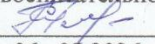


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Зюзинская средняя общеобразовательная школа  
Барабинского района Новосибирской области

СОГЛАСОВАНА:

Заместитель директора по  
воспитательной работе

 Гладских Я.Е.  
«06» 08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор

МКОУ Зюзинской СОШ

 Л.В.Монастырева

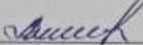
приказ № 94 от 06.08.2026 г



**Рабочая программа внеурочной деятельности**  
**«Юный турист»**  
**10-11 классы**

с. Зюзя, 2026 год.

Внутренняя экспертиза проведена. Программа рекомендована к рассмотрению на педагогическом (методическом) совете учреждения.

Зам. директора ОУ по НМР (УВР)  / Воложанина А.С.

«27» августа 2025 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                                     |           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист»</b>                |           |
| 1.1. Пояснительная записка.....                                                                                                     | 3         |
| 1.2. Цели и задачи программы... ..                                                                                                  | 4         |
| 1.3. Содержание программы: учебный план и содержание .....                                                                          | 5         |
| 1.4. Планируемые результаты... ..                                                                                                   | 6         |
| <b>2. Комплекс организационно-педагогических условий дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист»</b> |           |
| 2.1. Календарный учебный график.....                                                                                                | 7         |
| 2.2. Условия реализации программы... ..                                                                                             | 7         |
| 2.3. Формы аттестации .....                                                                                                         | 8         |
| 2.4. Оценочные материалы.....                                                                                                       | 9         |
| 2.5. Методические материалы.....                                                                                                    | 10        |
| 2.6. Рабочая программа воспитания.....                                                                                              | 12        |
| 2.7. Календарный план воспитательной работы.....                                                                                    | 13        |
| <b>3. Список литературы .....</b>                                                                                                   | <b>15</b> |
| <b>Приложения .....</b>                                                                                                             | <b>16</b> |

# **1. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист»**

## **1.1. Пояснительная записка**

### **Направленность программы:**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» имеет туристско-краеведческую направленность.

### **Актуальность программы:**

Актуальность обусловлена тем, что в настоящее время туристская деятельность является одной из важных форм обучения, воспитания и оздоровления учащихся, разумного использования их свободного времени. Данная программа посредством туристской деятельности, создает условия для развития ребенка, вводит подрастающее поколение в социальную среду, знакомит с ней, чем значительно ускоряет процесс воспитания.

В походах создаются условия для закаливания таких морально-волевых качеств, как человечность, скромность, организованность, смелость, дисциплинированность, решительность, отзывчивость, товарищество, доброта, ответственность, трудолюбие и многое другое. Туризм способствует патриотическому воспитанию школьников посредством изучения родного края.

Программа направлена на социализацию и развитие коммуникативных способностей обучающихся, что особенно важно в весьма уязвимом подростковом возрасте, когда происходит осознание себя в качестве личности, способной к самореализации.

### **Отличительные особенности программы, новизна:**

Отличительной особенностью данной программы является, прежде всего, ее комплексность, которая дает возможность обучающимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию. Вместе с тем, дети приобретают навыки выживания в лесу, способность хладнокровно мыслить и действовать в экстренных ситуациях и правильно оказывать первую доврачебную медицинскую помощь. Содержание программы предусматривает приобретение обучающимися знаний о родном крае, о технике и тактике в туристском походе, ориентировании на местности.

### **Адресат программы**

Программа адресована детям от 10 до 16 лет

Особенности развития детей этого возраста:

- особенности самосознания и самооценки проявляются в поведении и оценке сверстников;
- интеллектуальное развитие быстро прогрессирует и проходит несколько этапов – в начале развивается способность к абстрактному мышлению, к синтезу и анализу и к гипотетическому мышлению, затем мышление становится все более критическим, способность делать заключения от частного к общему все более развивается, возникает способность отличать существенные характеристики понятий от второстепенных, также продолжает углубляться знание реальности;
- развивается нравственное мышление, участие в общественной жизни становится активнее, молодой человек принимает решения более самостоятельно, стремится отстаивать свою позицию.

