

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО (ЮНОШЕСКОГО) ТВОРЧЕСТВА ВЫБОРГСКОГО РАЙОНА
САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТО

Протокол педагогического совета № 1
от «31» августа 2023

УТВЕРЖДЕНА

Приказом №174 от «31» августа 2023
И.о. директора ДДЮТ _____ С.В. Бурлак

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

«Экологический туризм»

4 год обучения
Группа № 43
13 – 15 лет

Сизова Надежда Евгеньевна,
педагог дополнительного образования

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Особенности организации образовательного процесса

На четвертом году обучения учащиеся продолжают совершенствоваться в разных направлениях программы, принимают участие в судействе на соревнованиях, стажировке в качестве младших инструкторов туризма. Учащиеся являются помощниками педагога при проведении совместных занятий и мероприятий между группами разного уровня обучения. Мероприятия в природной среде являются насыщенными и сложными. Группа разновозрастная, старшие учащиеся выполняют более сложные задания и являются наставниками для младших учащихся в группе. В группе 13 детей от 13 до 15 лет на 1 сентября 2023 года.

Задачи программы:

Обучающие

- Сформировать туристские (походные) умения и навыки учащихся,
- Сформировать основные навыки организации путешествия, работы в туристской группе на маршруте,
- Расширить кругозор и эрудицию учащихся,
- Освоить компетенции туристских и краеведческих «специалистов» на всех стадиях туристско-краеведческого цикла (планирование, совершение путешествия, камеральная обработка собранных материалов и информации, подготовка и представление отчетов о проделанной работе),
- Освоить навыки соблюдения личной гигиены и профилактики заболеваний в походных условиях; навыки оказания первой доврачебной помощи;
- Дать учащимся основы экологических знаний;
- Изучать природу, историю и культуру России в процессе путешествий
- Дать возможность обучающимся проявлять себя в качестве организаторов мероприятий, судей на соревнованиях и младших инструкторов группы.

Развивающие

- Повысить уровень физического развития учащихся,
- Освоить методики краеведческих наблюдений и исследований на маршруте,
- Развить навыки применения теоретических знаний на практике, умения находить и выделять признаки и взаимосвязи между компонентами экологических систем.
- Сформировать познавательный интерес к естественнонаучному и гуманитарному направлениям в краеведении (географическому и историческому)
- Сформировать навыки самостоятельной работы с литературой, картографическим материалом, опубликованными и фондовыми документами, другими информационными источниками (Интернет и т.п.)

Воспитательные

- Формировать основы гражданственности и патриотизма, активной гражданской позиции, через изучение географии и истории в процессе путешествий по России.
- Развить коммуникативные способности учащихся,
- Воспитывать основы экологической культуры и поведения, сформировать основы их системного экологического мышления,
- Воспитать чувство социальной ответственности,
- Формировать общественную активность личностей учащихся и степень их социализации в обществе,
- Сформировать навыки коллективной деятельности, ответственности за общее дело,
- Создать команду, способную к эффективным совместным действиям в условиях сложного туристского путешествия.
- Сформировать навыки здорового и безопасного образа жизни.

Планируемые результаты учебного года

Предметные

Выпускники четвертого года обучения:

- Сформируют туристские (походные) умения и навыки учащихся,
- Сформируют основные навыки организации путешествия, работы в туристской группе на маршруте,
- Расширят кругозор и эрудицию учащихся,
- Освоят компетенции туристских и краеведческих «специалистов» на всех стадиях туристско-краеведческого цикла (планирование, совершение путешествия, камеральная обработка собранных материалов и информации, подготовка и представление отчетов о проделанной работе),
- Освоят навыки соблюдения личной гигиены и профилактики заболеваний в походных условиях; навыки оказания первой доврачебной помощи;
- Приобретут основы экологических знаний;
- Познакомятся с различными природными, историческими и культурными объектами России в процессе путешествий
- Проявят себя в качестве организаторов мероприятий, судей на соревнованиях и младших инструкторов группы.

