

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа р.п.Жадовка»
муниципального образования «Барышский район» Ульяновской области

УТВЕРЖДЕНО

Директором МБОУ СОШ р.п.Жадовка
МО «Барышский район»

С.В.Аблаевой

Пр.№ 43 от «28» марта 2025 год

Краткосрочная
дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Лесные Робинзоны»

Реализуется в рамках проекта «Умные каникулы»

Направленность: туристско-краеведческая

Уровень программы: стартовый

Форма реализации программы: очная

Срок реализации, объём программы: 16 часов

Возраст обучающихся: 10-14 лет

Рассмотрена и одобрена на заседании
педагогического совета
МБОУ СОШ р.п.Жадовка
МО «Барышский район»
Протокол №2
От «28» марта 2025 г.
Секретарь А.Р.Малахова

Программу реализует педагог
дополнительного образования
МБОУ СОШ р.п. Жадовка
МО «Барышский район»
Меднова Евгения Семёновна

Содержание

1.Комплекс основных характеристик программы.....	3
1.1. Пояснительная записка.....	4
Нормативные документы.....	4
3. Актуальность.....	5
4. Планируемые результаты.....	7
5. Учебный план.....	10
6. Содержание программы.....	12
7. Комплекс организационно – педагогических условий.....	18
7.1. Календарный учебный график	18
7.2. Условия реализации программы.....	21
7.3. Формы аттестации и оценочные материалы.....	24
8. Список литературы	29

1. Комплекс основных характеристик программы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Краткосрочная дополнительная общеразвивающая программа «**Лесные Робинзоны**» реализуется в рамках проекта "Умные каникулы", входит в программу лагеря с дневным пребыванием детей и обеспечивает реализацию образовательно-познавательного аспекта в области туризма и краеведения.

Программа предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентировании на местности, ведении краеведческих наблюдений и исследований, оказании первой медицинской помощи, приобретение необходимых знаний, умений и навыков для организации и проведения походов.

Программа направлена на развитие ценностей здорового образа жизни, физической культуры, активной жизненной позиции, высоких нравственных качеств и позволяет одновременно осуществлять пять составляющих педагогических воздействия - воспитание, обучение, оздоровление, профессиональную ориентацию, социальную адаптацию обучающихся.

Программа разработана на основании следующих нормативных документов

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79);
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. №678-р;
- Приказ Министерства просвещения РФ от 27 июля 2022 г. № 629 “Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам”
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года;
- СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Нормативные документы, регулирующие использование сетевой формы:

- Письмо Минобрнауки России от 28.08.2015 года № АК – 2563/05 «О методических рекомендациях» вместе с (вместе с Методическими рекомендациями по организации образовательной деятельности с использованием сетевых форм реализации образовательных программ);
- Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 г. N 882/391 "Об организации и осуществлении образовательной деятельности при сетевой форме реализации образовательных программ»;

Нормативные документы, регулирующие использование электронного обучения и дистанционных технологий:

- «Методические рекомендации от 20 марта 2020 г. по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий».

- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средней общеобразовательной школы р.п. Жадовка» муниципального образования «Барышский район» Ульяновской области.

-Положение о проектировании ДООП в образовательной организации.

-Положение о проведении промежуточной аттестации обучающихся и аттестации по итогам реализации ДООП.

Направленность (профиль) программы - туристско-краеведческая

Актуальность программы

Туризм позволяет пройти школу жизни, отличную от той, которую дает образовательная школа, двор, средства массовой информации. Это школа другой жизни, школа других отношений. Эти отношения возникают в ситуации предпоходной подготовки, самого похода и продолжают по его завершении, ведь после окончания похода они не заканчиваются. То, что происходит в детской туристической группе во время похода, качественно меняет отношения ребят друг к другу, их восприятие окружающего мира, появляется потребность в новых путешествиях. Все самые лучшие качества членов группы становятся наиболее очевидными, а все самые худшие качества проявляются наиболее гипертрофированно. Туризм - это занятие, которое позволяет совершать активные путешествия, и суть его состоит в коллективном преодолении естественных препятствий и изолированной от внешней обстановки, нерегламентированной строгими правилами и ограничениями

Программа направлена и на адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессии спасатель, геолог, пожарный, экскурсовод, инженер по технике безопасности, повар, медицинский работник и др., что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

Новизна настоящей программы заключается в том, что в ее содержании включена профориентационная работа, направленная на специальности, связанные с туризмом, так же в содержание программы предлагается формирование эколого-туристских умений (норм и правил рекреационного природопользования) и формирование экологических знаний у туристов на основе базовых знаний.