Программа выстроена с учетом характерных для обучающихся данного возраста видов деятельности и предусматривает возможность реализации индивидуального подхода к ребенку, учитывая возрастные особенности и индивидуальные возможности детей.

Для обучения принимаются все желающие. Группа состоит из 15 человек.

### **Объем и срок освоения программы:**

1 год обучения – 2 часа в неделю (68 часов в учебном году)

**Форма обучения:**

Очная

**Особенности организации образовательного процесса:**

Занятия проводятся со всем составом группы. Состав группы постоянный.

**Режим занятий:**

Продолжительность одного академического часа - 45 мин.

Общее количество часов в неделю – 2 часа.

Занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа.

### **1.2. Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист»**

**Цель программы:** формирование туристско-краеведческих навыков, посредством организации походов, изучения топографии и быта юного туриста.

**Задачи программы:****Предметные:**

- сформировать представление о туристском быте и снаряжении, правильном питании в туристском походе;
- познакомить с видами туристских узлов, правилами укладки рюкзака, подгонки и сушки снаряжения, порядком установки палаток, топографическими условными знаками;
- обучить основам жизнедеятельности в полевых условиях.

**Метапредметные:**

- развивать навыки взаимодействия с людьми путём участия в походах, экскурсиях;
- развивать коммуникативные и организаторские навыки – умение брать на себя ответственность, принимать решение;
- прививать навыки самообслуживания.

**Личностные:**

- воспитывать чувство коллективизма;
- развивать волевые качества личности;
- формировать: потребность в здоровом образе жизни; навыки безопасного поведения в природе и бережного к ней отношения.

### **1.3. Содержание дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист»**

**Учебный план**

| №<br>п/<br>п | Тема занятий       | Количество часов |        |          | Формы<br>аттестации и<br>контроля |
|--------------|--------------------|------------------|--------|----------|-----------------------------------|
|              |                    | Всего            | Теория | Практика |                                   |
| 1            | Вводное занятие    | 2                | 2      | -        | Педагогическое<br>наблюдение      |
| 2            | Поход – знакомство | 8                | 4      | 4        | Тестирование                      |
| 3            | Узлы               | 8                | 2      | 6        | Опрос,<br>практическое            |

|    |                                 |    |    |    |                                                                                                 |
|----|---------------------------------|----|----|----|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                 |    |    |    | задание                                                                                         |
| 4  | Быт юного туриста               | 8  | 4  | 4  | Викторина.<br>Практическое задание: установка палатки, укладка рюкзака, создание макета костра. |
| 5  | Кухня юного туриста             | 8  | 2  | 6  | Педагогическое наблюдение                                                                       |
| 6  | Ориентирование на местности     | 8  | -  | 8  | Педагогическое наблюдение                                                                       |
| 7  | Топография                      | 8  | 2  | 6  | Ориентирование на местности                                                                     |
| 8  | Туристские узлы и их назначения | 8  | 4  | 4  | Вязка узлов                                                                                     |
| 9  | Преодоление препятствий         | 4  | 4  | -  | Педагогическое наблюдение                                                                       |
| 10 | Походы выходного дня            | 4  | -  | 4  | Педагогическое наблюдение                                                                       |
| 11 | Подведение итогов               | 2  | -  | 2  | Итоговое тестирование                                                                           |
|    | Всего:                          | 68 | 24 | 44 |                                                                                                 |

### Содержание учебного плана

#### 1. Вводное занятие

**Теория:** Вводное занятие. ТБ на занятиях по туризму.

#### 2. Поход – знакомство

**Теория:** Виды туристской деятельности; Понятие о личном и групповом снаряжении.

**Практика:** Групповое и личное снаряжение, требования к нему Укладка рюкзаков, подготовка снаряжения; Тестирование, по теме: «Снаряжение туриста».

#### 3. Узлы

**Теория:** Разновидности туристских узлов, их классификация.

**Практика:** Применение туристских узлов в туристской технике; Конкурс: вязка узлов на время и с закрытыми глазами; Зачёт. Вязка узлов.

