

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ  
«ЮЛДАШ» ЕЛАБУЖСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
РЕСПУБЛИКИ ТАТАРСТАН

Принята на заседании  
педагогического совета  
Протокол № 1  
От «31» августа 2023 года

Утверждено  
И.о. директора МБУ ДО  
«ЦДЮТЭ «Юлдаш» ЕМР РТ  
Холуева Н.Р.

Приказ № 31  
от «31» августа 2023 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«АЗБУКА ТУРИЗМА»

(с возможным применением электронного обучения  
и дистанционных образовательных технологий)

Направленность: туристско-краеведческая

Возраст учащихся: 7-10 лет

Срок реализации: 1 год (144 часа)

Автор составитель:  
Рахматуллин Камиль Габделахатович  
педагог дополнительного образования

ЕЛАБУГА 2023

Информационная карта образовательной программы

1.	Образовательная организация	МБУ ДО «ЦДЮТиЭ «Юлдаш» ЕМР РТ
2.	Полное название программы	«АЗБУКА ТУРИЗМА»
3.	Направленность программы	туристско-краеведческая
4.	Сведения о составителях:	
4.1.	ФИО, должность	Рахматуллин К.Г., Педагог дополнительного образования
5.	Сведения о программе	
5.1.	Срок реализации	1 год
5.2.	Возраст обучающихся	7-11 лет
5.3.	Характеристика программы:	
	- тип программы	дополнительная общеобразовательная программа
	- вид программы	общеразвивающая
5.4.	Цель программы	Развитие двигательной, функциональной и познавательной активности обучающихся младших классов, укрепление их физического и психического здоровья в процессе туристско-познавательной деятельности.
6.	Форма и методы образовательной деятельности	<b>Формы</b> работы с детьми: - групповые, индивидуальные, тестирование, экскурсии, туристские прогулки и походы, наблюдения; - дидактические игры, беседы, словесные игры, сюжетно-ролевые игры, игры – путешествия, разучивание и исполнение туристских и бардовских песен. <b>Методы:</b> Наглядные, практические, игровые, словесные.
7.	Форма мониторинга результативности	Беседа, наблюдение, опрос, тестирование, индивидуальные практические задания, самостоятельная работа, контрольная работа, поход, соревнования, программированный контроль (тесты).
8.	Результативность реализации программы	Увеличение познавательной активности детей в результате участия в соревнованиях, конкурсах, викторинах и конференциях.
9.	Дата утверждения и последней корректировки	Август 2023
10.	Рецензенты	

## Содержание

<b>Раздел № 1 «Комплекс основных характеристик программы»</b>		
1.	Пояснительная записка	4
1.1.	Направленность программы	4
1.2.	Нормативно – правовое обеспечение образовательной программы	4
1.3.	Актуальность	4
1.4.	Отличительные особенности программы	4
1.5.	Цели и задачи	5
1.6.	Адресат программы	5
1.7.	Объем программы	5
1.8.	Формы организации образовательного процесса	5
1.9.	Срок освоения программы	6
1.10.	Режим занятий	6
1.11.	Планируемые результаты освоения программы	7
1.12.	Формы подведения итогов	9
2.	Учебно-тематический план	10
3.	Содержание программы	19
4.	Приложения	21
4.1.	Список литературы	23
4.2	Календарно-учебный график обучения	23

## **РАЗДЕЛ № 1**

### **«КОМПЛЕКС ОСНОВНЫХ ХАРАКТЕРИСТИК ПРОГРАММЫ»**

#### **1. Пояснительная записка**

**1.1. Направленность программы.** Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа ««АЗБУКА ТУРИЗМА»» (далее Программа) по направленности туристско–краеведческая; по функциональному предназначению – учебно-познавательная; по форме организации — индивидуально ориентированная, групповая; по времени реализации — один год. Программа предназначена для детей 7 – 10 лет, и направлена на обеспечение начальной подготовки по туристско – краеведческой направленности.

#### **1.2. Нормативно – правовое обеспечение Программы**

➤ Федеральный закон № 273-ФЗ от 01.09.2013 «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями).

➤ Концепция развития дополнительного образования детей. Утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р.

➤ Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

➤ «Примерные требования к содержанию и оформлению образовательных программ дополнительного образования детей (письмо Министерства образования РФ от 11.12.2006 N 06-1844).

➤ Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 г. № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».

➤ Приказ Министерства образования и науки от 23.08.2017г. №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ».

#### **1.3. Актуальность Программы**

Елабужский район обладает уникальными историческими, художественно-архитектурными и природными ресурсами, в числе которых: живописный ландшафт национального парка «Нижняя Кама», красивейшие реки: Кама, Тойма, множество памятников архитектуры, истории, природы. Район имеет широкие перспективы развития в крупный туристско-оздоровительный центр. С развитием туризма растёт потребность в экскурсоводах, инструкторах, гидах-проводниках.

Туризм является одним из важнейших факторов оздоровления обучающихся. Общество располагает разнообразными спортивными программами, но лишь туризм обладает всеми необходимыми компонентами для здоровья, то очень важно для детей младшего школьного возраста. Это общение с природой, смена обстановки, психологическая разгрузка и физическая активность, оторванность детей от техногенизированного образа жизни, смена ритма жизни на естественный, положительный эмоциональный фон межличностного общения.

#### **1.4. Отличительные особенности Программы**

Предлагаемая в этой программе примерная тематика занятий, прежде всего, направлена на ознакомление учащихся со своим краем, овладение определенным кругом знаний и умений, необходимых юным путешественникам.

При создании данной программы авторы опирались на следующие педагогические идеи и принципы:

- деятельный подход в обучении;
- соответствие содержания возрастным особенностям учащихся;

- гуманизация образования;
- осуществление целостного подхода к воспитанию;
- формирование социально приемлемых интересов и потребностей учащихся и т.д.