Отличительная особенность программы заключается, прежде всего, в ее комплексности и компактности, которые позволяют привить интерес к туризму. Предполагается дальнейшее обучение в туристско-краеведческом объединении в течение учебного года.

Адресат программы – учащиеся в возрасте 10-14 лет, заинтересованные в получении дополнительного образования в области туризма и краеведения. В учебное объединение дети принимаются по желанию без какой-либо специальной подготовки.

Формы обучения и виды занятий: Форма обучения - очная, с использованием ресурсов электронного обучения, при необходимости использование дистанционных технологий.

Очное обучение: лекции, практические и семинарские занятия, круглые столы, мастер-классы, конкурсы, викторины, экскурсии.

Электронная среда используется в дополнение к основному традиционному учебному процессу для организации самостоятельной работы обучающихся (электронные материалы для самоподготовки и подготовка к лабораторным работам с использованием виртуальных лабораторных комплексов, самотестирование и т.д.); проведение консультаций с использованием форумов и вебинаров, организации текущего и итогового контроля, организации проектной и исследовательской работы в электронной среде.

Уровень освоения программы: стартовый

Объем программы: 16 часов

Срок освоения программы: 1 месяц

Форма реализации: с применением дистанционных образовательных технологий

Форма(ы) обучения: очная

Особенности организации образовательного процесса:

При реализации программы используются в основном групповая форма организации образовательного процесса и работа по подгруппам, в отдельных случаях – индивидуальная в рамках группы. Занятия по программе проводятся в соответствии с учебными планами в разновозрастных группах обучающихся, являющихся основным составом объединения. Состав группы является постоянным.

Наполняемость группы: 15 человек

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 академических часа

2. Цель и задачи программы:

Цель: Развитие двигательной, функциональной и познавательной активности обучающихся, укрепление их здоровья, психическое и физическое оздоровление организма в процессе занятий туризмом.

Задачи программы:

1. Образовательные:

- знакомство, расширение и углубление знаний в области туризма, спортивного ориентирования и краеведения;

2. Воспитательные:

- адаптация в коллективе, формирование крепкого, морально-нравственного работоспособного детского коллектива;

- ориентирование в выборе будущей профессии.

3. Развивающие:

- формирование потребности в здоровом образе жизни, физическом развитии и самосовершенствовании, занятиях физической культурой и спортом;

- развитие навыков самообразования, активности, самостоятельности, общения;

- расширение кругозора детей;

4. Досуговые:

- профилактика асоциального поведения подростков.

Планируемые результаты освоения программы.

Обучающиеся должны знать:

- как выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега;
- основные группы узлов;
- правила оказания первой доврачебной помощи;
- методику преодоления естественных препятствий согласно регламенту соревнований по спортивному туризму в дисциплине дистанция – пешеходная;

- как ориентироваться на местности при помощи карты, компаса, по местным признакам;

- самостоятельно преодолевать естественные и искусственные препятствия;

- меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях, полигонных занятиях;

- основы гигиены туриста;

- комплектацию походной аптечки;

- подвижные и спортивные игры;

- условные знаки спортивных и топографических карт.

Должны уметь:

- осуществлять профилактику простудных заболеваний;

- упаковывать и транспортировать продукты в походах;

- оказывать первую медицинскую помощь при порезах, потёртостях, ожогах, обморожении;

- командно преодолевать естественные и искусственные препятствия;

- ориентироваться на местности по местным признакам;
- бухтовать веревки;
- пользоваться туристским снаряжением, ставить палатки, укладывать на скорость рюкзак.
- **Предметные:**
 - - характеризовать особенности природы родного края и других регионов;
 - - иметь представление об истории города;
 - - знать и выполнять основные правила безопасности, дома, в школе, на улице, в природе и общественных местах;
 - - владеть простейшими навыками ориентирования на местности;
 - - различать спортивные и топографические карты, читать карты с помощью условных знаков;
 - - владеть первоначальными навыками правильной организации туристского быта;
 - - владеть навыками здорового образа жизни;
 - - преодолевать естественные и искусственные препятствия;
- **Метапредметные:**
 - - находить необходимую информацию в учебной и справочной литературе
- **Личностные:**
 - - соблюдать правила личной гигиены;
 - - владеть элементарными туристско-бытовыми навыками;
 - - выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений.

3. Ведущие принципы образования, положенные в основу программы.

Один из важнейших принципов – *принцип наглядности* очень важен для обучения технике и тактике туризма

Принцип индивидуализации важен при решении вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками

Принцип личностно-ориентированного воспитания имеет важное значение т.к. воспитание личности ребенка, его самоопределения, самопознание происходит также и в детском коллективе.

