шоссе, переходить улицу, садиться в транспорт и выходить из него;

- ориентироваться на улицах микрорайона и найти нужный адрес.

«Природа и мы»

ЗНАТЬ:

- парки, скверы, водоемы своего микрорайона;

- 5-6 названий деревьев, кустарников, травянистых растений, цветов, грибов;

- элементарные изменения в природе в каждое время года;

- источники загрязнения в микрорайоне;

- названия домашних птиц, 3 птицы зимующие и 4 перелетных, назвать домашних и диких животных.

УМЕТЬ:

- вести себя в лесу;

- убирать от мусора место привала;

- очистить родник от мусора;

- определить левый и правый берег водоема, ручья и направление течения;

- ухаживать за домашними животными и комнатными растениями;

- изготовить простейшую кормушку для птиц;

- составить гербарий из осенних листьев;

- составить букет из цветов.

«У карты области»

ЗНАТЬ:

- местоположение Калининградской области на географической карте;

- границы области, климат, 4 формы рельефа, 4 полезных ископаемых;

- названия 3 основных рек, заливы, косы;

- названия столицы города, 3-4 районных центра, курортные города области.

УМЕТЬ:

- вести рассказ о географии области;

- найти на карте все изученные географические объекты;

- работать с контурными картами.

«История нашего края»

ЗНАТЬ:

- о жизни и занятиях пруссов, о завоевании их Тевтонским орденом;

- о штурме Кенигсберга, образовании Калининградской области;

- города, носящие имена героев Восточно - Прусской операции;

- памятники истории и культуры, своего микрорайона, города;

- улицы микрорайона, названные именами героев Восточно-Прусской операции.

УМЕТЬ:

- вести рассказ о пруссах, о крепости Кенигсберг, о сегодняшнем дне нашей области, проложить маршрут к памятнику истории на территории микрорайона;

- показать на карте города, названные именами героев Восточно-Прусской операции,

- найти улицу в микрорайоне, названную именем героя Восточно-Прусской операции.

«Основы туризма»

ЗНАТЬ:

- правила безопасности, на прогулке, в походе, на экскурсии;

- как должен одеться турист в любую погоду;

- предметы личного и группового снаряжения;

- названия 3-х узлов для завязывания рюкзака и связывания двух веревок одинаковой толщины;

- технику движения по шоссе, проселочной (лесной) дороге, в лесу, по заболоченной местности;

- правила разжигания костра.

УМЕТЬ:

- уложить рюкзак;

- одеться по сезону для туристских прогулок и походов;

- завязать 3 узла: прямой и узел проводника, восьмерка петель;

- преодолевать естественные препятствия: пересеченную местность, заболоченность.

«Азбука топографии»

ЗНАТЬ:

- 20 топографических знаков;

- различие между топографической и другой картой.

УМЕТЬ:

- зарисовать 20 топографических знаков и найти их на карте и местности;

- читать топографическую карту.

«Ориентирование на местности»

ЗНАТЬ:

- строение компаса и его применение в туризме;

- местные предметы-ориентиры;

- длину своего шага.

УМЕТЬ:

- определять по компасу стороны горизонта;

- определять на карте стороны горизонта и на местности по местным предметам;

- определять небольшие расстояния парами шагов.

«Лечебница Айболита»

ЗНАТЬ:

- 10 лекарственных растений (деревьев, кустарников и трав);

- несколько народных способов оздоровления с помощью растений;
- 5-6 растений, применяемых в пищу и используемых в медицинских целях в походе;
- ядовитые растения и грибы;
- 5-6 медицинских препаратов для оказания доврачебной помощи в походе.

УМЕТЬ:

- различать в природе изученные лекарственные и ядовитые растения и грибы;
- приготовить из лекарственных растений салат и фиточай;
- оказать элементарную помощь при болях головы, живота, температуре.

В итоге: выполнить нормативы на 3 юношеский разряд по спортивному ориентированию, участвовать в городских (районных), областных мероприятиях по краеведению, туризму и спортивному ориентированию.

Ожидаемые результаты после второго года обучения.

Учащиеся должны **ЗНАТЬ:**

- технику безопасности на теоретических занятиях в помещении и практических занятиях на местности, бережно относиться к природе, соблюдать этику туриста, знать географическое положение города Калининграда и его исторические и культурные достопримечательности, знать топографическую карту, несколько условных знаков и уметь находить их на карте, знать несколько туристских узлов и уметь ими пользоваться, знать правила личной гигиены в быту и в походе, знать лекарственные растения и их использование в походе, **УМЕТЬ** по компасу находить стороны горизонта, уметь ориентироваться по местным признакам, разжигать костёр, уметь двигаться по шоссе, в лесу, по полевой дороге и преодолевать естественные препятствия: заболоченности, овраги, уметь собрать рюкзак

В итоге: выполнить нормативы на 3 юношеский разряд по спортивному туризму, участвовать в городских (районных), областных мероприятиях по краеведению, туризму и спортивному ориентированию.

Ожидаемые результаты после третьего года обучения:

Учащиеся должны **ЗНАТЬ:**

- основы массового туризма, туристского многоборья, технику безопасности в транспорте, походах, в лесу, на бивуаке, личное и групповое снаряжение туриста, знать простейшие приёмы оказания первой медицинской помощи, **УМЕТЬ** скомплектовать медицинскую аптечку, вязать туристские узлы, преодолевать болото по кочкам, следам, подниматься по склону и спускаться с него спортивным способом, с помощью альпенштока.

В итоге: выполнить нормативы на 2 юношеский разряд по пешеходному туризму, участвовать в городских (районных), областных мероприятиях по краеведению, туризму и спортивному ориентированию.

Ожидаемые результаты после четвёртого года обучения:

Учащиеся должны **ЗНАТЬ**:

- требования к групповому и личному снаряжению, требования к индивидуальному и групповому ремонтному набору, состав медицинской аптечки, организация биваков, строй туристской группы, знать роль топографа в туристской группе, виды спортивного ориентирования, оборудования контрольного пункта, знать правила транспортировки пострадавшего, правила дорожного движения, местные признаки погоды, климат своей местности, знать права и обязанности спортсмена – туриста, **УМЕТЬ** установить палатку, приготовить кашу на костре, уметь пользоваться ремонтным набором, обустроить бивуак, писать условные знаки, работать с картой, уметь оказать первую доврачебную помощь, проходить переправы: «Путанка», «Бабочка», «Параллельный маятник».

В итоге: выполнить нормативы на 2 юношеский разряд по спортивному ориентированию, участвовать в городских (районных), областных мероприятиях по краеведению, туризму и спортивному ориентированию.

Ожидаемые результаты после пятого года обучения:

Учащиеся должны **ЗНАТЬ**:

- виды спортивного туризма, спортивного ориентирования, групповое и личное специальное снаряжение туриста, знать технико-тактическую подготовку по виду «Личная техника пешеходного туризма», знать понятия «Дистанция», «Технический этап», «Рабочая зона этапа», «Контрольное время», знать правила соревнований по спортивному ориентированию, права и обязанности участника соревнований; знать состав походной медицинской аптечки, состав и назначение лекарственных препаратов; знать общую и специальную физическую подготовку, строение и функции организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья человека, врачебный контроль, самоконтроль, иметь понятие о здоровом образе жизни; при организации и проведении походов знать район похода, по краеведению знать историю, географию, культуру и природные особенности области, экскурсионные объекты, музеи.

УМЕТЬ: одевать страховочную систему, страховочный «ус», карабин и «пруссик», уметь скомплектовать ремонтный набор и походную медицинскую аптечку, преодолевать естественные и искусственные препятствия на технических этапах, уметь собрать рюкзак, организовать бивуак и приготовить пищу на костре, применяя меры безопасности; уметь сделать описание экскурсионного объекта, уметь написать творческую краеведческую работу.

