

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №17
ВАСИЛЕОСТРОВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Программа принята

на педагогическом советом ГБОУ СОШ №17

протокол № 10 от 16 июня 2017 г.



Утверждена

Директор ГБОУ СОШ №17

Т.В.Корниенко

Приказ № 192 от 16.06.2017

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа**

«Туризм»

Возраст обучающихся: 9-16 лет

Срок реализации: 2 года

Разработчик программы:

Лужецкий Игорь Геннадьевич,
педагог дополнительного образования

Пояснительная записка

Программа «Юный туризм» имеет туристско-краеведческую направленность, срок обучения – 2 года. Возраст детей от 9 до 16 лет. Занятия проводятся 2 раза в неделю. Занятия проводятся в комбинированной форме. Теоретическая подготовка проводится в процессе лекций и бесед в помещении, а практические - на выезде (полигоны на территории Ленинградской области).

Актуальность программы обусловлена общественной потребностью в творчески активных, физически здоровых, грамотных молодых людях, обладающих активной жизненной позицией, в возрождении интереса молодежи к национальной и современной культуре и истории, к науке и технике, в воспитании культуры жизненного и профессионального самоопределения, общественным интересам страны, региона, города. Туризм в системе дополнительного образования России является эффективным средством обучения и воспитания детей, подростков и молодёжи. Регулярные занятия туризмом, участие в походах формируют в человеке интерес и привязанность к родному краю, патриотические чувства, историческое сознание, социальную активность.

Цель программы: Формирование гармонично развитой личности посредством организации досуга подрастающего поколения через занятия туризмом, ознакомление воспитанников со своим краем, обучение воспитанников основам туризма, овладение совокупностью разнообразных знаний и умений, необходимых туристам.

Задачи 1 года обучения:

Воспитательные:

Воспитание интереса к профессиям в области медицины, топографии, картографии, географии и геологии.

Воспитание потребности в здоровом образе жизни, ценных личностных качеств, а также культуры поведения и бесконфликтного общения.

Обучающие:

Формирование у обучающихся представлений о туризме и основных навыков жизни в автономных условиях.

Формирование у обучающихся навыков ориентирования на местности с помощью компаса и карты.

Формировать у обучающихся представление о географическом положении Ленинградской области, рельефе, полезных ископаемых, растительном и животном мире.

Прививать обучающимся навыки по защите окружающей среды.

Развивающие:

Развитие умения взаимодействовать со сверстниками, черт личности, обеспечивающих успешную адаптацию в коллективе: коммуникабельность, любознательность, инициативность, самостоятельность.

Развитие познавательного интереса, интеллектуальных и творческих способностей посредством приобщения обучающихся к туризму.

Задачи 2 года обучения:

Воспитательные:

Воспитание устойчивых морально-волевых качеств, «чувства локтя», уважения к товарищам и участникам похода. Воспитание чувства неразрывной связи с природой и глубокого понимания зависимости экологии человека от экологии окружающей его среды.

Образовательные:

Углубление и развитие навыков жизни в автономных условиях. Детальное изучение различных видов туризма, знакомство с техникой преодоления препятствий в различных природных зонах.

Развивающие:

Развитие навыка продуктивного взаимодействия со всеми членами коллектива, формирование собственной устойчивой роли в нем и повышение эффективности действий каждого участника и всего коллектива в экстремальных ситуациях и ситуациях, близких к ним. Развитие навыков ориентировки на местности.

Условия реализации программы

Данная программа рассчитана на 2 года обучения по 2 часа в неделю на каждом.

Возраст обучающихся: 9-16 лет.

Режим занятий: 2 раза в неделю по 2 часа, 144 часа в год.

Численность групп составляет: первый год обучения – 15 человек; второй год обучения – 12 человек.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

В качестве основных форм работы выбраны следующие:

рассказ, беседа;

демонстрация материала;

практические занятия с туристической экипировкой;

занятия на природе;

просмотр фото и видео материалов;

работа в парах и малых группах.

