

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ГИМНАЗИЯ № 1**

ПРИНЯТО
Педагогический совет
Протокол от 29.12.2022 г.
№ 6



**ПРОГРАММА
школьного туристического клуба «Широта»**

Автор составитель:
А.А. Терентьева

г. Клин
2022

Школьный туристический клуб туристско-краеведческой деятельности в МУНИЦИПАЛЬНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ – ГИМНАЗИЯ № 1 (далее – Учреждение) можно отнести к традиционным в педагогической практике нашей страны методам воспитания, обучения и оздоровления школьников. Школьный туризм и краеведение имеют комплексный, интеграционный характер воздействия на личность и коллектив. Это выражается в повышении духовного и физического потенциала ребенка, уровня знаний, умений, удовлетворении потребностей детей в самовыражении, творчестве, общении с людьми и природой. Туристско-краеведческая деятельность универсальна по содержанию и доступна по формам организации.

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

Основные цели:

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

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

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

Программа курса состоит из 5 разделов: «Азбука массового туризма», «Организация туристического похода», «Основы топографии и ориентирования на местности», «Основы общественно-полезной, краеведческой деятельности туристов», «Туристические соревнования», включающие первоначальные сведения по туризму, экологии, базовые сведения по топографии и ориентированию на местности.

Практическая часть курса предусматривает организацию 3 практических занятий на местности и 6 туристических походов.

Знания и практические умения и навыки, приобретенные школьниками при изучении курса, носят прикладной характер и могут быть впоследствии использованы ими в будущей профессиональной деятельности, например туристско-краеведческой или педагогической. Курс может служить начальным этапом допрофессиональной подготовки школьников с дальнейшей

специализацией «Инструктор школьного туризма», «Туристский организатор», «Гид-проводник», «Экскурсовод».

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

К программе прилагается список рекомендуемой литературы, которая может быть использована преподавателем и детьми.

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

Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование тем курса	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекции	практика	
	Раздел 1. Азбука массового туризма	4	3	1	
1	История развития туристического движения в стране	1	1		
2	Виды и формы туризма.	1	1		
3	Туристические возможности России и стран СНГ.	2	1	1	Карта туристического маршрута
	Раздел 2. Организация туристического похода	17	5.5	11.5	
4	Туристическая группа	1	0.5	0.5	Комплектование туристической группы
5	Правила безопасности в туристическом походе	2	1	1	Правила безопасности в походе
6	Предпоходная тренировка. Физическая и маршевая подготовка	1	1	1	
7	Характерные заболевания в походе, их профилактика. Гигиена туриста	2	1	1	Справочник заболеваний в походе и их профилактики
8	Личное снаряжение участника пешего похода.	1		1	Список личного снаряжения
9	Групповое снаряжение.	1		1	Список группового снаряжения
10	Организация питания в походе.	2		2	Меню для 1-2-х дневного похода
11	Укладка рюкзака.	1		1	Укладка рюкзака
12	Туристический бивак.	2	1	1	Памятка туристам
13	Техника преодоления естественных препятствий.	2	1	1	Советы туристам
14	Техническое описание	1		1	Описание

	маршрута похода.				маршрута
15	Подведение итогов похода.	1		1	
	Раздел 3. Основы топографии и ориентирования на местности.	8	2	6	
16	Карта. Ее масштаб. Условные знаки топографических карт.	1	0.5	0.5	Знание топографических знаков
17	Компас, работа с ним.	2	0.5	0.5	Ориентирование по компасу
18	Ориентирование по карте. Определение азимута.	3	1	2	Ориентирование по карте
19	Глазомерная съемка.	2		2	Глазомерная съемка местности
	Раздел 4. Основы общественно-полезной краеведческой деятельности туристов.	4	42		
20	Краеведческая деятельность.	1	1		Составление опросника
21	Охрана памятников истории и культуры.	1	1		
22	Экологическая подготовка туриста.	2	2		
	Раздел 5. Туристические соревнования.	2		2	
23	Туристические соревнования.	2		2	

Раздел 1 (4 часа)

Азбука массового туризма

Тема 1. (1 час)

История развития туристического движения в стране.

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

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 2. (1 час)

Виды и формы туризма.

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

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 3. (2 часа)

Туристические возможности России и стран СНГ.

Географическое положение России. Понятие туристских регионов и туристских ресурсов. Обзор основных туристских регионов России и стран СНГ (Карпаты, Крым, Тянь-Шань, Урал, Кольский полуостров, и др.)

