

Муниципальное учреждение дополнительного образования
центр творчества и развития «Радуга»

Утверждаю
Директор МУ ДО ЦТР «Радуга»

Соловьева Н.Л.

Дополнительная образовательная программа
туристско-краеведческой направленности
«Юный турист»

Возраст обучающихся: 7-11 лет
срок реализации – 3 года

Автор - составитель: Иванова Татьяна Федоровна,
педагог дополнительного образования

п. Тихменево
2019 год

Оглавление

1. Пояснительная записка.....	3 стр.
2. Учебно-тематический план 1 года обучения	5 стр.
3. Содержание программы 1 года обучения.....	6стр.
4. Учебно-тематический план 2 года обучения.....	14 стр.
5. Учебно-тематический план 3 года обучения.....	14 стр.
6. Содержание программы 2 года обучения.....	16 стр.
7. Содержание программы 3 года обучения.....	21 стр.
8. Методическое обеспечение.....	26 стр.
9. Список литературы.....	..28 стр.

Пояснительная записка

Образовательная программа «Юный турист» разработана на основе «Программ для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. Туризм и краеведение.» (М: Просвещение, 1976 год). Данная программа относится к туристско-краеведческой направленности, так как её содержание включает в себя ознакомление младших школьников со своим краем, а также овладение ими определенным кругом знаний и умений, необходимых путешественникам.

Освоение данной программы позволит детям не только существенно расширить знания об окружающем мире, получаемые на уроках в школе, но и способствует их сознательному усвоению и повышению успеваемости. Походы, экскурсии, краеведческие исследования способствуют развитию физических качеств младших школьников, закаляют организм, пробуждают пылкий, активный интерес к явлениям и фактам, как в области естествознания, так и в области общественной жизни, в частности, охране окружающей среды. Знание истории своего края, исторических и природных памятников, краеведческие исследования помогают воспитать патриотов своей Родины, граждан с активной жизненной позицией. В походах рождается товарищеская поддержка и взаимопомощь, создается коллектив и воспитывается сознательная дисциплина. Участники кружка в дальнейшем смогут продолжить совершенствовать свои туристские навыки, принимая участие в турслетах, спортивных соревнованиях по ориентированию, а также применять полученные знания в жизни для обеспечения собственной безопасности.

Актуальность программы состоит в том, что её реализация основана на межведомственном взаимодействии учреждений образования с другими организациями, т.е. на сотрудничестве педагогов, врачей, краеведов, туристов, работников музеев и архивов, а также родителей. Участие детей в работе данного кружка позволит им с пользой проводить свой досуг, так как направлена на профилактику ассоциативного поведения.

Новизна данной программы в том, что ее содержание помимо конкретных знаний и навыков, необходимых юным туристам, расширено и дополнено краеведческим материалом, включает в себя исследовательскую и проектную деятельность.

Цель программы: расширять представления детей о природе и истории родного края; способствовать укреплению здоровья младших школьников.

Задачи: 1) овладеть основами знаний по технике пешеходного, велосипедного и лыжного туризма, ориентированию, топографии, краеведению, оказанию доврачебной первой помощи,
2) приобрести навыки по организации туристского быта, охраны окружающей среды и памятников природы.
3) воспитывать чувство патриотизма, формировать общественную активность и прививать навыки самообслуживания

Программа рассчитана на три года обучения. В первый год дети получают первоначальные теоретические знания и практические навыки по организации пешего туристского путешествия, проходят топографическую подготовку, учатся ориентироваться на местности, изучают природные условия, флору и фауну родного края. Во второй год кружковцы расширяют свои знания о родном крае, его памятных местах и знаменитых земляках, а также продолжают совершенствовать туристские навыки в пешем, велосипедном и лыжном походе. В течение всего периода обучения дети знакомятся и практически закрепляют навыки оказания первой доврачебной помощи. При составлении программы занятий соблюдается принцип доступности и постепенного усложнения материала, учитываются индивидуальные особенности кружковцев.

Кружок комплектуется из учащихся 7-10 лет, прошедших медицинский осмотр и получивших разрешение врача на участие в походах.

Занятия по теории и практике проводятся один раз в неделю, продолжительность одного занятия -2 часа. В конце первого года обучения планируется один однодневный поход, а во второй год – два: в осенние каникулы и в конце учебного года.

В творческое объединение могут приниматься учащиеся на любом году обучения, учитывая их навыки и способности.

Занятия кружка носят преимущественно практический характер. Они могут проходить в форме прогулок, экскурсий, походов, практических тренировок, соревнований на местности, исследовательских и творческих работ. Теоретические занятия проходят в виде бесед, которые проводят руководитель кружка либо приглашенные специалисты, просмотра видеофильмов. Кружковцы сами могут готовить сообщения или небольшие доклады о достопримечательных местах района, города, области, создавать гербарии, выпускать газеты, боевые листки, а также проводить небольшие исследования по теме занятия.

В ходе занятий кружковцы будут учиться вести наблюдения за погодой, природой и фиксировать их в виде путевых заметок в записной книжке или дневнике, который они будут заполнять в течение всего курса обучения.