Идея программы – формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровление, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Основной целью внедрения дистанционных форм обучения в программу было создание условий учащимся для свободного доступа к информационным ресурсам и получения качественного образования с помощью дистанционного обучения для развития навыков самостоятельной работы.

**1.5. Цель** программы - развитие двигательной, функциональной и познавательной активности обучающихся младших классов, укрепление их физического и психического здоровья в процессе туристско-познавательной деятельности.

**Задачи:**

**Обучающие:**

- обучение основам туризма;
- расширение ориентации в окружающем мире;
- формирование элементарных представлений о взаимосвязях и взаимодействии с природой;
- получение знаний об окружающей природе, о родном крае;
- обучение правилам личной безопасности.

**Воспитательные:**

- вовлечение обучающихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма;
- формирование начал экологической культуры;
- формирование основ нравственного воспитания;
- воспитание бережного отношения к своей семье, своему роду;
- воспитание чувства гражданственности, патриотизма;
- воспитание ответственности за своё поведение.

**Развивающие:**

- Развитие творческой и исполнительской активности обучающихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- Обеспечение необходимого уровня психологического развития и познавательной активности детей;
- Оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды;
- Развитие способности видеть и понимать красоту окружающего мира.

Исходя из целей и задач, сформулированных в программе, используются следующие методы и формы работы:

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа кружковцев с выполнением различных заданий на экскурсиях и в походах);
- метод самореализации самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, экскурсиях;
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения программы, роста спортивных показателей;
- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Главный принцип реализации программы – «занятие через действие», чтобы ребёнок мог не только слушать то, что ему рассказывает педагог, но и участвовать в туристской и краеведческой деятельности.

**1.6. Адресат Программы**

Программа рассчитана для детей 7 – 11 лет.

Комплектовать состав объединения следует из учащихся 1-4 классов. Рекомендуемый минимальный состав группы не менее 15 человек.

**1.7. Объем программы** – 144 часа. Содержание программы рассчитано на один год занятий с обучающимися начальной школы, проявляющими интерес к естествознанию, физической культуре, туризму и краеведению.

### **1.8. Формы организации образовательного процесса**

Занятия объединения «АЗБУКА ТУРИЗМА» носят преимущественно практический характер, лишь небольшая их часть проводится в форме лекций и бесед, просмотр видеоматериалов. При реализации образовательной программы используются различные образовательные технологии, в том числе дистанционные образовательные технологии, электронное обучение.

Программа предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагога таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью - окружающей природной и социальной средой. При этом адаптация организма ребенка к физическим нагрузкам предполагает необходимость их строгого дозирования по объему, продолжительности и напряженности в соответствии с полом и возрастом, а также индивидуальным уровнем функционального и биологического развития занимающихся.

В основе замысла программы лежит идея развивающего обучения (В.В. Давыдова и др.) в процессе совместной деятельности детей и педагога. Содержание программы опирается на концепции детско-юношеского туризма «Школа жизни - окружающий мир» (А.А. Остапец-Свешников, М.И. Богатов, О.И. Мотков) и предполагает активное участие детей и их родителей в туристско-краеведческой оздоровительно-познавательной деятельности.

Содержание программ составлено с учетом принципов концентрического освоения окружающей действительности, цикличности проведения оздоровительно-познавательной, туристско-краеведческой и исследовательской деятельности, использования ролевой системы творческого самоуправления и развития творческой самостоятельности участников детского объединения.

Занимающиеся посредством участия в экскурсиях и однодневных походах знакомятся с окружающим их миром - школой, населенным пунктом, ближайшей зеленой зоной (лесом, рекой); у них формируются начальные навыки здорового образа жизни и безопасного поведения в окружающем мире, знакомятся с достопримечательностями района, участвуют в однодневных мини-походах по родному краю; закрепляют и совершенствуют навыки здорового образа жизни, охраны окружающей природной среды и безопасности жизнедеятельности.

Систематическая оздоровительно-познавательная, туристско-краеведческая деятельность с обучающимися 1-4-х классов строится на непрерывно сменяющихся друг друга, а в некоторых случаях и накладывающийся друг на друга, циклах, каждый из которых должен включать подготовку к мероприятию, его организацию и проведение, и подведение его итогов (оформление выставки творческих работ; творческие отчеты - инсценировки, рассказы и пр.; оформление стенных фотогазет; проведение вечеров, состязаний и КВНов, совместный анализ достижений и промахов на состязаниях и мини-соревнованиях).

Предполагается, что большая часть занятий будет проводиться на открытом воздухе, на школьном дворе или в лесу. В осенние, зимние и весенние каникулы предполагается активное участие занимающихся в туристско-краеведческих и спортивно-оздоровительных мероприятиях.

Для повышения педагогической эффективности оздоровительно-познавательную и туристско-краеведческую деятельность планируется построить так, чтобы, каждый

занимающийся включался в эту деятельность посредством выполнения соответствующих его возрастным особенностям и индивидуальным творческим способностям, мотивам и интересам игровых должностей (ролей): организационно-хозяйственных (командир, физорг, ремонтный мастер, штурман, дежурный, заведующий снаряжением, санинструктор и т. д.) и познавательно-краеведческих (знаток погоды, знаток птиц, знаток растений, знаток трав, знаток улицы, знаток достопримечательностей и т. д.). При этом задача педагога сформировать у воспитанников ответственное отношение к исполнению ролевых обязанностей, пунктуальность, инициативность, коллективизм.

**1.9. Срок освоения программы - 1 год обучения.**

**1.10. Режим занятий.**

Режим занятий – занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа по расписанию.

Форма занятий – очная, заочная (дистанционная):

- тематические (изучение или повторение одной учебной темы);
- комплексные или интегрированные;
- игровые (изучение учебного материала в процессе игры);
- итоговые или контрольные (проверка уровня подготовки детей).