Для реализации программы требуется следующее материально техническое обеспечение:

комната, оборудованная проектором и компьютером;

фото и видео материалы;
походная медицинская аптечка;
туристическое снаряжение (тросы, палатки, костровой набор);
компасы и топографические карты Ленинградской области.

Ожидаемые результаты:

Предметные результаты:

освоение базовых принципов пешего туризма;
умение ориентироваться на местности, работать с компасом и топографической картой;
умение оказать помощь пострадавшему, использовать походную аптечку;
умение разводиться разные типы костра;
умение вязать различные типы морских узлов;
умение совершать пешие переходы в малых и средних группах;
знание географии Ленинградской области, особенностей ее флоры и фауны;
навыки разбивки лагеря.

Метапредметные результаты:

быть ориентированными на пеший туризм как на полезный для здоровья вид досуга, знать любить и сохранять природу родного края;
уметь в одиночку и группой выживать в лесу, разбивать лагерь, заботиться о пострадавших.

Личностные результаты:

учащиеся научатся манерам поведения в коллективе и вне его;
формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию,
формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Контроль знаний: в конце учебного года проводится аттестация воспитанников туристского кружка в виде зачётного туристского похода. В процессе похода воспитанники должны показать практические навыки и уметь объяснить свои действия.

Ожидаемый результат: адаптация воспитанников в условиях социальной среды города, в экстремальных условиях природной среды, расширение кругозора, знания и представления об окружающем мире, участие воспитанников в соревнованиях различного уровня.

Учебно-тематический план (1 год обучения)

Темы занятий	всего	Теория	Практика	Формы контроля
--------------	-------	--------	----------	----------------

Вводное занятие	2	2		Фронтальная
1.1 Информация о работе кружка	2	2		Фронтальная
2. Основы гигиены и ПДП	28	16	12	
2.1 Возможные опасности в походе	2	2		Фронтальная
2.2 Личная гигиена туриста	2	2		Фронтальная
2.3 Походная медицинская аптечка	4	2	2	Фронтальная
2.4 Отравления. Ожоги. Отморожения	4	2	2	Фронтальная
2.5 Порезы и раны. Нагноения	4	2	2	Фронтальная
2.6 Травмы: ушибы, растяжения, вывихи, порезы, переломы, ПМП	4	2	2	
2.7 Потертости и мозоли. Опрелости. Требования к одежде и обуви.	2	2		Фронтальная
2.8 Приёмы транспортирования пострадавшего	4	2	2	Фронтальная
2.9 Зачет по теме «Основы гигиены и ПДП»	2		2	Фронтальная
3. Туристский быт и снаряжение	28	14	14	Комбинированная
3.1 Туристское снаряжение	4	2	2	Комбинированная
3.2 Установка палаток. Размещение в них вещей	4	2	2	Фронтальная
3.3 Костры, их типы, назначение	4	2	2	Фронтальная
3.4 Костровое хозяйство	2	2	-	Фронтальная
3.5 Ремонтный набор	2	2	-	Комбинированная
3.6 Бивуак	6	2	4	Комбинированная
3.7 Питание в туристском походе	4	2	2	Комбинированная
3.8 Зачёт по теме «Туристский быт и снаряжение»	2		2	Комбинированная
4. Топография и ориентирование	38	14	24	
4.1 Карты и их классификация.	2	2		Фронтальная
4.2 Условные знаки топографических карт	6	2	4	Фронтальная
4.3 Отображение местности на карте	4	2	2	Фронтальная
4.4 Масштабы. Расстояния. Чтение карт	4	2	4	Комбинированная
4.5 Ориентирование по горизонту. Азимут	4	2	2	Комбинированная
4.6 Компас. Типы компасов и правила работы с ними	4	2	2	Комбинированная
4.7 Ориентирование на местности	6	2	4	Фронтальная
4.8 Определение расстояний на местности.	2	-	2	
4.9 Соревнования по спортивному ориентированию	4	-	4	Фронтальная

4.10 Зачет по теме «Топография и ориентирование»	2	-	2	Фронтальная
5. Общефизическая подготовка	14	2	12	Комбинированная
6. Психолого-педагогические аспекты воспитания личности	6	2	4	Комбинированная
7. Проведение учебно-методического похода	26	-	26	Комбинированная
8. Итоговое занятие	-	-	2	Комбинированная
ИТОГО часов:	144	50	94	

