

Управление образования администрации муниципального района имени Лазо Хабаровского края

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа им. А.В. Суворова посёлок Новостройка
муниципального района имени Лазо Хабаровского края

Принято
на педагогическом совете
протокол № 1
от 08 08 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ СОШ им. А.В. Суворова
п. Новостройка
В.И. Королетко
2025 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Туристско-краеведческой направленности

«Туризм»

Возраст обучающихся – 12-17 лет
Срок реализации программы – 1 год
Составитель: Каргаполов Денис Николаевич
преподаватель физической культуры

п. Новостройка
2025 г.

Комплекс основных характеристик.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Туризм» разработана в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Концепцией развития дополнительного образования детей до 2013 г. утвержденной Распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678-Р. СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28), приказом Минобрнауки России от 09.11.2018г №196 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Уставом МБОУ СОШ им. А.В. Суворова п. Новостройка.

Направленность программы: Туристско -краеведческая

Направление: туризм

Уровень сложности содержания программы: стартовый

Отличительные особенности и новизна программы

Новизна программы в том, что в содержании заложены и предлагается формирование эколого-туристских умений (норм и правил рекреационного природопользования), предполагается формирование экологических знаний у юных туристов на основе базовых знаний. Программа реализуется на территории проживания обучающихся, используется местный компонент и местные природные условия. При реализации программы используются личные разработки занятий педагога.

Актуальность программы заключается в том, что туристско-краеведческая работа

– это важный способ передачи новому поколению накопленного человечеством жизненного опыта и материально-культурного наследия, нравственного оздоровления и культурного развития нации. Принимая во внимание, что будущее поколение страны в современных экономических условиях не должно терять нравственные ориентиры, скатываться в криминальную среду, алкоголизм и наркоманию, необходимо развивать туризм во всех его видах и формах.

Туризм способствует решению этих проблем. Комнатные дети благодаря занятию туризмом познают реальный мир, а дети улиц приобщаются к морально-нравственным ценностям и здоровому образу жизни. Таким образом, в современных условиях туризм становится важным средством формирования позитивных жизненных ценностей, интересов и стремлений; средством всестороннего развития личности.

Отличительные особенности данной программы от других программ в том, что она предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой. При этом адаптация организма ребенка к физическим нагрузкам предполагает необходимость их строгого дозирования по объему, продолжительности и напряженности в соответствии с полом и возрастом, а также

Программа занятий рассчитана на 72 часа, причем практические занятия составляют большую часть программы.

Педагог имеет возможность с учетом уровня подготовки, возраста, интересов и личных творческих наклонностей детей, местных традиций, исходя из времени года и погодноклиматических условий, материальной базы учебного заведения, финансовых возможностей родителей вносить изменения в распределение учебного времени на изучение отдельных тем программы, в проведение практических занятий (учебных тренировок, соревнований, экскурсий, походов и т.д.).³

Распределение часов по разделам - ориентировочное. Перечень зачетных мероприятий приведен в тематическом учебном плане.

Адресат программы: Данная программа адресована для детей любого пола -12-16 лет.

Объем программы:

Период	Продолжительность занятия	Кол-во занятий	Кол-во часов в неделю	Кол-во недель	Кол-во часов в год
1 год обучения	45 мин.	1	2 ч.	36	72ч.

Формы организаций занятий

Основной формой обучения являются групповые занятия. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа. Продолжительность каждого занятия составляет 45 минут. Занятия проводятся в групповых коллективах численностью до 15 человек.

Цель программы развитие двигательной, функциональной и познавательной активности обучающихся, укрепление их здоровья, психическое и физическое оздоровление организма в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:

В ходе достижения цели программы решаются следующие задачи:

Предметные:

1. научить ориентироваться на незнакомой местности;
2. научить составлять простейшие схемы маршрутов;
3. научить овладению умений по оказанию само- и взаимопомощи;
4. научить технике пешего туризма;
5. научить навыкам спортивного ориентирования, с целью дальнейшей профориентации.

Метапредметные:

1. развивать волевые качества, умение принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за окружающих;
2. развивать память и внимание;
3. развивать деловую и познавательную активность;
4. развивать физическую и психическую выносливость.

Личностные:

1. воспитывать патриотизм;
2. воспитывать привычку рационально использовать свободное время;
3. воспитывать чувство коллективизма.

