

Управление образования администрации
Сергиево-Посадского городского округа, Московской области
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Краснозаводская средняя общеобразовательная школа №1»

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
от «28» августа 2023 года
Протокол №1



УТВЕРЖДАЮ»: Директор МБОУ
«Краснозаводской СОШ №1»

Л.П. Домущей/

**Программа
школьного туристического клуба
«Рассвет»**

Составитель:
Смирнов Сергей Николаевич
учитель ОБЖ

г. Краснозаводск, 2023 год

Школьный туристический клуб туристско-краеведческой деятельности можно отнести к традиционным в педагогической практике нашей страны методам воспитания, обучения и оздоровления школьников. Школьный туризм и краеведение имеют комплексный, интеграционный характер воздействия на личность и коллектив. Это выражается в повышении духовного и физического потенциала ребенка, уровня знаний, умений, удовлетворении потребностей детей в самовыражении, творчестве, общении с людьми и природой. Туристско-краеведческая деятельность универсальна по содержанию и доступна по формам организации.

В системе образования сегодня очевидна объективная потребность в повышении социализации содержания и методов образования. Эта задача может быть решена через использование форм и методов внешкольного дополнительного образования, имеющего традиционную социализирующую направленность, в учебном процессе школы. Для этого, помимо традиционных форм туристско-краеведческой деятельности в школе (кружки, секции, музейное дело, учебное краеведение), используется также учебный курс «Основы туристско-краеведческой деятельности» для учащихся в рамках деятельности клуба «Рассвет».

Основные цели:

- дать знания, умения и навыки по основам туристско-краеведческой деятельности (навыки подбора личного и группового снаряжения, организации привалов и ночлегов, укладки рюкзака, техники преодоления простейших естественных препятствий, ориентирования на местности и т.п.);
- сформировать представления о правилах поведения на природе, во время походов, прогулок, экскурсий;
- привить интерес к занятиям туризмом и краеведением как активной, познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности;
- способствовать развитию классного коллектива, созданию обстановки доброжелательности, психологического комфорта, удовлетворению потребности детей в общении.

«Основы туристско-краеведческой деятельности» - комплексная образовательно-оздоровительная программа для учащихся средней школы, включает в себя лекционно-семинарские и практические занятия в помещении и занятия на местности. Программа интегрирована по содержанию и включает информацию по различным областям знаний, тематически стыкуется с базовыми учебными курсами по географии, биологии, основам безопасности жизнедеятельности, физическому

воспитанию, истории и др. Содержание курса строится на основе краеведческого материала, что способствует глубине и прочности усвоения учебного материала вследствие осуществления краеведческого подхода в обучении.

Программа курса состоит из 5 разделов: «Азбука массового туризма», «Организация туристического похода», «Основы топографии и ориентирования на местности», «Основы общественно-полезной, краеведческой деятельности туристов», «Туристические соревнования», включающие первоначальные сведения по туризму, экологии, базовые сведения по топографии и ориентированию на местности. Практическая часть курса предусматривает организацию 3 практических занятий на местности и 6 туристических походов, в том числе 2 с ночлегом в полевых условиях.

Знания и практические умения и навыки, приобретенные школьниками при изучении курса, носят прикладной характер и могут быть впоследствии использованы ими в будущей профессиональной деятельности, например туристско-краеведческой или педагогической. Курс может служить начальным этапом допрофессиональной подготовки школьников с дальнейшей специализацией «Инструктор школьного туризма», «Туристский организатор», «Гид-проводник», «Экскурсовод».

При выявлении уровня знаний данная программа не предполагает традиционное выставление оценок.

Для работы по данной программе преподаватель должен иметь педагогическое образование и опыт руководства туристическими походами.

Учебно-тематический план

№	Наименование тем курса	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекции	практика	
	Раздел 1. Азбука массового туризма	4	3	1	
1	История развития туристического движения в стране	1	1		
2	Виды и формы туризма	1	1		
3	Туристические возможности России и стран СНГ	2	1	1	Карта туристического маршрута
	Раздел 2. Организация туристического похода.	17	5,5	11,5	

4	Туристическая группа	1	.0,5	0,5	Комплектова ние туристическо й группы
5	Правила безопасности в туристическом походе	2	1	1	Правила безопасности в походе
6	Предпоходная тренировка. Физическая и маршевая подготовка	2	1	1	
7	Характерные заболевания в походе, их профилактика. Гигиена туриста	2	1	1	Справочник заболеваний в походе и их профилактик и
8	Личное снаряжение участника пешего похода	1		1	Список личного снаряжения
9	Групповое снаряжение	1		1	Список группового 4 снаряжения
10	Организация питания в походе	2	1	1	Меню для 1-2-х дневного похода
11	Укладка рюкзака	1		1	Укладка рюкзака
12	Туристический бивак	2	1	1	Памятка туристам
13	Техника преодоления естественных препятствий	2	1	1	Советы туристам
14	Техническое описание маршрута похода	1		1	Описание маршрута
15	Подведение итогов похода.	1		1	
	Раздел 3. Основы топографии и ориентирования на местности.	8	2	6	
16	Карта, ее масштаб. Условные знаки топографических карт.	1	0,5	0,5	Знание топографиче ских знаков
17	Компас, работа с ним	2	0,5	1,5	Ориентирова ние по компасу
18	Ориентирование по	3	1	2	Ориентирова