Учебно-тематический план (2 год обучения)

Темы занятий	всего	Теория	Практика	Формы контроля
1. Вводное занятие.	2	2	-	Фронтальная
2. Специальная туристская подготовка	32	16	16	
2.1 Туристские должности в группе	2	2	-	Фронтальная
2.2 Движение группы на маршруте	4	2	2	Фронтальная
2.3 Преодоление естественных препятствий	10	2	8	Фронтальная
2.4 Техника безопасности при проведении походов	2	2	-	Фронтальная
2.5 Организация туристского похода	4	2	2	Комбинированная
2.6 Узлы, применяемые в туризме	4	2	2	Фронтальная
2.7 Подведение итогов похода	2	2		Фронтальная
2.8 Природоохранная деятельность туриста	2	2		Комбинированная
2.9 Зачет по пройденной теме	2		2	Фронтальная
3. Ориентирование на местности	10	2	8	Комбинированная
4. Краеведение	28	10	16	Комбинированная
4.1 Географическое положение и природные особенности Ленинградской области	16	2	10	Фронтальная
4.2. Население региона. Административное деление. Известные люди Ленинградской области	2	2	-	Комбинированная
4.3 Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства	2	2	-	Фронтальная
4.4 История региона	2	2	-	Фронтальная
4.5. Организация и планирование туристкой и краеведческой работы в школе	6	2	2	Фронтальная
4.6 Зачет по пройденной теме	2		2	Фронтальная
5. Организация и методика	8	2	6	Фронтальная

проведения экскурсий				
6. Физическая подготовка	24	-	24	Комбинированная
6.1. Общая физическая подготовка	12	-	12	Фронтальная
6.2. Эстафеты, игры	6	-	6	Фронтальная
6.3 ОРУ	6	-	6	Комбинированная
7. Обязательные мероприятия	44	-	44	Комбинированная
7.1. Соревнования: спорт, ориентирование	22	-	22	Фронтальная
7.2. Экскурсии	22	-	22	Фронтальная
8. Итоговое занятие	2	-	2	Комбинированная
ИТОГО	144	30	114	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1	01.09.2016	25.05.2018	36	144	2 раза в неделю по 2 часа
2	01.09.2017	25.05.2018	36	144	2 раза в неделю по 2 часа

Рабочая программа
к дополнительной общеобразовательной (общеразвивающей) программе
«Юный турист»

Срок реализации программы	2017-2018
Год обучения	2
Номер группы обучающихся	№1

Разработчик рабочей программы:
педагог дополнительного
образования
Лужецкий Игорь Геннадьевич

Задачи 2 года обучения:

Воспитательные:

Воспитание устойчивых морально-волевых качеств, «чувства локтя», уважения к товарищам и участникам похода. Воспитание чувства неразрывной связи с природой и глубокого понимания зависимости экологии человека от экологии окружающей его среды.

Образовательные:

Углубление и развитие навыков жизни в автономных условиях. Детальное изучение различных видов туризма, знакомство с техникой преодоления препятствий в различных природных зонах.

Развивающие:

Развитие навыка продуктивного взаимодействия со всеми членами коллектива, формирование собственной устойчивой роли в нем и повышение эффективности действий каждого участника и всего коллектива в экстремальных ситуациях и ситуациях, близких к ним.
Развитие навыков ориентировки на местности.

Ожидаемые результаты:

Предметные результаты:

освоение базовых принципов пешего туризма;
умение ориентироваться на местности, работать с компасом и топографической картой;
умение оказать помощь пострадавшему, использовать походную аптечку;
умение разводить разные типы костра;
умение вязать различные типы морских узлов;
умение совершать пешие переходы в малых и средних группах;
знание географии Ленинградской области, особенностей ее флоры и фауны;
навыки разбивки лагеря.

Метапредметные результаты:

быть ориентированными на пеший туризм как на полезный для здоровья вид досуга, знать любить и сохранять природу родного края;
уметь в одиночку и группой выживать в лесу, разбивать лагерь, заботиться о пострадавших.