Модель дистанционного обучения полностью имитирует очную форму. Соответственно данная модель требует присутствия обучающихся (как и в очной форме) в определенное время, в определенном месте.

**1.11. Планируемые результаты освоения программы.**

По завершении освоения программы ««АЗБУКА ТУРИЗМА»» учащиеся будут знать и уметь:

***К концу обучения, учащиеся будут знать, уметь:***

Ориентирование на местности по сторонам горизонта. Работать с планом местности. Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) школы или школьного двора. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Знания лекарственных и ядовитых растений, грибов. Знать флору и фауну, занесенных в Красную книгу Татарстана. Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения). Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Участие в заготовке дров и сборе хвороста. Посильное участие в приготовлении пищи на костре (совместно с родителями). Сервировка дежурными туристского походного стола. Соблюдение правил и требований гигиены. Оказание первой доврачебной помощи.

Укладка рюкзака для туристского однодневного похода, размещение снаряжения в рюкзаке. Подгонка и регулировка рюкзака для похода. Ремонт личного снаряжения, знание назначения предметов личного рем набора и правил обращения (работы) с ними. Способы преодоления простых естественных препятствий при помощи веревки: спуск, подъем по склону спортивным способом с использованием вертикальных наведенных перил. Сбор лекарственных растений, грибов. Знать флору и фауну, занесенных в Красную книгу Татарстана. Организация должностного самоуправления при движении группы по пересеченной и закрытой местности. Работа штурмана и организация групп разведки маршрута движения. Организация лагеря, бивака туристской группы. Установка тента, палатки. Заготовка дров и оборудование кострища. Приготовление пищи на костре под руководством старшеклассников (родителей). Оказание первой доврачебной помощи.

**В результате освоения программы идет формирование следующих универсальных учебных действий:**

**Личностные результаты освоения**

**В рамках когнитивного компонента будут сформированы:**

➤ формирование осознанного, уважительного доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;

➤ развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

➤ экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий.

*В рамках ценностного и эмоционального компонентов будут сформированы:*

➤ гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;

➤ уважение к истории, культурным и историческим памятникам;

➤ эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности;

➤ уважение к личности и её достоинству, доброжелательное отношение к окружающим;

➤ потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании.

*В рамках деятельностного (поведенческого) компонента будут сформированы:*

➤ умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;

➤ потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности;

➤ умение строить жизненные планы с учётом конкретных социально-исторических, политических и экономических условий;

➤ готовность к выбору профильного образования.

***Регулятивные универсальные учебные действия***

*Учащийся научится:*

➤ целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической задачи в познавательную;

➤ самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных педагогом ориентиров действия в новом учебном материале;

➤ планировать пути достижения целей;

➤ устанавливать целевые приоритеты;

➤ оценивать свои учебные достижения, поведение, осознанно определять сферы своих интересов и возможностей;

➤ владение умениями совместной деятельности: согласование и координация деятельности с другими ее участниками;

➤ объективно оценивать свой вклад в решение общих задач коллектива;

➤ оценивать свою деятельность с точки зрения нравственных, эстетических ценностей, использовать свои права и выполнять свои обязанности члена учебного коллектива;

➤ уметь самостоятельно контролировать своё время и управлять им;

➤ адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия, устранять причины возникших трудностей и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации.

***Коммуникативные универсальные учебные действия***

*Учащийся научится:*

➤ учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;

➤ формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать её с позициями партнёров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;



- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;
- осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;
- организовывать и планировать учебное сотрудничество с педагогом и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
- осуществлять контроль, коррекцию, оценку действий партнёра, уметь убеждать;
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми, учитывать особенности различного ролевого поведения (лидер, подчиненный).

### **Познавательные универсальные учебные действия**

#### **Учащийся научится:**

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета;
- давать определение понятиям;
- творчески решать учебные и практические задачи: умение мотивированно отказываться от образца, искать оригинальные решения; самостоятельно выполнять различные творческие работы.

### **Ключевые компетенции**

#### **Учебно-исследовательская и проектная компетенции**

#### **Учащийся научится:**

- выбирать и использовать методы, релевантные рассматриваемой проблеме;
- использовать такие методы и приёмы, как постановка проблемы, выдвижение «хорошей гипотезы», моделирование, теоретическое обоснование;
- ясно, логично и точно излагать свою точку зрения.

Усвоение материала программы и участие в походах позволит школьникам подготовиться и сдать нормы на значки «Юный турист России», «Турист России», а также выполнить разрядные требования.

### **1.12. Формы подведения итогов реализации программы:**

Используемые педагогом формы контроля:

- собеседование;
- наблюдение;
- опрос;
- соревнования;
- экскурсия;
- поход;
- проверочные задания на онлайн платформе.

## **2. Учебный (тематический) план дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы ««АЗБУКА ТУРИЗМА»»**

### Учебный (тематический) план

№	Название раздела, темы	Количество часов			Формы организации занятий	Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика		
1.	Раздел 1. Вводные занятия					