4. Формы и методы реализации программы

При реализации данной программы применяются разнообразные формы и методы работы.

Методы:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, работа с книгой, дискуссия, лекция.

2. Наглядные методы: использование оборудования спортивного зала просмотр фотографий, видеофильмов, картин, схем, плакатов, рисунков, макетов.

3. Практические методы: спортивные тренировки, полигоны, соревнования, походы, зачетные занятия. Для эффективного усвоения учебного материала практическую деятельность следует проводить на местности в форме соревнований, походов, слётов.

4. Методы контроля: теоретические и практические зачёты, тестирование.

Формы:

1. практические занятия
2. беседы
3. экскурсии
4. игровые программы
5. спортивные тренировки
6. полигоны
7. соревнования
8. походы

Учебный план

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации и контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы туристской подготовки	10	2	8	
1.1	Основные понятия. Типы, виды и формы туризма.	2	1	1	беседа
1.2	Групповое и личное снаряжение Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе.	2		2	Практическое выполнение
1.3	Техника и тактика в туристском походе Безопасность при проведении туристских походов и практических занятий на местности.	4	1	3	Практическое выполнение
1.4	Подготовка и проведение похода Подведение итогов туристского похода Соревнования по технике пешеходного туризма	2		2	Практическое выполнение
2.	Краеведение	2		2	Практическое выполнение
2.1	Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов	2		2	Практическое выполнение
3.	Основы личной гигиены и первая помощь	4	2	2	
3.1	Личная гигиена туриста	2	1	1	Сбор информации, беседа
3.2	Основные приемы оказания первой помощи	1	1	1	Практическое выполнение
	Приемы транспортировки пострадавшего	1			Практическое выполнение
	Итого	16	4	12	

6. Содержание программы

1. Основы туристской подготовки

1.1. Основные понятия. Типы, виды и формы туризма.

Рассказ о профессии экскурсовода.

Теория. Туризм – путешествие в свободное время, один из видов отдыха, средство духовного, культурного, социального и физического развития личности.

Средства туризма: прогулки, экскурсии, походы и путешествия, туристские слеты и соревнования, туристские лагеря и экспедиции, туристское краеведение.

Типы и формы туризма: спортивный, рекреационный, реабилитационный, профессионально-прикладной, учебный, культурно-познавательный, культурно-развлекательный, экскурсионный, краеведческий, приключенческий, экспедиционный, деловой, коммерческий, комбинированный.

Виды туризма: пешеходный, водный, лыжный, горный, велосипедный, авто-мототуризм, спелеотуризм, конный, парусный, комбинированный.

1.2. Групповое и личное снаряжение.

Теория. Личное и групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для двух – трехдневного похода. Требования к туристскому снаряжению: прочность, легкость, безопасность в эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность.

Групповое снаряжение. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Кухонное оборудование для летних и зимних походов: таганки, тросики, топоры и пилы чехлы к ним. Посуда для приготовления пищи.

Ремонтный набор.

Личное и групповое снаряжение для участников соревнований по технике пешеходного туризма: веревки, карабины, страховочные системы, самостраховка, каски, рукавицы, каска.

Практические занятия. Укладка рюкзака, установка различных типов палаток. Подгонка личного снаряжения. Изготовление и ремонт снаряжения.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф и т.д.)

Требования к выбору места бивака (безопасность, наличие воды, дров и т.д.)

Планирование бивака: места для палаток, кухни, костра, забора воды, мытья посуды, места умывания, туалета, ямы для пищевых отходов и мусора.

Действия группы по прибытии на бивак.

Определение места для костра. Типы костров.

Вопросы гигиены на биваке.

Свертывание бивака. Охрана природы.

Практические занятия. Выбор места бивака. Самостоятельные работы по планированию бивака, разворачиванию и свертыванию лагеря. Установка палаток. Заготовка дров – работа с пилой и топором.

Питание в туристском походе. Рассказ о профессии повара.

Теория. Значение правильного питания и питьевого режима в многодневном походе.

Калорийность, вес и нормы дневного рациона.

Организация питания в многодневном походе. Меню и список продуктов. Питьевой режим.

Практические занятия. Составление меню и списка продуктов. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Контрольная работа – составление меню на 3 – 5 дней.

Туристские должности в группе

Теория. Должности в группе постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (инициативность, авторитет) и его обязанности (руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормального микроклимата в группе).

Другие постоянные должности в группе: ответственный за питание (завхоз), ответственный за снаряжение, ремонтный мастер, проводник (штурман), краевед, санитар, фотограф.

Другие должности: культорг, физорг, знаток охраны природы и т.д.

Временные должности: дежурные по кухне, их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды)

Практические занятия. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведения итогов.