Завершающим этапом в освоении элементов туристкой техники и навыков походного быта будет **летнее зачетное путешествие** протяженностью 9-10 км, по итогам которого руководитель заполнит личные **учетные карточки туристов**.

В карточках необходимо оценить степень освоения следующих элементов туристкой техники: укладка рюкзака, установка палатки в обычных условиях, разведение костра на скорость, переход через речку (ручей) по бревну, ходьба по пересеченной местности, подъемы и спуски по склонам, определение сторон горизонта по местным признакам, ориентирование по компасу и карте, умение читать топографическую карту.

Для занятий используется снаряжение и оборудование, имеющееся в школе или специально приобретенное для работы кружка.

Ежегодно проводятся мониторинги в виде тестов и зачетных заданий в начале (стартовый), середине (промежуточный) и в конце года (итоговый) для оценки сформированности знаний и умений каждого члена кружка, а также развития его способностей.

Ожидаемые результаты

К концу 1 года обучения по данной программе дети должны

знать:

- сезонные признаки природы средней полосы;
- основных представителей животного и растительного мира родного края;
- топографические знаки;
- съедобные и несъедобные растения нашего края.

уметь:

- преодолевать естественные препятствия;
- ставить палатку, разводить костер, укладывать рюкзак;
- оказывать первую доврачебную помощь при ушибах, порезах, ожогах, растяжениях, вывихах, укусах насекомых;
- вести и фиксировать наблюдения за природой и погодой.

К концу 2 года обучения по данной программе дети должны

знать:

- сезонные признаки природы средней полосы;
- основных представителей животного и растительного мира родного края;
- топографические знаки;
- съедобные и несъедобные растения нашего края.

уметь:

- преодолевать естественные препятствия;
- ставить палатку, разводить костер, укладывать рюкзак;
- оказывать первую доврачебную помощь при ушибах, порезах, ожогах, растяжениях, вывихах, укусах насекомых;
- вести и фиксировать наблюдения за природой и погодой.

К концу 3 года обучения по данной программе дети должны

знать:

- природные и исторические памятники Ярославской области;
- особенности рельефа и полезные ископаемые нашего края;
- природные и климатические особенности средней полосы России.

уметь:

- изготавливать простейшее туристское оборудование;
- проводить простейшие исследования, обрабатывать и коллекционировать собранные материалы;
- читать топографическую карту местности;
- оказывать первую доврачебную помощь при обморожении и переохлаждении;
- вязать 3-4 распространенных туристских узла;
- изготавливать простейшее туристское оборудование;
- ориентироваться на местности с помощью компаса и местных признаков.

Учебно-тематический план

Первый год обучения

№	Наименование раздела	Количество часов			
		всего	теория	практика	
				в помещении	на местности
	Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия.	2	0,5	-	1,5
	Наш край. Краеведческие наблюдения.	6	2	4	-
	Организация туристского путешествия.	6	2	2	2
	Топографическая подготовка юного туриста.	6	2	3	1
	Ориентирование на местности.	8	2	1	5
	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	14	3,5	10,5	-
	Наблюдение за погодой в походе.	8	1	2	5
	Туристское снаряжение.	4	-	2	2
	Туристский быт.	8	2	3	3
	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	6	2	4	-
	Однодневный пеший поход	4	-	-	4
	Итого:	72	17	31,5	23,5

Содержание программы (первый год обучения)

№	Название раздела	Теоретические сведения	Практическая деятельность	Оборудование и оснащение	Место проведения
1	Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия.	Беседа «Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия»	Прогулка в парк Сбор осенних листьев Игра «Угадай дерево»		Школьный двор, опушка леса
2	Организация туристского путешествия	Техника безопасности и правила поведения в походе. Значение дисциплины. Распределение обязанностей	Прогулка по ближайшим окрестностям Изучение рельефа местности		Территория поселка

		в группе.			
3	Организация туристского путешествия	Подготовка к путешествию. Правила укладки рюкзака.	Составление плана подготовки к путешествию. Укладка рюкзака.	Рюкзаки, вещи, необходимые в путешествии.	Школа
4	Организация туристского путешествия	Подготовка к путешествию. Выбор маршрута. Схема маршрута.	Разработка проектов маршрутов для однодневных походов.		школа
5	Наблюдение за погодой в походе.	Правила поведения в природе. Наблюдение за сезонными осенними явлениями в природе.	Экскурсия на Волгу. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.		Территория поселка Дюдьково.
6	Топографическая подготовка юного туриста.	Карта географическая и топографическая. Условные знаки.	Зарисовка топографических знаков в путевых дневниках. Изготовление карточек с топографическими знаками	Карты географические и топографические.	школа
7	Топографическая подготовка юного туриста.	Условные знаки на топографической карте.	Письмо и составление топографических диктантов.		школа
8	Топографическая подготовка юного туриста.	Условные знаки на топографической карте.	Составление топографической карты участка местности.		Территория школы
9	Ориентирование на местности.	Устройство и назначение компаса.	Пешая прогулка по ближайшим окрестностям. Практические упражнения в пользовании компасом.	компасы	Территория поселка
10	Ориентирование на местности.	Движение по азимуту.	Пешая прогулка по ближайшим окрестностям. Практические упражнения в пользовании компасом.	компасы	Территория поселка
11	Ориентирование на местности.	Ориентирование по местным признакам.	Движение по азимуту: сохранение направления движения.	компасы	Территория поселка

