

Комитет по образованию  
администрации Ханты-Мансийского района  
муниципальное автономное учреждение  
дополнительного образования Ханты-Мансийского района  
«Центр дополнительного образования»

Принята на заседании  
педагогического совета  
протокол № 1 от 31.08.2023 года

Утверждаю:  
Директор МАУ ДО ХМР «Центр  
дополнительного образования»  
Н.И. Фуртунэ  
приказ № 257-О от 31.08.2023 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристско-краеведческой направленности**

**«Туризм»**

возраст обучающихся: 9 - 17 лет

срок реализации: 4 месяца

Автор-составитель:  
Галченко Евгений Петрович,  
педагог дополнительного образования

п.Горноправдинск, 2023 год.

**Раздел I. «Комплекс основных характеристик дополнительной**

## **общеобразовательной общеразвивающей программы»**

### **1. Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туризм» разработана с учетом современных требований и основных законодательных и нормативных актов Российской Федерации:

Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей до 2030 года»;

Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.11.2015 № 09-3242 «О направлении методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеобразовательных программ (включая разноуровневые программы);

Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 19.03.2020 № ГД-39/40 «О направлении методических рекомендаций (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

Письмо Министерства просвещения Российской Федерации от 31.01.2022 № ДГ-245/046 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по реализации дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий»);

Приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа–Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 31.03.2023 №10-П-775 «О внесении изменений в приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского

автономного округа – Югры от 04.08.2016 № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

Приказ Департамента образования и науки Ханты-Мансийского автономного округа - Югры от 04.07.2023 №10-П-1649 «О внесении изменений в приказ Департамента образования и молодежной политики Ханты-Мансийского автономного округа – Югры от 4 августа 2016 года № 1224 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре»;

Региональный проект «Успех каждого ребенка» (Шифр проекта 045-П00 от 13 ноября 2018 г.);

Распоряжение администрации Ханты-Мансийского района от 01.08.2023 № 604-р «Об организации оказания муниципальных услуг в социальной сфере в Ханты-Мансийском районе»;

Постановление администрации Ханты-Мансийского района от 16.08.2023 № 411 «Об утверждении Положения о персонифицированном образовании в Ханты-Мансийском районе»;

Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования Ханты-Мансийского района «Центр дополнительного образования»;

Иные локальные нормативные акты муниципального автономного учреждения дополнительного образования Ханты-Мансийского района «Центр дополнительного образования».

#### **Актуальность программы.**

В настоящее время отмечается ухудшение состояния здоровья и физической подготовленности школьников. И эти процессы год от года прогрессируют. Хронический дефицит двигательной активности подростков, сложная экологическая обстановка тормозят их нормальное физическое развитие, угрожают здоровью.

Большинство обучающихся ведут малоподвижный образ жизни, много времени проводят за компьютерами, смартфонами, планшетами, что становится причиной ухудшения их здоровья, снижения физических показателей. Конечно, внедрение компьютерных технологий принесло в нашу жизнь много плюсов, но вместе с тем стало причиной того, что школьники все чаще ограничиваются виртуальным общением. Ещё одной, не менее важной проблемой является то, что обучающиеся, проявляя интерес к туризму и краеведению, не имеют определенных знаний и навыков туристско - краеведческой деятельности, выживания в экстремальных условиях, оказания первой медицинской помощи.

Актуальность программы заключается в создании условий для сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, что на сегодняшний день является одним из приоритетных направлений государственной политики.

Туристические (пешие) походы являются средством включения детей в активную физическую деятельность и приобщения к здоровому образу жизни. Самый массовый и самый доступный вид туризма - пешеходный. Участие в

туристических походах дает юным туристам основы знаний походной деятельности, развивает их физические показатели, формирует мотивацию к изучению родного края, прививает навыки выживания в экстремальных ситуациях и содействует развитию таких качеств как личная инициатива, настойчивость, сила воли и высокая дисциплинированность. Именно туризм способствует закалке детского организма, его укреплению, физическому развитию, а также познанию живой природы, изучению флоры и фауны, расширению кругозора, овладению навыками поведения в природе.

В наше непростое время, когда в обществе возрастает отчуждённость между людьми, необходимо использовать возможности туризма для формирования коллективизма, получения навыков взаимопомощи, сотрудничества и взаимодействия.

Школьный туризм неотделим от краеведческой работы, так как во время походов дети изучают историю, природу и культуру родного края – своей малой родины. О нем можно сказать не только как об уникальном оздоровительном отдыхе, но и как о важнейшем средстве патриотического воспитания.

Туристско-краеведческая деятельность - мощный катализатор всестороннего развития обучающегося.

**Отличительная особенность** данной программы заключается в получении обучающимися начальных знаний в различных областях туризма, спортивного ориентирования и краеведения, обучение основам техники и тактики туризма; изучение нормативных документов по туризму и ориентированию, действия группы в экстремальных ситуациях, соревнования по туризму, спортивному ориентированию.

Программа практико-ориентированная, так как формирует у обучающихся навыки практической деятельности во время занятий туризмом и краеведением. Программа направлена на социализацию личности подростка, привлечение обучающихся к массовым туристско-спортивным мероприятиям, в отличие от большинства туристских программ, основной целью которых является достижение высоких спортивных результатов и подготовка квалифицированных туристов-спортсменов.

**Адресат программы:** возраст обучающихся по программе 9 - 14 лет. Программа построена с учётом возрастных психофизических особенностей. Заниматься в объединении могут дети, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям туризмом. Поэтому, ведя запись желающих заниматься, необходимо проконсультироваться с врачом и с родителями (законными представителями) по вопросу допуска детей к туристическим походам, получить на каждого обучающегося медицинскую справку - разрешение заниматься туризмом.

**Направленность программы:** туристско-краеведческая.

**Сроки реализации программы и возраст обучающихся.**

Срок реализации программы – 4 месяца.

С 01 сентября по 31 декабря планируется набор одной группы обучающихся 9-14 лет.

### **Объем и срок освоения программы:**

**Одна группа - 4,5 недельных часа (0,25 ставки).**

- базовый модуль «Азбука туризма», с 01.09.2022 по 31.12.2022 года, 16 недель - **72 часа**.

**Формы обучения:** основная форма обучения – очная (Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 2).

В период карантина либо в период активированных дней, когда дети по уважительной причине (неблагоприятная эпидемиологическая обстановка, низкая температура воздуха) не могут посещать занятия в образовательном учреждении допускается очно-заочная форма обучения (Закон № 273-ФЗ, гл. 2, ст. 17, п. 4).

Очно-заочная форма обучения предполагает проведение учебных занятий, индивидуальных и групповых консультаций обучающихся с применением дистанционных образовательных технологий.

Программа предусматривает два вида занятий: теоретические и практические. В обучении применяется групповая форма с индивидуальным подходом, закрепление и проверку полученных знаний и навыков. Закрепление теоретических знаний на практике вовремя учебно- тренировочных выходов, сборов и походов, ведет к прочному усвоению материала. Занятия в объединении носят преимущественно практический характер, обучающиеся приобретают умения и навыки по спортивному ориентированию, топографии, краеведению, походной жизни, учатся преодолевать трудности, связанные с ночёвкой, адаптацией к местности, овладевают навыками полного самообслуживания.

**Формы подведения результатов:** беседа, наблюдение, тестирование, учебно-тренировочный выход, соревнование, опрос, исходная диагностика осведомленности, выполнение задания, ситуативные игры, туристический поход, зачет, топографические диктанты, викторина, практические задания, тренировочные упражнения, решение проблемных ситуаций, подвижные игры, эстафеты, отчет и другие.

### **Особенности организации образовательной деятельности.**

#### **Наполняемость групп:**

- минимальное число обучающихся **одной группы** - 10 человек, максимальное – 15 человек;

Учитывая индивидуальное развитие на усмотрение педагога в группу объединения «Туризм» принимаются включены дети и разного возраста.

Допускается проведение занятий с переменным составом обучающихся, запись которых ведется в журнале.

При наличии организационно-педагогических условий возможен добор детей в группы в течение учебного года.

Принцип набора в объединение свободный, добровольный на основании заявления родителей (законных представителей). Программа не предъявляет

требований к содержанию и объему стартовых знаний. Учебные занятия проводятся по группам и подгруппам.

**Режим, периодичность и продолжительность** учебных занятий в группе:

- общее количество учебных часов в год - 72 часа (1 группа);

- периодичность и продолжительность занятий - группа занимается **4,5 часа в неделю (2 раза в неделю по 2,5 часа и 2 часа)**.

Образовательный период - 4 месяца с 01 сентября по 31 декабря 2023 года.

Продолжительность учебной недели – 6 дней.

Режим занятий объединения действует в течение всего календарного года учебного года согласно расписанию занятий. (без осенних каникул). Единицей измерения учебного времени и основной формой организации учебно-воспитательной работы в учреждении является учебное занятие. Продолжительность 1 занятия - 40 минут, между занятиями предусмотрены 10 минутные перерывы.

## **2. Цели и задачи программы**

**Цель программы:** создание условий для самореализации личности обучающегося, его социальной адаптации, развития спортивных, творческих и интеллектуальных способностей посредством вовлечения в активную туристско-краеведческую деятельность.

**Задачи программы:**

Главная задача занятий туризмом - удовлетворить естественную потребность обучающихся в непосредственном познании своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему.

*образовательные:*

- формировать систему знаний, умений, навыков обучающихся по основам туристской подготовки (виды туризма, снаряжение, организация быта и питания в туристском походе и др.);

- познакомить детей с основами топографии и ориентирования (топографическая и спортивная карта, компас, способы ориентирования);

*развивающие:*

-содействовать повышению разносторонней физической подготовленности подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);

-развивать умение самостоятельно принимать решение в нестандартных ситуациях;

-развивать умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с педагогом и сверстниками, работать индивидуально и в группе.

*воспитательные:*

- воспитывать бережное отношение к природе;

- воспитывать уважение к истории и культуре родного края;

- воспитывать черты спортивного характера (волевые качества, целеустремленность и др.).

При реализации поставленных выше задач, используются следующие **методы:**

- метод самореализации и самоуправления через участие в походах, соревнованиях, экскурсиях;
- поисково-исследовательский метод – самостоятельная туристско-краеведческая работа обучающихся с выполнением конкретных заданий в походах, экскурсиях;
- метод контроля: спортивный рост, качество усвоения программы.

При реализации поставленных выше задач, используются следующие **формы:**

- проведение походов, экскурсий, вечеров, соревнований по спортивному туризму и ориентированию, соревнований по топографии.

Туристический поход – это итог всего изученного материала, в нем идет отработка всех тем программы. Поэтому в учебно-тематическом плане поход желательно ставить после изучения тем туристический быт и туристическое снаряжение.

Прямыми критериями оценки результатов служат:

- освоение обучающимися программы обучения;
- участие в походах.

Реализация цели и задач данной программы направлена на организацию образовательной и оздоровительной деятельности обучающихся в объединении, на сплочение единого коллектива.

### **3. Содержание программы.**

#### **Учебный план**

**Цель:** формирование и развитие индивидуальных психологических, физических качеств ребенка посредством туризма и краеведения.

#### **Задачи:**

1. способствовать формированию базовых знаний и навыков у обучающихся по основам туристско - краеведческой деятельности (топография, ориентирование на местности, техника движения в походе);
2. развивать знания о правилах поведения на природе во время походов и совершенствовать их физическую форму;
3. прививать интерес к занятиям туризмом как активной, познавательной, оздоровительной деятельности;
4. обучать умению самостоятельно пополнять знания о родном крае.