Личностные результаты:

учащиеся научатся манерам поведения в коллективе и вне его;

формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию,
формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

Контроль знаний: в конце учебного года проводится аттестация воспитанников туристского кружка в виде зачётного туристского похода. В процессе похода воспитанники должны показать практические навыки и уметь объяснить свои действия.

Ожидаемый результат: адаптация воспитанников в условиях социальной среды города, в экстремальных условиях природной среды, расширение кругозора, знания и представления об окружающем мире, участие воспитанников в соревнованиях различного уровня.

Календарно-тематическое планирование

Второй год обучения

№ п / п	Тем занятия	Количество о часов	Даты занятий	
			План	Факт
	<i>сентябрь</i>			
1	Вводное занятие.	2		
2	Туристские должности в группе	2		
3	Туристские должности в группе	2		
4	Движение группы на маршруте	2		
5	Движение группы на маршруте	2		
6	Движение группы на маршруте	2		
7	Движение группы на маршруте	2		
8	Преодоление естественных препятствий	2		
	<i>октябрь</i>	2		
9	Преодоление естественных препятствий			
10	Преодоление естественных препятствий	2		
11	Преодоление естественных препятствий	2		
12	Преодоление естественных препятствий	2		
13	Преодоление естественных препятствий	2		
14	Преодоление естественных препятствий	2		
15	Преодоление естественных препятствий	2		
16	Преодоление естественных препятствий	2		
	<i>ноябрь</i>			
17	Преодоление естественных препятствий	2		
18	Техника безопасности при проведении походов	2		
19	Техника безопасности при проведении походов	2		
20	Организация туристского похода	2		
21	Организация туристского похода	2		
22	Организация туристского похода	2		
23	Организация туристского похода	2		
24	Узлы, применяемые в туризме	2		
	<i>декабрь</i>			
25	Узлы, применяемые в туризме	2		
26	Узлы, применяемые в туризме	2		
27	Узлы, применяемые в туризме	2		
28	Подведение итогов похода	2		
29	Подведение итогов похода	2		

5 8	Географическое положение и природные особенности Ленинградской области	2		
5 9	Географическое положение и природные особенности Ленинградской области	2		
6 0	Население региона. Административное деление. Известные люди Ленинградской области	2		
6 1	Население региона. Административное деление. Известные люди Ленинградской области	2		
6 2	Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства	2		
6 3	Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства	2		
6 4	История региона	2		
	<i>май</i>			
6 5	История региона	2		
6 6	Организация и планирование туристкой и краеведческой работы в школе	2		
6 7	Организация и планирование туристкой и краеведческой работы в школе	2		
6 8	Организация и планирование туристкой и краеведческой работы в школе	2		
6 9	Организация и планирование туристкой и краеведческой работы в школе	2		
7 0	Организация и планирование туристкой и краеведческой работы в школе	2		
7 1	Организация и планирование туристкой и краеведческой работы в школе	2		
7 2	Зачет по пройденной теме	2		

Содержание программы 2 года обучения

Вводное занятие

Теория: знакомство с программой второго года обучения. Техника безопасности.

Специальная туристская подготовка

Туристские должности в группе.

Теория: Перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности. Должности постоянные и временные. Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности.

Движение группы на маршруте.

Теория: Порядок построения группы. Обязанности направляющего и замыкающего. Распорядок дня. Режим движения. Темп движения. Привалы. Продолжительность и периодичность привалов. Соблюдение правил движения группы, режима движения и распорядка дня.

Практика: Выезд. Способы построения и перестроения группы.

. Преодоление естественных препятствий.

Теория: Общие характеристики естественных препятствий и правила их преодоления.

Практика: Занятие на местности. Отработка техники движения по пересеченной местности. Преодоление спуска и подъёма. Движение по заболоченным участкам, по лесу. Преодоление завалов, зарослей, кустарников. Преодоление водных препятствий. Способы страховки. Преодоление несложных естественных препятствия.

Техника безопасности при проведении походов.