#### 4. Быт юного туриста

**Теория:** Определение цели и района похода; Распределение обязанностей в группе. ОФП.

**Практика:** Закупка, фасовка, упаковка и приготовление пищи в полевых условиях; Составление меню на 1 день в полевых условиях. ОФП

#### 5. Кухня юного туриста

**Теория:** Питьевой режим в походе. ОФП

**Практика:** Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря; Разжигание костра, основные меры предосторожности; Типы компасов, строение компасов.

#### 6. Ориентирование на местности

**Практика:** Работа с компасом, определение азимута; Соревнование Ориентирование на местности; Движение по азимуту; Определение место положения.

#### 7. Топография

**Теория:** Изучение топографических знаков.

**Практика:** Топографические карты и их разновидности; Прокладывание маршрута  
Определение крутизны склона Основные направления на стороны горизонта; Тестирование.  
Топографические знаки.

#### **8. Туристские узлы и их назначения**

**Теория:** Основные направления на стороны горизонта; Туризм и экскурсии как спорт и отдых.

**Практика:** Определение азимута, его отличие от простого угла; Географическое положение города.

#### **9. Преодоление препятствий**

**Теория:** Климат и микроклимат, прибрежные и горные районы; Виды препятствий в туризме.

#### **10. Походы выходного дня**

**Практика:** Способы преодоления, различных препятствий Растительный покров. Высотная зональность; Мини поход на территории школы.

#### **11. Подведение итогов**

**Практика:** Итоговое тестирование

### **1.4. Планируемые результаты освоения дополнительной общеразвивающей программы «Юный турист»**

#### ***Предметные:***

- сформировано представление о туристском быте и снаряжении, правильном питании в туристском походе;
- знакомы с видами туристских узлов, правилами укладки рюкзака, подгонки и сушки снаряжения, порядком установки палаток, топографическими условными знаками;
- будут знать основы жизнедеятельности в полевых условиях.

#### ***Метапредметные:***

- развиты навыки взаимодействия с людьми путём участия в походах, экскурсиях;
- развиты коммуникативные и организаторские навыки – умение брать на себя ответственность, принимать решение;
- привиты навыки самообслуживания.

#### ***Личностные:***

- воспитано чувство коллективизма;
- развиты волевые качества личности;
- сформирована потребность в здоровом образе жизни; навыках безопасного поведения в природе и бережного к ней отношения.

## **2. Комплекс организационно-педагогических условий реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист»**

### **2.1. Календарный учебный график**

Календарный учебный график творческого объединения составлен на основе Годового календарного графика учреждения и является документом, регламентирующим организацию образовательной деятельности в учреждении. (Приложение № 1)

| Год обучения (уровень) | Дата начала занятий | Дата окончания занятий | Количество учебных недель | Количество учебных дней | Количество учебных часов | Режим занятий |
|------------------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------|
|------------------------|---------------------|------------------------|---------------------------|-------------------------|--------------------------|---------------|

|                |                    |                |    |    |    |                          |
|----------------|--------------------|----------------|----|----|----|--------------------------|
| 1 год обучения | 1 сентября 2024 г. | 25 мая 2025 г. | 34 | 34 | 68 | 1 раз в неделю по 2 часа |
|----------------|--------------------|----------------|----|----|----|--------------------------|

## 2.2. Условия реализации дополнительной общеразвивающей программы «Юный турист»

### Материально-техническое обеспечение:

1. Помещение: учебный кабинет и музей «Память», спортивный зал МКОУ Зюзинской СОШ, расположенный по адресу: Барабинский район, село Зюзя, ул. Центральная, 39.

2. Оборудование в рамках реализации мероприятий по созданию новых мест федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование»