	карте. Азимут.				ние по карте
19	Маршрутная съемка.	2		2	Глазомерная съемка местности
	Раздел 4. Основы общественно-полезной, краеведческой деятельности туристов.	4	4		
20	Краеведческая деятельность.	2	2		Составление опросников
21	Охрана памятников истории и культуры	1	1		
22	Экологическая подготовка туриста	1	1		
	Раздел 5. Туристические соревнования	2		2	
23	Туристические соревнования	2		2	

Раздел 1 (4 часа) Азбука массового туризма

Тема 1. (1 час) История развития туристического движения в стране.

Понятие туризма и туристско-краеведческой деятельности. Зарождение отечественного туризма и экскурсионного движения. Современная организационная структура туризма (туристские союзы и общества, туристские базы, клубы туристов и т.п.).

Учащиеся должны знать:

- основные этапы развития туристско-экскурсионного движения в стране;
- современную организационную структуру туристского движения.

Тема 2. (1 час) Виды и формы туризма.

Понятие о плановом и самодеятельном туризме. Походы массовые (1-4 дня) и многодневные. Туристские слеты, соревнования, лагеря, экскурсии, выставки. Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, велосипедный, автомототуризм, спелеотуризм. Их специфика, состояние и перспективы развития. Комбинированные походы. Походы разной степени сложности.

Учащиеся должны знать:

- специфику самодеятельного, спортивного туризма;
- особенности различных видов туризма.

Тема 3. (2 часа) Туристические возможности России и стран СНГ.

Географическое положение России. Понятие туристских регионов и туристских ресурсов. Обзор основных туристских регионов России и стран СНГ (Карпаты, Крым, Тянь-Шань, Урал, Кольский полуостров, и др.) Общая характеристика туристских возможностей родного края. Принципы выбора маршрута относительно задач похода, сезонности, метеоусловий. Предварительное изучение маршрута, организация краеведческих наблюдений.

Учащиеся должны знать:

- разнообразие туристских возможностей России и стран СНГ.
- Характеристику туристских возможностей родного края;
- Принципы выбора маршрутов для однодневных походов и походов с ночлегом в полевых условиях.

Раздел 2. Организация туристского похода.

Тема 4. (1 час) Туристская группа.

Комплектование туристской группы. Подбор участников по состоянию здоровья, возрасту, физической и морально-волевой подготовке, туристскому опыту. Обязанности постоянные и временные. Зависимость обязанностей, их перечня от целей и задач, стоящих перед группой.

Учащиеся должны знать:

- принципы комплектования туристской группы;
- особенности распределения обязанностей между участниками похода.

Тема 5. (2 часа) Правила безопасности в туристическом походе.

Безопасность - основное требование ко всем туристским путешествиям. Персональная ответственность руководителя за безаварийность. Обязанности руководителя и участников по обеспечению безопасности.

Основные причины возникновения опасных ситуаций в походе:

- слабая дисциплина участников;

- слабая изученность района и условий предстоящего путешествия;
- неграмотное построение маршрута;
- неумелое преодоление препятствий;
- недооценка сложности препятствий;
- переоценка собственных сил и возможностей;
- переутомление;
- незнание приемов оказания доврачебной помощи;
- ядовитые растения, насекомые, пресмыкающиеся;
- неумелое обращение со гнем, колющими и режущими предметами, оружием;

Профилактическая работа по предупреждению травматизма и обеспечению безопасности похода. Соблюдение правил безопасности при выборе места для организации купания в походе.

Учащиеся должны знать:

- основные причины возникновения опасных ситуаций в походе;
- комплекс профилактических работ по обеспечению безопасности похода.

Тема 6. (1 час) Предпоходная тренировка.

Физическая и маршевая подготовка. Общая и специальная физическая подготовка туриста. Значение физической подготовки. Закаливание. Различные физические упражнения. Систематичность тренировок. Маршевая подготовка, кроссы. Тесты физической готовности к туристическим путешествиям различной степени сложности.

Учащиеся должны знать:

- специфику физической подготовки к туристским походам.

Тема 7. (2 часа) Характерные заболевания в походе, их профилактика.

Гигиена туриста. Личная гигиена. Гигиенические требования к одежде, обуви, постели, посуде. Купание в походе. Профилактика и оказание первой медицинской помощи при охлаждениях, обморожениях, простудах, потертостях, ушибах, переломах, отравлениях, тепловых ударах во время

похода. Транспортировка пострадавшего. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Учащиеся должны знать:

- основные приемы оказания первой медицинской помощи в условиях похода;
- способы транспортировки пострадавшего;
- специфику комплектования походной аптечки.

Тема 8. (1 час) Личное снаряжение участника пешего похода.