12	Ориентирование на местности.	Ориентирование по местным признакам.	Определение расстояний до видимых предметов. Игры по ориентированию на местности.	компасы	Территория поселка
13	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Правила поведения на водоемах в период ледостава.	Игры на развитие выносливости, силы и скорости.		Спортивный зал
14	Наш край. Краеведческие наблюдения	Географическое положение, природные особенности Ярославской области: рельеф, климат, реки и озера.	Рассматривание атласа с картами Ярославской области	Карта Ярославской области	школа
15	Наш край. Краеведческие наблюдения. Подготовка животных к зиме.	Географическое положение, природные особенности Ярославской области: растительный и животный мир.	Подготовка устных сообщений о представителях растительного и животного мира. Работа со справочным материалом и гербарием.		библиотека
16	Наблюдение за погодой в походе.	Наблюдение за сезонными явлениями в природе.	Пешая прогулка в деревню Дьяковское. Фиксирование своих наблюдений в полевом дневнике.		Окрестности поселка
17	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Значение физической подготовки для туриста. Комплекс утренней гимнастики.	Игры на развитие выносливости, силы и скорости.	Спортивный инвентарь	Спортивный зал
18	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Обеспечение безопасности в походе. Маршевая подготовка Обязанности ведущего и замыкающего. Виды и характер естественных препятствий.	Обучение преодолению препятствий.	Спортивный инвентарь	Спортивный зал
19	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Обеспечение безопасности в походе. Маршевая подготовка. Движение походе: строй, темп, остановки для отдыха.	Обучение преодолению препятствий.	Спортивный инвентарь	Спортивный зал
20	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	Соблюдение правил личной гигиены в походе.	Преодоление полосы препятствий.	Походная аптечка	Спортивный зал

		Предупреждение заболеваний. Походная аптечка.		Спортивный инвентарь	
21	Гигиена туриста. Виды травм. Первая доврачебная помощь в походе.	Виды травм. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, порезах и обморожениях.	Практические упражнения по оказанию первой помощи пострадавшему. Игры на развитие силы, выносливости, ловкости.	Походная аптечка Спортивный инвентарь	Спортивный зал
22	Виды травм. Первая доврачебная помощь в походе.	Оказание первой медицинской помощи при ожогах, растяжениях, вывихах, укусах насекомых.	Практические упражнения по оказанию первой помощи пострадавшему. Игры на развитие силы, выносливости, ловкости.	Походная аптечка Спортивный инвентарь	Спортивный зал
23	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	Оказание первой медицинской помощи при переломах.	Практическое занятие с мед.сестрой школы	Носилки, жгут, шины и т.д.	Спортивный зал
24	Поход в д. Дьяковское. Наблюдения за погодой, особенности быта деревни.	Источники питьевой воды. Беседа с жителями деревни.	Экскурсия в деревню Дьяковское. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.	Походная аптечка	Окрестности деревни
25	Достопримечательности д. Дьяковское. Храм.	Обеспечение безопасности в походе.	Экскурсия в церковь д. Дюдьково		Изучение материалов в школьном музее
26	Поход в д. Купалино Наблюдение за погодой в походе. Физическая подготовка юного туриста	Признаки изменения погоды. Определение устойчивости погоды, ее перемены, приближающегося ненастья.	Подбор и оформление небольших сообщений о народных приметах плохой и хорошей погоды.		библиотека
27	Источник деревни Купалино, переход через овраг.	Источники питьевой воды. Беседа с жителями деревни.			Территория д. Купалино
28	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе	Виды естественных препятствий.	Упражнения на развитие силы, ловкости и выносливости.		Спортивный зал
29	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе	Организация досуга туриста.	Игры в пути и на привале.		Спортивный зал
30	Преодоление препятствий в походе. Наблюдение за зимующими	Обеспечение безопасности в походе.	Составить небольшие сообщения о зимующих птицах.	Презентация	Школьный двор, школьная