| №   | Наименование                             | Кол-во |
|-----|------------------------------------------|--------|
| 1.  | Палатка туристическая                    | 4 шт.  |
| 2.  | Тент туристический                       | 1 шт.  |
| 3.  | Газовая плита                            | 1 шт.  |
| 4.  | Комплект котелков для приготовления пищи | 1 шт.  |
| 5.  | Курвиметр                                | 2 шт.  |
| 6.  | Пила                                     | 2 шт.  |
| 7.  | Лопата складная                          | 15 шт. |
| 8.  | Топор туристический                      | 2 шт.  |
| 9.  | Костровое оборудование                   | 1 шт.  |
| 10. | Ремонтный набор универсальный            | 1 шт.  |
| 11. | Веревка вспомогательная                  | 15 шт. |
| 12. | Веревка основная                         | 15 шт. |
| 13. | Рюкзак для туристических походов         | 15 шт. |
| 13. | Спальный мешок                           | 15 шт. |
| 14. | Коврик теплоизоляционный                 | 15 шт. |
| 15. | Компас жидкостный                        | 15 шт. |
| 16. | Фонарь туристический                     | 15 шт. |
| 17. | Сидушка                                  | 15 шт. |
| 18. | Каска туристическая                      | 15 шт. |
| 19. | Перчатки туристические                   | 15 шт. |
| 20. | Карабины туристические                   | 15 шт. |

|     |                                     |        |
|-----|-------------------------------------|--------|
| 21. | Индивидуальная страховочная система | 15 шт. |
| 22. | Спусковое устройство                | 15 шт. |

3. Технические средства обучения (компьютер, принтер, мультимедиа-проектор, фотоаппарат).

4. Учебный комплект на каждого обучающегося (тетрадь, ручка, карандаш, фломастеры, блокнот/ежедневник).

#### **Информационное обеспечение:**

Электронные образовательные ресурсы (аудио, видео, презентации), специальные компьютерные программы, информационные технологии.

Для более эффективного освоения содержания дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы используются следующие информационные ресурсы:

#### **internet-ресурсы для педагога:**

- ☐ <http://bsk.nios.ru/etnografiya> Библиотека сибирского краеведения (01.08.2024г);
- ☐ <http://kraeved.ngonb.ru/> Новосибирский краеведческий портал (01.08.2024);
- ☐ <http://www.sibnasledie.ru/> Издательский дом «Наследие Сибири» (01.08.2024);
- ☐ <http://www.nasledie-nso.ru/> Культурное наследие Новосибирской области (01.08.2024);
- ☐ <http://letopisi54.ru/> Народная летопись Новосибирской области (01.08.2024);

#### **- internet-ресурсы для учащихся:**

- ☐ <http://kraeved54.ru/> Краеведение Новосибирской области (01.08.2024);
- ☐ <http://kraeved54.ru/?cat=43> Географические карты районов Новосибирской области (01.05.2024);

<http://kraeved54.ru/?cat=46> Книги по краеведению Новосибирской области (01.08.2024);

<http://летописи54.рф/select.php?flt=103,0,0> Народная летопись Барабинский район(01.05.2024);

<http://kraeved.ngonb.ru/taxonomy/term/184/all> Новосибирский краеведческий портал, Барабинский район (01.05.2024);

<https://dic.academic.ru/dic.nsf/ruwiki/30227> -Электронный словарь (01.08.2024);

<https://www.slovari.ru/start.aspx?s=0&p=3050> – Словари (01.08.2024).

- материалы для самостоятельного освоения за пределами программного материала:

<http://academy.izi.travel/ru/help/production/avtorskiy-kurs-sergeya-tomashakak-sozdat-audiogid/> Авторский курс Сергея Томаша «Как создать аудиогид»;

☐ <http://academy.izi.travel/ru/help/production/creating-a-city-audio-tour-mainsteps/> Пошаговая инструкция по созданию уличного аудиогида;

<http://academy.izi.travel/ru/help/production/creating-a-city-audio-tour-mainsteps/> Советы по созданию аудиогида;

☐ <https://www.youtube.com/watch?v=S6T7WUw0oQo&feature=youtu.be>

Вебинар Как создать аудиогид на платформе izi.travel

**Кадровое обеспечение:** учитель Заворин Владимир Викторович, учитель высшей категории, 15 лет стажа.

### **2.3. Формы аттестации**

Оценка образовательных результатов обучающихся по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Юный турист» носит вариативный характер. Инструменты оценки достижений детей и подростков способствуют росту их самооценки и познавательных интересов, а также диагностируют мотивацию достижений личности.

Освоение образовательной программы «Юный турист» сопровождается промежуточной аттестацией обучающихся, проводимой в формах, определенных учебным планом, и в порядке, установленном МКОУ Зюзинской СОШ Барабинского района.