Общая характеристика туристских возможностей родного края. Принципы выбора маршрута относительно задач похода, сезонности, метеоусловий.

Предварительное изучение маршрута, организация краеведческих наблюдений.

Обучающиеся должны знать:

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

Раздел 2.

Организация туристского похода.

Тема 4. (1 час)

Туристская группа.

Комплектование туристской группы. Подбор участников по состоянию здоровья, возрасту, физической и морально-волевой подготовке, туристскому опыту.

Обязанности постоянные и временные. Зависимость обязанностей, их перечня от целей и задач, стоящих перед группой.

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 5. (2 часа)

Правила безопасности в туристическом походе.

Безопасность - основное требование ко всем туристским путешествиям.

Персональная ответственность руководителя за безаварийность. Обязанности руководителя и участников по обеспечению безопасности.

Основные причины возникновения опасных ситуаций в походе:

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

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

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 6. (1 час)

Предпоходная тренировка. Физическая и маршевая подготовка.

Общая и специальная физическая подготовка туриста. Значение физической подготовки. Закаливание. Различные физические упражнения. Систематичность

тренировок. Маршевая подготовка, кроссы. Тесты физической готовности к туристическим путешествиям различной степени сложности.

Обучающиеся должны знать:

- специфику физической подготовки к туристским походам.

Тема 7. (2 часа)

Характерные заболевания в походе, их профилактика, гигиена туриста.

Личная гигиена. Гигиенические требования к одежде, обуви, постели, посуде.

Купание в походе. Профилактика и оказание первой медицинской помощи при охлаждении, обморожениях, простудах, потертостях, ушибах, переломах, отравлениях, тепловых ударах во время похода. Транспортировка пострадавшего.

Походная аптечка. Лекарственные растения.

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 8. (1 час)

Личное снаряжение участника пешего похода.

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

Практическое занятие: составление списков личного снаряжения для пешего похода.

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 9. (1 час)

Групповое снаряжение.

Требования к снаряжению. Костровое оборудование. Кухонные принадлежности.

Палаточное снаряжение. Специальное снаряжение. Медицинская аптечка.

Фотонабор. Спорт-культуринвентарь.

Практическое занятие: составление списка группового снаряжения для похода.

Обучающиеся должны знать:

- основные требования к подбору группового снаряжения.

Тема 10. (2 часа)

Организация питания в походе.

Нормы питания. Походное меню и список продуктов. Подготовка продуктов к походу. Упаковка продуктов. Учет возможности пополнения продуктов в пути.

Простейшие способы очистки воды. Знание ядовитых и съедобных грибов, ягод, растений.

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

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 11. (1 час)

Укладка рюкзака.

Типы рюкзаков. Правила размещения предметов в рюкзаке.

Практическое занятие: укладка рюкзака для похода.

Обучающиеся должны уметь:

- укладывать рюкзак.

Тема 12. (2 часа)

Туристский бивак.

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

Обучающиеся должны знать:

- правила планирования бивака;
- последовательность организации бивачных работ.

Тема 14. (1 час)

Техническое описание маршрута похода.

Определение участков маршрута. Характер местности. Хронометраж маршрута.

Описание основных ориентиров, мест для ночлега и т.п.

Учащиеся должны уметь:

- составлять простейшее описание маршрута.

Тема 15. (1 час)

Подведение итогов похода.

Письменный отчет о походе. Отзывы участников похода.

Раздел 3

Основы топографии и ориентирования на местности.

Тема 16. Карта, ее масштаб. Условные знаки топографических карт. (1 час)

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

Обучающиеся должны знать:

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

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

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

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 18. (3 час)

Ориентирование по карте. Азимут.

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

Обучающиеся должны знать:

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

Тема 19. (2 час)

Маршрутная съемка.

Маршрутная и площадная съемка местности. Способы проведения съемки.

Оборудование и снаряжение.

Обучающиеся должны знать:

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

Раздел 4.

Основы общественно-полезной, краеведческой деятельности туристов.

Тема 20. (2 час)

Краеведческая деятельность.

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

- основные методы краеведческой деятельности в походе.

Тема 21. (1 час)

Охрана памятников истории и культуры.

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

Тема 22. (1 час)

Экологическая подготовка туриста.

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

Раздел 5.

Туристские соревнования.

Тема 23. Туристские соревнования. (2 час)

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