1.1.	Оздоровительная роль туризма	2	2	0	Беседа	опрос
1.2	Правила поведения юных туристов	4	2	0	Беседа	опрос
	Прогулка в парк.		0	2	практикум	наблюдение
2	<b>Раздел 2. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста</b>					
2.1.	Основы безопасности в природной среде.	2	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
2.2.	Основы безопасности на занятиях, дома и в школе.	2	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
2.3	Личное снаряжение и уход за ним	2	0	2	практикум	наблюдение
2.4	Групповое снаряжение и уход за ним	2	0	2	практикум	наблюдение
2.5	Индивидуальный и групповой рем.набор	2	0	2	практикум	наблюдение
2.6	Организация биваков и охрана природы	2	0	2	практикум	наблюдение
2.7	Туристская группа на прогулке (экскурсии), питьевой режим	2	0	2	Поход	Поход
	<b>Раздел 3. Азбука топографии</b>					
3.1	Мой дом, моя школа, школьный двор	4	2	2	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Экскурсия на школьный двор.				Практикум	Наблюдение
3.2	План местности	4	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Рисунок и простейший план местности.		0	2	практикум	наблюдение
3.3	Условные знаки	4	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Рисовка условных знаков.		0	2	практикум	наблюдение
	<b>Раздел 4. Азбука ориентирования</b>					
4.1	Ориентирование по сторонам горизонта	4	0	2	практикум	наблюдение
	Ориентирование сторон горизонта на по местным объектам и признакам.		0	2	практикум	наблюдение
4.2	Ориентирование на местности	8	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Способы ориентирования на местности.		0	2	практикум	наблюдение
	Рельеф. Линейные, точечные ориентиры.		0	2	практикум	наблюдение
	Ориентирование в школьном парке.		0	2	практикум	наблюдение
4.3	Виды туристского ориентирования	4	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Игра «Отметься на КП»		0	2	практикум	наблюдение
4.4	Экскурсионное ориентирование	4	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Экскурсия по микрорайону школы.		0	2	практикум	наблюдение

Раздел 5. Азбука личной гигиены и первая доврачебная помощь						
5.1	Личная гигиена туриста	2	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
5.2	Оказание первой доврачебной помощи	2	0	2	практикум	наблюдение
5.3	Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок	2	0	2	практикум	наблюдение
5.4	Индивидуальная и групповая медицинская аптечка	2	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
5.5	Способы транспортировки пострадавшего	2	0	2	практикум	наблюдение
Раздел 6. Азбука краеведения						
6.1	Родословие	2	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
6.2	Моя школа	2	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
6.3	Природа родного края	8	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Экскурсия в парк.		0	2	практикум	наблюдение
	Выполнение краеведческих заданий.		0	2	практикум	наблюдение
	Конкурс рисунков «Мой край»		0	2	практикум	наблюдение
Раздел 7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма						
7.1	Пешеходный туризм	10	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Способы преодоления простейших естественных препятствий.		0	2	практикум	наблюдение
	Просмотр видеофильмов «Естественные препятствия»		0	2	практикум	наблюдение
	Переправа по бревну.		0	2	практикум	наблюдение
	Движение по лесным массивам.		0	2	практикум	наблюдение
7.2	Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)	10	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Естественные и искусственные препятствия. Техника безопасности.		0	2	практикум	наблюдение
	Права и обязанности юного туриста на соревнованиях.		0	2	практикум	наблюдение
	Способы преодоления препятствий		0	2	практикум	наблюдение
	Соревнования по преодолению полосы препятствий.		0	2	практикум	наблюдение
Раздел 8. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка						
8.1	Общая физическая подготовка и оздоровление организма	18	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Гигиена на занятиях.		2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Техника бега.		0	2	практикум	наблюдение
	Бег по пересеченной местности.		0	2	практикум	наблюдение
	Бег с препятствиями.		0	2	практикум	наблюдение

	Прыжки в длину и в высоту.		0	2	практикум	наблюдение
	Гимнастические упражнения.		0	2	практикум	наблюдение
	Упражнения на выносливость.		0	2	практикум	наблюдение
	Спортивные игры.		0	2	практикум	наблюдение
<b>Раздел 9. Туристская и бардовская песня</b>						
9	История туристской песни.	8	2	0	Беседа (дистанционное обучение)	опрос
	Разучивание туристских песен.		0	2	практикум	наблюдение
	Формирование вокальных навыков.		0	2	практикум	наблюдение
	Исполнение туристских песен.		0	2	практикум	наблюдение
10	Проведение походов и участие в муниципальных мероприятиях по плану МБУ ДО «ЦДИОТиЭ «Юлдаш» ЕМР РТ	24	2	22	Поход, соревнования	Поход, соревнования
Итого часов		<b>144</b>	<b>42</b>	<b>102</b>		

### 3. Содержание программы

#### 1. Вводные занятия

##### 1.1. Оздоровительная роль туризма

Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Укрепление костно-мышечной системы, сердца, легких и других органов человека при активном передвижении на прогулках и экскурсиях.

##### *Практические занятия*

Знакомство детей с помещениями (учебным классом, спортивным залом) и сооружениями (туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном), где будут проходить учебные занятия и оздоровительные тренировки.

##### 1.2. Правила поведения юных туристов

Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу). Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов.

Правила поведения юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках.

Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Права и обязанности участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Командир туристской группы, его права и обязанности, взаимоотношения с участниками туристских соревнований.

История и традиции выполнения юными туристами общественно полезных дел. Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) вокруг школы, дома и на улице, и в своем микрорайоне (населенном пункте).

Знакомство с кодексом чести юного туриста. Девизы юных туристов: «В здоровом теле - здоровый дух», «Чистота - залог здоровья». Юные туристы - хорошие товарищи и коллективисты.

Подготовка к туристским прогулкам, экскурсиям; к спортивно-оздоровительным состязаниям, играм и соревнованиям.

Подготовка, организация и выполнение порученного объединению (звену, группе) задания по ходу экскурсии или туристской прогулки.

##### *Практические занятия*

Прогулка в парк (в лес) с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и выработки навыков наблюдательности. Прогулка по микрорайону школы. Оформление

впечатления о прогулках под руководством педагога (родителей) в рисунках, поделках и др.

## **2. Азбука туристско-бытовых навыков туриста**

### **2.1. Основы безопасности в природной среде.**

Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной (городской) среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными).

Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Взаимопомощь в туристской группе.

### **2.2. Основы безопасности на занятиях, дома и в школе.**

Правила поведения в учебных и досуговых учреждениях, музеях. Правила обращения с колюще-режущими предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и медикаментами. Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях. Телефоны аварийных служб.