Техника и тактика в туристском походе

Теория. Понятие о тактике в туристском походе.

Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана-графика похода. Маршруты линейные и кольцевые. Радиальные выходы. Разработка запасных вариантов маршрута.

Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи.

Движение по дорогам, тропам, по ровной и пересеченной местности, по лесу, кустарникам, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам

Практические занятия. Отработка техники движения и преодоления препятствий.

1.3. Безопасность при проведении туристских походов и практических занятий на местности.

(Профессия - инженер по технике безопасности, спасатель)

Дисциплина на занятиях и в походе – основа безопасности.

Техника безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.

Правила поведения при переезде группы на транспорте.

Основные причины возникновения аварийных ситуаций в туризме (слабая дисциплина, изменение состава группы, маршрута, недостаток снаряжения, неправильная техника и тактика преодоления естественных препятствий, слабая подготовленность группы и т.д.)

Подготовка и проведение походов

Выбор маршрута. Цель, задача, тема похода. Время проведения и продолжительность похода. Подбор группы и распределение обязанностей. Смета расходов на проведение похода.

Оформление походной документации.

Подготовка снаряжения.

Практические занятия. Выбор маршрута похода. Составление по карте маршрута графика движения. Составление сметы похода. Заполнение маршрутного листа. Составление списка личного и группового снаряжения. Подбор группового снаряжения.

Проведение двухдневного похода, похода выходного дня.

Подведение итогов туристского путешествия.

Разбор действий участников похода и группы в целом. Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе. Подготовка газеты по итогам похода.

Практические занятия. Составление отчета о походе. Подготовка газеты по итогам похода.

1.4. Соревнования по технике пешеходного туризма.

Соревнования по технике пешеходного туризма .

Туристские слеты и соревнования школьников. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. Основные разделы правил.

Классификация соревнований. Положение о соревнованиях. Порядок подачи протестов. Штрафы на этапах.

Отдельные технические этапы туристских соревнований.

Переправа по бревну с самостраховкой

Траверс склона по перилам

Спуск и подъем по склону спортивным способом

Подъём по склону с самостраховкой по перилам

Спуск по склону с самостраховкой по перилам

Навесная переправа

Переправа маятником

Движение по веревке с перилами (параллельные перила).

Узлы, применяемые для выполнения технических приемов.

Узлы для связывания концов веревки: прямой, академический, встречный, ткацкий, брамшкотовый, грейпвайн. Узлы для присоединения веревки к объекту (опоре): проводник, проводник-восьмерка, стремя, двойной проводник, австрийский проводник, булинь, карабинная удавка, штыковой.

Практические занятия. Вязание узлов. Практическое применение технических и тактических приёмов на отдельных технических этапах. Участие в соревнованиях по технике пешеходного туризма.

2. Краеведение.

2.1. Родной край, его природные особенности, история

Климат, растительный и животный мир муниципального образования, Ульяновской области, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление. Промышленность. Сведения о прошлом края.

Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.

Памятники истории и культуры. Музеи. Экскурсии в музеи.

Изучение района путешествия, похода

Сбор краеведческого материала о районе похода. Изучение истории, климата, рельефа, флоры и фауны. Экскурсионные объекты района путешествия.

Практические занятия: Подготовка и заслушивание докладов о районе путешествия.

Материалы и оборудование: Физическая карта района, наборы открыток

3. Основы личной гигиены и первая доврачебная помощь

3.1. Личная гигиена туриста.

Понятие о гигиене. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков.

3.2. Основные приемы оказания первой помощи (Профессия "Спасатель, медицинский работник)

Профилактика заболеваний и травматизма в походе. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

Походная медицинская аптечка. Состав походной аптечки. Назначение и дозировка препаратов. Хранение и транспортировка аптечки.

Практические занятия. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагностика, практическое оказание помощи).

3.3. Приемы транспортировки пострадавшего

Зависимость способа транспортировки пострадавшего от характера и места повреждения, состояния пострадавшего.

Изготовление носилок.

Транспортировка пострадавшего по пересеченной местности.

Практические занятия. Изготовление носилок с использованием штормовки, веревки. Транспортировка пострадавшего по пересеченной местности.

Материалы и оборудование: Материал для изготовления ватно-марлевой повязки - вата, марля, ножницы, нитки, иголка; материал для оказания помощи условно пострадавшему – бинты, жгут; медицинская аптечка, веревки для изготовления носилок.

7. Комплекс организационно-педагогических условий

7.1. Календарный учебный график

Место проведения: Учебная аудитория, школьный парк, стадион, лесной массив, спортивный зал.