В итоге: выполнить нормативы на 1-е юношеские спортивные разряды по технике пешеходного туризма и спортивному ориентированию, участвовать в городских (районных), областных мероприятиях по краеведению, туризму и спортивному ориентированию.

Механизм оценивания образовательных результатов

Для диагностики результативности работы по программе применяются методы отслеживания как текущих результатов (мотивации, успеваемости, роста познавательного интереса и др.), так и итоговых (интегральных) показателей (количество и уровень выполненных творческих работ, уровень и структура успеваемости по разным разделам программы).

Умения и навыки детей могут быть отслежены в системе практической деятельности по результатам конкурсных работ, викторин, эстафет, соревнований, через оценку поведения детей в ролевых играх, в системе педагогических наблюдений.

Результатами обучения детей по программе «Азбука туризма» являются: конкурсные рисунки, анкеты участия в экологических акциях, протоколы туристских эстафет, мини – соревнований, индивидуальные дневники фенологических наблюдений.

Подтверждение успешности реализации программы дополнительного образования детей являются победы юных туристов – краеведов на школьных, городских, областных мероприятиях: соревнованиях, акциях, конкурсах.

Формой подведения итогов реализации дополнительной образовательной программы является оценка проектной деятельности обучающихся, представляемая в первый год обучения в рамках деятельности детского объединения, во второй год - на районном, в третий, четвёртый, пятый год – на региональном уровне.

Организационно-педагогические условия реализации программы:

Обучение по программе первого года могут проходить дети 8 лет (2 класс), второго года – 9 лет (3 класс), третьего года – 10 лет (4 класс), четвёртого года – 11 лет (5 класс), пятого года – 12 лет (6 класс)

Наполняемость групп от 15 до 30 человек. Возможно формирование разновозрастных групп (с разницей в возрасте обучающихся от 1 до 3-х лет). Допустим набор детей на вакантные места в группах 2-го, 3-го, 4-го и 5-го года обучения.

В программу входит проведение консультаций при работе над индивидуальной или групповой проектной деятельностью, подготовке капитанов команд, инструкторов походов выходного дня. В консультации могут участвовать как команды, так и отдельные игроки по мере подготовки к проведению или участию в мероприятиях.

Основными педагогическими условиями реализации программы являются:

- стимулирование социально-значимой мотивации детей, включающей стремление к контактам со сверстниками, желание понять другого человека, ожидание и получение оценок со стороны сверстников;
- организация учебной деятельности детей на основе принципа предоставления равных возможностей, предполагающего участие детей во всех видах творческой деятельности;
- реализация принципов развивающего обучения: эмоциональное стимулирование учебно-познавательной деятельности, развитие познавательного интереса у ребёнка, развитие его психических функций, творческих способностей и личностных качеств;
- *создание ситуаций успеха* на занятиях является одним из основных методов эмоционального стимулирования и представляет собой специально созданные педагогом цепочки таких ситуаций, в которых ребёнок добивается хороших результатов, что ведёт к возникновению у него чувства уверенности в своих силах и «лёгкости» процесса обучения;
- всесторонняя помощь и поддержка родителей.

Режим занятий:

1 года обучения: два раза в неделю по 2 академических часа: по 45 минут с перерывом 10 минут. Итого 4 часа в неделю.

2 года обучения: три раза в неделю по 2 академических часа: по 45 минут с перерывом 10 минут. Итого 6 часов в неделю.

3 года обучения: три раза в неделю по 2 академических часа: по 45 минут с перерывом 10 минут. Итого 6 часов в неделю.

4 года обучения: три раза в неделю по 2 академических часа: по 45 минут с перерывом 10 минут. Итого 6 часов в неделю.

5 года обучения: три раза в неделю по 2 академических часа: по 45 минут с перерывом 10 минут. Итого 6 часов в неделю.

Количество часов по годам обучения:

Срок реализации программы: 5 лет

1 года обучения – 144 час.

2 года обучения – 216 час.

3 года обучения – 216 час.

4 года обучения – 216 час.

5 года обучения – 216 час.

Итого: 1008 часов

**Общее количество часов, отведенное на реализацию всей программы:
1008 часов за 5 лет.**

**2. УЧЕБНЫЕ ПЛАНЫ.
УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1 ГОДА ОБУЧЕНИЯ.**

№ п/п	Содержание	Количество часов			
		Всего	Теория	Практические занятия	
				В помещении	На местности
1.	Вводное занятие	2	2	-	-
2.	Храм науки-школа	4	-	4	-
3.	Наш микрорайон	6	2	-	4
4.	Природа и мы	36	10	4	22
5.	У карты области	6	2	4	-
6.	История нашего края	14	2	4	8
7.	Основы туризма	34	4	8	22
8.	Азбука топографии	8	2	4	2
9.	Ориентирование на местности	12	2	-	10
10.	Лечебница Айболита	12	2	2	8
11.	Подведение итогов учебного года. Прогулка на Питьевоe озеро. Автобусная экскурсия на Балтийскую косу.	10	-	2	8
	Итого:	144	28	32	84

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ВТОРОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.**

№ п/п	Содержание	Количество часов			
		Всего	Теория	Практические занятия	
				В помещении	На местности
1.	Вводное занятие	2	2	-	-
2.	Храм науки-школа	4	-	4	-
3.	Наш микрорайон	6	2	-	4
4.	Природа и мы	50	12	4	34
5.	У карты области	12	4	8	-
6.	История нашего края	24	6	8	10
7.	Основы туризма	52	6	14	32
8.	Азбука топографии	12	4	6	2
9.	Ориентирование на местности	16	2	-	14
10.	Лечебница Айболита	18	2	4	12
11.	Подведение итогов учебного года. Прогулка на Питьевоe озеро. Автобусная экскурсия на Куршскую косу.	20	-	2	18
	Итого:	216	40	50	126

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

ТРЕТЬЕГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№ п/п	Содержание	Количество часов			
		Всего	Теория	Практические занятия	
				В помещении	На местности
1.	Вводное занятие	2	2	-	-
2.	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	20	8	10	2
3.	Азбука топографии	10	4	2	4
4.	Туристское и экскурсионное ориентирование	16	8	-	8
5.	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	10	4	4	2
6.	Основы краеведения	14	6	4	4
7.	Азбука спортивно-оздоровительного туризма	20	8	2	10
8.	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	16	8	-	8
9.	Туристские соревнования, конкурсы, экскурсии, слеты, походы выходного дня.	108	-	-	108
	Итого:	216	48	22	146

УЧЕБНЫЙ ПЛАН ЧЕТВЁРТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.

№ п/п	Содержание	Количество часов			
		Всего	Теория	Практические занятия	
				В помещении	На местности
1.	Вводное занятие	2	2	-	-
2.	Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста	20	8	10	2
3.	Азбука топографии	10	4	2	4
4.	Туристское и экскурсионное ориентирование	16	8	-	8
5.	Личная гигиена и первая доврачебная помощь	10	4	4	2
6.	Основы краеведения	14	6	4	4
7.	Азбука спортивно-оздоровительного туризма	20	8	2	10
8.	Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	16	8	-	8
9.	Туристские соревнования, конкурсы, экскурсии, слеты, походы выходного дня.	108	-	-	108
	Итого:	216	48	22	146

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН
ПЯТОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ.**

№ п/п	Содержание	Количество часов			
		Всего	Теория	Практические занятия	
				В помещении	На местности
1.	Вводное занятие	4	4	-	-
2.	Наш край.	18	14	4	-
3.	Краеведческие наблюдения и фиксация их краеведами.	6	4	-	2
4.	Организация туристского путешествия.	6	6	-	-
5.	Топографическая подготовка.	12	6	2	4
6.	Физическая и маршевая подготовка юного туриста.	22	6	2	14
7.	Ориентирование.	14	8	2	4
8.	Туристское снаряжение.	6	4	-	2
9.	Изучение и охрана памятников истории и культуры.	6	4	2	-
10.	Изучение и охрана природы.	4	2	2	-
11.	Туристский быт.	6	6	-	-
12.	Гигиена туриста. Первая (доврачебная) помощь в походе.	4	4	-	-
13.	Туристские соревнования, экскурсии, слеты, походы выходного дня.	108	-	-	108
	Итого:	216	68	14	134

3. СОДЕРЖАНИЕ. ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

1. Вводное занятие (2 часа)

Теоретическое занятие (2 часа)

Знакомство с программой «Азбука туризма», со стационарной туристской полосой препятствий. Инструктаж по технике безопасности на экскурсии, при проведении прогулок.