Методы, применяемые в работе по реализации программы:

1. Словесные методы: рассказ, беседа, работа с книгой, дискуссия, лекция.
2. Наглядные методы: 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, сборов.
4. Методы контроля: участие в прикидках, соревнованиях, походах, тестирование.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

Для полноценной реализации данной программы используются разные виды контроля:

- текущий – осуществляется посредством наблюдения за деятельностью ребенка в процессе занятий;
- промежуточный – участие в неофициальных и официальных соревнованиях, прикидках, экскурсиях, походах;
- итоговый – участие в соревнованиях территориального, муниципального уровня, походах, экспедициях, туристских слетах, фестивалях.

Планируемые результаты.

	Личностные	Метапредметные	Предметные
Знать	-о формах проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии;	- о способах взаимодействия со сверстниками, старшими и младшими детьми, взрослыми в соответствии с общепринятыми нравственными нормами.	- знать технике пешего туризма; основы туристской подготовки; -техника безопасности при проведении туристских походов, занятий; -топографию и ориентирование; -краеведение; -основы гигиены и первая доврачебная помощь.
Уметь	-рационально использовать свободное время	-знания в области географии и истории, флоры и фауны своего края, его туристско-рекреационных возможностей; - приобретение компетенции правильного образа жизни; умение принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за окружающих;	-ориентироваться на незнакомой местности; - составлять простейшие схемы маршрутов; - оказанию ПМП

Учебный план

№ п/п	Название раздела, блока, модуля	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации
1.	Введение История развития туризма. Туристские возможности Калужской области	1	1		Анкетирование, тест
2.	Краеведческая работа в походе. Природа родного края	7	2	5	Поход
3.	Организация и подготовка похода	5	2	3	
4.	Элементы топографии и ориентирования на местности	8	4	4	Зачет
5.	Основы техники и тактики спортивного ориентирования	10	5	5	
6.	Основы техники пешеходного туризма	6	4	2	
7.	Организация туристского быта	5	3	2	
8.	Туристское снаряжение	6	4	2	Зачет
9	Физическая подготовка туриста и ориентировщика	6		6	ГТО
10	Туристские соревнования	6	2	4	
11	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	8	4	4	

12	Подведение итогов похода	5		5	Поход
	Итого	72	31	41	

Содержание программы.

1. Вводное занятие.

Знакомство с программой, целями и задачами кружка. Значение туризма и спортивного ориентирования в пропаганде активного и здорового образа жизни.

2. Организация и подготовка похода.

Теория: Укладка в рюкзак личного снаряжения. Состав ремонтного набора и аптечки. Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека). Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения. Удобная одежда и обувь в походе. Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Замена обедов перекусами.

Практика: Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Закупка, расфасовка и затаривание продуктов питания. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

3. Туристское снаряжение.

Теория: Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету. Личное снаряжение. Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки). Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж; предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Прочие предметы личного снаряжения: блокнот, карандаши, ручка, конверты, репшнур, туалетные принадлежности, посуда, очки, часы, мешочки для упаковки снаряжения, планшет для карты, накомарник, запасные стельки, куски тесьмы, шнура и т. д. Как готовить личное снаряжение к походу.

Практика: Групповое снаряжение. Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хоз-набор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Состав и назначение рем-аптечки, обязанности рем-мастера до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Документы, инструменты, основная и

вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

4. Гигиена туриста.

Теория: Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии. Признаки заболеваний и травм. Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе и на экскурсии лекарственные и ядовитые растения родного края.

Практика: Применение растений в быту и медицине. Знание и умение отличать съедобные грибы от ядовитых. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

5. Туристский бивак.

Теория: Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Привалы и биваки. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды. Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке.

Практика: Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях. Использование полиэтиленовых пленок, поролон. Как ликвидировать комаров в палатке. Оборудование походной постели. Правила поведения туристов в палатке. Место для вещей и обуви. Выбор места для костра. Где запрещается разводить костер. Типы костров и их назначение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Конструкции для подвески посуды над пламенем. Обложной костер. Топливо для костра, способы заготовки растопки и топлива. Использование походного примуса. Складирование дров, укрытие дров от дождя, подсушивание; место для разделки дров. Как работать пилой и топором; меры безопасности для костровых. Разведение костра при ветре, дожде, тумане; «кислородное голодание» костра, способы регулирования пламени костра. Поведение туристов у костра, сушка одежды и обуви, оборудование специального костра для сушки вещей и оборудования. Физический смысл процесса сушки, правила сушки. Место для топора, рукавиц и другого инвентаря, место для ведер с горячей пищей. Раздача пищи. Прием пищи. Яма для отбросов. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой. Основные правила соревнований по навыкам походного туристского быта

6. План и карта.