№ п\п	Месяц число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля	Цифровые образовательные технологии
1			Беседа, диспут	2	Основы туристской подготовки Основные понятия. Типы, виды и формы туризма		беседа	https://resh.edu.ru/subject/23/
2			Игра	2	Групповое и личное снаряжение. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Питание в туристском походе		беседа	https://resh.edu.ru/subject/23/
3			групповая	2	Безопасность при проведении туристски		Практическое выполнение	https://resh.edu.ru/subject/23/

					х походов и практических занятий на местности			
4			Размышление, беседа	2	Подготовка и проведение похода Техника и тактика в туристском походе		Практическое выполнение	https://resh.edu.ru/subject/23/
5			соревнование	2	Соревнования по технике пешеходного туризма		Практическое выполнение	https://resh.edu.ru/subject/23/
6			Групповая	2	Краеведение Туристские возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов		Составление маршрута	https://resh.edu.ru/subject/23/
7			игра	2	Основы личной гигиены туриста и первая помощь Личная гигиена туриста.		Практическое выполнение	https://resh.edu.ru/subject/23/

					Основные приемы оказания первой помощи			
8			практикум	2	Приемы транспортировки пострадавшего		Практическое выполнение	https://resh.edu.ru/subject/23/

7.2 Условия реализации программы

Для успешной реализации программы подготовлены:

- учебно-материальная база: учебный класс, оборудованный стендами, отображающими тематику программы;
- учебно-материальная база для организации учебных занятий в условиях природной среды: шатёр, столы складные, стулья складные;
- библиотечная учебно-методическая литература;
- учебные плакаты: «Узлы, применяемые в туризме», «Биваки», «Палатки», «Медицина и гигиена», «Преодоление естественных препятствий»;
- комплект учебных топографических карт;
- условные знаки спортивных и топографических карт;
- карточки для контроля ЗУН;
- дидактический (раздаточный) материал;
- разработаны тесты по основным темам: «Медицина», «Оказание доврачебной помощи», «Выживание человека в природной среде»;
- разработаны топографические задачи;
- разработаны методические рекомендации: «Организация и проведение туристских походов с учащимися».

У каждого участника объединения должны быть тетрадь и ручка, цветные карандаши, фломастеры, линейка, транспортир.

В тетрадь записываются изучаемый материал, домашние задания, впечатления о походах, экскурсиях и т.п.

Для реализации программы используется разнообразный дидактический материал, в том числе разработанный педагогом для данной программы и рекомендованный образовательной организацией к использованию в образовательном процессе.

Занятия по программе ведет педагог дополнительного образования. соревнований по туризму муниципального и региональных уровней.

Для электронного обучения и обучения с применением дистанционных образовательных технологий используются технические средства, а также информационно-телекоммуникационные сети, обеспечивающие передачу по линиям связи указанной информации (образовательные онлайн-платформы, цифровые образовательные ресурсы, размещенные на образовательных сайтах, видеоконференции, вебинары, сферум – общение, e-mail, облачные сервисы и т.д.)

Рекомендуемый перечень

учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря

Групповое туристское снаряжение:

Рюкзак объёмом не менее 80 литров

палатка туристическая с тентом каркасно-дуговая, четырёхместная

тент от дождя

комплект котелков для приготовления пищи (8,9,10л)

компас жидкостной

тренога костровая

навигационное устройство походного типа

спальный мешок

коврик теплоизоляционный

Каска туристическая

Карабины туристские

система страховочная грудная и нижняя обвязки

жумар

спусковое устройство

Веревка 10 мм

для организации учебных занятий в условиях природной среды:

шатёр

стол складной

стул складной

Перечень личного туристского снаряжения обучающегося

1. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве.
2. Обувь спортивная (типа шиповки).
3. Сапоги резиновые.
4. Фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л).
5. Головной убор.
6. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм).
7. Спортивный тренировочный костюм.
8. Свитер шерстяной.
9. Брюки ветрозащитные.
10. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной).

11. Блокнот и ручка.
12. Мазь от кровососущих насекомых.
13. Сидушка походная.

7.3. Формы аттестации и оценочные материалы.

Исходя из поставленных цели и задач, спрогнозированных результатов обучения, разработаны следующие формы отслеживания результативности данной общеразвивающей программы: педагогические наблюдения за детьми в процессе работы; педагогический анализ результатов; мониторинг образовательной деятельности детей (самооценка обучающегося).

Формы подведения итогов реализации общеразвивающей программы: беседа, опрос, конкурсы, игры по отдельным видам туризма

Способами определения результативности усвоения дополнительной общеобразовательной программы итоговая диагностика, проводимая в форме учебного похода, тестирования по каждому разделу: теоретической подготовке, выполнение практических заданий за контрольное время, наблюдение за правильностью выполнения практических заданий во время учебно-тренировочного занятия.