2. Храм науки – школа. (4 часа)

Практические занятия в помещении (4 часа)

Экскурсия в школьный музей.

Роль школьного музея в школьной жизни. Ознакомление с экспозицией музея.

3. Наш микрорайон. (6 часов)

Теоретическое занятие (2 часа)

Улица, где находится школа. Основные части улицы: шоссе, тротуары, газоны, дома и их назначение.

Практические занятия на местности (4 часа)

Прогулка по улице, на которой расположена школа. Посещение памятников истории, архитектуры и культуры, ознакомление с деревьями и кустарниками. Дорожные знаки.

4. Природа и мы. (36 часов)

Теоретические занятия (10 часов)

Изучение отдельных компонентов природного комплекса: воздух, вода, почва, растения, животные. Природные объекты в окружении школы.

Экология – наука о взаимосвязях в природе.

Этажи леса. Значение леса в жизни человека. Этика туриста в лесу.

Времена года. Сезонные изменения в природе.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Конкурс стихов о временах года.

Викторина «Мир природы».

Практические занятия на местности (22 часа)

Прогулка в городской парк отдыха «Золотая осень». Фенологические наблюдения: приметы осени, листопад, сбор осенних листьев.

Экскурсия в дендропарк КОДЮЦЭКТ.

Экологическая акция «Поможем зимующим птицам». Изготовление и развешивание искусственных гнездовий, кормушек.

Весенняя экскурсия в природу: приметы весны.

5. У карты области. (6 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Географическое положение области. Климат области. Характеристика времен года.

Основные реки и водоемы области.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Работа с контурной картой Калининградской области «Путешествие по карте области»

Поиск и обозначение в цветовой гамме водоемов, городов, полезных ископаемых, памятников природы.

6.История нашего края (14 часа)

Теоретические занятия (2 часа)

Население нашего края в далеком прошлом: где селились и чем занимались первые жители нашего края; как возникло название «пруссы» и «Пруссия». Вера пруссов.

Завоевание пруссов Тевтонским орденом. Основание города Кенигсберг.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Экскурсия в музей 11-ой гвардейской армии, гарнизонного Дома офицеров по теме: «Восточно – Прусская операция», памятники боевой славы на территории области.

Практические занятия на местности (8 часов)

Итоговое занятие по теме: Автобусная экскурсия по историческим местам города Калининграда.

7.Основы туризма (34 часа)

Теоретические занятия (4 часа)

Виды туризма. Пешеходный туризм. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий, походов, соревнований.

Одежда и обувь туриста: личное и групповое снаряжение. Походный дом туриста. График движения на маршруте. Обязанности в походе.

Практические занятия в помещении (8 часов)

Правила укладки рюкзака. Игра «Уложи рюкзак».

Узлы в туризме. Виды узлов. Вязка узлов «прямой», «восьмерка петлей», «проводник». Конкурс на лучшего знатока узлов.

Игра «Выбери одежду по сезонам: зима, весна, лето, осень». Разучивание туристских песен.

Практические занятия на местности (22 часа)

Однодневный поход в лесной массив поселка Чкаловск. Навыки оборудования бивуака: разжигание костра и кипячение чая. Конкурсы на лучшего кострового. Веселая туристская эстафета в школьном дворе.

Участие в школьных соревнованиях по туристской полосе препятствий в спортивном зале.

8.Азбука топографии (8 часов)

Теоретические занятия (2 часа)

Наука топография. Виды топографических карт.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Условные знаки топографической карты: зарисовка 10 условных знаков растительного покрова, 10 знаков гидрографии. Нахождение на карте этих знаков.

Практическое занятие на местности (2 часа)

Зарисовка объектов местности территории школьного участка условными топографическими знаками.

Итоговое занятие по теме: «Топографический диктант».

9. Ориентирование на местности (12 часов)

Теоретическое занятие (2 часа)

Компас, его устройство, правила обращения с компасом. Определение сторон горизонта по компасу.

Практические занятия на местности (10 часов)

Определение сторон горизонта по компасу во дворе школы.

Определение расстояний на местности на глаз, шагами.

Итоговое занятие по теме: Проведение учебных соревнований по спортивному ориентированию во дворе школы «Детская тропа».

10. Лечебница Айболита (12 часов)

Теоретическое занятие (2 часа)

Лекарственные растения, произрастающие в нашей области. Их целебные свойства.

Использование туристами растений в пищу и в медицинских целях.

Практические занятия в помещении (2 часа)

Состав медицинской аптечки в походе. Лекарственные препараты и их свойства.

Комплектование медицинской аптечки.

Практические занятия на местности (8 часов)

Экскурсия в ботанический сад КОДЮЦЭКТ: определение лекарственных растений. Растения – барометры, растения – часы.

Итоговое занятие по теме: Игра «Зеленая аптека».

11. Подведение итогов учебного года (10 часов)

Практическое занятие в помещении (2 часа)

Итоговое занятие по программе. Тесты по разделам программы. Подготовка к экскурсии на Балтийскую косу.

Практические занятия на местности (8 часов)

Прогулка на Питьево озеро. Отработка темпа, ритма движения на маршруте.

Итоговое занятие по теме: Автобусная экскурсия на Балтийскую косу. Проверка и закрепление практических навыков по туризму, ориентированию на местности.

В течение учебного года с обучающимися проводится профориентация.

ВТОРОЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

1. Вводное занятие (2 часа)

Теоретическое занятие (2 часа)

Инструктаж по технике безопасности на экскурсии, при проведении прогулок. Экскурсия по лабораториям и парку Центра экологии и туризма.

2. Храм науки – школа. (4 часа)

Практические занятия в помещении (4 часа)

Экскурсия в школьную библиотеку. Школьная библиотека и ее роль в учебном процессе школы. Как правильно пользоваться библиотечным фондом.

3. Наш микрорайон. (6 часов)

Теоретическое занятие (2 часа)

Соблюдение мер безопасности на улице.

Памятники истории и культуры, зеленые насаждения, расположенные на улицах микрорайона школы.

Практические занятия на местности (4 часа)

Игра «Зеленый светофор» на изучение знаков дорожного движения.

Итоговое занятие по теме: Конкурс устных рассказов «Моя улица».

4. Природа и мы. (50 часов)

Теоретические занятия (12 часов)

Растения и животные – обитатели суши и водоема. Домашние и дикие животные.

Хищники. Птицы зимующие и перелетные. Домашние птицы.

Вода в природе и в жизни человека. Реки и озера, пруды области, хозяйственное и культурное использование водоемов.

Охрана природы. Красная книга России.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Конкурс стихов и песен о природе.

Конкурс рисунков «Чародейка осень».

Практические занятия на местности (34 часа)

Зимняя экскурсия в природу. Фенологические наблюдения за природой: приметы зимы.

Экскурсия в зоопарк. Знакомство с птицами и животными Калининградской области.

Экскурсия в музей Мирового океана. Знакомство с животным миром Балтийского моря.

Экскурсия к реке Преголя. Растительный и животный мир рек.

Итоговое занятие по теме: «Берегите растения и животных» - туристско - краеведческая викторина.

5. У карты области. (12 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Рельеф и его формы.