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Основы туристской подготовки</b>	<b>13,5</b>	<b>6</b>	<b>7,5</b>	
1.1.	Вводное (организационное)	2,5	1,5	1	Беседа,

	занятие				устный опрос
1.2.	Воспитательная роль туризма.	2	1	1	Беседа, устный опрос
1.3.	История развития туризма в России. Туристские путешествия.	2,5	1	1,5	Беседа, устный опрос
1.4.	Виды туризма.	2	1	1	Наблюдение, устный опрос
1.5.	Виды туризма.	2,5	0,5	2	Устный опрос, наблюдение
1.6.	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения.	2	1	1	Беседа, устный опрос
<b>2.</b>	<b>Организация техники движения в походе</b>	<b>9</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	
2.1.	Туристская группа в походе	2,5	1	1,5	Беседа, устный опрос
2.2.	Режим движения в туристском походе	2	1	1	Беседа, устный опрос
2.3.	Техника движения в туристском походе.	2,5	1	1,5	Беседа, устный опрос
2.4.	Отработка техники движения в туристском походе.	2	1	1	Устный опрос, наблюдение
<b>3.</b>	<b>Топография и ориентирование.</b>	<b>40,5</b>	<b>9,5</b>	<b>31</b>	
3.1.	Земля и карта.	2,5	0,5	1,5	Беседа, устный опрос
3.2.	Обязанности туриста – проводника.	2	0,5	2	Беседа, устный опрос
3.3.	Туристическая топография.	2,5	0,5	2	Беседа, устный опрос
3.4.	Топографическая карта. Масштаб.	2	0,5	1,5	Беседа, наблюдение
3.5.	Условные топографические знаки.	2,5	0,5	2	Беседа, наблюдение
3.6.	Спортивная карта.	2	0,5	1,5	Беседа, устный опрос
3.7.	Работа со спортивной картой.	2,5	0,5	2	Беседа, наблюдение
3.8.	Компас.	2	0,5	1,5	Беседа, устный опрос
3.9.	Отработка навыков работы с компасом.	2,5	0,5	2	Беседа, наблюдение
3.10.	Измерение расстояний в походе	2	1	1	Беседа, наблюдение

3.1 1.	Измерение среднего шага	2,5	1	1,5	Беседа, наблюдение
3.1 2.	Измерение расстояний на карте и на местности.	2	0,5	1,5	Беседа, устный опрос
3.1 3.	Измерение расстояний на карте и на местности.	2,5	0,5	2	Беседа, наблюдение
3.1 4.	Способы ориентирования.	2	0,5	1,5	Беседа, устный опрос
3.1 5.	Способы ориентирования.	2,5	0,5	2	Беседа, наблюдение
3.1 6.	Ориентирование по местным предметам.	2	0,5	1,5	Беседа, устный опрос
3.1 7.	Действия в случае потери ориентировки.	2,5	0,5	2	Беседа, наблюдение
3.1 8.	Практическое занятие по ориентированию.	2	-	2	Беседа, наблюдение
<b>4.</b>	<b>Краеведение</b>	<b>9</b>	<b>3,5</b>	<b>5,5</b>	
4.1.	Родной край. Туристские возможности родного края.	2,5	1	1,5	Беседа, устный опрос
4.2.	Изучение района путешествия.	2	1	1	Беседа, устный опрос
4.3.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	2,5	1	1,5	Беседа, устный опрос
4.4.	<b>Заключительное занятие.</b>	2	0,5	1,5	Итоговое занятие
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>	<b>23</b>	<b>49</b>	

### Содержание учебного плана модуль «Азбука туризма» (72 часа)

**1. Основы туристской подготовки** (всего – 13,5 ч., теория – 6ч., практика – 7,5 ч.)

#### **Тема 1.1. Вводное (организационное) занятие**

Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков.

Ознакомление обучающихся с задачами и планом работы объединения, а также с образовательной программой, расписанием занятий и материальной базой объединения «Туризм». Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоемов, на болоте. Инструктаж по технике безопасности при проведении занятий по туристской подготовке. Правила обращения с опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила обращения с огнем. Ответственность обучающихся по

соблюдению требований безопасности. Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива. Первичная диагностика обучающихся.

### **Тема 1.2. Воспитательная роль туризма.**

Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе, формирование навыков здорового образа жизни. Волевые усилия и их значение в походах и тренировках.

Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма, углублении знаний, полученных в школе, приобретении трудовых навыков, воспитании самостоятельности, чувства коллективизма.

Воспитание волевых качеств целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста. Неписанные этические правила туристов: трудовая этика туриста, распределения общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к пожилым людям, отношение к природе.

Беседа о пешеходном туризме и здоровом образе жизни, просмотр презентаций по теме «Туризм – моя мечта». Приобщение детей к романтике походной жизни. Ведение «Дневника туриста».

### **Тема 1.3. История развития туризма в России. Туристские путешествия.**

История освоения России, знаменитые русские путешественники и исследователи. Книги, рассказывающие о путешествиях, и их авторы: Обручев, Арсеньев, Федосеев и др.

История развития туризма в России. Влияние государства и общественных организаций в различные периоды на развитие туризма. Современная организация туризма в стране. История развития детско - юношеского туризма в стране и в родном крае, районе. Туристские традиции своего коллектива. Знакомство с информацией о туристах - земляках.

### **Тема 1.4. Виды туризма.**

Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида туризма. Одно-двух-трехдневные походы. Путешествия, экскурсии. Походы и нормативы. Обзор основных туристических районов России.

Нормативные требования к походам. Классификация походов по степеням сложности. Требования к категорийным походам. Нормативные требования на значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные требования по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью, судейские звания.

### **Тема 1.5. Виды туризма.**

Практика. Изучение маршрутов походов различной сложности по географическим картам. Подготовка презентаций «Собираемся в поход», «Туристические маршруты». Изучение нормативов по туризму.

### **Тема 1.6. Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения.**

Основные причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т.д.).

Разбор и анализ несчастных случаев в туризме.

Проверка туристских групп перед выходом в поход. Проверка схоженности группы. Знание маршрута всеми участниками группы, техническая, тактическая, физическая и морально–волевая подготовка участников группы.

Соответствие снаряжения и набора продуктов питания реальной сложности предстоящего маршрута. Адаптация в туризме и ее особенности применительно к видам туризма.

**2. Организация техники движения в походе** (всего – 9 ч., теория – 4 ч., практика – 5 ч.)

#### **Тема 2.1. Туристская группа в походе**

Теория. Прогулка и поход. Шаг туриста, положение корпуса и рук при пешем и лыжном передвижении. Дыхание и выносливость. Движение цепочкой. Построение цепочки. Интервалы в различных условиях. Спортивное и краеведческое содержание похода. Значение активного способа передвижения и преодоления естественных препятствий на маршруте. Поход и прогулка. Виды естественных препятствий в походах различных видов туризма. Нормы переходов. Строй, темп, режим, интервал, построение цепочки; их изменения в зависимости от различных условий. Шаг туриста, положение корпуса, рук при пешем передвижении.

Практика. Отработка навыков движения цепочкой. Вычерчивание схем движения цепочкой при различных условиях путешествия. Изучение видов естественных препятствий в туристском походе.

#### **Тема 2.2. Режим движения в туристском походе**

Режим движения в пешем и лыжном походе: ходовой час и привал, нормальная скорость движения, количество ходовых часов. Режим ходового дня и режим на дневке. Понятие о тактике и технике в пешеходном туризме. Причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика: роль объективных и субъективных факторов в возникновении аварийных ситуаций

Практика. Разработка графика движения групп по маршруту. Разработка графика движения в лыжном и пешем походе.

#### **Тема 2.3. Техника движения в туристском походе.**

Движение группы по дорогам и тропам. Разведка маршрута и, по необходимости, маркировка.

Техника движения на равнине по травянистой поверхности, песку,

мокрому грунту, через кустарники, по камням, болоту.

Передвижение по тундре, карликовой растительности, стланику, высокоотравью, густому кустарнику.

Движение в тайге. Сложности ориентирования. Техника преодоления завалов, густых зарослей, низинных заболоченных участков.

Движение в горах. Основные формы горного рельефа. Передвижение по травянистым склонам, осыпям различной величины, скалам. Правила ходьбы в горах (темп движения в зависимости от рельефа местности, правильная постановка стопы, правило трех точек опоры, исключение рывков и прыжков, интервал, движение серпантинном и «в лоб», самостраховка альпенштоком, короткие привалы).

Использование силы трения, увеличение или уменьшение давления на поверхность.

Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения (страховочная система, веревки, карабины и т.д.).

Броды через равнинные и горные реки: выбор места брода и способ прохождения. Страховка и самостраховка во время брода.

#### **Тема 2.4. Отработка техники движения в туристском походе.**

Практика. Отработка техники движения и преодоления препятствий на местности.

**3. Топография и ориентирование** (всего – 40,5 ч., теория – 9,5 ч., практика – 31 ч.)

##### **Тема 3.1. Земля и карта**

Форма и размеры Земли. Что такое уровневая поверхность. Географическая и топографическая карты. Географические координаты точки на местности и определение их на топографической карте. Общее представление о картографической проекции Гаусса. Современная технология создания топографических карт. Понятие о геодезических опорных сетях. Классификация и номенклатура топографических карт. Система прямоугольных координат.

##### **Тема 3.2. Обязанности туриста - проводника**

Кто такой турист - проводник (штурман). Роль проводника в походе. Рассказ о знаменитых проводниках в художественной литературе: Дерсу Узала (В. Арсеньев), Улукиткан (Г. Федосеев) и др. Значение ориентирования в труде, в бою, на отдыхе (примеры из жизни).

Подбор и хранение в походе картографического материала. Изучение района похода и разработка маршрута. Составление графика движения туристской группы. Уточнение карты маршрута перед выходом в поход по имеющимся отчетам о путешествиях. Нанесение на карту дополнительной информации во время похода. Маршрутная глазомерная съемка (МГС) и протокол движения.

##### **Тема 3.3. Туристическая топография.**

Понятие местности, понятие рельефа, местные предметы, типовые формы рельефа, как-то: гора, хребет, котловина, лощина, седловина, основные

разновидности местности: равнинная, холмистая, горная, лесистая, болотистая, лесисто-болотистая, пустынная.

Понятие ориентирования, необходимость ориентирования, виды топографических материалов: карта, план, кроки, абрис, аэрофотосъемка. Типы карт: общегеографические, топографические, специальные. Масштаб, масштабность карт: мелко-, средне-, крупномасштабные. Определение масштаба, номенклатура, старение карт, генерализация карт.

Определение топографии. Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, виды масштабов, рамка и зарамочное оформление. Генерализация топографической карты. Какие карты лучше использовать при проведении походов. Условные знаки топографических карт. Изображение рельефа на топографических картах.

#### **Тема 3.4. Топографическая карта. Масштаб.**

**Теория.** Виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и численным масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Изменение направлений (азимутов) на карте. Транспорт. Ориентирование на маршруте с помощью карты и компаса.

**Практика.** Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный. Прокладка на карте маршрута по его текстовому описанию (по легенде). Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута. Изменение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов). Определение географических и прямоугольных координат точек на топографической карте.