Теория: Правила поведения при поездках группы на транспорте: при посадке, высадке и во время движения. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Организация самостраховки и страховка участников группы в походах.

Организация туристского похода.

Теория: Обязанности участников похода. Последовательность подготовки к походу: цели и задачи похода, комплектование группы, организация группы. Изучение района похода. Выбор и разработка маршрута движения. Составление плана-графика движения. Подготовка личного и группового снаряжения. Меню. Оформление маршрутной документации. Закупка продуктов. Расфасовка и распределение.

Практика: Отработка вопросов по подготовке похода. Организация группы. Изучение района похода. Выбор и разработка маршрута. Составление плана

подготовки к походу; изучать район предстоящего похода; выбрать и разработать маршрут.

Узлы, применяемые в туризме.

Теория: Деление узлов на группы по назначению.

Практика: Отработка навыков вязки узлов.

Подведение итогов похода

Теория: Порядок подведения итогов и работы над отчётом.

Природоохранная деятельность туриста

Теория: Определение периода изменения погоды; выполнение требований по охране природы.

Зачет по теме «Специальная туристская подготовка»

Практика: тестирование.

Ориентирование на местности

Теория: Способы ориентирования; виды ориентирования; движение по азимуту в походе; порядок сохранения общего направления движения при обходе препятствий.

Практика: Занятие на местности. Определение азимута на предмет. Необходимость непрямого чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Движение по заданному азимуту, обход препятствий, выдерживание общего заданного направления, использование солнца и тени. Движение по легенде. Действия в случае потери ориентировки.

Краеведение

Географическое положение и природные особенности Ленинградской области.

Теория: Географическое положение Ленинградской области. Рельеф. Полезные ископаемые. Погода и климат. Подземные воды. Реки и озёра. Почвы. Растительный и животный мир Ленинградской области. Заповедники и заказники. Охрана природы и животного мира.

Практика: Просмотр фильма.

Население области. Административное деление. Известные люди региона. Административное деление; основные города; знаменитые люди региона.

Теория: Первые сведения о заселении. Национальный состав, численность и размещение населения. Административное деление. Города. Городское и сельское население. Известные и знаменитые люди региона.

Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства.

Теория: Транспортные магистрали, промышленные предприятия,

выпускаемую продукцию» Экономические и культурные связи. Важнейшие черты развития и общая характеристика. Промышленность. Транспорт и транспортные магистрали. Сельское хозяйство. Вклад Ленинградской области в народное хозяйство страны. Экономические и культурные связи с другими регионами страны.

История региона

Теория: Основные сведения по истории, культуре Петербурга и своего района; памятники истории, культуры и природы; музеи; исторические события в Ленинграде в период ВОВ.

Организация и планирование туристской и краеведческой работы в школе

Теория: Планирование маршрута с учетом посещения интересных мест; сбор краеведческих сведений о районном походе; составление летописи, хроника, очерк об исторических событиях

Практика: оформление наглядного пособия.

Зачет по теме «Краеведение»

Практика: Блиц – Опрос

Организация и методика проведения экскурсий

Теория: Беседа о проведении экскурсий.

Практика: Проведение экскурсии. Оформление наглядного пособия.

Физическая подготовка

Общая физическая подготовка

Теория: Значение регулярной общей физической подготовки в укреплении здоровья и подготовке к походам.

Практика: Выполнение общеразвивающих упражнений, комплекс упражнений.

Эстафеты, игры.

Практика: Подвижные игры, правила проведения спортивных игр. Спортивные конкурсы: догонялки, "Метатели" (шишек, камней), "Силачи", "Ловкие и умелые" и т. д. Эстафеты: линейные, встречные, круговые, туристские, с раскладыванием и собиранием предметов и т. д.

Общие Развивающие Упражнения

Практика: Выполнение упражнений на развитие быстроты, выносливости, прыгучести.

Обязательные мероприятия

Соревнования: спорт, ориентирование

Практика: участие и проведение различных слетов и соревнований.

Экскурсии

Практика: посещение экскурсий в Ленинградской области

Итоговое занятие.

Практика: Проведение блиц-теста и награждение обучающихся, успешно освоивших программу курса, значком «Юный Турист России».