#### ***Практические занятия***

Игры на темы: «Что делать в случае ... (задымления, обнаружения очагов возгорания, запаха газа, посторонних предметов и пр.)?», «Действия в чрезвычайной ситуации во время экскурсии, на туристской прогулке», «Правила перехода улицы».

### **2.3. Личное снаряжение и уход за ним.**

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

#### ***Практические занятия***

Игра «Собери рюкзачок к туристской прогулке». Сбор группы и туристская прогулка в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

### **2.4. Питьевой режим на туристской прогулке.**

Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

#### ***Практические занятия***

Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки (экскурсии). Формирование силы воли и выносливости, соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).

### **2.5. Групповое снаряжение и уход за ним.**

Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

Стойки и колышки для палатки.

Кухонное и костровое снаряжение: котелки (каны), таганок, саперная лопатка, перчатки, кухонная клеенка, половники, ножи, тара и упаковка для продуктов питания.

Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии).

#### ***Практические занятия***

Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.

### **2.6. Индивидуальный и групповой ремонтный набор**

Состав ремонтного набора (иголки, нитки, булавки, набор пуговиц, набор заплаток, запасные шнурки, клей и пр.). Обязанности ремонтного мастера группы. Ремонт личного и группового снаряжения.

#### ***Практические занятия***

Игра-соревнование «Ремонт личного снаряжения» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания дыр, пришивания пуговиц и пр.).

#### **2.7. Организация биваков и охрана природы.**

Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для установки палаток, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты).

Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для установки палатки на поляне (биваке).

#### ***Практические занятия***

Планирование места организации бивака по плану (спорткарте) местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ.

Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки.

Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на пришкольной площадке или в парке).

#### **2.8. Туристская группа на прогулке (экскурсии).**

Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Распорядок дня юного туриста во время экскурсии и на прогулке.

Охрана природы на туристской прогулке или во время экскурсии.

#### ***Практические занятия***

Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Туристская прогулка (экскурсия).

### **3. Азбука топографии**

#### **3.1. Мой дом, моя школа, школьный двор**

Планировка дома (квартиры), школы и школьного двора; назначение и расположение различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора.

#### ***Практические занятия***

Экскурсия по зданию школы, кабинетам и другим помещениям. Экскурсия на школьный двор и пришкольный участок (назначение различных построек и объектов).

#### **3.2. План местности.**

История развития способов изображения земной поверхности и их значение для человечества.

Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора своего дома или своей улицы). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, схеме или плане.

#### ***Практические занятия***

Рисовка плана стола (парты), класса, своей комнаты. Знакомство с планом расположения школы, школьного двора, двора своего дома или своей улицы.

Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе, в парке. Освоение навыков чтения и движение по схеме (плану) школы или школьного двора.

Обсуждение историй из книг и мультфильмов, где герои использовали планы местности или рисунки в различных целях (поиск кладов, путешествия, постройка жилища для друзей).

### **3.3. Условные знаки.**

Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки.

Знакомство с изображением местности, школьного двора (ближайшего парка, леса). Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

#### ***Практические занятия***

Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии.

Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

### **4. Туристское и экскурсионное ориентирование**

#### **4.1. Ориентирование по сторонам горизонта.**

Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта.

Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

#### ***Практические занятия***

Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса) или пришкольного участка.

#### **4.2. Ориентирование на местности.**

Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф.

Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде).

#### ***Практические занятия***

Ориентирование с использованием легенды в школе, парке, микрорайоне школы. Ориентирование в парке по дорожно-тропиночной сети.

#### **4.3. Виды туристского ориентирования**

Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию. Права и обязанности участников соревнований. Номер участника и его крепление. Упаковка и обеспечение сохранности карты (схемы).

Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования на маркированной трассе. Способы маркировки дистанции.

Обозначенный маршрут на схеме, плане местности. Необходимость повышенного внимания участников соревнований на обозначенном маршруте. Основные правила, технические приемы и условия соревнований по ориентированию на обозначенном маршруте.

Маршруты ориентирования по выбору. Основные правила, технические приемы и условия соревнований туристского ориентирования по выбору. Условия определения победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути движения (планирование маршрута) и количества контрольных пунктов (КП).

Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП компостерные и карандашные.

#### ***Практические занятия***

Движение по плану (схеме).

Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом.

Прохождение дистанции «Обозначенный маршрут» совместно с педагогом.

Прохождение дистанции «Ориентирование по выбору» совместно с педагогом.

Обучение навыкам отметки на КП компостером в карточке участника. Игросостязание на местности (школьный двор, стадион) «Отметься на КП».

#### **4.4. Экскурсионное ориентирование.**

Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в микрорайоне школы, на своей улице (населенном пункте). Выявление и нанесение на бумажную основу (план микрорайона школы, улицы, двора) различных памятников и других интересных объектов.

##### ***Практические занятия***

Чтение легенды. Движение по легенде в микрорайоне школы, по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений. Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии. Прохождение дистанции под руководством педагога.

#### **5. Азбука личной гигиены и первая доврачебная помощь**

##### **5.1. Личная гигиена юного туриста**

Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом. Зарядка. Утренний и вечерний туалет. Закаливание организма, необходимость принятия душа после выполнения физических упражнений. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Обязанности санитара туристской группы.

##### ***Практические занятия***

Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекуса. Работа санитара туристской группы. Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития.

##### **5.2. Походный травматизм и возможные заболевания.**

Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Порезы, ссадины, ушибы, мозоли. Причины, характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки.

Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Необходимая помощь.

Причины ожогов и обморожений. Профилактика обморожений и защита организма от мороза. Признаки и виды ожогов и обморожений.

Профилактика пищевых отравлений. Признаки отравления. Оказание первой помощи при тошноте, рвоте.

Причины теплового и солнечного удара. Признаки заболевания. Необходимая помощь.

##### **5.3. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок**

Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.

##### ***Практические занятия***

Игра «Айболит» (первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок).

##### **5.4. Индивидуальная и групповая медицинская аптечка.**

Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению, определение срока годности для использования. Обязанности санитара группы.

##### ***Практические занятия***

Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.

##### **5.5. Способы транспортировки пострадавшего**

Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской



прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

#### ***Практические занятия***

Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

### **6. Азбука краеведения**

#### **6.1. Родословие**

Состав семьи, семейные традиции и семейные праздники.

#### ***Практические занятия***

Рассказ о своих родителях, родственниках, друзьях. Рисование на темы: «Моя семья», «Дом, в котором я живу», «Моя комната», «Моя любимая игрушка».

#### **6.2. Моя школа.**

Изучение истории школы: «Моя школа», «Мой класс», «Мои учителя». Учителя и выпускники школы. Выдающиеся люди, ветераны войн.

#### ***Практические занятия***

Встречи с интересными людьми, прослушивание их рассказов о школьных годах.

#### **6.3. Природа родного края**

Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе. Растения и животные своей местности в разные времена года.

Значение наблюдений за погодой. Правила поведения на природе и наблюдения за ней во время экскурсии. Приборы для наблюдений за погодой.

#### ***Практические занятия***

Организация наблюдений за погодой, ведения календаря наблюдений. Экскурсии в парк (лес). Выполнение краеведческих заданий (сбор листы различных пород деревьев, поиск и зарисовывание отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.).

Изготовление и установка кормушек для зимующих птиц.

### **7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма**

#### **7.1. Пешеходный туризм**

Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения); организация движения группы в лесу по слабопересеченной и равнинной местности. Преодоление простых водных преград (ручьев, канав); Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).

#### ***Практические занятия***

Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствия (без снаряжения).

Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям). Переправа через условное болото по кочкам. Переправа по бревну. Преодоление завалов. Движение по лесным массивам. Движение по песчаным склонам (спуски и подъемы).

#### **7.2. Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)**

Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасного преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Взаимодействие и взаимопомощь членов спортивной туристской команды. Права и обязанности юного спортсмена-туриста в команде на соревнованиях.

#### ***Практические занятия***

Соревнования по преодолению полосы препятствий.

Переправа через болото по кочкам; переправа по гати, по наведенным кладям (жердям); переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка»; установка и снятие палатки; спуски и подъемы, в том числе по песчаным склонам.

## **8. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка**

### **8.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма**

Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

#### ***Практические занятия***

Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантином», бег с препятствиями.

Прыжки в длину и высоту.

Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Гимнастические упражнения.

Спортивные (в том числе народные) игры.

## **9. Туристская и бардовская песня.**

История туристской песни

#### ***Практические занятия***

Разучивание туристских песен. Формирование вокально-интонационных навыков. Исполнение туристских песен.

## **РАЗДЕЛ № 2**

### **«КОМПЛЕКС ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ»**

#### **Организационно-педагогические условия.**

Для эффективного усвоения учебного материала, развития жизненных навыков необходимо организовывать практическую деятельность занимающихся преимущественно на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время учебно-тренировочных походов, сборов, соревнований, лагерей.

Процесс успешного развития жизненных навыков неразрывно связан с активной умственной и физической деятельностью учащихся, индивидуальной и коллективной работой по выполнению обязанностей в группе в период подготовки и проведения походов, соревнований. Воспитанники должны быть призваны активно соучаствовать в выработке, анализе и реализации действий по решению тактических и технических задач поведения, действий в экстремальных ситуациях.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия. Программа предполагает углубленное изучение вопросов выживания и деятельности туриста в экстремальных условиях природной среды и непосредственно на дистанциях (этапах) соревнований.

#### **Формы аттестации/контроля**

##### **Высокий уровень**

Знания

1. Понятия о личном и групповом снаряжении.
2. Основные требования к месту бивуака и работе на бивуаке.
3. Правила движения в походе.
4. Понятие о местных предметах и топографических знаках.
5. Основные и дополнительные направления по сторонам горизонта.
6. Устройство карабина и назначение страховочной системы.
7. Основные факторы, влияющие на здоровье.

8. Потенциальные опасности различного происхождения.
9. Правила разведения костров.
10. Основы выживания в экстремальной среде и чрезвычайных ситуациях

Умения, навыки

1. Ориентироваться на местности при помощи компаса, карты и различным особенностям местных признаков.
2. Находить азимут, ставить палатку.
3. Оказывать первую доврачебную помощь (при ушибах, растяжении, обморожении).
4. Укладывать рюкзак, передвигаться с рюкзаком по пересеченной местности на расстоянии 60 м в пешеходном походе и 40 м в лыжном
5. Формировать походную аптечку.
6. Разжигать все типы костров.
7. Применять условные знаки в лесу (не менее 15)
8. Развертывание и свертывание бивуака.
9. Разжигание костра (с одной спички)
10. Работы с компасом.
11. Вязание простейших узлов на время (не менее 8).
12. Ставить палатку за короткое минимальное время.

### **Средний уровень**

Знания

1. Основные требования к месту привала и бивака.
2. Понятие о топографических картах (условные знаки не менее 10).
3. Устройство компаса, основные направления на стороны горизонта.
4. Назвать способы ориентирования на местности
5. Личное и групповое снаряжение
6. Типы костров.
7. Основы выживания в экстремальных ситуациях

Умения, навыки

1. Умение ориентироваться на местности при помощи компаса.
2. Ставить палатку.
3. Разжигать два типа костров.
4. Укладывать рюкзак, передвигаться с рюкзаком по пересеченной местности в течении 40 м в пешеходном походе и 30 м в лыжном
5. Применять условные знаки в лесу (не менее 8)
6. Выбирать место для костра, палатки
7. Пользоваться карабином и применять обвязку
8. Транспортировать пострадавшего.
9. Ставить палатку за короткое минимальное время.
10. Работы с компасом.
11. Вязание простейших узлов на время (не менее 5).

### **Низкий уровень**

Знания

1. Устройство компаса (стороны света, градусы)
2. Личное и групповое снаряжение.
3. Знать условные знаки (не менее 5)
4. Типы костров.

Умения, навыки

1. Пользоваться компасом.
2. Ставить палатку за минимально короткое время
3. Разжигать костер.

4. Укладывать рюкзак за минимально короткое время.
5. Применять условные знаки в лесу (не менее 5)
6. Пользоваться карабином и страховочной системой
7. Вязание узлов (не менее 3)

#### **4. Приложение**

##### **4.1. Список литературы**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе.  
<http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev/index.htm>
2. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании.

- <http://skitalets.ru/books/karta/index.htm>
3. Берсон Г.З. Дикорастущие съедобные растения.  
[http://skitalets.ru/books/dikorast\\_rast/index.htm](http://skitalets.ru/books/dikorast_rast/index.htm)
  4. Болдырев С.Н., Жмуров В.И., Косарев Е.А. Сложные туристские походы
  5. Верзилин Н.М. По следам Робинзона. [http://skitalets.ru/books/robinson\\_verzilin/index.htm](http://skitalets.ru/books/robinson_verzilin/index.htm)
  6. Военная топография. <http://miltop.narod.ru/> <http://topograf.h1.ru/>
  7. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование  
<http://skitalets.ru/books/metod/turiorient/index.htm>
  8. Гизатулин М.К. Спортивная топография  
[http://skitalets.ru/books/sporttopo\\_gizat/index.htm](http://skitalets.ru/books/sporttopo_gizat/index.htm)
  9. Губаненков С.М. Инновации в технологии туристско-краеведческой деятельности.
  10. Губаненков С.М. Об упрощениях в системе туристско-краеведческой деятельности.
  11. Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
  12. Закон Республики Татарстан от 22.07 2013 «Об образовании»;
  13. Елаховский С.Б. Спортивное ориентирование на лыжах.  
[http://skitalets.ru/books/metod/sky\\_orient/index.htm](http://skitalets.ru/books/metod/sky_orient/index.htm)
  14. Казанцев В.В. Поход выходного дня – скорее идол, чем венец творения?! Зачем «походу выходного дня» с детьми его «выходной» статус???
  15. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. Пешеходный туризм.  
[http://madut.narod.ru/ak\\_bibl/kazanc/kazanc1.html](http://madut.narod.ru/ak_bibl/kazanc/kazanc1.html)
  16. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста.  
[http://skitalets.ru/books/med\\_kostor/index.htm](http://skitalets.ru/books/med_kostor/index.htm)
  17. Константинов Ю.С. – “Туристские соревнования учащихся”.-М.,1996г.
  18. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России в сфере общего образования: проект/ А. Я. Данилюк, А. М. Кондаков, В. А. Тишков. Рос. акад. образования. — М.: Просвещение, 2009;
  19. Концепция развития дополнительного образования детей разработана Минобрнауки РФ, одобрена Правительством РФ 28 августа и утверждена Распоряжением №1726-р.;
  20. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы.  
<http://ktmz.boom.ru/library/slovar/linch.htm>
  21. Лукоянов П.И. Самодельное туристическое снаряжение.
  22. Некрасов И.Б. Школа туристского мастерства. Методический сборник "Туризм и краеведение" ЦОУОДО г.Москвы, 2007 (уроки на местности)
  23. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся: Методические рекомендации. – М., РМАТ, 2001. – 87 с.
  24. Организация работы и финансирование туристско-краеведческих объединений учащихся.-М.: ЦДЮТур,1998г.
  25. Огородников Б.И., Кирчо А.Н., Крохин Л.А. Подготовка спортсменов - ориентировщиков. [http://skitalets.ru/books/ogorod\\_orient/index.htm](http://skitalets.ru/books/ogorod_orient/index.htm) [http://www.outdoors.ru/book/sport\\_orient/orient\\_index.php](http://www.outdoors.ru/book/sport_orient/orient_index.php)
  26. От внешкольной работы – к дополнительному образованию детей/Сборник нормативных и методических материалов для дополнительного образования детей/.- М.,2000г.
  27. Проблемы и перспективы социального и спортивно-оздоровительного туризма: сборник научных статей и материалов Международной научно-практической конференции /сост. И.А.Дрогов, Ю.С.Константинов; РГУФКСМиТ. – М.: МосгорСЮТур, 2012.- 256 с.
  28. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. [http://skitalets.ru/books/organiz\\_popchik/index.htm](http://skitalets.ru/books/organiz_popchik/index.htm) <http://hibaratxt.narod.ru/organiz/index.html>

29. Постановление КМ РТ от 29 ноября 2014 г. N 931 «О внесении изменений в постановление Кабинета Министров Республики Татарстан от 19.07.2010 N 573 «О стандартах качества государственной услуги по предоставлению дополнительного образования детям в учреждениях регионального значения»;
30. Приказ Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
31. Стратегии развития воспитания в РФ до 2025 года
32. Скрыгин Л.Н. Морские узлы. <http://pohod.km.ru/morskie.htm> [http://skitalets.ru/books/knot\\_skyagin/index.htm](http://skitalets.ru/books/knot_skyagin/index.htm)
33. Суханов А.П. Питание и ведение хозяйства в туристском походе. [http://skitalets.ru/books/nutrition\\_sukhanov/index.htm](http://skitalets.ru/books/nutrition_sukhanov/index.htm)
34. Тыкул В.И. Спортивное ориентирование. <http://hibaratxt.narod.ru/orientir/index.html> [http://skitalets.ru/books/tykul\\_orientir/index.htm](http://skitalets.ru/books/tykul_orientir/index.htm)
41. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»;
42. Федоровский Е.Б. Система учебных экскурсий, маршрутов и экспедиционных заданий (из опыта работы школы 654 г.Москвы)
43. Шаховец В.В. Памятка спасателя. Руководство к действиям спасателей в оказании первой медицинской помощи. <http://extrotur.narod.ru/text/pamspas.htm>
44. Шимановский В.Ф. Опасности в горах. [http://skitalets.ru/books/opasnosty\\_shim/index.htm](http://skitalets.ru/books/opasnosty_shim/index.htm)