Текущий контроль знаний, умений и навыков проводится в конце изучения каждого раздела в форме: опроса, вязки узлов, ориентирования на местности, педагогического наблюдения, практического задания: установке палатки, укладке рюкзака, создания макета костра, тестирования.

Итоговый контроль реализуется в форме тестирования. (Приложение 2)

## 2.4. Оценочные материалы

### Характеристика оценочных материалов

|                           | Планируемые результаты                                                                                                                                     | Критерии оценивания                                                                                                                                                   | Виды контроля / промежуточно й аттестации | Диагностический инструментарий (формы, методы, диагностики)                                       |
|---------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Предметные результаты     | Будут сформированы представления:<br>- о туристском быте и снаряжении; правильном питании в походе; туристском походе                                      | Соответствие теоретических знаний программным требованиям.                                                                                                            | Текущий контроль. Итоговый контроль       | Викторина (Приложение 3)                                                                          |
|                           | Будут знать:<br>- виды туристских узлов; правила: укладки рюкзака, подгонки и сушки снаряжения; порядок установки палаток; топографические условные знаки. |                                                                                                                                                                       |                                           | Опрос (Приложение 4)                                                                              |
| Метапредметные результаты | Будут:<br>- развиваться коммуникативные и организаторские навыки – умение брать на себя ответственность, принимать решение;                                | Степень развития коммуникативных и организаторских навыков – умение брать на себя ответственность, принимать решение.<br><br>Уровень привития навыка самообслуживания | Текущий контроль. Итоговый контроль       | Наблюдение. Индивидуальная карта учёта динамики результатов обучения обучающегося. (Приложение 5) |
|                           | - прививаться навыки самообслуживания.                                                                                                                     |                                                                                                                                                                       |                                           |                                                                                                   |
| Личностные результаты     | Будет:<br>- проявляться чувство коллективизма;                                                                                                             | Уровень проявления чувства коллективизма.                                                                                                                             | Текущий контроль. Итоговый контроль       | Наблюдение. Индивидуальная карта учёта динамики личностного развития                              |
|                           | - формироваться: потребность в здоровом                                                                                                                    | Уровень формирования:                                                                                                                                                 |                                           |                                                                                                   |

|  |                                                                                   |                                                                                                                                 |  |                                 |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------|
|  | образе жизни; навыки безопасного поведения в природе и бережного к ней отношения; | - потребности в здоровом образе жизни;<br>- навыков безопасного поведения в природе;<br>- навыков бережного отношения к природе |  | обучающегося.<br>(Приложение 6: |
|--|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|---------------------------------|

## 2.5. Методические материалы

В процессе обучения педагог использует методы:

- информационные;
- наглядные;
- практические;
- метод прямого обучения;
- метод проблемного обучения.

**Методы воспитания:** убеждение, поощрение, упражнение, мотивация.

**Формы организации учебного занятия:**

- Теория;
- Практика.

**Педагогические технологии:**

- индивидуального обучения,
- группового обучения,
- коллективной творческой деятельности.
- Сетевые/информационные технологии (асинхронные - э/почта - сайт) и синхронные (чат, видеоконференции).
- Здоровьесберегающие технологии.

**Алгоритм учебного занятия**

1 этап - организационно-подготовительный.

Создание положительного благоприятного микроклимата с настроением детей на творческую учебную деятельность, активизация внимания детей.

2 этап - основной.

Максимальная активизация познавательной деятельности на основе теоретического материала, введение практических творческих заданий, развивающих определенные умения обучающихся. Самостоятельное выполнение тренировочных заданий, обыгрывание игровых ситуаций.

3 этап - итоговый.

Подведение итогов деятельности, методы поощрения детей. Информация о литературе, которую следует использовать к последующему занятию, инструктаж по выполнению задания.

## 2.6. Рабочая программа воспитания

Цель воспитания обучающихся в МКОУ Зюзинской СОШ Барабинского района НСО: формирование у обучающихся волевых качеств личности, познавательной и социальной

активности, ценностного отношения к семейным ценностям, своему здоровью через изучение туристического дела.