#### **Тема 3.5. Условные топографические знаки.**

**Практика.** Условные знаки: понятие, типы. Изучение топографических знаков по группам. Рельеф. Растительность. Гидрография. Искусственные объекты. Естественные объекты. Скалы. Способы изображения рельефа на карте. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Стороны горизонта: С., Ю., З., В. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта их градусное значение.

#### **Тема 3.6. Спортивная карта**

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивных карт, виды спортивных карт: масштабные, внемасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы.

Изображение рельефа на спортивных картах. Отдельные типы рельефа: пойменный, мелкосопочник, овражно - балочный. Тщательное изображение различных форм рельефа на спортивных картах. Влияние рельефа на пути движения. Построение профиля маршрута.

#### **Тема 3.7. Работа со спортивной картой**

**Практика.** Чтение карт разного содержания.

Упражнения на запоминание условных знаков. Изучение элементов

рельефа по моделям и на местности. Определение по горизонталям различных форм рельефа. Выбор путей движения группы с учетом основных форм и элементов рельефа.

### **Тема 3.8. Компас.**

Компас, виды компасов, правила пользования ими. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет.

### **Тема 3.9. Отработка навыков работы с компасом**

Практика. Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты. Упражнения и соревнования на прохождение азимутальных дистанций в ограниченном коридоре.

### **Тема 3.10. Измерение расстояний в походе**

Теория. Для чего в походе измерять расстояния. Способы измерения расстояний на местности и на карте. Средний шаг. От чего зависит величина среднего шага.

Практика. Измерение кривых линий (маршрутов) на картах разного масштаба курвиметром. Вычисление длины маршрута в сантиметрах и перевод их в километры.

### **Тема 3.11. Измерение среднего шага**

Теория. График, таблица и линейка перевода пар шагов в метры (ЛПШМ). Глазомер, его значение для туриста, способы тренировки глазомера.

Практика. Измерение каждым обучающимся под наблюдением руководителя своего среднего шага, составление ЛПШМ или графика перевода пар шагов в метры для разных условий ходьбы. Тренировочные упражнения на микроглазомер на чистых листах бумаги и на топокартах.

### **Тема 3.12. Измерение расстояний на карте и на местности.**

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки.

Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояния, необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага.

### **Тема 3.13. Измерение расстояний на карте и на местности**

Практика. Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности. Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, определению ширины реки, оврага.

### **Тема 3.14. Способы ориентирования**

Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей

полной информации о местности. Определение своего местонахождения при наличии сходной (параллельной) ситуации. Движение в походе при использовании кроки и схем участков маршрута.

Ориентирование при условии отсутствия видимости. Организация разведок в походе, опрос местных жителей, уточнение у них имеющихся карт и схем.

Движение по легенде - подробному описанию пути.

Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, в тундре, на воде.

Ориентирование при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения.

### **Тема 3.15. Способы ориентирования**

Практика. Упражнения по определению точки своего местонахождения на местности при помощи карты. Участие в соревнованиях по ориентированию.

### **Тема 3.16. Ориентирование по местным предметам.**

Определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды. Определение сторон горизонта при помощи местных предметов, созданных природой и людьми, по растительности.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения. Необходимость выхода на крупные линейные или площадные ориентиры. Использование троп, идущих в нужном направлении, движение по генеральному азимуту. Движение вдоль ручьев, рек, выход к жилью.

Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники.

### **Тема 3.17. Действия в случае потери ориентировки**

Действия отдельного члена группы, участника соревнований в случае потери им ориентировки. Основная задача - движение по тропам и дорогам до выхода к населенным пунктам, стремление как можно меньше срезать тропинки, идти по азимуту. Обязательное извещение организаторов соревнований о своем местонахождении при выходе к людям во избежание напрасных поисковых работ.

### **Тема 3.18. Практическое занятие по ориентированию.**

Практика. Упражнения по определению своего местонахождения на различных картах. Определение сторон горизонта по местным предметам, небесным светилам.

## **4. Краеведение (всего – 9 ч., теория – 3,5 ч., практика – 5,5 ч.)**

**Тема 4.1. Родной край. Природа, история, земляки. Туристские возможности родного края.**

Территория и границы родного края. Природа родного края: растительность, животный мир, рельеф, реки, озера, полезные ископаемые и другие природные условия. Климат, его влияние на возможности занятий

туризмом.

Административное деление. Транспортные магистрали. Промышленность. Экономика и культура, перспективы развития. Охрана природы. Законы об охране природы. Сведения о прошлом края. История края и своего населенного пункта, памятные события, происходившие на его территории. Знаменитые земляки, их роль в истории края.

Обзор экскурсионных объектов на территории родного края: памятники природы, истории и культуры. Музеи края. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Экскурсии и прогулки по ближайшим окрестностям. История своего населенного пункта. Литература по изучению родного края.

#### **Тема 4.2. Изучение района путешествия.**

Теория. Краеведческая и экскурсионная работа в походах. Ведение путевых записей: личный и групповой дневник, описание пути движения, описание экскурсионного объекта, путевой очерк. Сбор экспонатов и других краеведческих материалов. Подготовка итоговой выставки. Фотографирование в походе.

#### **Тема 4.2. Изучение района путешествия.**

*Практика.* Знакомство с картой области, района. «Путешествия» по карте. Выбор и изучение района похода. Сбор сведений о районе похода: изучение литературы, карт, беседы с местными краеведами и туристами и т.д. Подготовка и заслушивание докладов обучающихся о природе и достопримечательностях района. Разработка маршрута, составление плана и графика движения.

#### **Тема 4.3. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры**

Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и другим школьным предметам в соответствии с местными условиями.

Содержание заданий туристским группам от школы, от организаций и учреждений.

Деятельность по охране природы в условиях похода.

Изучение и охрана памятников истории и культуры. Виды памятников. Использование памятников истории и культуры в учебной и воспитательной работе.

Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксации их: составление описаний, сбор образцов для коллекций, видео– и фотосъемка, зарисовки в походе, составление схем участков маршрута, нанесение подробностей и исправлений на карту маршрута.

Правила сбора и хранение реликтовых и других материалов. Редкие и охраняемые растения и животные.

Работа среди местного населения: участие в общественных мероприятиях, концерты самодеятельности, спортивные выступления, помощь сельским школам и лесничествам.

#### **Тема 4.4. Заключительное занятие**

Повторение и закрепление пройденного материала. Подведение итогов и анализ работы.

#### **4. Планируемые результаты**

##### **Обучающиеся должны знать:**

- основные туристические понятия и термины;
- основы туристической техники;
- основы топографии и ориентирования;
- виды и классификацию компасов;
- правила поведения вне населенных пунктов;
- принципы комплектования туристической группы;
- законы, основные правила и традиции туристической группы;
- историю округа, поселка и района;

##### **Должны уметь:**

- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне;
- ориентироваться в городе;
- передвигаться по дорогам, тропам в составе группы;
- преодолевать несложные естественные препятствия;

##### **Личностные результаты освоения программы:**

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
  - формирование бережного отношения к природе;
  - овладение начальными навыками адаптации в меняющихся условиях;
  - развитие самостоятельности;
  - формирование личной ответственности перед командой;
  - развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
  - развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
  - формирование мотивации на безопасный, здоровый образ жизни, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.
- формирование мотивации к занятиям спортом, установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Обучающиеся по окончании освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Туризм» получают **сертификат о прохождении программы.**

##### **Метапредметные результаты освоения программы:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;

- освоение начальных форм познавательной и личной рефлексии;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия;
- умение определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формировать умение определять общую цель и работать в команде над ее достижением.
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность слушать собеседника и вести диалог; готовность признавать возможность существования различных точек зрения и права каждого иметь свою; излагать свое мнение и аргументировать свою точку зрения и оценку событий;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;

#### **Предметные результаты освоения программы:**

- знание классификации видов туризма;
- формирование основных представлений о спортивном туризме (маршрут и дистанция), спортивном ориентировании;
- овладение навыками подготовки к одно - двухдневному походу: одеться по погоде, подготовить продукты;
- умение пользоваться туристским снаряжением: правильно уложить рюкзак, подобрать и подогнать личное снаряжение;
- умение организовывать походный быт: организовать привал, бивак;
- умение передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- умение ориентироваться по карте и компасу;
- формирование представлений об оказании первой доврачебной помощи;
- знание основ топографии и ориентирования;
- умение ориентироваться на местности без карты (по природным признакам, по компасу);
- знание о влиянии занятий физическими упражнениями и туризмом на здоровье человека;
- умение поддерживать свою физическую форму;
- умение действовать в чрезвычайных ситуациях.

## **Раздел II. «Комплекс организационно-педагогических условий».**

### **1. Условия реализации программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туризм» реализуется на базе муниципального автономного учреждения дополнительного образования Ханты-Мансийского района «Центр дополнительного образования» в п.Горноправдинск.

#### **Материально-техническое обеспечение:**

- учебный кабинет;
- столы;
- стулья;

Для реализации программы используются следующие средства обучения:

- веревки альпинистские
- палатки
- костровое оборудование
- спальники
- коврики туристские
- компасы
- мячи (футбольный, баскетбольный, волейбольный).

#### **Наглядные и дидактические пособия:**

- учебно-топографические карты;
- мультимедийное сопровождение: видеофильмы, презентации, слайды, схемы;
- карточки-задания по оказанию первой медицинской помощи;
- обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию.

При необходимости в образовательном процессе используется ноутбук, экран, мультимедиа аппаратура.

**Информационное обеспечение:** для ведения образовательной программы «Туризм» имеется выход в интернет, как во время учебного процесса, так и при подготовке к занятиям;

**Кадровое обеспечение и квалификация педагога, осуществляющего образовательную деятельность:** – педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование, без квалификационной категории.

### **2. Формы аттестации /контроля**

Процесс обучения предусматривает следующие виды контроля: входная, промежуточная и итоговая диагностика.

Диагностическое обследование детей проводится три раза в год в начале, середине и конце учебного года и позволяет проследить динамику знаний и действенно-практического опыта каждого ребёнка на протяжении всего учебного года.

Контроль знаний, умений и навыков подводится как в ходе занятия, так и после каждого изученного раздела на практических занятиях различными методами.

Для выявления результатов освоения программы применяются следующие формы аттестации и контроля: наблюдение педагога за деятельностью обучающихся, опрос устный и письменный, выполнение практических и тестовых заданий, сдача нормативов, участие в туристическом походе.

### **3.Оценочные материалы**

Результаты образовательной деятельности отслеживаются путем проведения входного, промежуточного и итогового контроля знаний обучающихся (Приложение 2).

**Входная диагностика** проходит на первом занятии в объединении с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможности детей.

Цель – выявление стартовых возможностей и индивидуальных особенностей обучающихся в начале цикла обучения.

Задачи:

- прогнозирование возможности успешного обучения на данном этапе;
- выбор уровня сложности тем, темпа обучения;
- оценку дидактической и методической подготовленности.

*Формы:*

- устный опрос;
- анкетирование (тестирование).

Во время проведения входной диагностики педагог даёт анкету для обучающихся «Изучение интереса к занятиям у обучающихся»;

**Промежуточная диагностика** проводится 1 раз в год – в декабре.

Цель – отслеживание динамики развития каждого ребенка, коррекция образовательного процесса в направлении усиления его развивающей функции.

Задачи:

- оценка правильности выбора технологий и методик;
- корректировка организации и содержания учебного процесса.