Полезные ископаемые области и их использование человеком.

Практические занятия в помещении (8 часов)

Экскурсия в областной историко – художественный музей по теме «У карты области».

Итоговое занятие по теме: «Путешествие по карте Калининградской области» (контурная карта области, оформленная детьми), кроссворды, викторина.

6.История нашего края (24 часа)

Теоретические занятия (6 часов)

Древнейшие архитектурные памятники нашего края.

Штурм Кенигсберга. Образование Калининградской области.

Практические занятия в помещении (8 часов)

Экскурсия в областной историко – художественный музей по теме: «Образование Калининградской области».

Экскурсия в музей «Фридландские ворота» по теме: «История пруссов».

Практические занятия на местности (10 часов)

Викторина «Наш край» по итогам экскурсии по городу.

7.Основы туризма (52 часа)

Теоретические занятия (6 часов)

Привалы и ночлеги: организация работ по устройству бивуака, установка палаток, правила поведения в палатке. Оборудование костра. Типы костров.

Туристская полоса препятствий и техника преодоления естественных препятствий на местности. Соревнования по технике пешеходного туризма.

Практические занятия в помещении (14 часов)

Преодоление туристских этапов: «Подъем – спуск по склону», «Траверс склона», «Движение через «болото» по следам и кочкам», переправа «Маятник», переправа по бревну.

Преодоление туристской полосы препятствий в спортивном зале.

Практические занятия на местности (32 часа)

Участие в школьных соревнованиях по туристской полосе препятствий в спортивном зале.

Итоговое занятие по теме: Мини – соревнования по технике пешеходного туризма на специализированной полосе препятствий. Туристский КВН.

8.Азбука топографии (12 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Ориентирование карты по сторонам горизонта. Условные топографические знаки.

Практические занятия в помещении (6 часов)

Зарисовка 10 условных знаков, обозначающих рельеф, 10 знаков населенных пунктов, 10 знаков дорожной сети. Нахождение их на топографической карте.

Практическое занятие на местности (2 часа)

Зарисовка объектов местности территории школьного участка условными топографическими знаками.

Итоговое занятие по теме: «Топографический диктант».

9.Ориентирование на местности (16 часов)

Теоретическое занятие (2 часа)

Ориентирование по местным признакам: кроне и стволам деревьев, ягодам, муравейникам, солнцу.

Практические занятия на местности (14 часов)

Прогулка в городской парк. Ориентирование по местным признакам. Измерение расстояния до дерева шагами.

Итоговое занятие по теме: Проведение учебных соревнований по спортивному ориентированию во дворе школы «Детская тропа».

10.Лечебница Айболита (18 часов)

Теоретическое занятие (2 часа)

Ядовитые растения и грибы лесов Калининградской области.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Оказание доврачебной помощи «пострадавшему» в походе: наложение повязки, переноска «пострадавшего» на бухте веревок, «в замок».

Практические занятия на местности (12 часов)

Экскурсия в лес пос. Веселовка. Определение съедобных растений, грибов. Ядовитые растения и грибы.

Итоговое занятие по теме: Игра «Зеленая аптека».

11.Подведение итогов учебного года (20 часов)

Практическое занятие в помещении (2 часа)

Итоговое занятие по программе. Тесты по разделам программы. Подготовка к экскурсии на Куршскую косу.

Практические занятия на местности (18 часов)

Прогулка на Питьево озеро. Отработка темпа, ритма движения на маршруте.

Итоговое занятие по теме: Автобусная экскурсия на Куршскую косу. Проверка и закрепление практических навыков по туризму, ориентированию на местности.

В течение учебного года с обучающимися проводится профориентация.

ТРЕТИЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

1.Вводное занятие (2 часа)

Теоретическое занятие (2 часа)

Знакомство детей с помещениями (учебным классом, спортивным залом) и сооружениями (туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки.

Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу). Правила поведения юных туристов на экскурсиях, в походах.

2.Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста (20 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

2.1. Основы безопасности в природной среде:

Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес).

Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололёда, грозы, ливня, тумана и пр.)

Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания.

Правила безопасности при встрече в природной (городской) среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными).

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

Основы безопасности дома и в школе:

Правила поведения в учебных и досуговых учреждениях, музеях.

Правила обращения с колюще-режущими предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и медикаментами.

Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб.

2.2. Личное снаряжение и уход за ним:

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда (бельё, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены.

Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

Питьевой режим на туристской прогулке:

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

Практические занятия в помещении (10 часов)

Игры на темы:

«Что делать в случае... (задымления, обнаружения очагов возгорания, запаха газа, посторонних предметов и пр.)?»

«Действия в чрезвычайной ситуации во время экскурсии, на туристской прогулке»

«Правила перехода улицы».

«Собери рюкзачок к туристской прогулке».

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

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

Практические занятия на местности (2 часа)

Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего.

Туристская прогулка (экскурсия).

3. Азбука топографии (10 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Мой дом, моя школа, школьный двор

Планировка дома (квартиры), школы и школьного двора; назначение и расположение различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора.

План местности

История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества.

Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора своего дома или своей улицы). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, схеме или плане.

Практические занятия в помещении (2 часа)

Рисовка плана стола (парты), класса, своей комнаты. Знакомство с планом расположения школы, школьного двора, двора своего дома или своей улицы.

Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

Практические занятия на местности (4 часа)

Экскурсия по зданию школы, кабинетам и другим помещениям.

Экскурсия на школьный двор и пришкольный участок (назначение различных построек и объектов).

4. Туристское и экскурсионное ориентирование (16 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

4.1. Ориентирование по сторонам горизонта

Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

4.2. Ориентирование на местности

Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф.

Ориентирование по звёздному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

Практические занятия на местности (8 часов)

Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса) или пришкольного участка.

Ориентирование с использованием легенды в школе, парке, микрорайоне школы.

Ориентирование в парке по дорожно-тропиночной сети. Движение по плану (схеме).

Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом.

5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь (10 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Личная гигиена юного туриста

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

Походный травматизм и возможные заболевания

Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Порезы, ссадины, ушибы, мозоли. Причины, характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки.

Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Необходимая помощь.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития.

Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

Практические занятия на местности (2 часа)

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

6. Основы краеведения (14 часов)

Теоретические занятия (6 часов)

6.1. Родословие

Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники.

6.2. Моя школа

Изучение истории школы: «Моя школа», «Мой класс», «Мои учителя».

Учителя и выпускники школы. Выдающиеся люди, ветераны войн.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях.

Рисование на темы: «Моя семья», «Дом, в котором я живу»

Практические занятия на местности (4 часа)

Организация наблюдений за погодой, ведения календаря наблюдений.

Экскурсии в парк (лес). Выполнение краеведческих заданий (сбор листы различных пород деревьев)

7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма (20 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

Пешеходный туризм. Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения)

Организация движения группы в лесу по слабопересечённой и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьи, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъёмы).

Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)

Практическое занятие в помещении (2 часа)

Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствий (без снаряжения).

Практические занятия на местности (10 часов)

Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий.

Переправа через условное болото по кочкам.

Переправа по бревну.

Преодоление завалов.

Движение по лесным массивам.

Движение по песчаным склонам (спуски и подъёмы).

8. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (16 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

Общая физическая подготовка и оздоровление организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития и тестирование занимающихся.

Входное тестирование и диагностика (проводится осенью).

Рассказ детей о своих друзьях и своих семьях «Я и моя семья». Рисование детей на тему «Моя семья».

Выявление психолого-педагогического портрета окружения обучающихся. Режим дня, физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся.

Проведение тестов с целью выявления темперамента, воображения, типа памяти и пр.

Проведение в игровой (состязательной) форме тестов с целью определения (выявления) общего физического и функционального уровня развития воспитанников.