	птицами нашего края.				библиотека.
31	Наблюдение за природой родного края. Покормим птиц. Птицы, занесенные в Красную книгу Ярославской области.	Изготовление кормушки	Составить небольшие птицах, занесенных в Красную книгу Ярославской области.	Кормушки для птиц	Библиотека, школьный двор
32	Наблюдение за природой родного края. Зимние изменения в природе. Подготовка растений к зиме.	Наблюдение за растениями школьного двора	Сообщения о подготовке растений к зиме.		Библиотека, школьный двор
33	Краеведческие наблюдения. Растения, занесенные, в Красную книгу Ярославской области.	Изучение Красной книги Ярославской области.	Сообщения об исчезающих растениях Яр. Обл.	Презентация	Библиотека,
34	Краеведческие наблюдения. Животные, занесенные, в Красную книгу Ярославской области.	Изучение Красной книги Яр. Обл.	Сообщения об исчезающих животных Яр. Обл.	Презентация	Класс, библиотека
35	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе	Виды естественных препятствий	Преодоление полосы препятствий. Эстафеты и соревнования.	Инвентарь для создания препятствий	Спортивный зал
36	Наш край. Краеведческие наблюдения	Съедобные растения нашего леса.	Подготовка небольших сообщений о съедобных растениях.		библиотека
37	Поход в д. Дюдьково. Наблюдение за погодой. Расположение деревни на карте Яр. Обл.	Изучение родного края.	Игры в пути и на привале.	Карта Яр.обл.	Изучение окрестностей поселка.
38	Туристский быт.	Питание в походе. Требования к продуктам питания.	Составление кулинарных рецептов для походной кухни. Проект «Кулинарная книга туриста»		библиотека
39	Туристский быт.	Питьевой режим. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды.	Опыты по очистке и обеззараживанию воды.	Лабораторная посуда, хим. препараты, марля	кабинет биологии
40	Туристский быт. Экскурсия на водоочистные поселка.	Питьевой режим. Способы очистки и обеззараживания воды в поселке.	Наблюдение за очисткой воды для всего поселка.		Водоочистные поселка
41	Наблюдение за погодой в походе.	Наблюдение за сезонными	Экскурсия в деревню Приволжье.		Окрестности

	Поход в деревню Приволжье. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.	весенними явлениями в природе.	Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.		поселка
42	Особенности лыжных походов.	Преодоление естественных препятствий.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка
43	Особенности лыжных походов.	Приемы страховки и само страховки при движении по пересеченной местности.	Тропление лыжни на открытой местности. Игры на развитие скорости передвижения на лыжах.		Окрестности поселка
44	Туристское снаряжение в зимнее время.	Необходимое личное и групповое снаряжение туристов.	Составление списков личного и группового снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Упаковка снаряжения.	Походная постель, котелок, крючки, тренога, веревки, карабины и т.п.	школа
45	Туристское снаряжение в зимнее время.	Виды рюкзаков и палаток.	Установка палатки.	Колья и колышки для установки палатки, палатка.	Территория школы
46	Лыжный поход в лесную полосу. Наблюдение за следами животных на снегу.	Приемы страховки и само страховки при движении по пересеченной местности.	Лыжная прогулка в лес.		
47	Лыжный поход из д. Дюдьково в д. Купалино.	Преодоление естественных препятствий.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка
48	Лыжный поход из д. Дюдьково в д. Приволжье. Особенности лыжных походов.	Приемы страховки и само страховки при движении по пересеченной местности.	Тропление лыжни на открытой местности. Игры на развитие скорости передвижения на лыжах.		Окрестности поселка
49	Наблюдение за погодой в походе. Развитие умений читать следы на снегу. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.	Наблюдение за сезонными явлениями в природе.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка

50	Лыжный поход из д. Дюдьково в д. Дьяковское. Преодоление спусков и подъёмов.	Преодоление естественных препятствий. Переход на лыжах тропок и проезжей дороги.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка
51	Лыжный поход из д. Дюдьково в д. Дьяковское. Преодоление спусков и подъёмов.	Преодоление естественных препятствий. Переход на лыжах тропок и проезжей дороги.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка
52	Особенности лыжных походов.	Преодоление естественных препятствий.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка
53	Особенности лыжных походов.	Преодоление естественных препятствий.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка
54	Наблюдение за погодой в походе. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.	Наблюдение за сезонными явлениями в природе.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка
55	Игровая программа «Лесная тропинка»	Повторение изученного материала	Обучение преодолению препятствий.	Иллюстрации, искусственно сооружение препятствий.	Спортивный зал
56	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Значение физической подготовки туриста.	Кроссовая подготовка. Игры на развитие ловкости и меткости.		Спортивный зал
	Игровая программа « Будь внимательным в походе»		Обучение преодолению препятствий.	Иллюстрации, искусственно сооружение препятствий	
57	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Значение физической подготовки туриста.	Кроссовая подготовка. Игры на развитие ловкости и внимательности.		Спортивный зал
58	Особенности велопоходов.	Особенности движения по дорогам с различным покрытием.	Велосипедная поездка по школьному двору с преодолением естественных препятствий.	Велосипеды	Окрестности поселка
59	Особенности велопоходов	Снаряжение и питание в велопутешествии.	Велосипедная поездка по окрестностям поселка с целью	Велосипеды	Окрестности поселка