**Методическое обеспечение образовательной программы
(2 год обучения)**

№ п / п	Тема программы (раздел)	Форма организации занятия	Методы и приемы	Дидактический материал, техническое оснащение	Форма подведения итогов
1	Вводное занятие	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Стол, стулья, фотоматериалы	Дискуссия
2	Туристские должности в группе	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Стол, стулья, фотоматериалы	Дискуссия
3	Движение группы на маршруте	Беседа, рассказ, просмотр фотоматериалов	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
4	Преодоление естественных препятствий	Беседа, рассказ, просмотр фотоматериалов	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
5	Техника безопасности при проведении походов	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Стол, стулья	Дискуссия
6	Организация туристского похода	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Стол, стулья	Дискуссия
7	Узлы, применяемые в туризме	Беседа, рассказ, знакомство с наглядными пособиями	Информационная беседа, работа с наглядными пособиями	Веревки	Самостоятельная работа
8	Подведение итогов похода	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Стол, стулья	Дискуссия
9	Природоохранная деятельность	Беседа, рассказ, просмотр фотоматериалов	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
10	Зачет по теме «Специальная туристская подготовка»	Письменный и устный зачет	Зачет	Стол, стулья, тесты	Оглашение результатов, дискуссия

1 1	Ориентирование на местности	Беседа, рассказ, работа с наглядными пособиями	Информационная беседа, работа с наглядными пособиями	Компасы	Самостоятельная работа, дискуссия
1 2	Географическое положение и природные особенности Ленинградской области	Беседа, рассказ, просмотр фотоматериалов	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
1 3	Население региона. Административное деление. Известные люди Ленинградской области	Беседа, рассказ, просмотр фотоматериалов	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
1 4	Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства	Беседа, рассказ, просмотр фотоматериалов	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
1 5	История региона	Беседа, рассказ, просмотр фотоматериалов	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
1 6	Организация и планирование туристской и краеведческой работы в школе.	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Стол, стулья	Дискуссия
1 7	Зачет по теме «Краеведение»	Письменный и устный зачет	Зачет	Стол, стулья, тесты	Оглашение результатов, дискуссия
1 8	Организация и методика проведения экскурсий	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Стол, стулья	Дискуссия
1 9	Общая физическая подготовка	Физические упражнения	Упражнения	Спортивные снаряды	Самостоятельная работа
2 0	Эстафеты, игры	Игры и эстафеты по	Спортивные игры	Спортивное снаряжение	Самостоятельная работа

		туризму			
2 1	ОРУ	Физические упражнения	Упражнения	Спортивные снаряды	Самостоятельная работа
2 2	Соревнования: спорт, ориентирование.	Рассказ, спортивные соревнования	Соревнования	Компасы, топографические карты	Оглашение результатов, дискуссия
2 3	Экскурсии	Беседа, рассказ	Информационная беседа	Фотоматериалы	Дискуссия
2 4	Походы	Поход	Методический поход	Туристское снаряжение	Дискуссия, просмотр отснятых фото и видеоматериалов
2 5	Итоговое занятие	Тестирование.	Информационная беседа, Методические указания.	Контрольные вопросы (прил.1) Канцелярские принадлежности, значки, справки.	Самостоятельная работа, оглашение результатов, дискуссия, Награждение.

Список литературы для педагога:

Бардин К.В., Азбука туризма. М. Просвещение. 1973.

2. Педагогика туристско-краеведческой работы в школе. М. Педагогика, 1985.

Моргунов Б.Н., Туризм. М. Просвещение. 1977

<http://nkosterev.narod.ru/met/zakon/zakon.html>

<http://speleolog.kiev.ua/books/psych/shell.php>

Список литературы для обучающихся:

<http://nkosterev.narod.ru/met/berman/berman.html>

http://nkosterev.narod.ru/met/varl_bez.html

http://skitalets.ru/books/metod/sky_orient/index.htm

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ
*для проверки знаний обучающихся после окончания
обучения по программе «Школа туризма»*

Понятие о туризме. Какие знаете виды туризма?

Назовите возможные опасности в походе.