Констатирующее тестирование и диагностика (проводится весной)

Организация самоконтроля за соблюдением режима дня, ведение (совместно с родителями воспитанников) дневника наблюдений за параметрами физического развития организма занимающихся.

Проведение в игровой (состязательной) форме контрольных тестов с целью констатации динамики общего физического и функционального развития воспитанников за год.

Практические занятия на местности (8 часов)

Освоение основ техники бега, бег в колонне по одному по пересечённой местности.

Бег по лестнице, бег «серпантинном»

Бег с препятствиями, прыжки в длину и высоту.

Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы.

Упражнения на развитие выносливости, гибкости и координационных способностей.

Гимнастические упражнения.

Спортивные (в том числе народные) игры.

9.Туристские слёты, соревнования, экскурсии, походы выходного дня (108 часов)

Практические занятия на местности (108 часов)

Походы выходного дня.

Образовательные экскурсии по родному краю, по программе "Мы-россияне".

Школьный туристский конкурс «Золотая сотня».

Школьные «Туриада», «Робинзонада», «Турград».

Городской марафон «50 километров за 12 часов».

Областные соревнования по технике пешеходного туризма.

Областные соревнования по спортивному ориентированию: Чемпионат и Первенство Калининградской области, Кубок города Калининграда, «Магнитная стрелка», «Каникулы с компасом».

Областной конкурс по топографии.
Областной конкурс "Триор" по спортивному ориентированию.
Областной краеведческий конкурс «Маршрутами Янтарной кругосветки».
Виртуальная викторина «Робинзонада», от «А» до «Я».
Виртуальная краеведческая викторина "39царство".
Краеведческое ориентирование по памятникам истории и культуры Калининградской области и др.

Зачётный летний поход

Движение группы по маршруту протяжённостью до 4-5 км с использованием плана местности (легенды) или спорткарты. Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Участие в заготовке дров и сборе хвороста. Посильное участие в приготовлении пищи на костре (совместно с родителями). Сервировка дежурными туристского походного стола. Соблюдение правил и требований гигиены. Туристские и другие игры и состязания («Спортивная семья» и пр.). Конкурс знатоков растений на поляне привала. Операции «Помоги братьям меньшим» и «Помоги природе» (очистка ближайших окрестностей от бытового мусора) и др.

В течение учебного года с обучающимися проводится профориентация.

ЧЕТВЁРТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

1. Вводное занятие (2 часа)

Теоретическое занятие (2 часа)

Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу). Правила поведения юных туристов на экскурсиях, в походах.

2. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста (20 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

2.1. Групповое снаряжение и уход за ним:

Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки.

Кухонное и костровое снаряжение: котелки (канны), таганок, сапёрная лопатка, рукавицы, кухонная клеёнка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания.

Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии).

Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

Индивидуальный и групповой ремонтный набор:

Состав ремонтного набора (иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр.). Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими.

Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.

2.2. Организация биваков и охрана природы:

Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для установки палаток, приготовления и приёма пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты).

Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для установки палатки на поляне (биваке). Установка палатки, тента для палатки или тента для отдыха группы.

Туристская группа на прогулке (экскурсии):

Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц. Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Распорядок дня юного туриста во время экскурсии и на прогулке.

Охрана природы на туристской прогулке или во время экскурсии.

Практические занятия в помещении (10 часов)

Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.

Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложение заплат, заклеивание дыр, пришивание пуговиц и пр.).

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

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

Практические занятия на местности (2 часа)

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

3. Азбука топографии (10 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Условные знаки

Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки.

Знакомство с изображением местности, школьного двора (ближайшего парка, леса). Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

Практические занятия в помещении (2 часа)

Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии.

Практические занятия на местности (4 часа)

Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке. Освоения навыков чтения и движение по схеме (плану) школы или школьного двора.

Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

4. Туристское и экскурсионное ориентирование (16 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

4.1. Виды туристского ориентирования

Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию. Виды туристского ориентирования и их особенности. Права и обязанности участников соревнований. Номер участника и его крепление. Упаковка и обеспечение сохранности карты (схемы).

Основные правила, технические приёмы и условия соревнований туристского ориентирования на маркированной трассе. Способы маркировки дистанции.

Обозначенный маршрут на схеме, плане местности. Необходимость повышенного внимания участников соревнований на обозначенном маршруте. Основные правила, технические приёмы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте.

Маршруты ориентирования по выбору. Основные правила, технические приёмы и условия соревнований туристского ориентирования по выбору. Условия определения победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути движения (планирование маршрута) и количества контрольных пунктов (КП).

Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП компостерные и карандашные.

4.2. Экскурсионное ориентирование

Экскурсионные объекты (памятники истории, архитектуры, искусства, природы и т.п.) в микрорайоне школы, на своей улице (населённом пункте). Выявление и нанесение на бумажную основу (план микрорайона школы, улицы, двора) различных памятников и других интересных объектов.

Практические занятия на местности (8 часов)

Прохождение дистанции «Обозначенный маршрут» совместно с педагогом.

Прохождение дистанции «Ориентирование по выбору» совместно с педагогом.

Обучение навыкам отметки на КП компостером в карточке участника.
Игра-соревнование на местности (школьный двор, стадион) «Отметься на КП».

Чтение легенды. Движение по легенде в микрорайоне школы, по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений.
Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии.
Прохождение дистанции под руководством педагога.

5. Личная гигиена и первая доврачебная помощь (10 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Причины ожогов и обморожений. Профилактика обморожений и защита организма от мороза. Признаки и виды ожогов и обморожений.

Профилактика пищевых отравлений. Признаки отравления. Оказание первой помощи при тошноте, рвоте.

Причины теплового и солнечного удара. Признаки заболевания. Необходимая помощь.

Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок

Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложение повязок.

Индивидуальная и групповая медицинская аптечка

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

Способы транспортировки пострадавшего

Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка её комплектности, срока годности медикаментов, их упаковка.

Практические занятия на местности (2 часа)

Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка пострадавшего на слабо пересечённом рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

6. Основы краеведения (14 часов)

Теоретические занятия (6 часов)

Природа родного края

Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе.

Растения и животные своей местности в разные времена года.

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

Практические занятия в помещении (4 часа)

Рисование на темы: «Моя комната», «Моя любимая игрушка».

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

Практические занятия на местности (4 часа)

Поиск и зарисовка отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.)

Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма (20 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

Естественные и искусственные препятствия.

Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш.

Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Взаимодействие и взаимопомощь членов спортивной туристской команды.

Права и обязанности юного спортсмена-туриста в команде на соревнованиях.

Практическое занятие в помещении (2 часа)

Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствий (без снаряжения).

Практические занятия на местности (10 часов)

Переправа по гати, по наведённым кладям (жердям)

Переправа «Мышеловка»

Установка и снятие палатки

Переправа «Путанка»

Переправа «Бабочка»

Переправа «Параллельный маятник»

8. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка (16 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

Общая физическая подготовка и оздоровление организма. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития и тестирование занимающихся.

Входное тестирование и диагностика (проводится осенью).

Рассказ детей о своих друзьях и своих семьях «Я и моя семья». Рисование детей на тему «Моя семья».

Выявление психолого-педагогического портрета окружения обучающихся. Режим дня, физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся.

Проведение тестов с целью выявления темперамента, воображения, типа памяти и пр.

Проведение в игровой (соревновательной) форме тестов с целью определения (выявления) общего физического и функционального уровня развития воспитанников.

Констатирующее тестирование и диагностика (проводится весной)

Организация самоконтроля за соблюдением режима дня, ведение (совместно с родителями воспитанников) дневника наблюдений за параметрами физического развития организма занимающихся.

Проведение в игровой (соревновательной) форме контрольных тестов с целью констатации динамики общего физического и функционального развития воспитанников за год.

Практические занятия на местности (8 часов)

Освоение основ техники бега, бег в колонне по одному по пересечённой местности.