			наблюдения за соблюдением правил экологической безопасности предприятиями и организациями поселка.		
60	Игровая программа « Лучший велосипедист»	Особенности движения велосипедистов по дорогам.	Соревнования для велосипедистов	Велосипеды, модели дорожных знаков	Школьный двор
61	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Закаливание организма.	Составление памятки по закаливанию		Спортивный зал, школьный двор
62	Ориентирование на местности.	Повторение правил ориентирования по компасу. Движение по азимуту.	Практические упражнения в движении группы по заданному азимуту.	Компасы, планшеты	Территория поселка
63	Ориентирование на местности.	Ориентирование по местным признакам.	Игра «Охота на лис»	Компасы, планшеты	Окрестности поселка
64	Наблюдение за природой родного края. Весенние изменения в природе.	Наблюдение за растениями школьного двора	Сообщения о первоцветах	Дневники для записок	Библиотека, школьный двор
65-66	Экскурсия в краеведческий музей г. Рыбинска	Флора и фауна родного края	Экскурсия в краеведческий музей г. Рыбинска		краеведческий музей г. Рыбинска
67-68	Однодневный пеший поход.	Подведение итогов первого года обучения. Обработка собранных материалов.	Закрепление полученных знаний и туристских навыков.	Необходимое туристское снаряжение	Река Волга
69	Туристский быт.	Разведение огня без спичек. Типы костров и их назначение. Выбор места для костра и заготовка топлива. Противопожарные меры.	Пешая прогулка в лес. Практические тренировки в разжигании и тушении костров.	Необходимое туристское снаряжение	Окрестности поселка
70	Туристский быт.	Разведение костра, поддержание огня. Охрана природы в местах привалов и ночлегов.	Пешая прогулка в лес. Практические тренировки в разжигании и тушении костров.	Необходимое туристское снаряжение	Окрестности поселка
71-72	Однодневный пеший поход.	Подведение итогов первого	Закрепление полученных знаний и	Необходимое	д.

		года обучения. Обработка собранных материалов.	туристских навыков.	туристское снаряжение	Приволжье
--	--	--	---------------------	-----------------------	-----------

Учебно-тематический план

Второй год обучения

№	Наименование раздела	Количество часов			
		всего	теория	практика	
				в помещении	на местности
	Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия.	2	0,5	-	1,5
	Наш край. Краеведческие наблюдения.	6	2	4	-
	Организация туристского путешествия.	6	2	2	2
	Топографическая подготовка юного туриста.	6	2	3	1
	Ориентирование на местности.	8	2	1	5
	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	14	3,5	10,5	-
	Наблюдение за погодой в походе.	8	1	2	5
	Туристское снаряжение.	4	-	2	2
	Туристский быт.	8	2	3	3
	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	6	2	4	-
	Однодневный пеший поход	4	-	-	4
	Итого:	72	17	31,5	23,5

Третий год обучения

№	Наименование раздела	Количество часов			
		всего	теория	практика	
				в помещении	на местности
	Организация туристского путешествия.	8	1,5	4	2,5

	Наш край. Краеведческие наблюдения.	8	4,5	2	1,5
	Особенности лыжных походов.	10	3	-	7
	Особенности велопоходов.	6	1	-	5
	Топографическая подготовка юного туриста.	4	1	3	-
	Ориентирование на местности.	6	1,5	-	4,5
	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	6	1	5	-
	Туристское снаряжение.	8	3	2	3
	Туристский быт.	2	0,5	-	1,5
	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	6	2	2,5	1,5
	Однодневный пеший поход	8	-	-	8
	Итого:	72	19	18,5	34,5

**Содержание программы
(второй год обучения)**

№	Название раздела	Теоретические сведения	Практическая деятельность	Оборудование и оснащение	Место проведения
1	Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия.	Беседа «Чем полезны и интересны туристические походы и путешествия»	Прогулка в парк Сбор осенних листьев Игра»Угадай дерево»		парк
2	Организация туристского путешествия	Техника безопасности и правила поведения в походе. Значение дисциплины. Распределение обязанностей в группе.	Прогулка по ближайшим окрестностям Изучение рельефа местности		Территория поселка
3	Организация туристского путешествия	Подготовка к путешествию. Правила укладки рюкзака.	Составление плана подготовки к путешествию. Укладка рюкзака.	Рюкзаки, вещи, необходимые в путешествии.	Школа
4	Организация туристского путешествия	Подготовка к путешествию. Выбор маршрута. Схема маршрута.	Разработка проектов маршрутов для однодневных походов.		школа
5	Наблюдение за погодой в походе.	Правила поведения в природе. Наблюдение за сезонными осенними явлениями в природе.	Экскурсия в дендропарк и питомник Рыбинского лесхоз-техникума. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.		территория Рыбинского лесхоз-техникума.
6	Топографическая подготовка юного туриста.	Карта географическая и топографическая. Условные знаки.	Зарисовка топографических знаков в путевых дневниках. Изготовление карточек с топографическими знаками	Карты географические и топографические.	школа
7	Топографическая подготовка юного туриста.	Условные знаки на топографической карте.	Письмо и составление топографических диктантов.		школа
8	Топографическая подготовка	Условные знаки на	Составление		Территория