Теория: Виды и свойства карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт.

Практика: Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспорт. Определение термина «ориентирование». Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный, обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде.

7. Определение расстояний простейшими способами.

Теория: Приближённые измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальномеры (расстояние между телеграфными столбами, высота телеграфного столба, средняя высота леса и т.д.) Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи. Ориентирование без компаса и карты. Топография и ориентирование. Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности. Топография и ориентирование. Топографические знаки. Топографическая съёмка местности. Чтение карты. Приёмы ориентирования карты. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время.

Практика: Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

8. Краеведение.

Теория: История района имени Лазо. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности и его окрестностей. Охрана природы. Ведение полевого дневника. Географическое положение, рельеф и климат района. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

9. Физическая подготовка.

Теория: Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технической подготовки к различным видам соревнований. Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника. Узлы и их назначение.

Практика: Вязка узлов. Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и само страховка. Игры на местности.

Оценочные материалы

Педагогическое наблюдение.

Методика выявления коммуникативных способностей обучающихся

Тестовые задания для контроля уровня знаний «Оказание первой доврачебной помощи»

Перечень вопросов для проверки знаний обучающихся после окончания обучения по программе «Я-турист»;

Тест по ориентированию.

формы организации учебного занятия:

- беседа, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются различными примерами, наглядными пособиями, презентациями, видеоматериалами;
- практические занятия;
- учебно-тренировочные занятия на местности;
- походы выходного дня;
- соревнования;
- игры;
- конкурсы;

- опросники;
- наблюдения;
- тесты;
- экскурсии.

Итоговая аттестация - тестирование и пеший поход (поход выходного дня с проверкой туристических навыков)

**2.Комплекс организационно-педагогических условий
Условия реализации программы
Материально-техническое обеспечение**

Наименование основного оборудования	Кол-во единиц
Групповое (бивуачное)	
палатка (одноместная)	1
тент	1
рюкзак туристический	1
медицинская аптечка	1
Костровое	
котелок	1
поварешка	1
фляжка для питьевой воды	1
Комплект для спортивного ориентирования	
часы	1
фонарик	1
планшетка	1
компас	1
топографические карты местности	
карандаш;	1
линейка;	1
транспортир;	1
листы ватмана	1
Личное снаряжение	
посуда	1
обувь	1
одежда;	1
спальник	1
рюкзак туристический	1
Спортивный инвентарь	
мячи волейбольный;	1
футбольный;	1
скакалки;	1
секундомер	1

Информационное обеспечение

- Презентация «Ориентирование на местности» <http://prdsdnt.griban.ru/fild/21-oriidntirovaniid-na-midstnosti.html>
- Презентации по краеведению -<http://prdzdntacia.ucoz.ru/loag/kradvldgdnid/27-1-2>
- презентация «Мертвые города» -<http://gorora-prizraki.naror.ru/gorora.html>
- Видео Россия –<http://gororarossii.blogspot.com/>
- Туригroteка (практические рекомендации для организации викторин, игр, КВН, разнообразные игровые программы, спортивно-туристические конкурсы) <http://bank.59209.drusitd.ru/p50aa1.html>
- Презентация Основы туризма <http://bank.59209.drusitd.ru/p50aa1.html>

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов

Планируемые результаты, в соответствии с целью программы, отслеживаются и фиксируются в формах

- конкурсы;
- фотографии;
- материал опросников и тестирования;
- дневник наблюдения.

Образовательные результаты, в соответствии с целью программы, демонстрируются в формах контроля:

- конкурсы;
- тесты;
- индивидуальный опрос;
- опросники;
- викторины;
- открытое занятие,
- итоговое занятие,
- соревнование,
- поход.