Бег по лестнице, бег «серпантинном»

Бег с препятствиями, прыжки в длину и высоту.

Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы.

Упражнения на развитие выносливости, гибкости и координационных способностей.

Гимнастические упражнения.

Спортивные (в том числе народные) игры.

9.Туристские слёты, соревнования, экскурсии, походы выходного дня (108 часов)

Практические занятия на местности (108 часов)

Походы выходного дня.

Образовательные экскурсии по родному краю, по программе "Мы-россияне".

Школьный туристский конкурс «Золотая сотня».

Школьные «Туриада», «Робинзонада», «Турград».

Городской марафон «50 километров за 12 часов».

Областные соревнования по технике пешеходного туризма.

Областные соревнования по спортивному ориентированию: Чемпионат и Первенство Калининградской области, Кубок города Калининграда, «Магнитная стрелка», «Каникулы с компасом».

Областной конкурс по топографии.

Областной конкурс "Триор" по спортивному ориентированию.

Областной краеведческий конкурс «Маршрутами Янтарной кругосветки».

Виртуальная викторина «Робинзонада», от «А» до «Я».

Виртуальная краеведческая викторина "39царство".

Краеведческое ориентирование по памятникам истории и культуры Калининградской области и др.

Зачётный летний поход

Движение группы по маршруту протяжённостью до 4-5 км с использованием плана местности (легенды) или спорткарты. Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Участие в заготовке дров и сборе хвороста. Посильное участие в приготовлении пищи на костре (совместно с родителями). Сервировка дежурными туристского походного стола. Соблюдение правил и требований гигиены. Туристские и другие игры и состязания («Спортивная семья» и пр.). Конкурс знатоков растений на поляне привала. Операции «Помоги братьям меньшим» и «Помоги природе» (очистка ближайших окрестностей от бытового мусора) и др.

В течение учебного года с обучающимися проводится профориентация.

ПЯТЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ.

1. Вводное занятие (4 часа)

Теоретические занятия (4 часа)

Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу). Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках. Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Права и обязанности участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Командир туристской группы, его права и обязанности, взаимоотношения с участниками туристских соревнований.

Оздоровительная роль туризма. Значение туризма (прогулок, экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, лёгких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях.

История развития школьного туризма, виды туризма.

История и традиции выполнения юными туристами общественно полезных дел. Просмотр фрагментов видеофильма о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зелёной зоны) вокруг школы, дома, на улице и в своём микрорайоне (населённом пункте). Знакомство с кодексом чести юного туриста. Девизы юных туристов: «В здоровом теле – здоровый дух», «Чистота – залог здоровья».

2. Наш край (18 часов)

Теоретические занятия (14 часов)

Моя гимназия. Изучение истории гимназии: «Моя гимназия», «Мой класс», «Мои учителя».

Музей гимназии. Выдающиеся люди, ветераны войн и труда. Лучшие ученики, спортсмены, учителя. Встреча с интересными людьми, учителями и выпускниками гимназии, прослушивание их рассказов о школьных годах.

Тайны школьного двора.

Наш географический адрес. Общепринятая система географических координат. Широта, долгота.

Заочное путешествие по 55-ой параллели

Климатические пояса 20-го меридиана

Калининградская область. Физико-географическая характеристика Калининградской области.

Рельеф нашего края, история его формирования.

Полезные ископаемые. Пути добычи полезных ископаемых и использование их в народном хозяйстве. Нефть, каменная соль, торф, бурый уголь, минеральные воды, лечебные грязи, глины, пески, песчано-гравийные породы.

Янтарь.

Гидрография Калининградской области. Балтийское море. Ширина, длина, глубина, рельеф дна, водный баланс, течения, солёность, температура воды.

Куршский и Калининградский заливы.

Крупные реки и озёра Калининградской области. Реки Преголя, Анграпа, Шешупе, Неман и др.

Административное деление Калининградской области. История становления области. Краткая характеристика наиболее крупных городов: Калининград, Советск, Черняховск, Гусев, Светлый, Неман, Светлогорск, Балтийск.

Практические занятия в помещении (4 часа)

Работа с географической картой Калининградской области.

Рисование на тему: «Путевые заметки».

Приборы для измерения длины рек, границ, дорог; площадей озёр, лесов, болот.

Изготовление курвиметра и работа с ним.

3. Краеведческие наблюдения и фиксация их краеведами. (6 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Природа моего края. Погода, климат Калининградской области.

Признаки изменения погоды. Народные приметы. Викторина: «Составь прогноз погоды».

Времена года, сезонные изменения в природе. Значение наблюдений за погодой.

Приборы и оборудование, необходимые для наблюдений за погодой, для краеведческой и исследовательской работы и коллекционирования.

Практические занятия на местности (2 часа)

Экскурсия в парк (лес). Выполнение краеведческих заданий (сбор листы различных пород деревьев, поиск и зарисовка отпечатков следов

животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.). Правила поведения на природе и наблюдения за ней во время экскурсии.

Организация наблюдений за погодой, ведения календаря наблюдений. Ведение записей в личном и групповом дневниках во время туристского похода.

4. Организация туристского путешествия. (6 часов)

Теоретические занятия (6 часов)

Выбор целей туристского путешествия (спортивная, краеведческая, военно-патриотическая, экологическая и т.д.)

План подготовки туристского путешествия с разработкой маршрута движения.

Чтение карты, изучение опасных участков маршрута (камнепады, непреодолимые болота, реки, горелые леса и т.д.) и пути их преодоления.

Изучение путеводителей, книг, справочников, туристских карт, маршрутных схем, позволяющих оценить значимость и сложность маршрута путешествия.

Основы безопасности в природной среде. Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололёда, грозы, ливня, тумана и пр.) Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной (городской) среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными). Умение распознавать ядовитые растения.

Необходимость выполнения требований руководителя туристской группы. Взаимопомощь в туристской группе.

5. Топографическая подготовка. (12 часов)

Теоретические занятия (6 часов)

Значение карты в народном хозяйстве, военном деле.

Условные знаки топографических карт.

Составление легенды движения группы условными знаками.

Способы изображения рельефа на картах с помощью горизонталей.

Виды горизонталей (основные, утолщённые, полугоризонтали), бергштрих, высота горизонталей. Высота сечения горизонталей.

Абсолютные и относительные отметки высот.

Практические занятия в помещении (2 часа)

Экскурсия по зданию школы, кабинетам и другим помещениям.

Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) школы.

Активные формы учебной деятельности: игра «Топографическое лото».

Самостоятельная работа: «Топографический диктант».

Практические занятия на местности (4 часа)

Экскурсия на школьный двор (назначение различных построек и объектов). Освоения навыков чтения и движение по схеме школьного двора.

Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки.

Определение длины собственной пары шагов.

Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке.

6. Физическая и маршевая подготовка юного туриста. (22 часа)

Теоретические занятия (6 часов)

Спортивные нормативы по возрастным категориям.

Общая физическая подготовка и оздоровление организма.

Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности.

Обеспечение безопасности в походе. Пользование транспортными средствами (автобус, трамвай, электричка, паром). Соблюдение правил дорожного движения. Правила поведения в общественных местах, на вокзалах, в местах с большим количеством людей.

Правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб. Умение налаживания хороших отношений с местным населением. Пожарная безопасность. Купание на воде, движение по льду.

Практические занятия в помещении (2 часа)

Узлы для связывания веревок: прямой, булинь, брамшкотовый.

Вязка туристских узлов: схватывающий, простой проводник петлём, проводник восьмёрка петлём.

Практические занятия на местности (14 часов)

Освоение основ техники бега: бег в колонне по одному по пересечённой местности.

Бег «серпантином», бег с препятствиями, бег по лестнице.

Прыжки в длину и высоту.

Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы.

Упражнения на развитие выносливости, гибкости и координационных способностей.

Гимнастические упражнения.

Спортивные (в том числе народные) игры.

Сдача нормативов.

Маршевая подготовка: порядок движения по дорогам (тропинкам), строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Ритм и темп движения туристской группы. Шаг в строю. Распорядок дня юного туриста во время экскурсии и на прогулке.

Преодоление препятствий в походе. Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения).

Организация движения группы в лесу по слабопересечённой и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьёв, канав).

Техника и тактика преодоления крутых склонов, вертикального подъёма и спуска на естественном и искусственном рельефе с помощью спусковых и подъёмных устройств.

Способы преодоления густой растительности (трава, подлесок, кустарник). Способы преодоления заболоченного участка.

Самостраховка, страховочные системы. Навыки работы в страховочных системах.

7. Ориентирование (14 часов)

Теоретические занятия (8 часов)

Ориентирование по солнцу и луне.

Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу и часам.

Ориентирование по культовым сооружениям, по срезу дерева.

Ориентирование по квартальному столбику, по муравейнику.

Ориентирование по звуку, по господствующим ветрам (барханы в пустыне).

Линейные ориентиры: дороги, тропы, линии электропередач, линии связи и т.д.

Точечные ориентиры: корч, воронка, яма, холм и т.д.

Площадные ориентиры: лес, болото, поляна и т.д.

Практические занятия в помещении (2 часа)

Зарисовка условных знаков спортивных карт (группы «Растительность», «Дорожная сеть»)

Зарисовка условных знаков спортивных карт (группы «Гидрография», «Рельеф»).

Практические занятия на местности (4 часа)

Упражнения для привыкания к лесу: «Лесной футбол», эстафеты между деревьями.

Игра «Охота за цветами», игра «Охотники за сокровищами».

Способы измерения расстояния: измерение расстояния на местности по звуку, тройками шагов.

8. Туристское снаряжение (6 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Личное снаряжение туриста: рюкзак, обувь, одежда (бельё, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда (кружка, ложка, миска, нож); средства личной гигиены.

Групповое снаряжение. Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки. Кухонное и костровое снаряжение: котелки (канны), таганок, сапёрная лопатка, рукавицы, кухонная клеёнка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания.

Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для

туристской прогулки (экскурсии). Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке. Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.

Индивидуальный и групповой ремонтный набор. Состав ремонтного набора: иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр. Назначение предметов ремонтного набора и правила пользования ими. Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.

Специальное снаряжение.

Практические занятия на местности (2 часа)

Овладение навыками установки тента.

Разжигание костра. Виды костров: шалаш, колодец, нодья, звёздный, дымовой и др.

9. Изучение и охрана памятников истории и культуры. (6 часов)

Теоретические занятия (4 часа)

Закон об охране и использовании памятников истории и культуры.

Памятники истории, археологии, градостроительства.

Памятники архитектуры, искусства, документальные памятники.

Общество охраны памятников истории и культуры.

Практическое занятие в помещении (2 часа)

Посещение областного историко-художественного музея.

10. Изучение и охрана природы (4 часа)

Теоретические занятия (2 часа)

Природа нашего края. Животный мир. Растительный мир. Формы участия юных туристов в охране и посадке зелёных насаждений, участие в очистке лесов, борьбе с вредителями леса, охране рек, водоёмов от загрязнения.

Заказники Калининградской области: Вислинская коса, Майско-Краснополянский заказник, Новосёловский заказник.

Национальный природный парк «Куршская коса».

Охрана природы при организации привалов и биваков.

Практическое занятие в помещении (2 часа)

Викторина «Птицы нашего края».

11. Туристский быт. (6 часов)

Теоретические занятия (6 часов)

Бивак на туристской прогулке. Требования к бивакам (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для установки палаток, приготовления и приёма пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты).

Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для установки палатки на поляне (биваке).

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

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

Противопожарные меры. Назначение туристских костров.

Режим дня в туристском походе.

12. Гигиена туриста, первая (доврачебная) помощь в походе. (4 часа)

Теоретические занятия (4 часа)

Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом.

Зарядка. Умывание, купание. Утренний и вечерний туалет. Закаливание организма, необходимость принятия душа после выполнения физических упражнений.

Соблюдение гигиенических требований к личному снаряжению. Требование к одежде, обуви, головному убору, предметам личной гигиены.

Овладение приёмами самоконтроля.

Обязанности санитара туристской группы. Питьевой режим. Обеззараживание воды.

13. Туристские слёты, соревнования, экскурсии, походы выходного дня (108 часов)

Практические занятия на местности (108 часов)

Походы выходного дня.

Образовательные экскурсии по родному краю, по программе "Мы-россияне".

Школьный туристский конкурс «Золотая сотня».

Школьные «Туриада», «Робинзонада», «Турград».

Городской марафон «50 километров за 12 часов».

Областные соревнования по технике пешеходного туризма.

Областные соревнования по спортивному ориентированию: Чемпионат и Первенство Калининградской области, Кубок города Калининграда, «Магнитная стрелка», «Каникулы с компасом».

Областной конкурс по топографии.

Областной конкурс "Триор" по спортивному ориентированию.

Областной краеведческий конкурс «Маршрутами Янтарной кругосветки».

Виртуальная викторина «Робинзонада», от «А» до «Я».

Виртуальная краеведческая викторина "39 царство".

Краеведческое ориентирование по памятникам истории и культуры Калининградской области и др.

Зачётный летний лагерь-слёт

Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Участие в заготовке дров и сборе хвороста. Участие в приготовлении пищи на костре. Сервировка дежурными туристского

походного стола. Соблюдение правил и требований гигиены. Движение группы по контрольно-техническому маршруту протяжённостью до 4-5 км с использованием спортивной карты. Участие в соревнованиях по технике пешеходного туризма, по спортивному ориентированию, в спасательных работах. Участие в конкурсной программе слёта (презентация команды, краеведческая газета, "Лучший бутерброд", историко-краеведческая викторина и др.)

В течение учебного года с обучающимися проводится профориентация.

4.МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

Для продуктивной деятельности педагогом создаются определённые условия: расширяется методическая база, создаётся и пополняется банк материалов (диагностических, демонстрационных, раздаточных).

Таких как:

- Методические пособия: «Меры безопасности при организации и проведении выездных мероприятий: туристских походов, спортивных соревнований, экскурсий, практик, экспедиций для педагогов дополнительного образования, учителей общеобразовательных школ», «Правила и методы организации и проведения похода выходного дня с учащимися»;
- Сборник методических материалов по топографии, по спортивному ориентированию и детско-юношескому туризму;
- Библиотека методической литературы по краеведению, детскому туризму «Игротека»;
- Плакаты «Узлы», «Туристские костры», раздаточные материалы по туризму, топографические карты, карты Калининградской области, спортивные карты;
- Укрепление материальной базы, приобретение нового туристского оборудования: палаток, рюкзаков, репшнуров, страховочных систем, карабинов, компасов;
- Банк карточек-заданий по спортивному ориентированию и топографии;
- Оборудованная в спортивном зале туристская полоса препятствий (кочки, следи, «мышеловка», бревно, навесная и параллельная переправы, маятник);
- Игры на местности: веселая туристская эстафета, «Робинзоада», «Турград», «Туриады»; спортивное ориентирование на пришкольном участке, в лесопарковой зоне; игра-соревнование «Военной тропой разведчика»; краеведческие, исторические, туристские викторины: «Самый любознательный калининградец», «Знатоки природы», «Самая западная», «Земли родной минувшая судьба», «Тевтонские замки» и др.; топографическое лото, игра на местности «Пятачок»; сценарии туристских вечеров: «Туризм нам поможет силы умножить», «Загляните к нам на огонёк»; шоу-программа «Один день из жизни туристской семьи»; литературно-музыкальная композиция «В рюкзаках мы принесли песни, шутки и стихи»; туристский КВН «Лесные приключения туристов» и др.

5. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. кабинет для занятий;
2. учебные столы;
3. стулья по числу детей;
4. компьютер;
5. секундомер;
6. доска, маркер;
7. комплект учебных топографических карт;
8. комплект карт Калининградской области;
9. контурные карты области;
10. рисунки – раскраски по азбуке туризма;
11. фотографии и слайды экскурсионных объектов города и области;
12. фотографии животных, птиц;
13. палатка;
14. 6 компасов;
15. 1 рюкзак;
16. 6 репшнуров для вязания туристских узлов;
17. 6 страховочных систем;
18. 6 карабинов;
19. 6 жумаров;
20. 6 восьмёрок;
21. бумага;
22. ручки;
23. ножницы;
24. скрепки.

6. СИСТЕМА КОНТРОЛЯ И ОЦЕНИВАНИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ.

Формой контроля и способом определения результативности обучения является участие в спортивных мероприятиях городского, регионального и всероссийского уровня. При этом в течение первого года обучения отслеживается результативность участия на уровне детского объединения.

Мониторинг результатов обучения и критерии оценки обучающихся.

Основа - три группы показателей:

- **Теоретическая подготовка** и основные общеучебные компетенции (фиксация приобретенных ребенком в процессе освоения образовательной программы предметные и общеучебные знания, умения, навыки);
- **Практическая подготовка** (освоение способов решения проблем

творческого и поискового характера; формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия; определять наиболее эффективные способы достижения результата; формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; овладение логическими действиями сравнения, анализа, синтеза, обобщения, классификации, установления аналогий и причинно-следственных связей);

- **Достижения воспитанников** (выражающиеся в изменении личностных качеств ребенка под влиянием занятий в творческом объединении).

Критерии оценки результативности:

- высокий уровень – 40-45 баллов;
- средний уровень – 30-35 баллов;
- низкий уровень – 15-29 баллов;
- не усвоил – менее 15 баллов.

К *качественным* критериям оценки результатов деятельности детского объединения относятся:

- изменение уровня сформированности культуры школьников, активизация жизненной позиции;
- способность применять полученные знания в повседневной жизни;
- мотивация посещения занятий.

Методы - анкетирование, собеседование, тестирование, наблюдение.

К *количественным* критериям оценки результатов деятельности детского объединения относятся:

- количество усвоенных новых понятий к концу занятия (тестирование);
- объем усвоенной информации за единицу времени (тестирование, собеседование);
- сохранность контингента учащихся (статистический отчет);
- популярность объединения (кроме записавшихся, есть еще желающие заниматься в течение года);
- вовлечение школьников в учебно-исследовательскую и практическую деятельность (% от общего количества учащихся);
- количество учащихся, выступивших на научно-практических конференциях разного уровня (статистический анализ).

7. Используемая литература для педагога

1. Ф.Г. Багаутдинова. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. Москва, 2000
2. Л.П. Салеева. Натуралистические игры младших школьников. Москва, 2000

3. Ю.А. Барышева. Формирование эколого-краеведческих знаний в начальной школе. Москва, ЦДЮТиК МО РФ, 2000
4. Е.Ю. Ривкин. Организация туристско-краеведческой работы со школьниками. Москва, 2001
5. А.А. Остапец. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. Москва, ЦДЮТиК МО РФ, 2001
6. Л.М. Ротштейн Слагаемые успеха, Москва, ЦДЮТиК МО РФ, 2001
7. Ю.А. Константинов, В.М. Куликов. Педагогика школьного туризма, Москва, ЦДЮТиК МО РФ, 2002
8. Восхождение к истокам. Санкт-Петербург, "Паритет", 2002
9. Е.М. Поспелов, Т.К. Щеглова. Школьное краеведение, Москва, 2000
10. Л.П. Симонова-Салеева. Земля - наш дом. Москва, 2000
11. В.М. Куликов, А.М. Ротштейн. Школа туристских вожаков. Москва, 2003
12. Азбука туриста-эколога. Москва, 2000
13. С.С. Соловьев. Методические рекомендации к использованию комплекта плакатов по проблемам экологии и охране окружающей среды "Природа в опасности! Ребята, нужна ваша помощь!" Москва, 2000
14. С.А. Шмаков. Каникулы. Москва. «Новая школа», 2000
15. И.А. Морозов. Школьное краеведение. Мир Традиционной народной игры. Москва, 2002
16. Л.И. Грехова. В союзе с природой. «ЦГЛ», Москва-Ставрополь, 2003
17. В.Ф. Смирнов. Путешествие в страну тайн. Москва, Новая школа, 2000
18. Патриотическое воспитание детей (Игры, программы). Москва, ГОУЦРСДОД, 2003
19. Патриотическое воспитание в сельских дошкольных образовательных учреждениях и в семье. (Методическое пособие), Арзамас, 2004
20. Институт наследия. Наследие и современность. Школьное краеведение: проблемы, программы, методики. МО РФ, Москва, 2002
21. Воспитать человека. Сборник материалов по проблемам воспитания. Москва, 2002
22. В.А. Еремин. Улица-подросток-воспитатель. Москва, «Просвещение», 2000
23. И.Д. Демакова. Гуманизация пространства детства: теория и практика, МО РФ, Москва, 2003
24. Острые проблемы воспитания: поиски решения. МО РФ, Москва, 2003
25. Ю.С. Константинов, О.Л. Глаголева. Уроки ориентирования. Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2006
26. Работа со школьниками в краеведческом музее. Москва, ВЛАДОС, 2001

Используемая литература для детей

1. Л.Е. Лавренева. Детские праздники в школе и дома. Санкт-Петербург, "РОСТ", 2000
2. С.Г. Усыкин. В классе, в парке, в лесу. Москва, ЦДЮТиК МО РФ, 2001
3. Экологическая игра-задача для дошкольников. Ногинск, 2000

4. Праздники в кружке "Юные друзья природы". Тюмень, 2000
5. Л. Ганиченко. Котелок над костром. Москва, "Вокруг света", 2002
6. А.Е. Королева. Иди за мной. Программа экологического просвещения дошкольников и младших школьников. Калининград, 2000
7. И.В. Цветкова. Туристам. Книжка-раскраска и книжка-подсказка маленьким любителям путешествий. Москва, 2000
8. В.Е. Черных. Твой скаутский путь. Москва, Вокруг света, 2000
9. А.И. Персин. Словарь юного краеведа Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008
10. В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн, Ю.В. Константинова. Словарь юного туриста. Москва, ФЦДЮТиК МО РФ, 2008
11. Л.В. Сечко. Край, в котором мы живем. Очерки истории Калининградской области. Калининград, Янтарный сказ, 2008
12. В.П. Бурцев. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. Москва, ФЦДЮТиК, 2007
13. А.М. Куприн. Занимательно об ориентировании. Москва. ТОЛК, 2000
14. Туристская игротка (Игры, конкурсы, викторины). Калининград, 2010

Нормативно-правовые документы, регламентирующие образовательную деятельность

1. Международная конвенция по правам ребенка (ратифицирована ВС СССР 13.06.1990 г.)
2. Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка»
3. Закон РФ «Об образовании Российской Федерации» от 29.12.2012г.
4. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа», утвержденная Президентом Российской Федерации от 04.02.2010 № Пр-271.
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
6. Стратегия социально-экономического развития России до 2020 года Концепция долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации до 2020 года, утвержденная распоряжением Правительства Российской Федерации от 17.11.2008 № 1662-р;
7. Федеральные образовательные стандарты второго поколения, в части, относящейся к области воспитательной работы, создания среды для развития личности.
8. Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015г.г.», утверждена постановлением Правительства Российской Федерации от 5 октября 2010 г. № 795.
9. СанПиН 2.4.4.3172-14 от 10 сентября 2014 г.
10. Устав МАУДО ДЮЦ «На Молодежной».