Метапредметные

- Повысят уровень физического развития,
- Освоят методики краеведческих наблюдений и исследований на маршруте,
- Разовьют навыки применения теоретических знаний на практике, умения находить и выделять признаки и взаимосвязи между компонентами экологических систем.
- Сформируют познавательный интерес к естественнонаучному и гуманитарному направлениям в краеведении (географическому и историческому)
- Сформируют навыки самостоятельной работы с литературой, картографическим материалом, опубликованными и фондовыми документами, другими информационными источниками (Интернет и т.п.)

Личностные:

- Сформируют основы гражданственности и патриотизма, активной гражданской позиции, через изучение географии и истории в процессе путешествий по России.
- Разовьют коммуникативные способности,
- Сформируют основы экологической культуры и поведения, сформируют основы системного экологического мышления,
- Воспитают чувство социальной ответственности,
- Формировать общественную активность личностей учащихся и степень их социализации в обществе,
- Сформируют навыки коллективной деятельности, ответственности за общее дело,
- Создадут команду, способную к эффективным совместным действиям в условиях сложного туристского путешествия.
- Сформируют навыки здорового и безопасного образа жизни.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

4 год обучения, 9 часов в неделю

№	Раздел	Тема занятия	Кол-во часов	Дата занятия план	Дата занятия факт
1	1	Тестирование «Как я стал туристом». Просмотр видео и фотоматериалов о прошедшем летнем сезоне. Инструктаж по ОТ.	2	05.09.2023	
1	19	Помощь в проведении занятий в спортзале и на местности.	1	05.09.2023	
2	14	Техника и тактика водного туризма. Спортивные суда – катамаран и байдарка.	3	07.09.2023	
3	14	Преодоление туристской полосы препятствий.	6	10.09.2023	
4	13	Правила организации и проведения туристских путешествий.	3	12.09.2023	
5	9	Общая физическая подготовка. Прохождение туристской полосы препятствий с использованием веревочных техник.	3	14.09.2023	
6	7	Основные правила питания. Энергозатраты в походе и их восполнение.	3	19.09.2023	
7	14	Техника и тактика пешеходного туризма. Туристская полоса препятствий.	3	21.09.2023	
8	5	ООПТ города, области, страны. Их виды. Посещение экологических троп Ленинградской области.	5	24.09.2023	
8	17	Проектная и исследовательская деятельность.	1	24.09.2023	
9	17	Формы туристско-краеведческой работы. Знакомство с годовым планом работы объединения.	3	26.09.2023	
10	19	Помощь в проведении занятий в спортзале и на местности.	3	28.09.2023	
11	14	Техника и тактика пешеходного путешествия. Движение в походе. Нормы переходов.	3	03.10.2023	
12	12	Ориентирование по выбору и заданному направлению.	3	05.10.2023	
13	19	Помощь в проведении занятий в спортзале и на местности. Самостоятельная работа с контрольными группами учащихся 5-6 кл	6	08.10.2023	
14	2	Порядок составления характеристики района путешествия.	3	10.10.2023	
15	15	Обсуждение похода. Просмотр походных видео и фото-материалов.	3	12.10.2023	
16	9	Общая физическая подготовка. Прохождение туристской полосы препятствий с использованием веревочных техник.	3	17.10.2023	
17	12	Составление схемы маршрута.	3	19.10.2023	
	9	Общая физическая подготовка. Упражнения на развитие силы, гибкости, выносливости, ловкости, быстроты.	6	22.10.2023	
18	4	Основные законы экологии. Принципы функционирования экосистем.	3	24.10.2023	
19	12	Бергштрих. Отметки высот, уреза воды. Характеристика местности по рельефу.	3	26.10.2023	
20	4	Ресурсы: вода, биота, отходы, энергия и земля.	3	31.10.2023	
21	6	Духовно-нравственные качества человека. Развитие творческих способностей.	2	04.11.2023	