Перечень снаряжения для однодневного похода и похода с ночлегом в полевых условиях. Подбор снаряжения, требования к нему. Уход за снаряжением и ремонт.

Практическое занятие: составление списков личного снаряжения для пешего похода.

Учащиеся должны знать:

- специфику подбора личного снаряжения;
- составлять перечень личного снаряжения, необходимого для однодневного похода и 2-х дневного.

Тема 9. (1 час) Групповое снаряжение.

Требования к снаряжению. Костровое оборудование. Кухонные принадлежности. Палаточное снаряжение. Специальное снаряжение. Медицинская аптечка. Фотонабор. Спорт-культуринвентарь.

Практическое занятие: составление списка группового снаряжения для похода.

Учащиеся должны знать:

- основные требования к подбору группового снаряжения.

Тема 10. (2 час) Организация питания в походе.

Нормы питания. Походное меню и список продуктов. Подготовка продуктов к походу. Упаковка продуктов. Учет возможности пополнения продуктов в пути. Простейшие способы очистки воды. Знание ядовитых и съедобных грибов, ягод, растений.

Практическая работа: составление меню для 1-2-х дневного похода.

Учащиеся должны знать:

- принципы отбора продуктов для похода;
- простейшие способы очистки воды;
- составлять меню для походов;
- определять список необходимых продуктов.

Тема 11. (1 час) Укладка рюкзака. Типы рюкзаков. Правила размещения предметов в рюкзаке.

Практическое занятие: укладка рюкзака для похода.

Учащиеся должны уметь:

- укладывать рюкзак.

Тема 12. (2 час) Туристский бивак.

Требования к месту бивака: питьевая вода, дрова, изолированность и безопасность. Организация бивачных работ. Место установки палаток. Правила поведения в палатках. Место для вещей в палатке. Место для костра, типы костров. Топливо и способы его заготовки. Техника безопасности при работе с пилой, топором. Поведение у костра. Раздача пищи. Ямы для отбросов. Свертывание бивака.

Учащиеся должны знать:

- правила планирования бивака;
- последовательность организации бивачных работ.

Тема 13. (2 час) Техника преодоления естественных препятствий.

Понятие техники туризма. Естественные препятствия. Движения по мокрому грунту, песку, болотине, преодоление завалов, брода. Движения по густому подлеску, склонам, льду. Туристский строй.

Учащиеся должны знать:

- основные способы преодоления естественных препятствий.

Тема 14. (1 час) Техническое описание маршрута похода.

Определение участков маршрута. Характер местности. Хронометраж маршрута. Описание основных ориентиров, мест для ночлега и т.п.

Учащиеся должны уметь:

- составлять простейшее описание маршрута.

Тема 15. (1 час) Подведение итогов похода. Письменный отчет о походе. Отзывы участников похода.

Раздел 3 Основы топографии и ориентирования на местности.

Тема 16 (1 час). Карта, ее масштаб.

Условные знаки топографических карт. Определение понятия «карта». Отличие плана от карты. Условные обозначения.

Учащиеся должны знать:

- отличие карты от плана;
- определение масштаба карты;
- основные условные обозначения.

Тема 17. (2 час) Компас, работа с ним.

Устройство компаса. Пользование компасом в походе. Ориентирование по солнцу, звездам, при помощи местных предметов.

Учащиеся должны знать:

- правила пользования компасом;
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу и т.п.

Тема 18. (3 час) Ориентирование по карте.

Азимут. Магнитные свойства Земли. Определение понятия «азимут». Азимут прямой и обратный. Принципы прокладки азимута.

Учащиеся должны знать:

- понятие «азимут»;
- ориентировать карту при помощи компаса;
- определять азимуты на заданные ориентиры;
- двигаться по азимуту.

Тема 19. (2 час) Маршрутная съемка.

Маршрутная и площадная съемка местности. Способы проведения съемки. Оборудование и снаряжение.

Учащиеся должны знать:

- осуществлять простейшую глазомерную съемку участка местности;
- измерять расстояния и высоты на местности.

Раздел 4. Основы общественно-полезной, краеведческой деятельности туристов.

Тема 20. (2 час) Краеведческая деятельность.

Краеведческое изучение маршрута. Методы краеведческой деятельности. Сбор материалов по истории, культуре края. Фиксация результатов. Сбор документов, реликвий. Музейная деятельность. Правила хранения и использования исторических документов. Групповой дневник. Фотографирование и зарисовки.

Учащиеся должны знать:

- основные методы краеведческой деятельности в походе.

Тема 21. (1 час) Охрана памятников истории и культуры.

Закон об охране и использовании памятников культуры. Систематический уход за памятниками.

Тема 22. (1 час) Экологическая подготовка туриста.

Законодательство по охране природы. Красная Книга природы. Экологические требования к выбору места бивака. Основные формы участия туристов в охране природы. Учебные экологические тропы.

Раздел 5. Туристские соревнования.

Тема 23 (2 часа). Туристские соревнования.

Правила проведения соревнований. Цели и задачи соревнований, время и место проведения.