	юного туриста.	топографической карте.	топографической карты участка местности.		школы
9	Ориентирование на местности.	Устройство и назначение компаса.	Пешая прогулка по ближайшим окрестностям. Практические упражнения в пользовании компасом.	компасы	Территория поселка
10	Ориентирование на местности.	Движение по азимуту.	Пешая прогулка по ближайшим окрестностям. Практические упражнения в пользовании компасом.	компасы	Территория поселка
11	Ориентирование на местности.	Ориентирование по местным признакам.	Движение по азимуту: сохранение направления движения.	компасы	Территория поселка
12	Ориентирование на местности.	Ориентирование по местным признакам.	Определение расстояний до видимых предметов. Игры по ориентированию на местности.	компасы	Территория поселка
13	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Правила поведения на водоемах в период ледостава.	Игры на развитие выносливости, силы и скорости.		Спортивный зал
14	Наш край. Краеведческие наблюдения	Географическое положение, природные особенности Ярославской области: рельеф, климат, реки и озера.	Рассматривание атласа с картами Ярославской области		школа
15	Наш край. Краеведческие наблюдения	Географическое положение, природные особенности Ярославской области: растительный и животный мир.	Подготовка устных сообщений о представителях растительного и животного мира. Работа со справочным материалом и гербарием.		библиотека
16	Наблюдение за погодой в походе.	Наблюдение за сезонными зимними явлениями в	Пешая прогулка в деревню Будихино. Фиксирование		Окрестности поселка

		природе.	своих наблюдений в путевом дневнике.		
17	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Значение физической подготовки для туриста. Комплекс утренней гимнастики.	Игры на развитие выносливости, силы и скорости.	Спортивный инвентарь	Спортивный зал
18	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Обеспечение безопасности в походе. Маршевая подготовка Обязанности ведущего и замыкающего. Виды и характер естественных препятствий.	Обучение преодолению препятствий.	Спортивный инвентарь	Спортивный зал
19	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Обеспечение безопасности в походе. Маршевая подготовка. Движение походе: строй, темп, остановки для отдыха.	Обучение преодолению препятствий.	Спортивный инвентарь	Спортивный зал
20	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	Соблюдение правил личной гигиены в походе. Предупреждение заболеваний. Походная аптечка.	Преодоление полосы препятствий.	Походная аптечка Спортивный инвентарь	Спортивный зал
21	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	Виды травм. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, порезах и обморожениях.	Практические упражнения по оказанию первой помощи пострадавшему. Игры на развитие силы, выносливости, ловкости.	Походная аптечка Спортивный инвентарь	Спортивный зал
22	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	Оказание первой медицинской помощи при ожогах, растяжениях, вывихах, укусах насекомых.	Практические упражнения по оказанию первой помощи пострадавшему. Игры на развитие силы, выносливости, ловкости.	Походная аптечка Спортивный инвентарь	Спортивный зал
23	Наблюдение за погодой в походе.	Признаки изменения погоды. Определение	Подбор и оформление небольших сообщений о		библиотека

		устойчивости погоды, ее перемены, приближающегося ненастья.	народных приметах плохой и хорошей погоды.		
24	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе	Виды естественных препятствий.	Упражнения на развитие силы, ловкости и выносливости.		Спортивный зал
25	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе	Организация досуга туриста.	Игры в пути и на привале.		Спортивный зал
26	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе	Виды естественных препятствий	Преодоление полосы препятствий. Эстафеты и соревнования.		Спортивный зал
27	Наш край. Краеведческие наблюдения	Съедобные растения нашего леса.	Подготовка небольших сообщений о съедобных растениях.		библиотека
28	Туристский быт.	Питание в походе. Требования к продуктам питания.	Составление кулинарных рецептов для походной кухни. Проект «Кулинарная книга туриста»		библиотека
29	Туристский быт.	Питьевой режим. Простейшие способы очистки и обеззараживания воды.	Опыты по очистке и обеззараживанию воды.	Лабораторная посуда, хим. препараты, марля	кабинет биологии
30	Наблюдение за погодой в походе.	Наблюдение за сезонными явлениями в природе.	Экскурсия в деревню Раздумово. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.		Окрестности поселка
31	Туристское снаряжение.	Необходимое личное и групповое снаряжение туристов.	Составление списков личного и группового снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Упаковка снаряжения.	Походная постель, котелок, крючки, тренога, веревки, карабины и т.п.	школа
32	Туристское снаряжение.	Виды рюкзаков и палаток.	Установка палатки.	Колья и колышки для установки	Территория школы

				палатки, палатка.	
33	Туристский быт.	Разведение огня без спичек. Типы костров и их назначение. Выбор места для костра и заготовка топлива. Противопожарные меры.	Пешая прогулка в лес. Практические тренировки в разжигании и тушении костров.		Окрестности поселка
34	Туристский быт.	Разведение костра, поддержание огня. Охрана природы в местах привалов и ночлегов.	Пешая прогулка в лес. Практические тренировки в разжигании и тушении костров.		Окрестности поселка
35-36	Однодневный пеший поход.	Подведение итогов первого года обучения. Обработка собранных материалов.	Закрепление полученных знаний и туристских навыков.	Необходимое туристское снаряжение	

Содержание программы (третий год обучения)

№	Название раздела	Теоретические сведения	Практическая деятельность	Оборудование и оснащение	Место проведения
1	Организация туристского путешествия	Техника безопасности и правила поведения в походе. Изучение инструкций по организации и проведению туристских походов для учащихся школ.	Пешая прогулка в лес. Игры		Окрестности поселка
2	Организация туристского путешествия	План подготовки к путешествию. Выбор маршрута путешествия. Составление графика движения. Распределение обязанностей в группе.	Конкурс на лучший проект маршрута	Карты Ярославской области	школа
3	Организация туристского путешествия	Подготовка к путешествию. Правила	Конкурс на лучшего укладчика рюкзака.		школа

		укладки рюкзака.	Игра «Что взять с собой в поход?»		
4	Туристское снаряжение	Осмотр и ремонт туристского снаряжения. Правила установки палатки.	Установка палатки	Палатка, колья и колышки	Территория школы
5	Туристское снаряжение	Правила установки палатки.	Пешая прогулка в лес. Выбор места и установка палатки в естественных условиях.	Палатка, колья и колышки	Окрестности поселка
6	Туристский быт	Правила разведения костров в различных погодных условиях. Питание в походе. Составление меню, расчет продуктов.	Пешая прогулка в лес. Разведение костров. Приготовление пищи на костре.	Тренога, варочное ведро, чайник	Окрестности д. Дюдьково
7-8	Однодневный пеший поход		Закрепление полученных знаний и навыков.	Необходимое туристское снаряжение	
9	Топографическая подготовка юного туриста.	Топографические знаки. Основные сведения о карте: масштаб, условные обозначения, изображение рельефа.	Чтение топографической карты. Письмо топографических диктантов.		школа
10	Топографическая подготовка юного туриста.	Чтение карты и работа с ней.	Составление схем маршрутов. Зарисовка топографическими знаками встреченных на пути природных объектов. Игры «Найди предмет»		школа
11	Ориентирование на местности.	Повторение правил ориентирования по компасу. Движение по азимуту.	Практические упражнения в движении группы по заданному азимуту.	Компасы, планшеты	Территория поселка
12	Ориентирование на местности.	Ориентирование по местным признакам.	Игра «Охота на лис»	Компасы, планшеты	Окрестности поселка

13	Ориентирование на местности.	Чтение карт. Определение точки стояния.	Игра «Охота на лис»	Компасы, планшеты	Окрестности поселка
14	Наш край. Краеведческие наблюдения	Памятники истории и культуры Ярославской области.	Экскурсия в историко-краеведческий музей г.Рыбинска.		
15	Наш край. Краеведческие наблюдения	Памятники природы нашего края.	Краткие сообщения о памятниках природы Ярославской области. Работа со справочной литературой.		Библиотеки школы
16	Наш край. Краеведческие наблюдения	Полезные ископаемые нашего края.	Экскурсия в школьный музей		Школьный музей
17	Особенности лыжных походов.	Специфика лыжных путешествий. Экипировка лыжника-туриста. Организация и порядок движения лыжников на открытой местности и в лесу. Обход препятствий.	Лыжная прогулка по открытой местности.		Окрестности поселка
18	Особенности лыжных походов.	Спуски и подъемы на лыжах. Торможение плугом и полуплугом.	Практические упражнения по подъему и спуску с горы. Игры и соревнования на школьной горке.		Территория школы
19	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе	Оказание первой помощи при обморожении, переохлаждении. Предупреждение обморожения. Способы транспортировки раненого в зимнем походе.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам.		Окрестности поселка
20	Особенности лыжных походов.	Преодоление естественных препятствий. Переход на лыжах шоссейной и железной дороги.	Лыжная прогулка в лес. Движение по естественным склонам и подъемам на лыжах и без них.		Окрестности поселка

21	Особенности лыжных походов.	Приемы страховки и само страховки при движении по пересеченной местности.	Тропление лыжни на открытой местности. Игры на развитие скорости передвижения на лыжах.		Окрестности поселка
22	Наш край. Краеведческие наблюдения	Наблюдение за зимней природой: «чтение» следов, метеонаблюдения.	Лыжная прогулка в лес. Фиксирование своих наблюдений в путевом дневнике.		Окрестности поселка
23	Особенности лыжных походов.	Выбор места для привала и костра. Подготовка места, разжигание костра и поддержание огня.	Лыжная прогулка в лес. Разжигание костра в зимних условиях.		Окрестности поселка
24	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Значение физической подготовки туриста.	Кроссовая подготовка. Игры на развитие ловкости и меткости.		Спортивный зал
25	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	Закаливание организма.			Спортивный зал
26	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.		Кроссовая подготовка. Игры на развитие наблюдательности и внимания.		Спортивный зал
27	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе	Лекарственные и ядовитые растения нашего края. Первая помощь при отравлениях.	Подготовка небольших сообщений по теме занятия.		библиотека
28	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе	Первая помощь при переломе.	Практические упражнения по наложению шин.	Шины, бинты, подручный материал	Школа
29	Туристское снаряжение	Типы веревок и их основные характеристики. Основные узлы: прямой, ткацкий, брамшкотовый, проводник, булинь, удавка, охватывающий.	Вязка туристских узлов	веревки	Школа
30	Туристское снаряжение	Туристские узлы	Вязка туристских узлов	веревки	школа

31	Особенности велопоходов.	Основные опасности, связанные с характером велопоходов. Походный строй. Меры предосторожности при езде на велосипеде. Повторение правил дорожного движения.	Специальные упражнения по отработке техники езды на велосипеде: управление, повороты, спуски и подъемы, преодоление препятствий. Фигурное вождение.		Спортивная площадка
32	Особенности велопоходов.	Особенности движения по дорогам с различным покрытием.	Велосипедная поездка по окрестностям поселка с преодолением естественных препятствий.		Окрестности поселка
33	Особенности велопоходов	Снаряжение и питание в велопутешествии.	Велосипедная поездка по окрестностям поселка с целью наблюдения за соблюдением правил экологической безопасности предприятиями и организациями поселка. Выпуск боевых листов.		Окрестности поселка
34	Организация туристского путешествия	Подготовка к однодневному походу.	Разработка маршрута для однодневного похода. Осмотр и ремонт туристского снаряжения. Составление меню. Расчет и закупка продуктов.		школа
35-36	Однодневный пеший поход	Подведение итогов второго года обучения. Обработка собранных материалов.	Закрепление полученных знаний и туристских навыков.	Необходимое туристское снаряжение	

Методическое обеспечение программы

<i>Раздел, тема</i>	<i>Формы занятий, методы и приемы</i>	<i>Методическое и дидактическое обеспечение</i>	<i>Подведение итогов</i>
Наш край. Краеведческие наблюдения.	- беседа; - практическое занятие; - наблюдение; - экскурсия	Атлас Ярославской области; Путевой дневник Гербарий	Фиксирование наблюдений в путевом дневнике
Организация туристского путешествия	- беседа; - практическое занятие; - игры и конкурсы; - проектная деятельность	Инструкции по организации туристических походов	Проект маршрута для однодневного похода
Топографическая подготовка юного туриста	- беседа; - практическое занятие; - топографический диктант;	Карточки с топографическими знаками	Составление топографической карты участка местности
Ориентирование на местности	- игры на местности; - практические занятия;	Планшеты; Компасы Атлас Ярославской области	Составление плана участка местности
Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	- спортивные игры; - эстафеты; - разучивание комплекса упражнений	Спортивный и туристический инвентарь	Преодоление полосы препятствий
Наблюдение за погодой в походе	- наблюдения; - практические занятия по измерению температуры воздуха, воды, определению направления ветра и т.п.	Термометры Осадкомер Флюгер дневник	Ведение дневника наблюдений за природой и погодой
Туристское снаряжение	- беседа; - практические занятия;	туристское снаряжение	Конкурс на лучшего укладчика рюкзака
Туристский быт	- практические занятия; - проектная деятельность	туристское снаряжение	Проект «Составление походного меню»

Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе	<ul style="list-style-type: none"> - беседа; - практические занятия; - проектная деятельность 	Походная аптечка	Конкурс проектов. Игра «Скорая помощь»
Особенности лыжных походов	<ul style="list-style-type: none"> - беседа; - спортивные игры; - эстафеты; - прогулки 	Лыжное снаряжение	Лыжный поход на 3 км
Особенности велопоходов	<ul style="list-style-type: none"> - беседа; - игры; - практические занятия. 	Правила дорожного движения Дорожные знаки	Фигурное вождение велосипеда

Список информационных источников

Для педагога:

1. Лошакова О.В., Федорчук И.А. «Путешествие по родному краю» /О.В. Лошаков, И.А. Федорчук. - Ярославль, 2007.
2. Лященко Е.А. «Школа юного краеведа» /Е.А. Лященко. - Волгоград: Учитель, 2007.
3. «Энциклопедический словарь юного географа-краеведа» / Составитель Г.В.Карпов. - М.: Педагогика, 1981.
4. Колбовский Е.Ю. «Изучаем малые реки», «Изучаем ландшафты России» /Е.Ю. Колбовский. - Ярославль: Академия развития, 2004.
5. Иванова Т.С. «Экологическое образование и воспитание в начальной школе» /Т.С. Иванова.- М.: Просвещение, 2003.
- 6.Алексеев В.А. «300 вопросов и ответов по экологии» /В.А. Алексеев. - Ярославль: Академия развития, 1998.
7. Тарабарина Т.И.,Соколова Е.И. «И учеба, и игра: природоведение» /Т.И. Тарабарина, Е.И. Соколова. – Ярославль: Академия развития, 1998.

Для членов кружка:

1. Журнал «Детская энциклопедия»
2. Энциклопедия «Все обо всем» М: «Слово АСТ», 1998.
3. Атласы Ярославской области.