*Формы:*

- устный и письменный опрос;
- выполнение тестовых заданий;
- игровые формы;
- участие в туристическом походе;

**Итоговая диагностика** (проводится в конце учебного года) – это проверка освоения детьми программы или ее этапа, учет изменений качеств личности каждого ребенка.

Результаты контроля фиксируются в протоколах аттестации обучающихся.

Помимо этого, на занятиях в течение всего учебного года осуществляется **текущий контроль** для отслеживания уровня освоения учебного материала программы и личностных качеств обучающихся.

*Формы:*

- педагогическое наблюдение;
- выполнение тестовых заданий;
- выполнение практических заданий.

#### **4. Методические материалы**

##### **Особенности организации образовательной деятельности:**

**Методы обучения:** представляет собой способ организации совместной деятельности педагога и обучающихся, направленной на решение образовательных задач.

На этапе изучения нового материала в основном используются объяснение, рассказ, показ, иллюстрация, демонстрация, реже - лекции.

На этапе закрепления изученного материала в основном используются беседа, дискуссия, упражнение, практическая работа.

На этапе повторения изученного - наблюдение, устный опрос, письменный контроль (тестирование).

На этапе проверки полученных знаний - выполнение нормативов, участие в соревнованиях, выставках, и др.

**Форма организации детей на занятиях:** индивидуальная, групповая, фронтальная, коллективная. На практике допускается сочетание различных форм получения образования и форм обучения.

**Формы проведения занятий:** практическое занятие, беседы, дискуссии, соревнования, семинары, занятие-экскурсия, поход.

##### **Педагогические технологии:**

Педагогические технологии, используемые во время проведения занятий кружка «Туризм» можно разделить на следующие группы:

– личностно-ориентированные технологии, главная установка которых – уникальность, целостность личности, способной на осознанный выбор в разнообразных жизненных ситуациях. Это технологии сотрудничества, коллективной творческой деятельности.

– технологии управления познавательным процессом. В их основе – четкая дозировка учебного материала, его постепенное усвоение, поэтапный контроль и оценивание.

– технологии «свободного воспитания». В их основе лежит проектирование образовательного процесса «от ребенка», от его способностей, потребностей и мотивов. Задача педагога состоит в создании условий, среды, обеспечения для развития и обучения ребенка, доверие к его личному опыту, потенциальным возможностям.

##### **Алгоритм учебного занятия:**

Занятие в учреждении дополнительного образования детей представляет собой последовательность этапов в процессе усвоения знаний, построенных на смене видов деятельности обучающихся: восприятие, осмысление, запоминание, применение, обобщение, систематика.

**Модель учебного занятия** можно представить в виде последовательности следующих этапов: организационного, проверочного, подготовительного, основного, контрольного, итогового, рефлексивного, информационного.

### Модель учебного занятия в объединении:

Блок	Этапы	Этап учебного занятия	Содержание деятельности	Время
<b>Подготовительный</b>	1	Организационный	Организация начала занятия, создание психологического настроя на учебную деятельность и активизация внимания	<b>10 минут</b>
	2	Проверочный	Проверка усвоения знаний предыдущего занятия	
<b>Основной</b>	3	Подготовительный (подготовка к новому содержанию)	Сообщение новой темы, цели учебного занятия и мотивация учебной деятельности детей.	<b>30 минут</b>
	4	Усвоение новых знаний и способов действий	Использование заданий и вопросов, которые активизируют познавательную деятельность детей. Объяснение нового материала. Проведение физминутки (с учетом кризиса внимания)	
	5	<b>Перерыв</b>		<b>10 минут</b>
	6	Усвоение способов действий	Практическая работа (групповая работа, индивидуальная работа и т.д.)	<b>35 минут</b>
<b>Итоговый</b>	7	Итоговый	Педагог совместно с детьми подводит итог занятия и проводит анализ работы.	<b>5 минут</b>
	8	Рефлексивный	Самооценка детьми своей работоспособности, психологического состояния, причин некачественной работы, результативности работы.	

### 5. Список литературы

*Литература для педагога:*

1. Алешин В.М. Дистанции в спортивном ориентировании бегом / В. М. Алешин, В. А. Пызгарев. - Воронеж: Издательско-полиграфический центр Воронежского гос. ун-та, 2008. - 204 с., [36] л. цв. ил., карты: ил., табл.; 29 см. - (Энциклопедия спортивного ориентирования).; ISBN 978-5-9273-1194-1

2. Антропов Д.М. Как завязывать узлы: 38 надеж. испытан. узлов / Д. М. Антропов. - М.: Наука: Изд. фирма "Физ.-мат. лит.", 1995. - 31,[1] с.: ил.; 20 см.; ISBN 5-02-015151-3: Б. ц.

3. Вяткин Л. А. Туризм и спортивное ориентирование [Текст]: учебник для студентов учреждений высшего образования, обучающихся по направлению подготовки "Педагогическое образование" (профиль "Физическая культура") / Л. А. Вяткин, Е. В. Сидорчук. - 8-е изд., стер. - Москва: Академия, 2017. - 221, [1] с.: ил., табл.; 22 см. - (Высшее образование. Бакалавриат); ISBN 978-5-4468-5090-7

4. Константинов Ю. С. Организация и проведение туристских походов с учащимися [Текст]: учебно-методическое пособие/Ю. С. Константинов, Г. И. Зорина, А. Г. Маслов; Российская международная акад. туризма. - Москва: Советский спорт, 2011. - 207 с.: ил., табл.; 21 см. - (Профессиональное туристское образование); ISBN 978-5-9718-0548-9

5. Константинов Ю.С. Организационно-педагогические условия туристско-краеведческой деятельности в образовательных учреждениях [Текст] / Ю. С. Константинов, Г. И. Зорина; Российская междунар. акад. туризма. - Москва: Логос, 2011. - 191 с.: табл.; 22 см. - (Туристика: монографические исследования); ISBN 978-5-98704-615-9

6. Константинов Ю. С. Детско-юношеский туризм: учебно-методическое пособие / Ю. С. Константинов; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное агентство по образованию, Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. - Москва: Изд-во ФЦДЮТиК, 2006. - 600 с.: ил., табл.; 22 см.; ISBN 5-98086-013-4

7. Кошеваров А. В. Пешеходный туризм [Текст]: методическое пособие / А. В. Кошеваров, Е. А. Чудакова; [Упр. образования, науки и молодежной политики администрации г. Рязани], Муниципальное образовательное учреждение доп. образования "Центр детского и юношеского туризма и экскурсий", ГОУ ДПО "Рязанский обл. ин-т развития образования". - Рязань: Изд-во Рязанского обл. ин-та развития образования, 2010. - 147 с.; 20 см.; ISBN 978-5-7943-0391-9

8. Макурин С. К. Азбука пешеходного туризма: учеб. пособие / С. К. Макурин, А. Г. Шмик; М-во общ. и проф. образования РФ. Челяб. гос. техн. ун-т. Каф. физ. воспитания. - Челябинск: Изд-во ЧГТУ, 1997. - 13 с.; 20 см.; ISBN 5-696-00916-6: 70 экз.

9. Моргунова Т. В. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию: учебно-методическое пособие / Т. В. Моргунова. - Москва: Советский спорт, 2008 (М.: Московская типография N 6). - 91, [1] с.: ил., цв. ил.; 30 см.; ISBN 978-5-9718-0269-3

10. Смирнов Д. В. Программы дополнительного образования детей. Вып. 5. Спортивный туризм: туристское многоборье. В 2 ч. Ч. 1. Базовая, начальная и учебно-тренировочная туристско-спортивная подготовка. - М.: Советский спорт, 2003 (ПИК ВИНТИ). - 126 с.; ISBN 5-85009-814-3

11. Туристско-краеведческие кружки в школе: Метод. указания для руководителей / [И. А. Верба и др.]; Под ред. В. В. Титова. - М.: Просвещение, 1988. - 156,[2] с.: ил.; 22 см.; ISBN 5-09-000818-3

12. Штюрмер Ю. Ал. Опасности в туризме, мнимые и действительные / Ю. А. Штюрмер. - Изд. 3-е, без изм. - Москва: Изд-во Игоря Балабанова, 2008. - 123, [1] с.: ил., портр., табл.; 20 см.; ISBN 978-5-91563-006-1

13. Хрипкова, Антонина Георгиевна. Возрастная физиология и школьная гигиена / А. Г. Хрипкова, М. В. Антропова, Д. А. Фарбер. - М.: Просвещение, 1990. - 318,[1] с.: ил.; 21 см. - (Учеб. пособие для пед. ин-тов).; ISBN 5-09-002687-4

*Литература для обучающихся:*

Куликов В. М. Словарь юного туриста / В.М. Куликов, Л.М. Ротштейн, Ю.В. Константинова; Федер. центр дет.-юнош. туризма и краеведения. - М.: Изд-во Федер. центра дет.-юнош. туризма и краеведения, 2004. - 76 с.: ил.; 21 см.; ISBN 5-98086-004-5

Вьюжек, Том. Логические игры, тесты, упражнения / Вьюжек Т. - Москва: Эксмо, 2006 (Можайск (Моск.обл.): Можайский полиграфкомбинат). - 296 с.; 20 см. - (Тренируй свой ум).; ISBN 5-699-18611-5

Рундквист, Николай Антонович. Урал [Текст]: иллюстрированная краеведческая энциклопедия: более 6000 статей, около 1500 фотографий, 75 картографических изображений / Николай Рундквист, Ольга Задорина. - Екатеринбург: Уральский рабочий, 2013. - 589, [2] с.: ил.; 30 см.; ISBN 978-5-85383-523-8

**Календарный учебный график  
базовый модуль «Азбука туризма»**

Количество часов в неделю: одна группа - 4,5 недельных часа, 72 часа

Количество учебных недель: 16 учебных недель

Период обучения: с 01 сентября 2023 по 31 декабря 2023

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Форма занятия	Форма аттестации/контроля	Дата по плану	Дата по факту
<b>1.</b>	<b>Основы туристской подготовки</b>	<b>13,5</b>				
1.1.	Вводное (организационное) занятие	2	Лекция	Беседа, устный опрос	01.09.	
1.2.	Воспитательная и образовательная роль туризма.	2,5	Занятие-презентация	Беседа, устный опрос	02.09.	
1.3.	История развития туризма в России. Туристские путешествия.	2	Занятие-презентация	Беседа, устный опрос	08.09.	
1.4.	Виды туризма.	2,5	Комбинированное занятие	Наблюдение, устный опрос	09.09.	
1.5.	Виды туризма.	2	Практическое занятие	Устный опрос, наблюдение	15.09.	
1.6.	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения.	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	16.09.	
<b>2.</b>	<b>Организация техники движения в походе</b>	<b>9</b>				
2.1.	Туристская группа в походе	2	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	22.09.	
2.2.	Режим движения в туристском походе	2,5	Практическое занятие		23.09.	
2.3.	Техника движения в туристском походе.	2	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	29.09.	
2.4.	Отработка техники движения в туристском походе.	2,5	Практическое занятие	Устный опрос, наблюдение	30.09.	
<b>3.</b>	<b>Топография и ориентирование.</b>	<b>40,5</b>	Комбинированное занятие			
3.1.	Земля и карта.	2	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	06.10.	
3.2.	Обязанности туриста – проводника.	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	07.10.	
3.3.	Туристическая топография.	2	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	13.10.	

