



Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Новосёловская средняя общеобразовательная школа № 5»

Рассмотрено Председатель методического совета Юдичев М.В. 	Согласовано Зам. директора по УВР Арбузова Н.П. 	Утверждаю Директор МБОУ НСОШ № 5 С.В. Целитан 
Протокол № <u>1</u> от « 29 » августа 2019 г.	« 30 » августа 2019 г.	приказ № <u>287</u> от « 30 » августа 2019 г. 

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**«МИР ТУРИЗМА»**

108 часов

Возраст учащихся: 8-18 лет

Срок реализации - 1 год

Составитель:

Андреева Евгения Николаевна  
педагог дополнительного образования

Новоселово 2019

## **Содержание**

Пояснительная записка .....	2
Учебно-тематический план «Мир туризма» (108 часов) .....	5
Содержание дополнительной образовательной программы «Мир туризма» .....	6
Условия реализации программы .....	8
Список литературы .....	9

## **Пояснительная записка**

Дополнительная образовательная программа «Мир туризма» составлена на основе типовых программ под редакцией Константинова Ю.С. и Маслова А.Г. «Юные инструкторы туризма», «Школа безопасности», «Юные туристы-краеведы», которые рекомендованы Министерством образования Российской Федерации для использования в системе дополнительного образования детей и собственных авторских разработок.

Программа имеет **туристско-краеведческую направленность**.

Туризм – это один из наиболее действенных и доступных способов активного отдыха, рационального использования свободного времени и формирования здорового образа жизни подростков.

Занятия туризмом направлены не только на интеллектуальное и физическое совершенствование учащихся, но и развивают такие ценные моральные, нравственные качества, как честность, чувство ответственности перед коллективом, сила воли, самодисциплина, настойчивость, смелость, инициатива, чувство товарищества. В туристских походах происходит психологическая закалка человека.

Кроме того, в путешествиях юные туристы изучают родной край, страну, расширяют кругозор, получают дополнительные знания и навыки по многим наукам.

**Актуальность программы** «Мир туризма» определяется запросом со стороны детей и их родителей, основанной на положительном многолетнем опыте реализации подобных программ, работающих в школе, отсутствии альтернатив занятий туризмом в населенном пункте. Программа активно работает на выполнение социального заказа - современного выпускника школы.

**Цель программы:** Развитие и самореализация школьников, формирование положительных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

### **Задачи:**

#### **Обучающие:**

- Обучить основам техник и тактик разных видов туризма, организации быта походов, приемам техники безопасности;
- Уточнить, подтвердить полученные и приобрести новые знания по предметам школьной программы, взаимосвязанных с туристско-спортивной и туристско-краеведческой деятельностью;
- Расширить знания о туристских возможностях района, края, страны.

#### **Развивающие:**

- Способствовать интеллектуальному, духовно-нравственному и физическому развитию учащихся;
- Поддерживать познавательную, творческую и созидательную активность;
- Развивать организаторские способности.

#### **Воспитательные:**

- Воспитывать патриотизм посредством краеведческой деятельности;
- Воспитывать экологическую культуру;
- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни и формировать активную жизненную позицию;
- Воспитывать ответственность, самодисциплину, честность, трудолюбие, толерантность, чувство собственного достоинства, доброжелательность;

- Воспитывать умение работать в коллективе;
- Формировать умение видеть красоту окружающего мира.

**Возраст детей, участвующих в реализации программы:**

«Мир туризма»: 8-18 лет (3-11 класс) – 108 часов;

**Наполняемость групп:**

10-12 обучающихся. Не рекомендуется большее количество учащихся по соображениям техники безопасности (активный возраст, разновозрастность и связанные с этим повышенные требования к микроклимату в группе, и категоричность маршрутов. (нормы СанПиН: оптимальное – 10 чел., допустимое – 15 чел.)

**Условия набора детей в коллектив:**

принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

**Сроки реализации программы:**

1 год обучения

**Режим занятий:**

«Мир туризма» – 1 раз в неделю по 3 учебных часа (вне походов)

**Формы организации деятельности детей на занятиях:**

- Индивидуальная;
- Групповая;
- Фронтальная.

**Формы и методы проведения занятий:**

- Поход;
- Экскурсия;
- Практическое занятие;
- Мастер-класс;
- Презентация;
- Акция;
- Беседа;
- Демонстрация;
- Обсуждение.

**Ожидаемые результаты:**

**«Мир туризма»**

Учащиеся должны:

- **Иметь представление:** о видах туризма; о туристских возможностях Новоселовского района, некоторых туристских возможностях Красноярского края, Республики Хакасия, страны; о спортивном ориентировании и спортивном туризме; о влиянии туристской деятельности человека на природу.
- **Знать:** технику безопасности на занятиях, в походах и на соревнованиях; простейшие туристские узлы; типы костров; основные приемы гребли на маломерных судах; способы прохождения простейших природных препятствий в спелео и пешем туризме; способы передвижения группы в разных природных условиях; как подготовить простейший поход; технику спортивного туризма; как

бережно относиться к природе; технику и тактику некатегорийных пеших, спелео и водных походов.