Формы аттестации (контроля)

Главной целью занятий туризмом, краеведением, военно-спортивной и поисковой работой в детской туристической группе безусловно считается подготовка и проведение походов, поисковых операций и экскурсий, участие в общешкольных мероприятиях и соревнованиях. Для того, чтобы намеченное успешно состоялось, и проводятся тренировки и занятия, но поход – это как говорится венец творений для туристов.

Прямым критерием оценки результата усвоения программы служит

- «рождение туристического отряда», т.е. успешная сдача экзамена;
- участие в походах, соревнованиях, мероприятиях по направлению деятельности отряда;
- участие в жизни летних оздоровительных лагерей;

Косвенными критериями служат:

- создание стабильного коллектива (отряда);
- заинтересованность детей в выбранном виде деятельности;
- развитие чувства ответственности и товарищества.

После каждого изучения раздела проводится мероприятие (см. тематическое планирование), которое позволяет выявить уровень прохождения программы. Результаты фиксируются в личном «Дневнике туриста» в виде графика. Ребенок и родитель видят динамику достижений, при желании ребенок может улучшить свой результат, сдав еще раз зачет по проблемной теме.

В конце 1 полугодия и учебного года диагностика учащихся осуществляется по двум показателям:

1. Теоретическая подготовка (знания по темам программы)

• **Устный опрос** проводится с целью выявления предметных знаний в начале учебного года, а также в течение года по темам программы.

• **Тестирование** проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по предметным знаниям программы.

2. Практическая подготовка

• **Наблюдение** осуществляется в течение всего года с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.

• **Самостоятельное проведение игр, составление памяток, разработка маршрута** проводится в конце 1 полугодия как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого ребёнка.

2.4. Оценочные материалы

Уровень и критерии оценки теоретической подготовки учащихся:

- Низкий уровень (1 балл) - ребёнок не справляется с тестом, т.е. правильных ответов не более чем 1-2 вопроса теста, его объём знаний по программе менее чем $\frac{1}{2}$;
- Средний уровень (2 балла) - ребёнок ответил на 3-4 вопроса, его объём знаний по программе составляет более $\frac{1}{2}$.
- Высокий уровень (3 балла) - ребёнок справился с тестом, ответил на 5-6 вопросов – освоен практически весь объём знаний по программе.

Уровень и критерии оценки практической подготовки учащихся:

- **Низкий уровень** (1 балл) - ребёнок не может самостоятельно провести организацию привала и разбивание бивака, т.к. не может объяснить содержание и правила жизни в лагере или совсем отказывается от деятельности;
- **Средний уровень** (2 балла) - ребёнок самостоятельно устраивает привал и разбивает бивак, используя алгоритм разбивки лагеря и помощь педагога, т.к. затрудняется в объяснениях содержания и правил лагеря;
- **Высокий уровень** (3 балла)- ребёнок без замечания, без помощи педагога самостоятельно устраивает привал и разбивает бивак, используя алгоритм разбивки лагеря, вовлекая всех ребят в деятельность.

Показатели	Формы и методы диагностики	Сроки проведения	Уровень оценки (в баллах)
1. Теоретическая подготовка Теоретические знания по темам программы	Устный опрос Тестирование	в течение года конец года	3-высокий 2-средний 1- низкий
2. Практическая подготовка Практические умения по программе: Самостоятельность Культура игрового общения Коммуникативная культура	Наблюдение Самостоятельное проведение привала и разбивка бивака. «Праздник первого костра»	в течение года конец года	3-высокий 2-средний 1- низкий

Список литературы для педагога:

1. Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. №09-3242 Метод. Рекомендации по ДОП
2. Концепция персонифицированного дополнительного образования детей в Хабаровском крае от 05.08.2019 г.
3. Распоряжение Министерства образования и науки Хабаровского края от 26.09.2019 №1321 Правила ПФ.
4. Приказ КГАОУ ДОРМЦ №338П от 26.09.2019 об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае.
5. «Внеурочная деятельность. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность/ П.В. Степанов, С.В. Сизяев, Т.Н. Сафронов. - М.: Просвещение, 2015, в соответствии с ФГОС ООО 2015 г.
6. Менеджмент туризма. Туризм как вид деятельности.
7. Организация и технология туризма. Донецк, 2006.
8. Ильина Е. Н. Организация водных путешествий. М., 2002.
9. Курило Л. В. Краеведение и туризм. М., 1999
10. Ю.С. Константинов «Туристская игротка». - М.: Владос, 2000г.