3.4.	Топографическая карта. Масштаб.	2,5	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	14.10.	
3.5.	Условные топографические знаки.	2	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	20.10.	
3.6.	Спортивная карта.	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	21.10.	
3.7.	Работа со спортивной картой.	2	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	27.10.	
3.8.	Компас.	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	28.10.	
3.9.	Отработка навыков работы с компасом.	2	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	03.11.	
3.10.	Измерение расстояний в походе	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, наблюдение	04.11.	
3.11.	Измерение среднего шага	2	Комбинированное занятие	Беседа, наблюдение	10.11.	
3.12.	Измерение расстояний на карте и на местности.	2,5	Практическое занятие	Беседа, устный опрос	11.11.	
3.13.	Измерение расстояний на карте и на местности.	2	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	17.11.	
3.14.	Способы ориентирования.	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	18.11.	
3.15.	Способы ориентирования.	2	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	24.11.	
3.16.	Ориентирование по местным предметам.	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	25.11.	
3.17.	Действия в случае потери ориентировки.	2	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	01.12.	
3.18.	Практическое занятие по ориентированию.	2,5	Практическое занятие	Беседа, наблюдение	02.12.	
<b>4.</b>	<b>Краеведение</b>	<b>9</b>				
4.1.	Родной край. Туристские возможности родного края.	2	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	08.12.	
4.2.	Изучение района путешествия.	2,5	Практическое занятие	Беседа, устный опрос	09.12.	
4.3.	Проведение краеведческой викторины.	2	Практическое занятие	Викторина	15.12.	
4.3.	Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.	2,5	Комбинированное занятие	Беседа, устный опрос	16.12.	
	<b>Итого:</b>	<b>72</b>				

## Пакет оценочных материалов

Мониторинг:

Параметры	Критерии	Степень выраженности качества (оценивается педагогом в процессе наблюдения за учебно-практической деятельностью ребенка и ее результатами)	Баллы
<b>Мотивация</b>	Выраженность интереса к занятиям	Интерес практически не обнаруживается	1
		Интерес возникает лишь к новому материалу	2
		Интерес возникает к новому материалу, но не к способам решения	3
		Устойчивый учебно-познавательный интерес, но он не выходит за пределы изучаемого материала	4
		Проявляет постоянный интерес и творческое отношение к предмету, стремится получить дополнительную информацию	5
<b>Самооценка</b>	Самооценка деятельности на занятиях	Ученик не умеет, не пытается и не испытывает потребности в оценке своих действий – ни самостоятельной, ни по просьбе учителя	1
		Приступая к решению новой задачи, пытается оценить свои возможности относительно ее решения, однако при этом учитывает лишь то, знает он ее или нет, а не возможность изменения известных ему способов действия	2
		Может с помощью учителя оценить свои возможности в решении задачи, учитывая изменения известных ему способов действий	3
		Может самостоятельно оценить свои возможности в решении задачи, учитывая изменения известных способов действия	4
<b>Нравственно-этические установки</b>	Ориентация на общепринятые моральные нормы и их выполнение в поведении	Часто нарушает общепринятые нормы и правила поведения	1
		Допускает нарушения общепринятых норм и правил поведения	2
		Недостаточно осознает правила и нормы поведения, но в основном их выполняет	3
		Осознает моральные нормы и правила поведения в социуме, но иногда частично их нарушает	4
		Всегда следует общепринятым нормам и правилам поведения, осознанно их принимает	5
<b>Познавательная сфера</b>	Уровень развития познавательной активности,	Уровень активности, самостоятельности ребенка низкий, при выполнении заданий требуется постоянная внешняя стимуляция, любознательность не проявляется	1
		Ребенок недостаточно активен и самостоятелен, но при выполнении заданий требуется	2

	самостоятельности	внешняя стимуляция, круг интересующих вопросов довольно узок		
		Ребенок любознателен, активен, задания выполняет с интересом, самостоятельно, не нуждаясь в дополнительных внешних стимулах, находит новые способы решения заданий	3	
<b>Регулятивная сфера</b>	Произвольность деятельности	Деятельность хаотична, непродуманна, прерывает деятельность из-за возникающих трудностей, стимулирующая и организующая помощь малоэффективна	1	
		Удерживает цель деятельности, намечает план, выбирает адекватные средства, проверяет результат, однако в процессе деятельности часто отвлекается, трудности преодолевает только при психологической поддержке	2	
		Ребенок удерживает цель деятельности, намечает ее план, выбирает адекватные средства, проверяет результат, сам преодолевает трудности в работе, доводит дело до конца	3	
	Уровень развития контроля	Ученик не контролирует учебные действия, не замечает допущенных ошибок	1	
		Контроль носит случайный произвольный характер; заметив ошибку, ученик не может обосновать своих действий	2	
		Ученик осознает правило контроля, но затрудняется одновременно выполнять учебные действия и контролировать их	3	
		При выполнении действия ученик ориентируется на правило контроля и успешно использует его в процессе решения задач, почти не допуская ошибок	4	
		Самостоятельно обнаруживает ошибки, вызванные несоответствием усвоенного способа действия и условий задачи, и вносит коррективы	5	
	<b>Коммуникативная сфера</b>	Способность к сотрудничеству	В совместной деятельности не пытается договориться, не может прийти к согласию, настаивает на своем, конфликтует или игнорирует других	1
			Способен к сотрудничеству, но не всегда умеет аргументировать свою позицию и слушать партнера	2
Способен к взаимодействию и сотрудничеству (групповая и парная работа; дискуссии; коллективное решение учебных задач)			3	
Проявляет эмоционально позитивное отношение к процессу сотрудничества; ориентируется на партнера по общению, умеет слушать собеседника, совместно планировать, договариваться и распределять функции в ходе выполнения задания, осуществлять взаимопомощь			4	



## Тест № 1. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ОБЯЗАННОСТЕЙ В ГРУППЕ

### ***I. Кто в группе отвечает за питание?***

1. Руководитель.
2. Завхоз
3. Реммастер
4. Медик
5. Хронометрист

### ***II. Кто в группе контролирует время (ходовое)?***

1. Реммастер
2. Руководитель
3. Медик
4. Хронометрист
5. Завхоз I

### ***III. Кто в группе отвечает за ремонт и подготовку снаряжения?***

1. Реммастер
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Руководитель

### ***IV. Кто отвечает в группе за доврачебную медицинскую помощь?***

1. Руководитель
2. Медик
3. Завхоз
4. Хронометрист
5. Фотограф

### ***V. Кто в походе отвечает за жизнь и безопасность? 1. Руководитель***

2. Завхоз
3. Медик
4. Хронометрист
5. Реммастер

### ***VI. Кем является каждый идущий в поход?***

1. Руководителем
2. Завхозом
3. Групповиком
4. Участником
5. Фотографом

### ***VII. Чем обязан заниматься завхоз?***

1. Во время подготовки к походу?
2. В походе?
3. После похода?
  - а) Закупать продукты.
  - б) Следить за дежурными.
  - в) Расфасовывать продукты.
  - г) Стирать мешочки от продуктов.
  - д) Распределять продукты и снаряжение.
  - е) Закупать продукты в походе.

ж) Составлять график дежурств.

**VIII. Чем обязан заниматься хронометрист?**

1. Перед походом?

2. В походе?

3. После похода?

а) Фиксировать ходовое время.

б) Подготовить блокнот, карандаш и часы.

в) Фиксировать все контрольные пункты, азимуты движения и т.д. г) Составить таблицу хронометража и отдать руководителю для отчета. д) Забывать записывать ходовое время.

е) Фиксировать пройденные километры.

**IX. Каковы обязанности руководителя группы?**

1. Во время подготовки к походу?

2. В походе?

3. После похода?

а) Оформить отчет о походе.

б) Организовать подготовку к походу.

в) Закупать продукты.

г) Пройти всестороннюю подготовку до начала похода.

д) Делать отметки о прохождении маршрута в контрольных пунктах.

е) Помогать попавшим в беду.

**X. Кто и за что отвечает в походе?**

1. Хронометрист?

2. Завхоз?

3. Реммастер?

4. Медик?

а) Приобретает и хранит ремонтный инструмент.

б) Фиксирует прохождение контрольных пунктов.

в) Составляет меню.

д) Фиксирует время в пути.

г) Руководит ремонтом.

е) Приобретает и хранит медаптечку.

ж) Распределяет продукты и снаряжение

з) Следит за выполнением санитарных правил

**Тест № 2 СНАРЯЖЕНИЕ**

**I. Что относится к личному снаряжению?**

1. Палатка.

2. Рюкзак.

3. Котелок.

4. Куртка.

5. Нож.

**II. Что относится к общественному (групповому) снаряжению?**

1. Свитер.

2. Картографический материал.

3. Веревка.

4. Велосипед.

5. Топор.

**III. Что относится к специальному снаряжению?**

1. Лыжи.
2. Ботинки.
3. Коврик.
4. Бахилы.
5. Спальник групповой.

**IV. Какое личное снаряжение надо взять в поход, чтобы было тепло спать в палатке?**

1. Кроссовки.
2. Свитер.
3. Носки шерстяные.
4. Белую рубашку.
5. Шапку.

**V. Без какого снаряжения нельзя пойти кататься на лыжах?**

1. Кружки.
2. Куртки.
3. Котелок.
4. Лыжи.
5. Рукавицы.

**VI. Что относится к костровому снаряжению?**

1. Кружка.
2. Котелок.
3. Топор.
4. Тросик с крючками.
5. Половник.

**VII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лыж?**

1. Отвертку.
2. Лезвие.
3. Шило.
4. Шурупы.
5. Стамеску.

**VIII. Что надо взять в ремнабор для ремонта лямок рюкзака?**

1. Напильник.
2. Толстую иглу.
3. Капроновые нитки.
4. Гвозди.
5. Пассатижи.

**IX. Какая деталь на рюкзаке необходима и обязательна в зимнем походе?**

1. Карман.
2. Тубус.
3. Пояс.
4. Шнуровка боковая.
5. Стяжки боковые.

**X. Какой спальный мешок предпочтительнее брать с собой в зимний поход, когда идешь с обучающимися?**

1. Одноместный.

2. Кокон.
3. Одеяло.
4. Многоместный.
5. Любой.

***XI. Какие лыжи предпочтительнее брать в лыжный поход?***

1. В горном районе?
2. В лесном районе?
3. Для лыжной прогулки?
  - а) «Бескид»
  - б) «Турист»
  - в) «Лесные»
  - г) «Тайга»
  - д) Беговые деревянные
  - е) Беговые (пластик)

***XII. Что обязательно должно быть на штормовке у туриста лыжника?***

1. Капюшон с опушкой.
2. Большой нагрудный карман.
3. Тубусы на рукавах.
4. Резинка внизу.
5. Боковые карманы.

***XIII. Какое снаряжение туриста – лыжника защищает его ноги от отморожения и попадания снега?***

1. Ботинки.
2. Носки.
3. Бахилы.
4. Чуни.
5. Брюки штормовые.

***XIV. Какое «приспособление» желательно иметь в походе, чтобы было безопасно сидеть у костра, на снегу, на мокрой кочке?***

1. Стул.
2. меховые рукавицы.
3. Подстилку из меха.
4. Рюкзак.
5. Сидушку.

***XV. Что может надежно защитить лицо участника лыжного похода при сильном ветре?***

1. Маска.
2. Шарф.
3. Воротник свитера.
4. Рукавица.
5. Капюшон.

***XVI. Что надо одеть на ноги ночью, чтобы они не мерзли в спальнике?***

1. Мокрые валенки.
2. Чуни или меховые чулки.
3. Шерстяные носки.
4. Намотать портянки.
5. Ботинки.

XVII. В чем должно лежать КЛМН, чтобы оно не терялось у костра и в рюкзаке?

1. В полиэтиленовом мешке.
2. В тряпичном мешке.
3. Просто так.
4. В кармане рюкзака.

XVIII. Какое общественное снаряжение необходимо, чтобы переночевать в сильный мороз в шатре?

1. Топор.
2. Печка.
3. Ремнабор.
4. Тент.

### Тест № 3 БИВАК

***I. Какие действия у костра могут привести к травме (ожогу)?***

1. Сушка обуви.
2. Махание горящей веткой.
3. Борьба за место у костра.
4. Бег вокруг костра.
5. Чтение книги.

***II. Каков порядок установки палатки?***

1. Застегнуть вход палатки.
2. Вынуть палатку из чехла.
3. Натянуть и закрепить боковые оттяжки.
4. Закрепить натяжение центральных оттяжек с помощью колышек.
5. Растянуть и закрепить днище палатки.
6. Поставить центральные стойки спереди и сзади палатки.

***III. Каков порядок сборки палатки?***

1. Выдернуть из земли все колышки, удерживающие палатку.
2. Взявшись за центральные оттяжки конька собрать все оттяжки, расположенные с одной и с другой стороны конька.
3. Уложить в чехол.
4. Вывернуть палатку на левую сторону, вытряхнуть мусор, затем вернуть палатку в исходное состояние.
5. Уложить на землю и свернуть.

***IV. В какой последовательности надо завалить дерево толщиной 25 – 30 см. и более?***

1. Сделать подруб запила (со стороны 1/3).
2. Определить естественный наклон дерева. 3. Когда дерево начнет падать, отойти в сторону.
4. Сделать надпил на 1/3 толщины ствола со стороны, куда надо завалить дерево.
5. С другой стороны на 10 – 15 см. выше первого сделать надпил, пока оба надпила не совместятся.

***V. Что нельзя делать, когда валишь дерево?***

1. Проверять насадку топора.
2. Ничего.
3. Все можно делать.
4. Раскачивать подпиленное дерево.

5. Подрубить первый надпил.

***VI. Как надо обрубать сучки на поваленном дереве?***

1. Как хочешь.
2. От вершины к комелю.
3. Справа от середины ствола.
4. От комеля к вершине.
5. Слева от середины ствола.

***VII. Какой тип костра применяется для освещения?***

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Шалаш.
5. Любой.

***VIII. Какой тип костра лучше применять большой группе при плохой погоде?***

1. Нодья.
2. Колодец.
3. Шалаш.
4. Таежный.
5. Любой.

***IX. Какой тип костра лучше применять при аварийной ночевке в лесу?***

1. Шалаш.
2. Колодец.
3. Таежный.
4. Любой.
5. Нодья.

***X. Как правильно развести костер?***

1. Приготовить дрова от тонких до толстых.
2. Зажечь березовую кору.
3. Подготовить площадку для костра (окопать, обложить камнями).
4. Положить березовую кору на настил, сверху положить тонкие дрова (ветки), а еще выше – потолще.
5. Сделать настил из толстых веток.
6. Заготовить березовую кору.
7. По мере возгорания пламени подкладывать потолще ветки.

***XI. Зимой, после установки шатра с печкой, должен ли быть постоянный дежурный у горящей печи?***

1. Без разницы.
2. Да.
3. Нет.
4. Может быть временно (подкинуть дрова).

***XII. Как надо сушить ботинки у костра?***

1. Поставил и ушел.
2. Поставил и попросил дежурного присмотреть.
3. Поставил перед собой и постоянно их поворачивать.
4. Не знаю.
5. Держишь ботинки в руках.

***XIII. Как надо сушить ботинки у печки в шатре?***

1. Поставить под печку.
2. Поставить возле печки и уйти.
3. Держать в руках.
4. Постоянно следить за ними.
5. Подвесить к крыше шатра или на кол.

***XIV. Можно ли оставлять зажженную свечу без присмотра в шатре (палатке)?***

1. Можно.
2. Нельзя.
3. Можно, но иногда заглядывать в шатер.
4. Можно на пять минут.

***XV. Что жизненно необходимо при ночном дежурстве у печи в шатре?***

1. Сухое горючее и растопка
2. Чай.
3. Дрова.
4. Фонарь.
5. Кружка.

***XVI. Где должен располагаться центр тяжести рюкзака по отношению к центру тяжести тела человека?***

1. Выше.
2. Ниже
3. Справа.
4. Как можно ближе.
5. Слева.

**Тест № 4 КОМАНДЫ ПРИ РАБОТЕ С ВЕРЕВКАМИ.**

***I. Какая команда подается при освобождении участником перильной веревки?***

1. Пошел.
2. Вперед.
3. Быстрее.
4. Свободно.
5. Ухожу.

***II. Какая команда подается при провисании страховочной веревки?***

1. Подтяни.
2. Выбери
3. Возьми
4. Забери
5. Выдай

***III. Какая команда подается при сильном натяжении страховочной веревки?***

1. Отдай.
2. Выбери.
3. Расслабь.
4. Выдай.
5. Отпусти.

***IV. Какая команда подается при готовности к страховке?***

1. Я держу тебя.

2. Я страхую.
  3. Страховка готова.
  4. Все нормально.
  5. Можешь идти.
- V. После какой команды страхуемый начинает движение в опасной зоне?***
1. Можно идти.
  2. Вперед.
  3. Двигай.
  4. Начинай движение.
  5. Пошел.

### **Тест № 5 УЗЛЫ**

***I. Какие узлы используются для вязки петель?***

1. Прямой.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Ткацкий.
5. Штык.

***II. Какие узлы используются для связывания веревок одного диаметра?***

1. Прямой.
2. Двойной проводник.
3. Ткацкий.
4. Булинь.
5. Встречный.

***III. Какие узлы используются для связывания веревок разного диаметра?***

1. Академический.
2. Ткацкий.
3. Прямой.
4. Встречный.
5. Брамшкотовый.

***IV. Какие узлы не требуют завязывания на концах веревки контрольных узлов?***

1. Восьмерка.
2. Встречный.
3. Ткацкий.
4. Прямой.
5. Проводник.

***V. Какой из узлов предназначен для связывания веревок одного диаметра, подвержен саморазвязыванию и сильно затягивается?***

1. Встречный.
2. Проводник.
3. Булинь.
4. Прямой.
5. Схватывающий.

***VI. Какой узел применяется для самостраховки на наклонных перилах?***

1. Двойной проводник.
2. Двойной схватывающий.

3. Прямой.
4. Стремя.
5. Удавка.

***VII. Какой узел применяется для перевязки перетертых веревок и для вязки петли на середине веревки?***

1. Австрийский проводник.
2. Серединный проводник.
3. Бабочка.
4. Пчелка.
5. Прямой.

***VIII. Какой узел применяется для самостраховки при движении по наклонным перилам, когда веревка мокрая или обледенела?***

1. Удавка.
2. Штык.
3. Стремя.
4. Узел Бахмана.
5. Схватывающий.

***IX. Каким узлом блокируется страховочная система, состоящая из грудной и беседочной обвязок?***

1. Проводник.
2. Восьмерка.
3. Булинь.
4. Стремя.
5. Встречный.

### **Тест № 6 ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ ЗНАКИ**

***I. К какой группе топографических знаков относятся:***

1. Масштабные.
  - а) Лес.
2. Линейные.
  - б) Просека.
3. Внемасштабные.
  - в) Луг.
  - г) Мост.
  - д) Памятник.

***II. К какой группе топографических знаков относится изображение рек, дорог, каналов и троп?***

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

***III. К какой группе топографических знаков относится изображение леса, поля и озера?***

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.

4. Линейные.
5. Площадные.

**IV. К какой группе топографических знаков относится изображение башен, ветряных мельниц, бензоколонок?**

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

**V. К какой группе топографических знаков относятся названия городов, рек, озер?**

1. Масштабные.
2. Внемасштабные.
3. Пояснительные.
4. Линейные.
5. Площадные.

### Тест № 7 КАРТА И МАСШТАБ

**I. Допишите недостающие слова.**

Географическая карта - это уменьшенное обобщенное изображение земной \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_, построенное в определенной \_\_\_\_\_.

**II. К каким картам по содержанию относятся топографические карты?**

1. Общегоеографические.
2. Специальные (тематические).

**III. Допишите недостающие слова.**

Топографические карты – это \_\_\_\_\_ карты масштаба \_\_\_\_\_ и крупнее, подробно изображающие \_\_\_\_\_.

**IV. Допишите недостающие слова.**

Масштаб карты – это степень уменьшения \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_ относительно соответствующих им \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_.

**V. Допишите недостающие слова.**

Численный масштаб – это масштаб карты, выраженный дробью \_\_\_\_\_, которой - \_\_\_\_\_, а \_\_\_\_\_ – число показывающее, во сколько раз \_\_\_\_\_ на карте \_\_\_\_\_ местности.

**VI. Какой масштаб самый крупный?**

1. 1:200000
2. 1:50000
3. 1:25000
4. 1:5000
5. 1:10000

**VII. Допишите недостающие слова.**

Линейный масштаб – это \_\_\_\_\_ изображение \_\_\_\_\_ масштаба, представляет собой \_\_\_\_\_, на которой деления соответствуют определенным \_\_\_\_\_ на \_\_\_\_\_.

**VIII. Какой масштаб самый мелкий?**

1. 1:2000000
2. 1:1000000
3. 1:25000
4. 1:500000

5. 1:50000

### Тест № 8 ОРИЕНТИРОВАНИЕ БЕЗ КОМПАСА

#### *I. Допишите недостающие слова.*

1. Направить стрелку \_\_\_\_\_
2. На \_\_\_\_\_, в точку золотую.
3. Меж стрелкою и цифрой \_\_\_\_\_
4. Есть \_\_\_\_\_ – важен он для нас
5. Делите \_\_\_\_\_ пополам
6. И сразу \_\_\_\_\_ найдете там.

#### *II. С какой стороны располагаются муравейники по отношению к деревьям?*

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

#### *III. С какой стороны на хвойных деревьях большое количество смоляных подтеков?*

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

#### *IV. С какой стороны покрыты лишайником (мхом) деревья и камни?*

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

#### *V. С какой стороны кора на березе белая и чистая?*

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

#### *VI. С какой стороны у одиноко стоящего дерева гуще крона?*

1. Северной.
2. Западной.
3. Южной.
4. Восточной.
5. Любой.

#### *VII. На каких склонах горы быстрее тает снег?*

1. Северных.
2. Западных.
3. Южных.
4. Восточных.

#### *VIII. Какое ребро на квартальном столбике между двумя соседними гранями указывает направление на север?*

1. С наибольшими числами.
2. С любыми.
3. С наибольшим и наименьшим числом.
4. С наименьшими числами.

***IX. На каких склонах оврага быстрее тает снег?***

1. Северных.
2. Западных.
3. Южных.
4. Восточных.

### **Тест № 9 СНАРЯЖЕНИЕ**

***I. Каким должен быть минимальный диаметр веревки, применяемой для организации страховки, перил и сопровождения?***

1. 6мм.
2. 8мм.
3. 10мм.
4. 4мм.
5. 12мм.

***II. Можно ли использовать поврежденную веревку?***

1. Да.
2. Нет.
3. На усмотрение команды.

***III. Что надо сделать с поврежденным участком веревки?***

1. Заблокировать с помощью узла.
2. Продолжить работу.
3. Вырезать поврежденный участок.

***IV. Какие карабины можно использовать для организации страховки?***

1. Стандартные с муфтами, не имеющие каких-либо доработок, снижающих их прочность.
2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.
3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.
4. Без муфт.
5. Любые.

***V. Какие карабины могут применяться при транспортировке груза?***

1. Стандартные с муфтами, не имеющие каких-либо доработок, снижающих их прочность.
2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.
3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.
4. Без муфт.
5. Любые.

***VI. Какие карабины могут применяться для подключения страховочной веревки к участнику?***

1. Стандартные с муфтами, не имеющие каких-либо доработок, снижающих их прочность.

2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.

3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.

4. Без муфт.

5. Любые.

***VII. Какие карабины используются для подключения сопровождающей веревки к участнику и опоре?***

1. Стандартные с муфтами, не имеющими каких-либо доработок, снижающих их прочность.

2. С муфтами, имеющими конструктивные доработки, не снижающие их прочность.

3. Самодельные карабины из стальных и титановых сплавов, допускаемых комиссией по снаряжению.

4. Без муфт.

5. Любые.

***VIII. Какой минимальный диаметр веревки применяется для блокировки?***

1. 4мм.

2. 6мм.

3. 8мм.

4. 10мм.

5. 12мм.

***IX. Можно ли применять для самостраховки стропы, оплетки веревок?***

1. Да.

2. Нет.

3. Не знаю.

***X. Должен ли участник находиться в рукавицах при выполнении страховки?***

1. Да.

2. Нет.

3. Не знаю.

***XI. Должен ли участник находиться в рукавицах при сопровождении груза?***

1. Да.

2. Нет.

3. Не знаю.

***XII. Должен ли участник находиться в рукавицах при спуске по перилам?***

1. Да.

2. Нет.

3. Не знаю.

***XIII. Должен ли участник находиться в рукавицах при движении по навесной переправе?***

1. Да.

2. Нет.

3. Не знаю.

***XIV. Должен ли участник быть в каске при прохождении навесной переправы?***

1. Да.
2. Нет.
3. Не знаю.

**XV. Должен ли участник быть в каске при прохождении переправы вброд?**

1. Да.
2. Нет.
3. Не знаю.

**XVI. Должен ли участник быть в каске при прохождении переправы по бревну?**

1. Да.
2. Нет.
3. Не знаю.

**XVII. Должен ли участник быть в каске при прохождении болота по жердям?**

1. Да.
2. Нет.
3. Не знаю.

**XVIII. Каков минимальный диаметр веревки, используемой для организации опорной петли?**

1. 12мм.
2. 10мм.
3. 8мм.
4. 6мм.
5. 4мм.

**XIX. Какая основная веревка должна использоваться при организации петли групповой самостраховки?**

1. Одинарная.
2. Двойная.
3. Тройная.
4. Любая.
5. Не знаю.

**XX. Должен ли быть на каске шнур-каскауловитель?**

1. Да.
2. Нет.
3. Не знаю.

## Методическая разработка №1 Конспект занятия объединения «Туризм»

**Тема занятия** - обучение вязке туристических узлов

**Тип занятия** - изучение нового материала

**Цель занятия:** Познакомить обучающихся с основными туристскими узлами

**Задачи:**

**Образовательные:** обучить вязать основные туристские узлы, применяемые в походе

**Развивающие:** развивать внимание, память, ловкость, моторику;

**Воспитательные:** воспитывать у обучающихся чувство коллективизма и взаимопомощи, воспитывать усердие, усидчивость, аккуратность, дисциплинированность, взаимопомощь

**Планируемые результаты:**

**Личностные:** осуществление потребности в творческой деятельности, проявление интереса к новому.

**Регулятивные:** определение и формулирование цели деятельности на занятии с помощью педагога.

**Познавательные:** ориентация в своей системе знаний: - умение отличать новое от уже известного; формирование умения добывать новые знания – находить ответы на вопросы, используя свой жизненный опыт и полученную на занятии информацию; формирование умения перерабатывать полученную информацию.

**Коммуникативные:** донести свою позицию до других - грамотно выражать свою мысль в устной или письменной речи, слушать и понимать речь других; использование навыков взаимодействия в команде.

**Форма работы:** индивидуальная и групповая - перед началом занятия, обучающиеся делятся на 3 группы по 4 человека.

**Материал и оборудование:** Туристское снаряжение: палатка, тент, веревки, рюкзак, коврик, карточки с названиями узлов

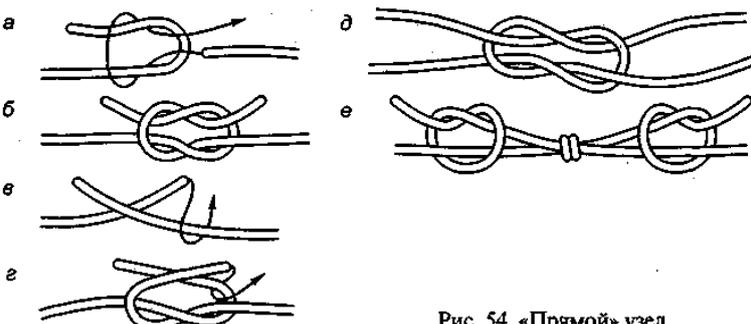
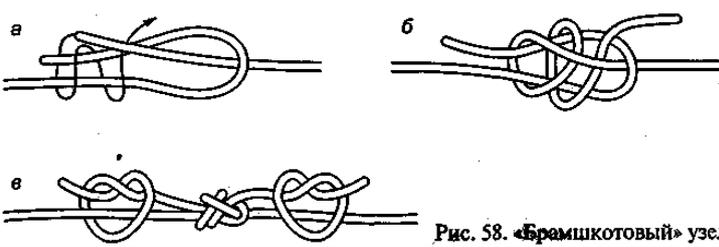
**Техническое оснащение:** компьютер, мультимедийный проектор

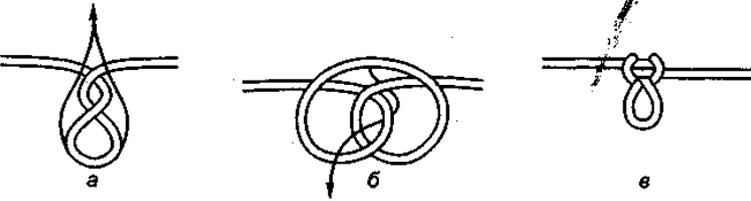
Ход занятия.

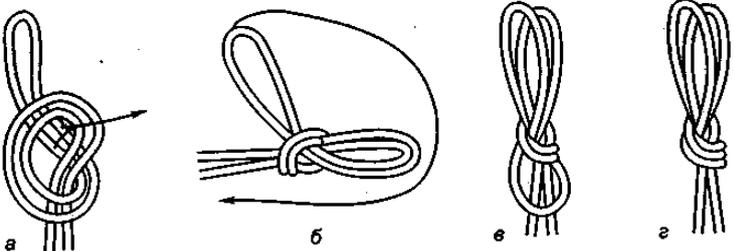
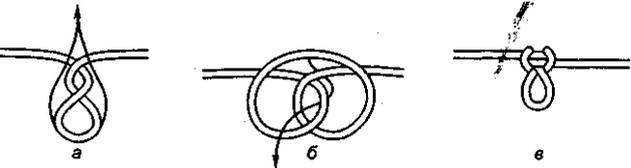
№ п/п	Время	Содержание занятия	Примечание
<b>1.</b>	<b>Организационный момент.</b>		
	3 мин.	Добрый день. Занимайте свои рабочие места. Приготовьте рабочие тетради, ручки, карандаши. Сосредоточим наше внимание на одном из важнейших вопросов туризма - узлах.	Проверяю готовность ребят к занятию, добиваюсь тишины и внимания. Отмечаю отсутствующих, уточняю причину отсутствия на

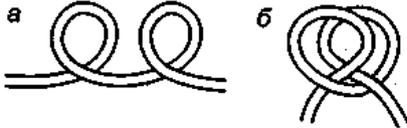
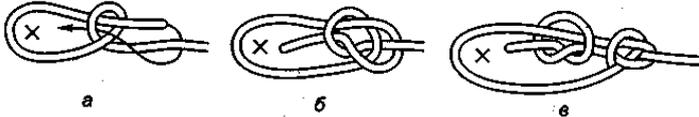
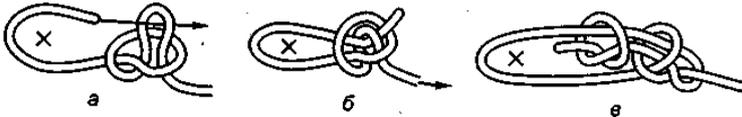
			прошлом занятии. Записываю тему на доске. Перехожу к ведению занятий. Наглядные пособия приготовлены до занятия.
<b>2.</b>	<b>Вводная беседа.</b>		
	6 мин.	<p>Узлы, применяемые сейчас в туризме, альпинизме, спелеологии, скалолазании и при высотных работах, берут своё начало в морских узлах. Те из вас, кто более подробно хочет ознакомиться с разнообразием узлов в мире, можно посоветовать обратиться к специальной литературе, которую можно отыскать в библиотеке. Нас же пока интересуют узлы, непосредственно касающиеся туризма. Из всех морских узлов, а их около четырёх тысяч были отобраны такие, которые в минимальной степени ослабляют верёвку, не ползут, не являются саморазвязывающимися. Узлы, применяемые при горновосхождениях, подразделяются на три группы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Группа узлов для самостраховки (все узлы обвязки, схватывающие узлы, булинь, проводника и т.д.).</li> <li>2) Основные (применяются для связывания верёвок)</li> <li>3) Специальные (вспомогательные)</li> </ol> <p>Существуют и другие деления, например, выделяют группу узлов проводника и т.д., но в данном случае вопрос терминологии не очень принципиален, пока наша задача на данном этапе сводится к изучению узлов.</p> <p>На практике, знание узлов является очень важным, так как неправильно или недостаточно быстро завязанный узел может привести к весьма трагическим последствиям. В связи с тем, что зачастую приходится вязать узел очень быстро и в неудобных условиях (зависнув на перилах или страховке в неудобной позе, на маленькой площадке на скалах или льду) человек должен уметь это делать автоматически, не задумываясь.</p>	
<b>3.</b>	<b>Сообщение темы.</b>		
	3 мин.	И так, как вы уже наверно догадались, тема нашего сегодняшнего занятия - узлы. Обратите внимание на запись на доске. Возьмите ручки и	Даю время обучающимся, для записи в рабочих

		запишите в своих тетрадочках сегодняшнее число и тему нашего занятия. Записали? Отложите всё в сторону, чтобы вам не мешало. Продолжим беседу.	тетрадах темы занятия.
<b>4.</b>	<b>Вводный инструктаж.</b>		
3 мин.	Прежде, чем перейдём к изучению узлов, хочу обратить ваше внимание на правильность обращения с отрезками верёвок, с которыми нам предстоит работать. Кстати, будет сказать, что они именуются репшнурами или в простонародье, у туристов, репам. Итак, первое и самое главное правило – ни в коем случае нельзя баловаться репшнуром на занятии, бросать его, резко дёргать, хлестаться, привязывать друг к другу, накидывать на шею и т.п. Работать с репшнуром при завязывании узлов необходимо аккуратно, чтобы не захлестнись концами ни свои глаза, ни глаза соседа. Берегите глаза. Ваше здоровье, что называется, в ваших руках, в прямом и переносном смысле этого слова.	Раздаю обучающимся по две верёвки (разного диаметра) и по одному карабину.	
<b>5.</b>	<b>Практическая часть.</b>		
5 мин.	Для начала необходимо условиться о терминологии. Неподвижный конец верёвки (тот, вокруг которого вяжут) мы будем называть коренным концом, а движущийся в процессе вязания (тот, который вяжут) будем называть рабочим концом. Сегодня мы с вами знакомимся с наиболее распространенными в туристских кругах узлах.	Далее занятие выстраивается следующим образом. Правильно, медленно, поэтапно (по разделениям) завязываю изучаемый узел (при этом даю возможность записывать в тетради все пояснения к данному узлу), расправляю его, обращаю на него рисунок и его особенности. Затем предлагаю каждому попробовать завязать узел самостоятельно, после чего перехожу к изучению следующего узла. Активно использую	

			наглядное пособие со связанными узлами.
5 мин.	<p><b>ПРЯМОЙ.</b> Узел применяется для связывания верёвок одинакового диаметра. На коренном конце делается петля, в неё снизу-вверх продевается рабочий конец, затем рабочим концом петля обносится сзади и снизу, и он вынимается из петли обратно. Узел обязательно расправляется и слегка затягивается. Следует проследить, чтобы короткие и длинные концы верёвок выходили из узла напротив друг друга. После чего завязываются контрольные узлы. Кстати возможен и другой способ завязывания узла.</p>  <p style="text-align: center;">Рис. 54. «Прямой» узел</p>	<p>В ходе занятия контролирую скорость завязывания узлов с помощью секундомера. В случае если остаётся свободное время, дополнительно разучиваем новые узлы. Добиваюсь тишины и внимания.</p>	
5 мин.	<p><b>БРАМШКОТОВЫЙ.</b> Узел применяется для связывания верёвок разного диаметра, надёжнее шкотового из-за большого трения. Сначала на верёвке большого диаметра делают петлю, куда снизу-вверх пропускают верёвку меньшего диаметра, затем совершают рабочим концом обнос вокруг петли сверху и вперёд и пропускают его между петлёй и рабочим концом, затем совершают ещё один обнос и точно также рабочий конец пропускается между петлёй и рабочим концом. Узел аккуратно расправляется и затягивается. Завязываются концы с обеих сторон.</p>  <p style="text-align: center;">Рис. 58. «Брамшкотовый» узел</p>		
5 мин.	<p><b>ПРОВОДНИК.</b> Узел завязывается на конце верёвки для закрепления на рельефе или на страховочной системе участника, на концах</p>		

		<p>верёвок, используемых для самостраховки.</p> <p><i>Узел «простой проводник»</i></p> <p>Вяжется одной веревкой, которая складывается вдвое и на конце ее завязывается простой узел (рис. 60, а, б), чтобы получилась петля. Ниже завязывается контрольный узел (рис. 60, в).</p> 	
5 мин.		<p><i>Узел «восьмерка»</i></p> <p>Вяжется одной веревкой. Она складывается вдвое и на конце завязывается узел, напоминающий цифру восемь (рис. 61, а, б). Узел расправляется, затягивается. Контрольный узел не вяжется (рис. 61, в).</p> 	
5 мин.		<p><i>Узел «срединный австрийский проводник»</i></p> <p>Узел вяжется на одной веревке. Веревка берется за середину, затем поворотом на 360° из нее складывается восьмерка (рис. 62, а), вершина которой опускается вниз и протаскивается, как показано стрелкой на рисунке 62, б, чтобы вышла петля. Для того чтобы получился правильный узел (рис. 62, в), нужно растянуть концы веревки в разные стороны. Контрольный узел не вяжется.</p> 	
5 мин.		<p><i>Узел «двойной проводник», или «заячьи уши»</i></p> <p>Вяжется на одной веревке. Веревка складывается вдвое, на ней вяжется «пустышка» (рис. 63, а), затягивается (рис. 63, в) и завязывается так, чтобы она развязалась, если дернуть ее за петлю. В том случае, когда «пустышка» будет завязана наоборот, узел «двойной проводник» не получится. Затем нижняя петля проносится, как показано стрелкой на рисунке 63, б, чтобы через нее прошли две верхние петли, и стягивается за верхние петли к узлу (рис. 63, в).</p>	

		<p>Правильно завязанный узел показан на рисунке 63, г. Необходимо следить, чтобы при завязывании узла не было перехлеста веревок. «Двойной проводник» не имеет контрольных узлов.</p>  <p style="text-align: center;">Рис. 63. «Двойной проводник»</p>	
5 мин.		<p><b>АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК</b> (узел срединный).</p> <p>Применяется для закрепления середины верёвки на рельефе или на страховочной системе среднего участка при изготовлении верёвочных носилок.</p> <p>Первый этап-верёвка укладывается «восьмёркой», второй этап – верхняя петля загибается к основанию и вынимается снизу из нижней петли.</p>  <p style="text-align: center;">Рис. 62. «Срединный австрийский проводник»</p>	
5 мин.		<p><b>СХВАТЫВАЮЩИЙ</b> (пруссик). Применяется для самостраховки при движении по вертикальным и наклонным перилам, для натяжения полиспада. Вяжется обязательно верёвка меньшего диаметра на верёвке большего диаметра. Первый этап – на коренном конце (большого диаметра) петлёй совершается второй оборот, третий этап – узел расправляется и затягивается, узел имеет хорошо запоминающийся рисунок, в распущенном состоянии свободно двигается по верёвке, а при резкой нагрузке затягиваемся и перестаёт двигаться по верёвке (если не зажать в руке).</p>  <p style="text-align: center;">Рис. 69. «Схватывающий» узел</p>	
5 мин.		<p><b>СТРЕМЯ</b>. Применяется как точка опоры для ног и если завязывается одним концом – для</p>	

		<p>закрепления верёвки на рельефе, нужно отметить, что руки, держащие верёвку, поворачиваются под углом 180° по часовой стрелке, за тем полученные петли совмещаются.</p>  <p><b>Рис. 66. «Стремя» как опора для ноги</b></p>	
5 мин.	<p><b>Узел «булинь»</b>  Вяжется одним концом веревки вокруг опоры. Отступив от края веревки нужное расстояние, делают петлю поворотом веревки на 180° по часовой стрелке, затем опора обносится ходовым концом (на рисунке показано крестиком) и конец продевается в образовавшуюся петлю (рис. 67, а). Следующее действие: ходовым концом обносится рабочая веревка и продевается в петлю с обратной стороны (рис. 67, б). Узел затягивается и завязывается контрольный узел (рис. 67, в).</p>  <p><b>Рис. 67. «Булинь»</b></p> <p>«Булинь» может быть завязан и другим способом, с помощью «пустышки». Для этого вместо петли завязывается «пустышка» так, чтобы она развязывалась при рывке за рабочий конец, а не за ходовой. Опора обносится ходовым концом (рис. 68, а). Затем он проносится в петлю «пустышки», и при натягивании рабочего конца петля «пустышки» вместе с ходовым концом проходит через узел (рис. 68, б). На получившемся узле «булинь» остается только завязать контрольный узел (рис. 68, в).</p>  <p><b>Рис. 68. «Булинь» с помощью «пустышки»</b></p>		
8 мин.	Провожу контрольный срез на предмет усвоения темы занятия.	Раздаю листы с тестовыми заданиями, даю время для ответа.	
<b>6.</b>	<b>Рефлексия.</b>		
2 мин.	Подводя итоги нашего занятия. Хочу ещё раз показать правильность завязывания узлов.	Показательное завязывание всех	

	<p>Отложите в сторону свои верёвки, всё внимание на меня. На сегодняшнем занятии мы соприкоснулись ещё с одной стороной туристской техники. Теперь вы знаете, что правильно завязывать туристские узлы не такая уж лёгкая задача. А поэтому мы с вами из занятия в занятие будем повторять их, пока не научимся вязать с закрытыми глазами. Ну, а домашнее задание будет следующим: тренируйтесь вязать узлы на круглых верёвках в любое свободное время. Если в течение одной минуты вы сможете завязать один узел, считайте, что свою норму вы выполнили. На сегодня мы с вами прощаемся. Следующие занятия по расписанию. До свидания.</p>	<p>изученных узлов. В течение всей работы поясняю, показываю, поправляю, обращаю внимание на правильность завязывания узла. Контролирую рабочую обстановку.</p>
--	---	---

## КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ К ТЕМЕ УЗЛЫ.

\_\_\_\_\_ (Ф.И. обучающегося)

1. Подчеркните (назовите, напишите) узлы, служащие для связывания концов верёвок: ПРЯМОЙ, БРАМШКОТОВЫЙ, ПРОВОДНИК, ВОСЬМЁРКА, ДВОЙНОЙ ПРОВОДНИК, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СХВАТЫВАЮЩИЙ, СТРЕМЯ, БУЛИНЬ.

2. Подчеркните (назовите, напишите) узлы, служащие для присоединения верёвки к опоре:  
ПРЯМОЙ, БРАМШКОТОВЫЙ, ПРОВОДНИК, ВОСЬМЁРКА, ДВОЙНОЙ ПРОВОДНИК, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СХВАТЫВАЮЩИЙ, СТРЕМЯ, БУЛИНЬ.

3. Подчеркните (назовите, напишите) схватывающие узлы:  
ПРЯМОЙ, БРАМШКОТОВЫЙ, ПРОВОДНИК, ВОСЬМЁРКА, ДВОЙНОЙ ПРОВОДНИК, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СХВАТЫВАЮЩИЙ, СТРЕМЯ, БУЛИНЬ.

4. Подчеркните (назовите, напишите) узлы, на которых не обязательно вязать контрольные узлы:  
ПРЯМОЙ, БРАМШКОТОВЫЙ, ПРОВОДНИК, ВОСЬМЁРКА, ДВОЙНОЙ ПРОВОДНИК, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СХВАТЫВАЮЩИЙ, СТРЕМЯ, БУЛИНЬ.

5. Подчеркните (назовите, напишите) узлы, которые служат для связывания концов верёвок одинакового диаметра:  
ПРЯМОЙ, БРАМШКОТОВЫЙ, ПРОВОДНИК, ВОСЬМЁРКА, ДВОЙНОЙ ПРОВОДНИК, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СХВАТЫВАЮЩИЙ, СТРЕМЯ, БУЛИНЬ.

6. Подчеркните (назовите, напишите) узлы, которые служат для связывания концов верёвок разного диаметра:

ПРЯМОЙ, БРАМШКОТОВЫЙ, ПРОВОДНИК, ВОСЬМЁРКА, ДВОЙНОЙ ПРОВОДНИК, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СХВАТЫВАЮЩИЙ, СТРЕМЯ, БУЛИНЬ.

7. Подчеркните (назовите, напишите) наиболее надёжные узлы:

ПРЯМОЙ, БРАМШКОТОВЫЙ, ПРОВОДНИК, ВОСЬМЁРКА, ДВОЙНОЙ ПРОВОДНИК, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СХВАТЫВАЮЩИЙ, СТРЕМЯ, БУЛИНЬ.