**Задачи воспитания** обучающихся в МКОУ Зюзинская СОШ Барабинского района НСО:

- усвоение обучающимися знаний норм, духовно-нравственных ценностей, традиций, которые выработало российское общество (социально значимых знаний);
- формирование и развитие личностного отношения к этим нормам, ценностям, традициям (их освоение, принятие);
- приобретение соответствующего этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностных социальных отношений, применения полученных знаний;

**Личностные результаты** освоения обучающимися образовательных программ включают:

- осознание российской гражданской идентичности;
- сформированность ценностей самостоятельности и инициативы;
- готовность обучающихся к саморазвитию, самостоятельности и личностному самоопределению;
- наличие мотивации к целенаправленной социально значимой деятельности;
- сформированность внутренней позиции личности как осознания отношения к себе, окружающим людям и жизни в целом.

**Приоритетные направления воспитания:**

- гражданское воспитание, способствующее формированию российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в Российском государстве и субъекту тысячелетней российской государственности, уважения к правам, свободам и обязанностям гражданина России, правовой и политической культуры;
- патриотическое воспитание, основанное на воспитании любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России, историческом просвещении, формировании российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;
- духовно-нравственное воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, традиционных российских семейных ценностях; воспитания честности, доброты, милосердия, справедливости, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков;
- эстетическое воспитание, способствующее формированию эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщению к лучшим образцам отечественного и мирового искусства.

**Планируемые результаты:**

- усвоены обучающимися нормы, духовно-нравственные ценности, традиции, которые выработало российское общество;
- сформировано и развито личностное отношение к этим нормам, ценностям, традициям;
- приобретены соответствующие этим нормам, ценностям, традициям социокультурного опыта поведения, общения, межличностные социальные отношения, применение полученных знаний;

## 2.7. Календарный план воспитательной работы

| № п/п | Направлени<br>я ВР | Форма и название<br>мероприятия,<br>события | Цель и краткое содержание      | Сроки<br>проведени<br>я |
|-------|--------------------|---------------------------------------------|--------------------------------|-------------------------|
| 1     | Спортивно-         | Соревнование                                | Укладка снаряжение туриста, на | Сентябрь                |

|   |                           |                                           |                                                                                                                                                           |         |
|---|---------------------------|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|
|   | оздоровительное           | «Снаряжение туриста»                      | время.<br><b>Цель:</b> демонстрация знаний о снаряжении туриста.                                                                                          |         |
| 2 | Спортивно-оздоровительное | Конкурс: вязка узлов                      | Конкурс вязки узлов на время и с закрытыми глазами<br><b>Цель:</b> закрепление умений обучающихся в вязке узлов различного уровня сложности.              | Октябрь |
| 3 | Спортивно-оздоровительное | Игра «Зарница»                            | Соревнование команд в спортивном ориентировании.<br><b>Цель:</b> закрепление знаний и умений обучающихся в ориентирование на местности.                   | февраль |
| 4 | Спортивно-оздоровительное | Соревнование: ориентирование на местности | Соревнование команд в спортивном ориентировании.<br><b>Цель:</b> закрепление знаний и умений обучающихся в ориентирование на местности.                   | март    |
| 5 | Спортивно-оздоровительное | Мини поход                                | Мини поход обучающихся на территории школы.<br><b>Цель:</b> закрепление знаний и умений обучающихся полученных за год обучения по программе «Юный турист» | Май     |

### 3. Список литературы

#### Нормативные документы:

Программа соответствует действующим нормативным документам:

1. Конституция Российской Федерации (от 12.12.1993 с изм. 01.07.2020);
2. Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2020 № 474 «О национальных целях развития РФ на период до 2030 года»;
3. Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400 «О Стратегии национальной безопасности РФ»;
4. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;
5. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ-273);
6. Федеральный закон РФ от 24.07.1998 № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
7. Федеральный закон «О российском движении детей и молодежи» от 14.07.2022 №261-ФЗ (далее- ФЗ-261);
8. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р);
9. Стратегическое направление в области цифровой трансформации образования, относящейся к сфере деятельности Министерства просвещения Российской Федерации (утв.распоряжением Правительства РФ от 02.12.2021 № 3427);

10. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утв. распоряжением Правительства РФ от 31.03.2022 № 678);
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
12. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи)»;
13. Федеральные проекты «Цифровая образовательная среда», «Современная школа», «Патриотическое воспитание» (2020);
14. Паспорт федерального проекта "Успех каждого ребенка" (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07 декабря 2018 г., протокол № 3);
15. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам»;
16. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 22.09.2021 № 652н "Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
17. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

**Методические рекомендации:** 1. Актуализированный Перечень приоритетных направлений обновления содержания и технологий дополнительного образования по направленностям (физкультурно-спортивной, художественной, социально-гуманитарной, технической, естественнонаучной, туристско-краеведческой) на 2023 год (утвержден Протоколом заседания Рабочей группы по дополнительному образованию детей Экспертного совета Министерства просвещения Российской Федерации по вопросам дополнительного образования детей и взрослых, воспитания и детского отдыха от 22.03.2023 года № Д06-23/06пр)

<https://modnso.ru/upload/iblock/76e/76e609d8f29500d268234383ffb85361.pdf>

2. Методические рекомендации «Об использовании государственных символов Российской Федерации при обучении и воспитании детей и молодежи в образовательных организациях, а также в организациях отдыха детей и их оздоровления» (письмо Министерства просвещения России от 15.04.2022 № СК-295/06».

3. Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы) (разработанные Минобрнауки России совместно с ГАОУ ВО «Московский государственный педагогический университет», ФГАУ «Федеральный институт развития образования»,

АНО ДПО «Открытое образование», 2015 г.) (Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 № 09-3242).

4. Основы патриотического воспитания граждан Российской Федерации. Методические рекомендации (утв. Экспертным советом по патриотическому воспитанию при ФГБУ «Роспатриотцентр» 10.10.2022) <https://www.rospatriotcentr.ru/>

5. Примерная рабочая программа воспитания для общеобразовательных организаций, разработанная Институтом изучения семьи, детства и воспитания РАО по заданию Министерства просвещения РФ, одобрена на заседании Федерального учебно-методического объединения по общему образованию 23 июня 2022 года <https://институтвоспитания.пф/programmy-vospitaniya/>

6. Разработка и реализация раздела о воспитании в составе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Методические рекомендации разработаны ФГБНУ «Институт изучения детства, семьи и воспитания» <https://институтвоспитания.пф/upload/iblock/da2/jnpgff0oeer1hvl28kk500zy2z9kv6c.pdf>

7. Устав МБОУДО ЦДОД Барабинского района Новосибирской области.

8. Цифровой методический конструктор организатора воспитательной работы в школе [https://static.edsoo.ru/methodic\\_book/index.html](https://static.edsoo.ru/methodic_book/index.html)

#### **Литература для педагога:**

1. Архандеева, Г.А. «Школа безопасности»: аспекты теории и практики: Методическое пособие / Г.А. Архандеева, С.С. Бочанцев. – Кемерово: Кемерововузиздат, 2010. – 84 с.
2. Балабанов, И.В. Узлы / И.В. Балабанов. – Москва., 2006. – 80 с.
3. Бурцев, В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования/В.П. Бурцев. – Москва: ФЦДЮТиК, 2007. – 120 с.
4. Гостюшин, А.В. Человек в экстремальной ситуации/А.В. Гостюшин. – Москва., Армада-пресс, 2001. – 284 с.
5. Жиздыбаев, Т.К. Словарь-справочник альпинистских, туристских и краеведческих терминов/Т.К. Жиздыбаев. – Алматы, 2004. – 192 с.
6. Козлова, Ю.В. Туристский клуб школьников: пособие для руководителя/Ю.В. Козлова, В.В. Ярошенко. – Москва: ТЦ Сфера, 2004. – 224 с.
7. Константинов, Ю.С. Из истории детского туризма в России. 1918-2008 г./Ю.С. Константинов.– Москва: ФЦДЮТиК, 2013. – 312 с.
8. Константинов, Ю.С. Ориентирование как образ жизни, или с улыбкой об ориентировании/Ю.С. Константинов, Г.В. Шур. – Москва.: ФЦДЮТиК, 2007. – 296 с.
9. Крутецкая, В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи/В.А. Крутецкая.– СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008. – 64 с.
10. Маслов, А.Г. Полевые туристские лагеря/А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов, И.А. Дрогов. - Москва: Владос, 2000. – 160 с.
11. Мэйсон, Э.М. Первая помощь при травмах и несчастных случаях / Э.М. Мэйсон. – Москва: Аквариум, 2012. – 160 с. 38. Начальная подготовка альпинистов. Часть 1. Введение /под ред. Захарова П.П. – Москва.: Дивизион, 2007. – 352 с.
12. Начальная подготовка альпинистов. Часть 2. Методика обучения /под ред. Захарова П.П. – Москва: Дивизион, 2007. – 256 с.
13. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (группа дисциплин «дистанция – пешеходная»). – Москва: «ФСТР», 2015. – 48 с.
14. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (группа дисциплин «дистанция – лыжная»). – Москва: «ФСТР», 2015. – 49 с.
15. Туризм спортивный в Москве и России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tmmoscow.ru/>, свободный. (Дата обращения 14.04.2024).