Список литературы для обучающихся:

1. Арефьев В. Е. Введение в туризм. Барнаул, 2002
2. Дроздов А. В. Основы экологического туризма. М., 2005.
3. Краткий справочник туриста. - М.: Профиздат, 1990 г.

4. Костюкова О. И. Основы туризма. Владивосток, 1998.
5. Квартальнов В. А. Теория и практика туризма. М., 2003.
6. Косолапов А. Б. Теория и практика экологического туризма. М., 2005

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

мес яц	Дата (заполняется по мере реализации программы)	Тема занятия	Форма проведения	Кол-во часов	Форма контроля	Примечание
сентябрь		Организационные занятия Туристские путешествия, история развития туризма		1	Анкетирование, тест	
		Воспитательная роль туризма		1		
		Общая физическая подготовка Воспитательная роль туризма		1	ГТО	
		Личное и групповое туристское снаряжение		1		
		Личное и групповое туристское снаряжение		1		
		Общая физическая подготовка Личное и групповое туристское снаряжение		1		
		Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.		1		
		Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.		1	Поход	
октябрь		Туристские должности в группе.		1		
		Подготовка к походу. Туристские должности в группе.		1		
		Питание в туристском походе		1		
		Питание в туристском походе		1		
		Правила движения в походе. Преодоление препятствий.		1		
		Правила движения в походе. Преодоление препятствий.		1		
		Правила движения в походе. Преодоление препятствий		1		
		Общая физическая подготовка. Правила движения в походе. Преодоление препятствий		1		

ноябрь		Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи		1	Музей	
		Правила движения в походе. Преодоление препятствий.		1		
		Правила движения в походе. Преодоление препятствий.		1		
		Общая физическая подготовка. Личное и групповое туристское снаряжение		1		
		Личное и групповое туристское снаряжение		1		
		Питание в туристском походе.		1		
		Туристские должности в группе. Питание в туристском походе.		1		
		Общая физическая подготовка.		1		
декабрь		Условные знаки.		1	Зачет	
		Понятие о топографической и спортивной карте. Условные знаки.		1		
		Ориентирование по горизонту, азимуту.		1		
		Общая физическая подготовка Ориентирование по горизонту, азимуту.		1		
		Компас. Работа с компасом.		1		
		Измерение расстояний Условные знаки		1		
		Измерение расстояний Условные знаки		1		
		Способы ориентирования		1		
январь		Способы ориентирования		1		
		Ориентирование по местным предметам.		1		
		Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки		1		
		Родной край, его природные особенности, история, известные земляки		1		
		Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.		1		
		Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.		1	Музей	
		Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры (экология).		1		
февраль		Контрольно- туристский маршрут, командная и индивидуальная техника.		1		

		Контрольно- туристский маршрут, командная и индивидуальная техника.		1		
		Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний		1		
		Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний		1		
		Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи		1		
		Походная медицинская аптечка Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи		1		
		Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи Приёмы транспортировки пострадавшего		1	зачет	
		Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений		1		
март		Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влияние физических упражнений		1		
		Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках		1		
		Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках		1		
		Изучение района.		1		
		Специальная физическая подготовка		1		
		Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры (экология). Подготовка к походу.		1		
		Личное и групповое туристское снаряжение. Общая физическая подготовка.		1		
		Компас. Работа с компасом.		1		
апрель		Общая физическая подготовка Ориентирование по горизонту, азимуту		1		
		Действия в случае потери ориентировки.		1		
		Ориентирование по местным предметам.		1		
		Общая физическая подготовка Личное и групповое туристское снаряжение		1		
		Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи		1		

		Основные приёмы оказания первой доврачебной помощи		1	Зачет	
		Питьевой режим в походе.		1		
		Организация биваков и охрана природы.		1		
май		Виды туристского ориентирования.		1		
		Личная гигиена туриста.		1		
		Психолого-педагогическая и врачебно-медицинская диагностика функционального и физического развития. Тестирование обучающихся.		1		
		Учебно-тренировочные походы, походы выходного дня.		1		
		Учебно-тренировочные походы, походы выходного дня.		1		
		Учебно-тренировочные походы, походы выходного дня.		1		
		Учебно-тренировочные походы, походы выходного дня.		1	Поход	
		Учебно-тренировочные походы, походы выходного дня.		1		