Общие гигиенические требования в походе.

Назовите назначение и состав медицинской походной аптечки.

Правила оказания первой помощи при отравлениях и желудочно-кишечных заболеваниях.

Назовите признаки отморожения и правила оказания доврачебной помощи.

Как избежать ожогов, тепловых и солнечных ударов?

Правила оказания первой помощи при ожогах, тепловом и солнечном ударе.

Первая доврачебная помощь при порезах, ранениях острыми предметами, при появлении гнойных ран.

Как остановить кровотечение из раны?

Назовите признаки ушибов, растяжений и правила оказания первой помощи.

Признаки вывихов, переломов и правила оказания доврачебной помощи. Порядок

Наложения шин.

Назовите причины возникновения потертостей, наминов, мозолей.

Порядок оказания первой помощи.

Назовите способы и правила транспортировки пострадавшего.

Что входит в перечень личного снаряжения. Требования к одежде и обуви.

Перечислите, что входит в групповое снаряжение.

Как правильно уложить вещи в рюкзак и обеспечить их защиту от влаги?

Порядок установки палаток различных типов и размещение в них вещей,

Предохранение палаток от намокания.

Цели похода. Классификация походов по степеням.

Назовите туристские должности в группе. Постоянные и временные должности.

Правильная организация движения группы на маршруте. Режим и темп движения, привалы, питьевой режим.

Выбор места для ночлега (бивуака). Основные требования к месту бивуака.

Дайте общую характеристику естественных препятствий. Преодоление рек, заболоченных участков.

Требования безопасности: на транспорте, при преодолении препятствий.

Какие вы знаете узлы, применяемые в туризме. Назовите группы по назначению.

Основные типы костров и их назначение.

Выбор места для костра. Меры безопасности при обращении с огнем. Экологические требования.

Что относится к костровым принадлежностям. Варочная посуда. Способы подвески котлов.

Способы сушки личного снаряжения. Уход за снаряжением.

Ремонт снаряжения. Ремонтный набор и что в него входит.

Раскладка - набор продуктов для приготовления пищи на костре. Перекус. Упаковка и хранения продуктов.

Суточные нормы продуктов на человека. Понятие о меню-раскладке.

Как правильно выбрать место забора воды для приготовления пищи.

Назовите способы обеззараживания воды.

Понятие о топографической карте, её значение для туристов.

Содержание топографической карты. Разграфка и номенклатура топографических карт.

Понятие о масштабе. Виды масштабов. Какой масштаб крупнее: $M=1:50\ 000$ или $M=1:500\ 000$.

Назовите способы измерения расстояний на карте. Работа с численным и линейным масштабами.

Сколько метров на местности соответствует 1 см на карте масштаба $1:25000$?

Назовите виды условных знаков и их общие свойства.

На какие группы делятся условные топографические знаки? Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Что отображают представленные топография, знаки? (По усмотрению проверяющего).

Назовите способы изображения рельефа на картах. Сущность горизонталей.

Назовите типичные формы рельефа и их изображения на топографических картах.

Назовите градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.

Понятие об азимуте. Азимут истинный (географический) и магнитный.

Определение истинного азимута на местности.

Определение магнитного азимута на местности.

Компас. Типы компасов и их назначение.

Какие вы знаете способы ориентирования на местности.

Какие вы знаете способы измерения расстояний на местности.

Назначение спортивной карты и её отличие от топографической карты.

Назовите виды соревнований по спортивному ориентированию.
Географическое положение Ленинградской области. Рельеф. Полезные ископаемые.
С какими областями граничит Ленинградская область
Назовите основные реки и озера Ленинградской области.
Административное деление области. Назовите крупные города.
В каком году и где был заложен Петербург. Почему наш город назван С-Петербургом.
Назовите самые крупные предприятия области, Петербурга.
Что рассказывают раскопки о далёком прошлом Ленинградской области.
Ленинград в период Великой Отечественной войны 1941-45 годов.
Партизанское движение в Ленинградской области.
Назовите исторические и архитектурные объекты Петербурга
Правила поведения в лесу и на водоёмах.
Наблюдения в походе. Признаки изменения погоды.