		Психологические игры.			
21	7	Учет расхода продуктов.	1	04.11.2023	
22	17	Работа ТК-объединения: традиции, правила, разновозрастные команды, постоянные и сменные должности.	3	07.11.2023	
23	13	Правила организации и проведения туристских путешествий	3	09.11.2023	
24	2	Посещение экологических троп в Ленинградской области. Зарисовки и фотографирование природных объектов	5	12.11.2023	
24	10	Групповое, личное, специальное туристское снаряжение для пешеходных походов.	1	12.11.2023	
25	15	Обсуждение похода. Просмотр походных видео и фото-материалов.	3	14.11.2023	
26	9	Общая физическая подготовка. Спортивные и подвижные игры.	3	16.11.2023	
27	4	Загрязнение окружающей среды: природное и антропогенное.	3	21.11.2023	
28	13	Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Подбор и подготовка личного, группового, специального снаряжения.	3	23.11.2023	
29	9	Общая физическая подготовка. Спортивные и туристские эстафеты.	6	26.11.2023	
30	5	Экологические акции: формы осуществления, формы личного участия. Виды акций. Раздельная сортировка мусора.	3	28.11.2023	
31	17	Организация и проведение массовых мероприятий. Виды туристских и краеведческих мероприятий.	3	30.11.2023	
32	9	Движение группы по маршруту. Кросс-поход.	3	05.12.2023	
33	2	Экскурсии в музеи. Ведение дневника погоды и календаря природы.	2	07.12.2023	
33	4	Работа с картами области и города: комплексная характеристика географического объекта.	1	07.12.2023	
34	3	Посещение музеев и экскурсий. Записи историко-краеведческих наблюдений.	6	10.12.2023	
35	17	Проектная и исследовательская деятельность.	1	12.12.2023	
36	9	Общая физическая подготовка	2	12.12.2023	
37	9	ОФП. Кроссовая подготовка.	3	14.12.2023	
38	8	Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами. Гигиенические требования к одежде, жилищу, посуде.	3	19.12.2023	
39	11	Организация бивуака в различных условиях.	3	21.12.2023	
40	18	Подготовка и порядок проведения соревнований	3	24.12.2023	
40	9	ОФП. Кроссовая подготовка.	3	24.12.2023	
41	6	Как понять другого человека? Введение в технику общения. Игры на взаимодействие.	2	26.12.2023	
41	7	Питание в путешествии. Составление раскладки.	1	26.12.2023	
42	9	Общая физическая подготовка	3	28.12.2023	
43	14	Техника и тактика лыжного туризма. Основные ходы на лыжах.	3	09.01.2024	
44	14	Техника и тактика лыжного туризма. Подъемы, спуски, торможения, тропление лыжни.	3	11.01.2024	
45	18	Участие в подготовке полигона, в судействе на занятиях и соревнованиях. Подведение итогов	6	14.01.2024	