- **Уметь:** завязывать простейшие туристские узлы; разводить костер; подбирать личное и групповое снаряжение для разных сезонов года и типов походов; правильно укладывать рюкзак; собирать и разбирать палатку; проходить простейшие природные препятствия; правильно ходить по разным видам местности; составлять простейшие маршруты и планы подготовки похода; организовывать быт в туристской избе и в природных условиях; работать с туристским снаряжением; использовать на практике знания о пеших, спелео, водных, горно-пеших и велосипедных походах.

### **Формы подведения итогов реализации образовательной программы**

- Психолого-педагогический анализ наблюдений за деятельностью учащихся;
- Анализ применения в походах навыков, полученных на теоретических и тренировочных занятиях.

## Учебно-тематический план

### «Мир туризма» (108 часов)

№ п/п	Наименование темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Комплектация группы. Презентация программы и результатов летнего туристского сезона. Техника безопасности.	3		3
2.	Туризм как средство познания района, края, страны, мира. Виртуальные экскурсии	9		9
3.	Туризм как средство формирования прикладных навыков у человека	6	9	15
4.	Туризм как средство развития организаторских способностей и самоорганизации		3	3
5.	Туризм как средство физического развития и оздоровления. Спортивный туризм. Спортивное ориентирование. Специальное туристское снаряжение.	3	6	9
6.	Туризм и экология		2	2
7.	Походы		64	64
8.	Итоги года. Планирование летнего сезона	3		3
	Итого:	24	84	108

## Содержание дополнительной образовательной программы

### «Мир туризма» (108 часов)

#### **1. Комплектация группы. Презентация программы и летнего сезона. Техника безопасности (3 часа)**

Комплектация группы. Туризм в нашей школе. Туристское лето в клубе. Инструктаж по технике безопасности на занятиях в помещении и школьном дворе, на экскурсиях, в поездках, в различных видах походов. (3 часа)

#### **2. Туризм как средство познания района, края, страны, мира. Виртуальные экскурсии (9 часов)**

Что такое туризм? Виды туризма. Виды туризма по количеству участников, по характеру отдыха, по ландшафтному признаку, по способу передвижения, по возрастно-социальному признаку, по цели. Экстремальные виды туризма. Экзотические виды туризма. Комбинированное путешествие/поход. Примеры личных путешествий. Сравнение видов туризма. (3 часа)

Обзор туристских возможностей Новоселовского района (Презентация «Достопримечательности Новоселовского района» - древние писаницы, Анашенский бор, место падения метеорита «Палласово железо», Екатерининский мост, Убейско-Салбинский заказник, памятники археологии Маркелов Мыс и палеолитическая стоянка Куртак, конно-спортивные соревнования), Красноярского края, республики Хакасия. (3 часа).

Просмотр и обсуждение документальных, художественных фильмов и роликов о туризме, о путешествиях по России и миру. Подготовка учащимися сообщений (небольших презентаций) о достопримечательностях России, Красноярского края, Хакасии, о путешествиях по миру. (3 часа)

#### **3. Туризм как средство формирования прикладных навыков у человека (15 часов)**

Туристские узлы. Узлы для крепления веревок к опоре, узлы для связывания веревок, контрольный узел. Практика завязывания узлов «булинь», «простой штык», «прямой», «встречный», «простой проводник», «контрольный». (3 часа)

Топографические карты. Топографические знаки. Чтение карт. (3 часа)

Костер. Функции костра. Заготовка дров. Трут, растопка, топливо. Типы костров: «траншея», «яма», «шалаш» («пирамида»), «колодец» («решетка»), «звездный», «очаг охотника», «таежный». Костер в условиях влажности, сырости, снега. Практика складывания разных видов костров. Обращение с огнем и кипятком. (2 часа)

Личное снаряжение и требования к нему. Укладка рюкзака. Хранение снаряжения. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для различных видов походов. Гигиена туриста. Профилактика клещевого энцефалита и травм. (2 часа)

Групповое снаряжение в различных видах походов. (1 час)

Сборка-разборка палатки, тента, шатра. (1 час)

Движение туриста по местности. Техника прохождения природных препятствий. Правила движения в путешествии. Движение по дорогам, по тропам. Прохождение препятствий (подъем, спуск). Подъем с захватом, спуск коромыслом. Страховка и самостраховка в походе. Ходьба по местности в разных условиях: в разном темпе, в гору, под гору, по ровной поверхности. Дыхание при ходьбе. Ходьба/бег по лесу, по песку, по воде, по травянистой равнине, через кустарники, по камням, по болоту. Движение по травянистому склону, осыпям. Прохождение «болота» по «кочкам», жердям. Переправа через «ручей» с помощью жерди, «маятник». Техника прохождения природных препятствий: узкий лаз, овраг, река (преодоление брода) и т.п. (3 часа)