Оценочные материалы

Диагностические материалы, позволяющие определить достижение обучающимися планируемых результатов разработаны по разделам, темам и представлены в содержании программы. (Приложение 1)

Формы поощрения:

- словесная, знания оцениваются в устной форме: хорошо, отлично;
- наглядно-демонстративная (участие в соревнованиях и конкурсах);
- материальная (грамоты, призы).

Результативность и практическая значимость определяются перечнем знаний, умений и навыков, формируемых у обучающихся по данной программе.

Методические материалы.

Изображения узлов, применяемых при выполнении технических приёмов: для связывания веревок, петлевые, для крепления на опоре

ПЕРЕЧЕНЬ ПРИМЕРНЫХ ВОПРОСОВ

для проверки знаний обучающихся объединения

1. Какие вы знаете виды туризма? Дайте характеристику каждому виду.

Основы гигиены и первая помощь

2. Перечислите возможные опасности в походе и основные причины возникновения аварийных ситуаций.
3. Перечислите гигиенические требования при занятиях туризмом. Сущность закаливания организма.
4. Назовите состав медицинской походной аптечки; её хранение транспортировка.
5. Какую нужно оказать помощь при пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях?
6. Профилактика пищевых отравлений и желудочно-кишечных заболеваний.
7. Порядок оказания помощи при обмороке, тепловом и солнечном ударе.
8. Правила оказания помощи при ожогах и отморожениях. Как избежать ожогов и отморожений?
9. Первая доврачебная помощь при порезах, ранах, нагноениях. Порядок обработки ран, наложения ватно-марлевой повязки, способы перевязывания..
10. Назовите порядок остановки сильного кровотечения, порядок наложения жгута.
11. Правила оказания доврачебной помощи при ушибах, растяжениях, вывихах. Назовите признаки вывиха.
12. Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Порядок наложения шин из подручных предметов.
13. Порядок оказания первой помощи при потертостях, мозолях, опрелостях.
14. Порядок оказания помощи при поражениях молнией, электрическим током, утопающему. Назовите приёмы искусственного дыхания.
15. Назовите способы и порядок транспортировки пострадавшего.

Основы туристской подготовки.

1. Назовите перечень личного снаряжения и требования к нему.
2. Перечислите, что входит в групповое снаряжение и какие требования предъявляются к нему.
3. Как правильно уложить вещи в рюкзаке? Как обеспечить его влагонепроницаемость?
4. Порядок установки палаток различных типов и размещения в них вещей, предохранение палаток от намокания.
5. Назовите последовательность подготовки к походу. Цели и задачи походов.

6. Какие вы знаете туристские должности в походе? Постоянные и временные должности.
7. Что вы понимаете под правильной организацией движения? Режим и темп движения, привалы. Водно-солевой режим в походе.
8. Техника безопасности при проведении походов.
9. Основные требования к месту привала и бивуака.
10. Порядок работы по развешиванию и свертыванию лагеря.
11. Основные типы костров и их назначение. Выбор места для костра.
12. Меры безопасности при обращении с огнём и при заготовке дров. Экологические требования.
13. Что относится к костровым принадлежностям? Варочная посуда. Способы подвески котлов.
14. Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.
15. Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит?
16. Что входит в набор продуктов для приготовления пищи на костре и для перекуса? Порядок упаковки и хранения продуктов.
17. Понятие о меню-раскладке. Суточные нормы продуктов на человека.
18. Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи. Способы обеззараживания воды.
19. Как двигаться по заболоченной местности? Назовите основные способы преодоления заболоченных участков.
20. Преодоление водных препятствий. Назовите способы переправ.
21. Как делятся узлы на группы по назначению?

Краеведение

1. Дайте общегеографическую характеристику Ульяновской области: территория, границы. Рельеф. Полезные ископаемые.
2. Назовите основные реки и озера Ульяновской области.
3. Административное деление Ульяновской области. Назовите крупные города области.
4. Назовите основные отрасли промышленности и сельского хозяйства области.
5. Назовите наиболее яркие события Ульяновска с древнейших времен до наших дней.
6. Ульяновск в период Великой Отечественной войны 1941-45 гг.
7. Назовите туристские возможности Ульяновской области.
8. Дайте понятие об экологии. Заповеди юного туриста.
9. Какие вы знаете виды и формы общественной работы?
10. Метеорологические наблюдения. Признаки изменения погоды.

Медицина и гигиена

1. Назовите обстоятельства, ситуации и причины, приводящие к получению травм и заболеваний.2.
2. В чём заключается профилактика термических ожогов, ранений острыми орудиями, поражений атмосферным электричеством (грозой) ?
3. Особенности посещения районов с различными инфекционными заболеваниями (клещевой энцефалит, вирусный гепатит и т. д.).
4. Назначение и дозировка медицинских препаратов, входящих в состав походной аптечки.
5. Как остановить кровотечение из носа, из десны, из уха, из лёгких?
6. Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи при закрытых и открытых переломах, разрывах связочного аппарата.
7. Как оказать первую помощь при травмах живота, повреждениях органов брюшной полости, повреждениях таза?
8. Правила оказания помощи при закрытых и открытых повреждениях черепа, лица и шеи, при сотрясении мозга.
9. Первая доврачебная помощь при переломах ключицы, ребер, при повреждении позвоночника.
10. Назовите способы и порядок проведения искусственного дыхания.
11. Назовите способы иммобилизации (обездвиживания) пострадавшего на средствах транспортировки, порядок наложения шин.
12. Назовите правила снятия одежды и обуви с пострадавшего, вывода его из шокового состояния.

Методика оценки склонности к различным сферам профессиональной деятельности (Л.А. Йовайши)

Инструкция

Вашему вниманию предлагается 24 вопроса, направленные на выявление склонностей к определенному виду занятий (склонность - это влечение к какому-либо занятию). Ознакомьтесь с ними. Для того, чтобы определить свои профессиональные склонности, в бланке ответов выберите один из трех вариантов утверждений – «а», «б» или «в» – и обведите его. После ответа на все утверждения, подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

Бланк ответов «Профессиональные склонности»

Класс: _____ **Фамилия,**
Имя: _____

	I	II	III	IV	V	VI
1	а			б		в
2		а		б	в	
3	а	б		в		
4			а		б	в
5	а	б	в			
6	а	б				в
7		а	б	в		
8	а				б	в
9		а		б	в	
10				а	б	в
11	а	б	в			
12			а	б	в	

13	а				б	в
14		а		б	в	
15	а		б		в	
16	а		б			в
17				а	б	в
18	а	б	в			
19			а		б	в
20	а		б			в
21		а	б	в		
22		а	б	в		
23		а		б		в
24	а				б	в
Сумма баллов						

1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности

- а) общаться с самыми разными людьми;
- б) снимать фильмы, писать книги, рисовать, выступать на сцене и т.д.
- в) заниматься расчетами; вести документацию.

2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает

- а) возможность следить за ходом мыслей автора;
- б) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
- в) сюжет, действия героев.

3. Меня больше обрадует Нобелевская премия

- а) за общественную деятельность;
- б) в области наук;
- в) в области искусства.

4. Я скорее соглашусь стать

- а) главным механиком;
- б) начальником экспедиции;
- в) главным бухгалтером.

5. Будущее людей определяют

- а) взаимопонимание между людьми;
- б) научные открытия;
- в) развитие производства.

6. Если я стану руководителем, то в первую очередь займусь

- а) созданием дружного, сплоченного коллектива;
- б) разработкой новых технологий обучения;
- в) работой с документами.

7. На технической выставке меня больше привлечет

- а) внутреннее устройство экспонатов;
- б) их практическое применение;
- в) внешний вид экспонатов (цвет, форма).

8. В людях я ценю, прежде всего

- а) дружелюбие и отзывчивость;
- б) смелость и выносливость;
- в) обязательность и аккуратность.

9. В свободное время мне хотелось бы

- а) ставить различные опыты, эксперименты;
- б) писать стихи, сочинять музыку или рисовать;
- в) тренироваться.

10. В заграничных поездках меня скорее заинтересует

- а) возможность знакомства с историей и культурой другой страны;
- б) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
- в) деловое общение.

11. Мне интереснее беседовать о

- а) человеческих взаимоотношениях;
- б) новой научной гипотезе;
- в) технических характеристиках новой модели машины, компьютера.

12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал

- а) технический;
- б) музыкальный;
- в) спортивный.

13. В школе следует обратить особое внимание на

- а) улучшение взаимопонимания между учителями и учениками;
- б) поддержание здоровья учащихся, занятия спортом;
- в) укрепление дисциплины.

14. Я с большим удовольствием смотрю

- а) научно-популярные фильмы;

- б) программы о культуре и искусстве;
- в) спортивные программы.

15. Мне хотелось бы работать

- а) с детьми или сверстниками;
- б) с машинами, механизмами;
- в) с объектами природы.

16. Школа в первую очередь должна

- а) учить общению с другими людьми;
- б) давать знания;
- в) обучать навыкам работы.

17. Главное в жизни

- а) иметь возможность заниматься творчеством;
- б) вести здоровый образ жизни;
- в) тщательно планировать свои дела.

18. Государство должно в первую очередь заботиться о

- а) защите интересов и прав граждан;
- б) достижениях в области науки и техники;
- в) материальном благополучии граждан.

19. Мне больше всего нравятся уроки

- а) труда;
- б) физкультуры;
- в) математики.

20. Мне интереснее было бы

- а) заниматься сбытом товаров;
- б) изготавливать изделия;
- в) планировать производство товаров.

21. Я предпочитаю читать статьи о

- а) выдающихся ученых и их открытиях;
- б) интересных изобретениях;
- в) жизни и творчестве писателей, художников, музыкантов.

22. Свободное время я люблю

- а) читать, думать, рассуждать;
- б) что-нибудь мастерить, шить, ухаживать за животными, растениями;
- в) ходить на выставки, концерты, в музеи.

23. Большой интерес у меня вызовет сообщение о

- а) научном открытии;
- б) художественной выставке;
- в) экономической ситуации.

24. Я предпочту работать

- а) в помещении, где много людей;
- б) в необычных условиях;
- в) в обычном кабинете.

Обработка результатов

Подсчитайте число обведенных букв в каждом из шести столбцов и запишите эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.

Шесть столбцов – это шесть видов деятельности. Обратите внимание на те виды деятельности, которые набрали большее количество баллов.

1 - склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с управлением, обучением, воспитанием, обслуживанием (бытовым, медицинским, справочно-информационным). Людей, успешных в профессиях этой группы, отличает общительность, способность находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения.

2 - склонность к исследовательской (интеллектуальной) работе. Профессии, связанные с научной деятельностью. Кроме специальных знаний такие люди обычно отличаются рациональностью, независимостью суждений, аналитическим складом ума.

3 - склонность к практической деятельности. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; управление транспортом; изготовление изделий.

4 - склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий кроме специальных способностей (музыкальных, литературных, актерских) отличает оригинальность и независимость.

5 - склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельности, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью, волевым качествам.

6 - склонность к планово-экономическим видам деятельности. Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом текстов и их преобразованием (редактор,

переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

Интерпретация полученных результатов

10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность.
7-9 баллов – склонность к определенному виду деятельности.
4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность.
0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.

8. Список литературы для педагогов дополнительного образования

1. Актуальные вопросы туристской деятельности: сб. метод.материалов. - СПб.: Недра, 2006.
2. Артемова, Е.Н. Основы гостеприимства и туризма [Электронный ресурс] / Е.Н. Артемова, В.А. Козлова. - Электрон.дан. - М., 2007. - Режим доступа: http://tourlib.net/books_tourism/artemova.htm.
3. Бабкин, А.В. Специальные виды туризма [Текст] / А.В. Бабкин. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 262 с.
4. Буйленко, В.Ф. Туризм [Текст] / В.Ф. Буйленко. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. - 417 с.
5. Востоков, И.Е. Главные концептуальные аспекты системы развития спортивного туризма в РФ [Текст] / И.Е. Востоков. - М.: - 2008. - 27 с.
6. Дурович, А. П. Организация туризма: учебное пособие / А. П. Дурович. - Минск: Современная школа, 2010. - 383 с.
7. Зорин, И.В. Энциклопедия туризма. Справочник [Текст] / И.В. Зорин, В.А. Квартальнов. - М.: Финансы и статистика, 2003. - 379 с.
8. Зырянов, А.И. Равнинный туризм [Текст] / А.И. Зырянов, Н.А. Емельянова // Географический вестник. №4(23). - С. 1-4.
9. Ильина Е.Н. Туроперейтинг: организация деятельности. - М.: Финансы и статистика, 2007.
10. Каурова А.Д. Организация сферы туризма: учеб.пособие. - СПб.: Герда, 2006.
11. Каурова, А. Д. Организация сферы туризма: учебное пособие / А. Д. Каурова. - Москва. - Санкт-Петербург: Герда, 2008. - 368 с.
- 12 Современная подготовка спортсмена ориентировщика.
Шириян А. А. Иванов А.В Издательство «Советский Спорт».2010г. 112 стр.

Список литературы для детей и родителей

1. СПОРТИВНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ УГТУ (Н. Н. Ключникова, Н. А. Чернова) Ульяновск 2009

2. Спортивно-оздоровительный бег Полунин А.И. 2004г
3. Бардин, К.В. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий)2004г
4. Рыжавский Г.А. «Биваки» - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
5. «Энциклопедия туриста», М., Большая Российская энциклопедия,