		соревнований			
46	9	Понятие и сущность здоровья, здорового образа жизни. Лыжная подготовка.	3	16.01.2024	
47	16	Участие в соревнованиях, смотрах, конкурсах, конференциях по тематике объединения.	3	18.01.2024	
48	14	Техника и тактика лыжного туризма. Особенности преодоления препятствий зимой.	3	23.01.2024	
49	15	Подготовка отчета (по разделам и должностям). Вводная часть, характеристика района путешествия	3	25.01.2024	
50	14	Техника и тактика лыжного туризма. Значение дисциплины при преодолении препятствий.	6	28.01.2024	
51	13	Культура поведения и взаимоотношений с местными жителями. Подбор картографического материала, краеведческого оборудования	3	30.01.2024	
52	8	Походная медаптечка: комплектация, содержание, хранение. Заболевания и их симптомы, травмы и их предупреждение. Профилактика заболеваний.	3	01.02.2024	
53	9	Книги о путешествиях и путешественниках. Лыжная подготовка.	3	06.02.2024	
54	9	Лыжная подготовка. . Элементы биатлона.	3	08.02.2024	
55	10	Лыжи и лыжные крепления. Правила подбора, подготовки, эксплуатации, хранения.	6	11.02.2024	
56	7	Приготовление пищи в походных условиях. Распределение и хранение продуктов.	3	13.02.2024	
57	14	Техника и тактика лыжного туризма. Основные ходы на лыжах с рюкзаком.	3	15.02.2024	
58	11	Правила техники безопасности и охраны природы. Выбор и заготовка топлива.	3	20.02.2024	
59	9	Лыжная подготовка	3	22.02.2024	
60	14	Техника и тактика пешеходного путешествия. Техника преодоления естественных препятствий.. Страховка и само страховка.	6	25.02.2024	
61	9	Лыжная подготовка	3	27.02.2024	
62	12	Измерение расстояний по карте. Способы измерения расстояний на местности. Средний шаг, его измерение.	3	29.02.2024	
63	9	Общая физическая подготовка. Спортивные и подвижные игры.	3	05.03.2024	
64	9	Постепенное увеличение нагрузок: протяженности маршрутов, скорости движения, веса рюкзака.	3	07.03.2024	
65	3	Фотографирование, зарисовка и паспортизация памятников истории и культуры. Посещение музеев и экскурсий.	4	10.03.2024	
65	7	Питание в путешествии. Принципы составления раскладки.	2	10.03.2024	
66	13	Составление плана подготовки путешествия. Сбор информации о районе похода.	3	12.03.2024	
67	9	Общая физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости, быстроты, выносливости	3	14.03.2024	
68	13	Особенности экспедиций, их отличия от путешествий. Распределение обязанностей.	3	19.03.2024	
69	15	Подготовка и участие в туристско-краеведческих конференциях, конкурсах.	3	21.03.2024	
70	14	Преодоление туристской полосы препятствий.	6	24.03.2024	

71	6	Определение коллектива. Влияние личности на коллектив и коллектива на личность. Психологические игры.	3	26.03.2024	
72	12	Ориентирование в заданном направлении.	3	28.03.2024	
73	10	Ремонтный набор. Костровой набор, способы обустройства бивуака. Палатка и ее комплектация.	3	02.04.2023	
74	11	Обустройство бивуака в различных климато-географических зонах: лесная (таежная), безлесная, на берегах равнинных рек и водоемов.	1	04.04.2024	
74	9	Спортивные игры	2	04.04.2024	
75	18	Участие в подготовке полигона, в судействе на занятиях и соревнованиях. Подведение итогов соревнований	1	09.04.2024	
75	9	Общая физическая подготовка	2	09.04.2024	
76	15	Особенности экспедиций, их отличия от путешествий. Распределение обязанностей	3	11.04.2024	
77	16	Участие в мероприятиях по тематике объединения	6	14.04.2024	
78	14	Техника и тактика пешеходного туризма. Движение в походе. Нормы переходов. Движение по равнине, по сильнопересеченной местности.	3	16.04.2023	
79	9	Общая физическая подготовка. Упражнения на развитие ловкости, быстроты, выносливости.	3	18.04.2024	
80	8	Доврачебная помощь пострадавшему при ожогах, кровотечениях, вывихах, ушибах, растяжениях, переломах, солнечном и тепловом ударах, отравлении, ядовитом укусе.	3	23.04.2024	
81	14	Техника и тактика пешеходного туризма. Движение в лесу через кустарник и завалы. Движение по склонам. Движение по заболоченной местности. Водные преграды.	3	25.04.2024	
82	14	Техника и тактика пешеходного туризма. Значение безопасности.	6	28.04.2024	
83	12	Ориентирование в лабиринте.	3	30.04.2024	
84	8	Наложение повязок и шин. Транспортировка пострадавшего.	1	02.05.2024	
84		Общая физическая подготовка	2	02.05.2024	
85	6	Социально-психологический тренинг.	3	07.05.2024	
86	14	Техника и тактика пешеходного туризма. Техника преодоления естественных препятствий. Меры предосторожности. Страховка и самостраховка. Значение дисциплины при преодолении препятствий.	6	12.05.2024	
87	15	Обсуждение похода. Просмотр походных фото- и видеоматериалов.	3	14.05.2024	
88	12	Участие в тренировках и соревнованиях по спортивному ориентированию.	2	16.05.2024	
88	9	Спортивные игры	1	16.05.2024	
89	13	Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Подбор и подготовка личного, группового, специального снаряжения.	2	21.05.2024	
89	9	Спортивные игры	1	21.05.2024	
90	9	Общая физическая подготовка. Упражнения на развитие силы, гибкости, выносливости, ловкости, быстроты.	3	23.05.2024	

91	14	Отработка умений и навыков действий на маршруте индивидуально и в составе группы / экипажа	3	26.05.2024	
91	16	Участие в соревнованиях, смотрах, конкурсах, конференциях по тематике объединения.	1	26.05.2024	
91	15	Обсуждение итогов путешествий	2	26.05.2024	
92	11	Распределение и контроль выполнения бытовых обязанностей	3	28.05.2024	
93	20	Итоги полугодия, года: рейтинг участия в делах объединения.	3	30.05.2023	
		Нестационарное мероприятие – Участие во Всероссийской детской эколого-краеведческой экспедиции. Или спортивный поход 3 степени сложности.			
	14	Техника и тактика пешеходного, водного туризма. Обеспечение безопасности.	30		
	10	Групповое, личное, специальное туристское снаряжение для пешеходных, водных походов	3		
	11	Организация и снятие бивуака в различных условиях.	3		
	3	Записи историко-краеведческих наблюдений. Ведение дневника наблюдений.	3		
	4	Зарисовки и фотографирование природных объектов.	3		
	17	Туристские и краеведческие должности в походе и экспедиции. Оформление отчетов по специальностям.	3		
		Всего за год	378		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ Четвертого ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Тема 1. Вводное занятие

Теория История развития туризма в России. Заповеди объединения. ТК-движение «Отечество». Проекты объединения.

Практические занятия. Тестирование «Как я стал туристом». Просмотр видео и фотоматериалов о прошедшем летнем сезоне. Инструктаж по ОТ.

• **Раздел «Краеведение»**

Тема 2. Природа родного края

Теория Порядок составления характеристики района путешествия. «Геологический календарь» (геохронологическая шкала).

Метеорологические, гидрологические, фенологические, ботанические, геологические наблюдения.

Практические занятия. Работа с картами, со справочниками и определителями. Экскурсии в музеи. Ведение дневника погоды и календаря природы. Гидрологическое исследование: измерение ширины, глубины реки, составление схемы площади живого сечения, изготовление поплавка, измерение скорости течения, расчет расхода воды. Закладка шурфов, описание почвенного разреза. Описание геологических обнажений, сбор, документирование и определение образцов горных пород и рыхлых отложений. Составление паспорта источника подземных вод. Зарисовки и фотографирование природных объектов. Сбор гербария местных растений. Учет состава животного мира района. Посещение экологических троп в Ленинградской области.

Тема 3. История, культура и экономика родного края.

Теория. Историческое краеведение как наука. Объекты изучения. Поисковая работа.

Экономика края. Развитие промышленности, сельского хозяйства, транспортных систем, традиционных ремесел, занятий и промыслов.

Практические занятия. Записи историко-краеведческих наблюдений. Ведение дневника наблюдений. Фотографирование, зарисовка и паспортизация памятников истории и культуры. Подготовка рефератов по темам районных краеведческих конкурсов. Посещение музеев, экскурсий, квестов.

Раздел «Основы экологии»

Тема 4. Общая экология. Естествознание

Теория Основные законы экологии. Принципы функционирования экосистем. Почвы, почвенные экосистемы. Вода, круговорот воды. Ресурсы: вода, биота, отходы, энергия и земля. Загрязнение окружающей среды: природное и антропогенное. Загрязнение воды, воздуха, почвы. Кислотные осадки. Парниковый эффект. Нарушение озонового слоя.

Практические занятия. Растения и животные – индикаторы загрязнения окружающей среды. Знакомство с полевой химической лабораторией. Экскурсия по городу: принципы построения геохимических карт. Работа с картами области и города: комплексная характеристика географического объекта.

Тема 5. Охрана природы. Экологические проекты и акции

Теория Нормативные акты в области охраны окружающей среды. ООПТ города, области, страны. Их виды. Экологические акции: формы осуществления, формы личного участия. Виды акций. Раздельная сортировка мусора.

Практические занятия. Исследовательская работа по определению биогенного загрязнения школьной территории. Общественно-полезная работа в походах и путешествиях. Участие в реализации эко-проектов. Выпуск экологической газеты. Посещение экологических троп Ленинградской области.

Раздел «Экология человека»

Тема 6. Основы практической психологии группы

Теория Духовно-нравственные качества человека. Развитие творческих способностей. Как понять другого человека? Введение в технику общения.

Определение коллектива. Влияние личности на коллектив и коллектива на личность. Эффективная организация деятельности и межличностного взаимодействия.

Практические занятия. Социально-психологический тренинг. Исследование атмосферы группы, сплоченности группы по тесту Сижора. Игры на взаимодействие, сплоченность и общение.

Тема 7. Питание в путешествии

Теория Основные правила питания. Химический состав и калорийность пищи. Энергозатраты в походе и их восполнение. Дневной рацион питания. Подбор продуктов питания. Дары природы. Лесная аптека, использование трав и травяных сборов в пищу.

Практические занятия. Составление раскладки. Учет расхода продуктов. Правила сбора грибов, ягод. Приготовление пищи в походных условиях. Распределение, транспортировка и хранение продуктов.

Тема 8. Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему

Теория Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами. Гигиенические требования к одежде, жилищу, посуде. Самоконтроль туриста. Походная аптечка: комплектация, содержание, хранение. Заболевания и их симптомы, травмы и их предупреждение. Профилактика заболеваний. Предупреждение обморожений и переохлаждений в лыжном походе. Доврачебная помощь пострадавшему при ожогах, кровотечениях, вывихах, ушибах, растяжениях, переломах, солнечном и тепловом ударах, отравлении, ядовитом укусе.

Практические занятия. Оказание Первой помощи. Наложение повязок и шин. Транспортировка пострадавшего.

Тема 9. Физическая подготовка туриста

Теория Понятие и сущность здоровья, здорового образа жизни. Физическая и морально-волевая подготовка. Книги о путешествиях и путешественниках. Постепенное увеличение нагрузок: протяженности маршрутов, скорости движения, веса рюкзака.

Практические занятия. Общая физическая подготовка. Упражнения на развитие силы, гибкости, выносливости, ловкости, быстроты. Спортивные и подвижные игры. Спортивные и туристские эстафеты. Прохождение туристской полосы препятствий с использованием веревочных техник. Тренировки на скалодроме.

Кроссовая подготовка. Движение группы по маршруту. Кросс-походы, УТП, ПВД. Лыжная подготовка. Элементы лыжного биатлона.

Раздел «Туристская подготовка. Основы безопасной жизнедеятельности»

Тема 10. Туристское снаряжение.

Теория Групповое, личное, специальное туристское снаряжение для пешеходных, лыжных, водных походов. Ремонтный набор. Костровой набор, способы обустройства бивуака. Палатка и ее комплектация.

Специальное снаряжение для занятий горным туризмом, спелеотуризмом, скалолазанием. Веревки статические и динамические. Карабины, их виды. Спуско-подъемные устройства, их виды, правила выбора.

Льжи и лыжные крепления. Правила подбора, подготовки, эксплуатации, хранения. Личное снаряжение и требования к нему: малый вес, теплоизоляционные свойства, непродуваемость. Подбор и способы утепления обуви.

Суда, используемые для путешествий: байдарки, катамараны, гребные лодки и шлюпки. Типы, устройство, такелаж, подготовка, сборка-разборка, комплектация. Походное оборудование судна. Особенности упаковки вещей и продуктов. Эксплуатация: укладка груза, размещение людей, профилактика повреждений. Спасательные средства и их хранение.

Практические занятия. Инвентаризация группового снаряжения. Ремонт палаток, тентов. Сборка и разборка байдарок, катамаранов, профилактический ремонт судов и такелажа. Подготовка и ремонт лыжного инвентаря. Пошив бахил.

Тема 11. Туристский быт

Теория Обустройство бивуака в различных климато-географических зонах: лесная (таежная), безлесная, на берегах равнинных рек и водоемов. Правила техники безопасности и охраны природы. Распределение и контроль выполнения бытовых обязанностей. Выбор и заготовка топлива. Общественно-полезная работа и ее организация. Свертывание бивуака. Обустройство бивуака в экстремальных ситуациях, из подручных средств и материалов.

Практические занятия. Организация бивуака в различных условиях. Различные способы устройства тагана. Разведение костра для приготовления пищи и сушки снаряжения, при сильном ветре и наличии осадков. Дежурство у костра в ночное время. Снятие бивуака.

Тема 12. Топография и ориентирование

Теория Способ горизонталей. Сечение. Заложение. Бергштрих. Отметки высот, уреза воды. Характеристика местности по рельефу. Чтение топографических и спортивных карт. Условные обозначения. Азимут (истинный и магнитный). Местное магнитное склонение. Измерение и построение углов на карте. Измерение расстояний по карте.

Практические занятия. Измерение расстояний по карте. Способы измерения расстояний на местности. Средний шаг, его измерение. Измерение расстояния шагами и по времени движения. Составление схемы маршрута. Ориентирование по выбору и

заданному направлению. Ориентирование в лабиринте. Участие в тренировках и соревнованиях по спортивному ориентированию.

Тема 13. Подготовка и организация путешествия.

Теория Правила организации и проведения туристских путешествий. Нормативные акты, инструкции, маршрутные документы. Подбор группы. Определение цели, задач, района путешествия. Особенности водных путешествий, их преимущества и недостатки. Особенности экспедиций, их отличия от путешествий. Распределение обязанностей.

Составление плана подготовки. Сбор сведений о районе похода. Разработка маршрута, расчет переходов. Схемы и графики движения. Составление плана-графика похода, сметы расходов. Возможности радиальных выходов. Разработка запасных и аварийных маршрутов. Организация ночлега. Культура поведения и взаимоотношений с местными жителями. Подбор картографического материала, краеведческого оборудования, оформление общественно-полезного задания от организации-заказчика.

Практические занятия. Составление плана подготовки путешествия. Сбор информации о районе похода. Работа с литературой и картами. Разработка маршрута, составление схем, выкопировок, крок. Оформление маршрутных документов. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Подбор и подготовка личного, группового, специального снаряжения.

Тема 14. Техника и тактика проведения путешествия. Обеспечение безопасности.

Теория Техника и тактика пешеходного туризма. Движение в походе. Нормы переходов. Движение по равнине, по сильнопересеченной местности. Движение в лесу через кустарник и завалы. Движение по склонам. Движение по заболоченной местности. Водные преграды. Техника преодоления естественных препятствий. Меры предосторожности. Страховка и самостраховка. Значение дисциплины при преодолении препятствий.

Техника и тактика лыжного туризма. Основные ходы на лыжах с рюкзаком. Подъемы, спуски, торможения, тропление лыжни. Особенности преодоления препятствий зимой.

Техника и тактика водного туризма. Спортивные суда – катамаран и байдарка. Техника гребли, движения, управления судном. Распорядок, режим и график движения судов. Выбор линии движения. Разведка пути. Тактика прохождения препятствий.

Правила поведения в лесу, на воде, при преодолении препятствий, во время грозы, на борту судна. Сигналы бедствия. Применение спасательных средств. Значение слаботанности экипажа, группы.

Обеспечение безопасности.

Практические занятия. Отработка умений и навыков действий на маршруте индивидуально и в составе группы / экипажа. Тренировка по веревочной технике в условиях спортивного зала и улицы. Преодоление туристской полосы препятствий. Тренировка по технике водного туризма, по технике лыжного туризма. Комбинированный, пешеходный или водный поход..