#### **4. Туризм как средство развития организаторских способностей и самоорганизации (3 часа)**

Подготовка к путешествию (походу, экскурсии). Самоконтроль туриста. Организация лагеря в туристской избе и на природе. Особенности питания в походе.(3 часа)

#### **5. Туризм как средство физического развития и оздоровления. Спортивный туризм. Спортивное ориентирование. Специальное туристское снаряжение. (9 часов)**

Подвижные игры на природе.

Спортивное ориентирование. Способы ориентирования на местности. Спортивное ориентирование (пешком, бегом, на велосипедах, на лыжах, в пещере, на воде). Карты для спортивного ориентирования. (2 часа)

Понятие спортивного туризма. Спортивный туризм на пеших и водных дистанциях. Зальный спортивный туризм. Знакомство со снаряжением для спортивного туризма (веревка, страховочная система, усы самостраховки, карабины, жумар, лесенка, восьмерка, каска). Тренировки по спортивному туризму. Отработка техники прохождения простейших препятствий. (6 часов)

Ролики о спортивном туризме. (1 час)

#### **6. Туризм и экология (2 часа)**

Влияние туристкой деятельности человека на природу. Участие в экологических акциях в походах.

#### **7. Походы (64 часа)**

ПВД пешие в окрестностях с.Новоселова. ПВД выездные спелео, водные или экскурсии. Комбинированный поход (Хакасия) – радиальные выходы (водный, спелеологический, пеший). Отработка в походных условиях полученных знаний и умений.

#### **8. Итоги года. Обработка собранного материала. Планирование летнего сезона (3 часа)**

Проведение итогового туристского вечера. Анализ походов. Просмотр фото, видео материала. Планирование летней оздоровительной кампании. (3 часа)



## Условия реализации программы

Материально-техническое оснащение:

- Школьный автобус;
- Компьютер, проектор, экран;
- Фотографии, презентации, видеоролики, фильмы;
- Топографические карты;
- Фотоаппарат, видеокамера;
- GPS навигатор, рации, сигнализация;
- Палатки, теплоизоляционные коврики, спальные мешки, сидения туристские, тенты;
- Рюкзаки, гермоупаковка, непромокаемые емкости для водных походов;
- Костровое оборудование, топор, пила, лопата;
- Оборудование для приготовления пищи (котлы, посуда);
- Оборудование для водного туризма (катамаран туристский, катамаран спортивный, рафт, лодки, байдарка, весла, спасательные жилеты, спасательные концы);
- Оборудование для спелеотуризма (веревки, каски, страховочные системы поясные спелео, подъемные устройства жумары, кроли и педали, спусковое устройство решетка);
- Оборудование для спортивного туризма (веревки, страховочные системы – грудные и поясные обвязки, усы самостраховки, карабины, подъемные устройства жумары, спусковые устройства восьмерка, ролики для навесной переправы, каски, перчатки);
- Аптечка.

## Список литературы

- Образовательные программы для системы дополнительного образования детей: Туризм и краеведение / Под общей редакцией: Константинова Ю. С., Маслова А.Г.
- Методические материалы: сборник инструкций и методических рекомендаций по обеспечению безопасности при проведении туристско-краеведческих мероприятий с учащимися / сост. Л.А.Грудинова. – Красноярск, 2007
- Туристские спортивные маршруты: перечень классифицированных туристских маршрутов по центральным, южным районам Красноярского края и республике Хакасия от первой степени сложности до третьей категории сложности. Методические рекомендации /сост. Л.А.Грудинова. – Красноярск, 1997
- Поманила меня Мана...Туристские маршруты. Методическое пособие/ сост. Л.А.Грудинова. – Красноярск, 2011
- Пещеры Красноярского края. /Р.А.Цыкин, Ж.Л.Цыкина, М.Н.Добровольский. – Красноярское книжное издательство, 1974
- Пещеры. Сборник материалов научно-практической конференции / Красноярск, 2009
- Водный туризм. - М., Профиздат, 1990.
- Малая Сья на земле и под землей. / О.Г. Добров – «Немо-Пресс» Новосибирск, 2009
- Пора в поход./С.Минделевич. – Москва, «Молодая гвардия», 1985
- Питание в туристском путешествии. - М., Профиздат, 1986.
- Туристская топография./ В.М.Алёшин, А.В.Серебренников. - М., Профиздат, 1985.
- Ресурсы Интернет – обширная подборка статей, видеороликов, фотографий, фильмов по всем темам курса