16. Новосибирское отделение туристского спортивного союза России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://no-tssr.ru/>, свободный. (Дата обращения 14.04.2024)

17. Федерация спортивного туризма России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tssr.ru/>, свободный. (Дата обращения 14.04.2024).

**Литература для учащихся:**

1. Балабанов, И.В. Узлы / И.В. Балабанов. – Москва., 2006. – 80 с.

2. Бурцев, В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования/В.П. Бурцев. – Москва.: ФЦДЮТиК, 2007. – 120 с.

3. Крайнева, И.Н. Узлы: простые, забавные, сложные. 152 модели на все случаи жизни. / И.Н. Крайнева. – СПб.: ИЧП «Кристалл», АОЗТ «Невский клуб», 2011. – 240 с.

4. Крутецкая, В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи/В.А. Крутецкая.– СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008. – 64 с.

5. Садчикова О.Г., Щербакова Ю.В., Зубанова С.Г. Занимательная география/О.Г. Садчикова, Ю.В. Щербакова, С.Г. Зубанова. – Ростов-на Дону: Феникс, 2006. – 252 с.

6. Новосибирское отделение туристского спортивного союза России [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <http://no-tssr.ru/>, свободный. (Дата обращения 14.04.2024)

Календарный учебный график

| № п/п                        | Дата  | Тема занятий                                                                                                                    | Кол-во часов | Место проведения   | Форма занятия | Форма контроля                                            |
|------------------------------|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|--------------------|---------------|-----------------------------------------------------------|
| 1                            | 04.09 | Вводное занятие. ТБ на занятиях по туризму                                                                                      | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория        | Педагогическое наблюдение                                 |
| <b>Поход-знакомство 8 ч</b>  |       |                                                                                                                                 |              |                    |               |                                                           |
| 2                            | 11.09 | Виды туристской деятельности                                                                                                    | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория        | Педагогическое наблюдение                                 |
| 3                            | 18.09 | Понятие о личном и групповом снаряжении                                                                                         | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория        | Педагогическое наблюдение                                 |
| 4                            | 25.09 | Групповое и личное снаряжение, требования к нему<br>Соревнование Укладка рюкзаков на время, подготовка снаряжения               | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика      | Педагогическое наблюдение                                 |
| 5                            | 02.10 | Тестирование, по теме: «Снаряжение туриста»                                                                                     | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика      | Тестирование                                              |
| <b>Узлы -8 ч</b>             |       |                                                                                                                                 |              |                    |               |                                                           |
| 6                            | 09.10 | Разновидности туристских узлов, их классификация                                                                                | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория        | Педагогическое наблюдение                                 |
| 7                            | 16.10 | Применение туристских узлов в туристской технике                                                                                | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика      | Педагогическое наблюдение                                 |
| 8                            | 23.10 | Конкурс: вязка узлов на время и с закрытыми глазами                                                                             | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика      | Педагогическое наблюдение                                 |
| 9                            | 06.11 | