



Утверждена
приказом № 185
от 01.09.2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая
программа туристско-краеведческой направленности
«Знай Алтай Люби Природу» (ЗАЛП)

Возраст обучающихся: 12-16 лет

Разработана Нагель В.П.,
педагогом центра «Точка
роста»

с. Ребриха
2023 год

Пояснительная записка

Всестороннее развитие подрастающего поколения - важнейшая стратегическая задача современной школы. Туристско-краеведческая деятельность является одной из самых доступных и эффективных форм обучения, воспитания и оздоровления учащихся, разумного использования их свободного времени, интерактивного развития ребёнка. Она тесно связана с такими основными сторонами воспитания как идейно-политическое, нравственное, трудовое, эстетическое, физическое, значительно расширяет кругозор учащихся, способствует интенсивному умственному развитию.

Экскурсии, краеведческие наблюдения воспитывают у детей чувство патриотизма, бережного отношения к природному наследию родного края, расширяют кругозор детей, способствует освоению разносторонних практических навыков, так как в основе деятельности лежат гуманно-демократический, системно-ценностный, личностно-ориентированный, созидающе-деятельностный принципы воспитания и образования.

Туристско-краеведческая деятельность школе позволяет создать единый коллектив: учитель, родители, ученики. Это во многом способствует усилению воспитывающего воздействия на учащихся, улучшению целенаправленности педагогического воздействия.

Программа имеет туристско-краеведческое направление.

Цель программы: формирование всесторонне развитой личности посредством удовлетворения индивидуально-личностных, духовно-нравственных, социокультурных потребностей детей через туризм и краеведение.

Задачи.

Обучающие:

- развивать познавательный интерес в области туризма и краеведения;
- способствовать приобретению и углублению знаний учащихся, дополняющих школьную программу по окружающему миру, математике, литературному чтению и физической подготовки;
- способствовать приобретению специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, краеведения, простейшей медицинской помощи;
- развивать мотивацию к изучению проблем экологии и охраны природы.

Воспитательные:

- совершенствовать потребность в духовном и физическом развитии;
- формировать потребность обучающихся в здоровом образе жизни,
- формировать потребность в бережном отношении к истории, культуре края, сохранении традиций малой родины.

Развивающие:

- развивать самостоятельность и волевые качества воспитанников;
- формировать умение вести себя в коллективе, организаторские навыки;
- способствовать приобретению опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности,
- совершенствовать физическое развитие младших школьников (развитие

силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);

- формировать у юных туристов потребность в добросовестном отношении к труду и общественной собственности, чувства долга, товарищества и взаимовыручки.

Данная программа предполагает подготовку и проведение занятий по краеведению и туризму, туристских мероприятий через непосредственный контакт с окружающей природой и социальной средой. Для адаптации организма ребёнка к физическим нагрузкам необходимо их строго дозировать по объёму, продолжительности и напряжённости в соответствии с полом и возрастом детей.

Занятия носят в основном познавательную, воспитательную и практическую направленность. Предлагаемая в этой программе примерная тематика предусматривает ознакомление учащихся с родным краем, обучение основам туризма, овладение определенным кругом знаний и умений, необходимых юным путешественникам.

Основная часть занятий планируется на открытом воздухе, что имеет практическую направленность и способствует организации активной оздоровительно-спортивной деятельности (физические упражнения и подвижные игры на свежем воздухе, туристские и оздоровительные прогулки), так и познавательно-творческой деятельности обучающихся (экскурсии, прогулки).

К участию в выездных мероприятиях привлекаются их родители, опекуны, которые не только оказывают помощь в подготовке прогулок, экскурсий, но и являются добровольными спонсорами.

В группу зачисляются дети, изъявившие интерес к данному виду деятельности и не имеющие серьёзных медицинских противопоказаний.

Программа рассчитана на 68 часов. Занятия проводятся в каникулярное время. Группа 10-15 человек, возраст 12 – 16 лет.

Ожидаемые результаты реализации программы

Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

- принятые в обществе нормы отношения к природе,
- международное экологическое движение,
- коллективная творческая деятельность,
- способы ориентирования на местности.

Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):

- развитие ценностных отношений школьника к родному Отечеству, родной природе и культуре, к труду, к знаниям, к миру, другим людям, к своему собственному здоровью и внутреннему миру.

Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного ценностно окрашенного социального действия):

- приобретение первичного опыта природосберегающей и природоохранной деятельности,
- приобретение опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности.

В ходе реализации программы дети должны

Знать:

- правила поведения юных туристов;
- требования техники безопасности в походе;
- правила поведения в природной среде;
- правила первой медицинской помощи;
- перечень группового и личного снаряжения и правила ухода за ним;
- правила обустройства бивака;
- нормы личной и общественной гигиены, экологические требования к группе;
- основы топографии и ориентирования.

Уметь:

- применять указанные знания на практике;
- ориентироваться на местности при помощи карты и компаса, местным признакам;
- выполнять общие обязанности участника похода;
- обустроить бивак;
- выполнять отдельные элементы техники пешеходного туризма.

Учебно-тематический план

№	Название раздела	всего часов	теория	практика
1.	<i>Туризм.</i>	68	8	60
<i>Модуль 1. Теоретическая подготовка (8 ч)</i>				
1.1	Роль туризма. Правила техники безопасности и поведения юного туриста в природной среде.	2	1	1
1.2	Личное и групповое снаряжение юного туриста. Питьевой режим в походе, на экскурсии.	2	1	1
1.3	Правила личной гигиены и первая медицинская помощь.	2	1	1
1.4	План местности. Ориентирование на местности, по сторонам горизонта.	2	1	1
<i>Модуль2. От теории к практике (60 ч.)</i>				
1.5	Разбивка бивака. Подготовка к походу.	10	4	6
1.6	Зачетный летний поход.	50	-	50

Содержание программы

Туризм.

1.1 Роль туризма. Правила техники безопасности и поведения юного туриста в природной среде, школе, дома.

Теоретические знания. Прогулки и экскурсии укрепляют здоровье, помогают познать окружающий мир и самого себя. Во время длительных прогулок и экскурсий укрепляется костно-мышечная система, сердце, легкие и другие органы человека, так как идёт интенсивное насыщение кислородом. Безопасность туриста зависит от того, как он умеет выполнять правила поведения в учебном классе, спортивном зале, в лесу, во время туристской прогулки или экскурсии. Турист содержит в порядке и правильно хранит снаряжение, оборудование, инвентарь и материал. Выполнение требований руководителя группы, оказание взаимопомощи – главная обязанность каждого члена экскурсионной (туристической) группы.

Практические задания. Закрепления знаний о правилах поведения в природе и выработки навыков наблюдательности.

1.2 Личное и групповое снаряжение юного туриста.

Теоретические знания. Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением. Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Кухонное и костровое снаряжение.

Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии). Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

Практические задания. Игра «Собираю рюкзак». Сбор группы, распределение обязанностей и прогулка по дендрарию школы для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям. Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки. Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья вовремя туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки

1.3 Правила личной гигиены и первая медицинская помощь.

Теоретические знания. Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Групповая и индивидуальная туристическая аптечка: медикаменты и требования хранения. Обязанности санитара туристской группы. Первая

медицинская помощь при ранах и ссадинах. Транспортировка пострадавшего при несложных травмах.

Практические задания. Игра «Айболит» (первая медицинская помощь, правила обработки ран и наложения повязок). Игра «Собери аптечку для прогулки». Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

1.4 *План местности.*

Теоретические знания. Рисунок и простейший план местности (школьного двора, двора своего дома или своей улицы). Изображение местности (школьного двора) на рисунке, фотографии, схеме или плане. Способы изображения на рисунках, схемах и планах водных объектов, искусственных сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки. Знакомство с изображением местности, школьного двора. Роль топографа в туристской группе. Легенда туристского маршрута.

Практические задания. Зарисовка плана стола, класса, своей комнаты. Знакомство с планом расположения школы, школьного двора, улицы. Измерение расстояний (шагами и парами шагов) на школьном дворе. Освоение навыков чтения и движение по схеме школьного двора. Зарисовка условных знаков. Зарисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии. Владение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

1.5 *Ориентирование по сторонам горизонта.*

Теоретические знания. Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам. Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры, точечные ориентиры и объекты. Рельеф. Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде). Разведчик туристской группы, его обязанности и действия на туристской прогулке (экскурсии).

Практические задания. Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях пришкольного участка. Ориентирование с использованием легенды в дендрарии школы.

1.5 *Разбивка бивака.*

Теоретические знания. Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам. Устройство и оборудование.

Практические задания. Выбор места для разбивки бивака по плану местности и его организация во время туристской прогулки. Организация бивачных работ.

Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на про-

гулку. Упаковка палатки для транспортировки.

Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки на пришкольной площадке.

Зачетный летний поход.

Движение группы по маршруту протяженностью до 4-5 км с использованием плана местности. Организация лагеря туристской группы, бивака совместно с родителями. Туристские и другие игры и состязания («Спортивная семья» и пр.). Конкурс знатоков растений.

Методическое обеспечение программы

Перед началом работы кружка на родительском собрании познакомить родителей с программой, планами занятий и походов, условиями их проведения, необходимом личном снаряжении юных туристов-краеведов.

Так как данный вид деятельности предполагает прогулки и экскурсии, руководитель кружка обязан познакомиться с медицинскими картами воспитанников, чтобы предупредить нежелательные перегрузки.

Перед каждым походом или экскурсией обязателен инструктаж по мерам безопасности.

Теоретические задания помогают выполнить образовательную функцию. Формы их проведения разнообразны: беседа, лекция, обзор печатного материала на краеведческую тематику.

Практические занятия позволяют реализовать воспитательную цель и развивать творческие способности учащихся. Виды практической деятельности: экскурсии, походы, конкурсы, ролевые и интеллектуальные игры, составление отчётов, проектов и др.

Методы работы.

1. Поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа с выполнением различных заданий, выбор самостоятельной темы для оформления отчета о проделанной работе в походах и на экскурсиях)
2. Метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, экскурсиях.
3. Метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качества усвоения комплексной программы.
4. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Дидактический материал

1. Основы туризма <http://bank.59209.edusite.ru/p50aa1.html>
2. Детская мультимедийная энциклопедия “Опасности в природе” - <http://www.spas-extreme.ru/el.php?SID=146>

3. Туриготека (практические рекомендации для организации викторин, игр, КВН, разнообразные игровые программы, спортивно-туристические конкурсы) <http://bank.59209.edusite.ru/p50aa1.html>
4. Презентация “Ориентирование на местности” <http://present.griban.ru/file/21-orientirovanie-na-mestnosti.html>
5. Ориентирование на местности (способы ориентирования по положению солнца, по звездам, по снежному покрову, по расположению растений и др.) http://revolution.allbest.ru/sport/00153421_0.html
6. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я. и др. “Основы техники пешеходного и горного туризма” http://tourlib.net/books_tourism/ganopolsky07.htm
7. Озеров А.Г. Методические рекомендации “Подготовка исследовательских работ учащихся по краеведению” (работа, приложение, презентация) http://www.turcentrf.ru/stran/metod_razrab.htm
8. Как организовать поход с детьми <http://www.turistenok.ru/planning.html>
9. Всё для похода <http://pohod.home.nov.ru/duty.htm>

Туристское снаряжение:

1. Тенты
2. Коврики (у каждого воспитанника)
3. Костровое оборудование
4. Ремонтный набор
5. Походная аптечка (групповая и индивидуальные)
6. Палатки

Литература для педагога:

1. *Аппенинский А.И.* Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. - М.: ЦРИБ «Турист.», 1990.
2. *Бабенка Т.И., Каминский И.И.* Экспресс-оценка физического здоровья школьников, условий их обучения и воспитания: Метод, рекомендации. Ростов-на-Дону, 1995.
3. *Багаутдинова Ф.Г.* Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. - М., ЦДЮТик, 2002.
4. *Бардин К.* Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
5. *Велитченко В.К.* Физкультура без травм: Библиотека учителя физ. культуры. - М.: Просвещение, 1993.
6. *Волкова М.Г.* Развитие способностей у детей - основа жизненного успеха. М., 1989.

7. *Дихтярев В.Я.* Вся жизнь-поход. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1999.
8. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада / Сост. А.В.Кенеман; Под ред. Т.И.Осокиной. - М.: Просвещение, 1989.
9. *Жарков АД.* Экскурсия как педагогический процесс: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
10. *Иванов Е.И.* Начальная подготовка ориентировщика. - М.: Физкультура и спорт, 1985.
11. *Ильичев АЛ.* Популярная энциклопедия выживания. - 2-е изд., испр., доп. и перераб. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
12. *Козлова Ю.В., Ярошенко В.В.* Полевой туристский лагерь школьников: Для организаторов школьного туризма и краеведения. - М.: Издат-Школа, 1997.
13. *Константинов Ю.С.* Туристские слеты и соревнования учащихся. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
14. *Константинов Ю.С, Куликов В.М.* Педагогика школьного туризма. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
15. *Крайман М.И.* У туристского костра: Сб. песен. - М., 1997.

17. *Крутецких В.Л.* Психология обучения и воспитания школьников: Кн. для учителей и классных руководителей. - М.: Просвещение, 1976.
18. *Куликов В.М.* Походная туристская игротка. - Сб. 2. - М., 1991.
19. *Куликов В.М., Ротштейн Л.М.* Школа туристских вожаков. - М.: Владос, 1999.
20. *Куликов В.М., Константинов Ю.С.* Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 2001.
21. *Лесгафт П.Ф.* Избранные труды. - М.: Физкультура и спорт, 1986.
22. *Лукоьянов П.И.* Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998.
23. Методические рекомендации по организации туристско-краеведческой и экскурсионной работы с учащимися начальных классов и групп продленного дня общеобразовательной школы / Авт.-сост. В.Н.Теплов. - Днепропетровск, 1985.
24. *Маслов А.Г.* Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности», - М.: Владос, 2000.

Использование литературы для детей не предусмотрено.