4.2. Календарный учебный график дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы НТКД первого года обучения

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1				Беседа	2	Вводное занятие. Оздоровительная роль туризма		опрос
2				Беседа	2	Правила поведения юных туристов		опрос
3				практикум	2	Прогулка в парк.		наблюдение
4				Беседа	2	Основы безопасности в природной среде.		опрос
5				Беседа	2	Основы безопасности на занятиях, дома и в школе.		опрос
6				практикум	2	Личное снаряжение и уход за ним		наблюдение
7				соревнования	2	Туристский слет учащихся «Слёт туристят» (внутри объединения)		наблюдение
8				практикум	2	Групповое снаряжение и уход за ним		наблюдение
9				практикум	2	Индивидуальный и групповой рем.набор		наблюдение
10				практикум	2	Организация биваков и охрана природы		наблюдение
11				практикум	2	Туристская группа на прогулке (экскурсии), питьевой режим		наблюдение
12				Беседа	2	Мой дом, моя школа, школьный двор		опрос
13				практикум	2	Экскурсия на школьный двор.		наблюдение
14				соревнования	2	Соревнования по спортивному ориентированию на дистанции по выбору «Листопад» (внутри объединения)		наблюдение
15				Беседа	2	План местности		опрос
16				практикум	2	Рисунок и простейший план местности.		наблюдение
17				Беседа	2	Условные знаки		опрос

18				практикум	2	Рисовка условных знаков.		наблюдение
19				практикум	2	Ориентирование по сторонам горизонта		наблюдение
20				практикум	2	Ориентирование сторон горизонта на по местным объектам и признакам.		наблюдение
21				Беседа	2	Ориентирование на местности		опрос
22				практикум	2	Способы ориентирования на местности.		наблюдение
23				практикум	2	Рельеф. Линейные, точечные ориентиры.		наблюдение
24				практикум	2	Ориентирование в школьном парке.		наблюдение
25				Беседа	2	Виды туристского ориентирования		опрос
26				практикум	2	Игра «Отметься на КП»		наблюдение
27				Беседа	2	Экскурсионное ориентирование		опрос
28				практикум	2	Экскурсия по микрорайону школы.		наблюдение
29				Беседа	2	Личная гигиена туриста		опрос
30				практикум	2	Оказание первой доврачебной помощи		наблюдение
31				практикум	2	Соревнования по лабиринтному ориентированию «Декабринт» (внутри объединения)		наблюдение
32				практикум	2	Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок		опрос
33				Беседа	2	Индивидуальная и групповая медицинская аптечка		наблюдение
34				практикум	2	Способы транспортировки пострадавшего		наблюдение
35				Беседа	2	Родословие		опрос
36				Беседа	2	Моя школа		опрос
37				Беседа	2	Природа родного края		наблюдение



38				практикум	2	Экскурсия в парк.		наблюдение
39				практикум	2	Выполнение краеведческих заданий.		наблюдение
40				практикум	2	Конкурс рисунков «Мой край»		опрос
41				Беседа	2	Пешеходный туризм		наблюдение
42				практикум	2	Способы преодоления простейших естественных препятствий.		наблюдение
43				практикум	2	Просмотр видеофильмов «Естественные препятствия»		наблюдение
44				практикум	2	Переправа по бревну.		наблюдение
45				практикум	2	Движение по лесным массивам.		опрос
46				Беседа	2	Полоса препятствий пешеходного туризма (осень, весна)		наблюдение
47				практикум	2	Естественные и искусственные препятствия. Техника безопасности.		наблюдение
48				практикум	2	Права и обязанности юного туриста на соревнованиях.		наблюдение
49				практикум	2	Способы преодоления препятствий		наблюдение
50				практикум	2	Соревнования по преодолению полосы препятствий.		наблюдение
51				практикум	2	Командное первенство ЕМР по спасательным работам. Этап: туристские узлы, школьное ориентирование.		наблюдение
52				Беседа	2	Общая физическая подготовка и оздоровление организма		опрос
53				Беседа	2	Гигиена на занятиях.		опрос
54				практикум	2	Техника бега.		наблюдение
55				практикум	2	Бег по пересеченной местности.		наблюдение
56				практикум	2	Бег с препятствиями.		наблюдение
57				практикум	2	Прыжки в длину и в высоту.		наблюдение

58				практикум	2	Гимнастические упражнения.		наблюдение
59				практикум	2	Упражнения на выносливость.		наблюдение
60				практикум	2	Лабиринтное ориентирование на рельефе «Масленица»		наблюдение
61				Беседа	2	История туристской песни.		опрос
62				практикум	2	Разучивание туристских песен.		наблюдение
63				практикум	2	Формирование вокальных навыков.		наблюдение
64				практикум	2	Спортивные игры.		наблюдения
65				соревнования	2	Муниципальный этап Республиканских соревнований по спортивному ориентированию «Первоцвет»		наблюдение
66				практикум	2	Исполнение туристских песен.		наблюдение
67				соревнования	2	БГИ		наблюдение
68				практикум	2	Народные игры		наблюдение
69				практикум	2	«Веселые старты». Подготовка к турслету.		наблюдение
70				соревнования	2	Промежуточная аттестация. Муниципальный этап республиканского туристского слета учащихся ЕМР.		наблюдение
71				практикум	2	Туристская прогулка		наблюдение
72				практикум	2	<b>Итоговое занятие.</b> Туристская прогулка		наблюдение
				<b>ИТОГО</b>	<b>144</b>			