Тема 15. Подведение итогов путешествия.

Теория Обсуждение похода. Просмотр походных фото- и видеоматериалов.

Подготовка отчета (по разделам и должностям). Вводная часть, характеристика района путешествия. Техническое описание маршрута, картографический материал. Материально-финансовое обеспечение похода. Краеведческая и общественно-полезная работа. Выводы, рекомендации, приложения.

Организация выставки-презентации отчета и итогового туристского вечера. Подготовка и участие в туристско-краеведческих конференциях, конкурсах, чтениях. Проектная и исследовательская деятельность.

Практические занятия. Подготовка отчета (индивидуально и группами). Оформление фотостендов и фотогазеты, летописи, рабочего видеofilmа. Подготовка

выставки-презентации (устный отчет), подготовка материалов и докладчиков для публичного выступления. Проведение итогового туристского вечера.

Тема 16. Участие в мероприятиях .

Участие в соревнованиях, смотрах, конкурсах, конференциях по тематике объединения.

Тема 17. Основы эколого-туристско-краеведческой работы.

• *Теория* Формы туристско-краеведческой работы. Знакомство с годовым планом работы объединения. Организация туристско-краеведческого цикла. Поход, путешествие, экспедиция (виды), экскурсия, походы выходного дня, учебно-тренировочные сборы, звездный поход, туристский слет, туристские соревнования, вечера, газета, летопись объединения. Работа ТК-объединения: традиции, правила, разновозрастные звенья (команды), постоянные и сменные должности. ТК-движение «Отечество». Проекты объединения.

Организация и проведение массовых мероприятий. Виды туристских и краеведческих мероприятий. Туристские соревнования: цели, задачи, положение, программа, условия проведения, вопросы судейства, подготовка полигонов и маршрутов, согласование с органами местной власти, обеспечение безопасности, материально-техническое обеспечение, подведение итогов, награждение.

Туристские и краеведческие должности в походе и экспедиции. Оформление отчетов по специальностям. Проектная и исследовательская деятельность.

Практические занятия. Участие в проектах и мероприятиях. Оформление отчетов по специальностям в отчетах по походам и экспедициям. Оформление фото и видеоматериалов по прошедшим путешествиям. Проектная и исследовательская деятельность.

Тема 18. Помощь в судействе на соревнованиях

Теория. Подготовка полигонов, маршрутов и учебных трасс на занятиях и мероприятиях Клуба, школы, отдела туризма, краеведения и спорта ДДЮТ. Виды соревнований. Зачетные и незачетные виды. Судейская коллегия, ее состав, права и обязанности. Подготовка и порядок проведения соревнований. Оформление судейских документов. Подведение итогов. Определение победителей. Объявление результатов, вручение наград.

Практические занятия. Участие в подготовке полигона, в судействе на занятиях и соревнованиях. Подведение итогов соревнований. Уборка снаряжения и полигонов.

Тема 19. Стажировка в качестве младших инструкторов туризма.

Теория. Организация группы, распределение обязанностей. Материально-техническое, финансовое, продовольственное обеспечение. Вопросы безопасности. Подготовка группового и личного снаряжения. Тактика и техника прохождения радиального КТМ.

Практические занятия. Помощь в проведении занятий в спортзале и на местности. Самостоятельная работа с контрольными группами учащихся 5-6 кл. (базовый уровень – курс ОБЖ, 5-6 кл.). Завершение похода. Подведение итогов.

Организация группы, распределение обязанностей. Подготовка группового и личного снаряжения. Тактика и техника прохождения радиального КТМ. Завершение похода. Подведение итогов.

Тема 20. Итоговое занятие

Итоги полугодия, года: рейтинг участия в делах объединения.

Нестационарные мероприятия в природной среде.

- Участие в туристских соревнованиях и слетах, в том числе во Всероссийской детской эколого-краеведческой экспедиции. ИЛИ:

- Спортивный поход 3 степени сложности.

Темы, которые будут пройдены во время нестационарного мероприятия: 3,4,10,11,14,17.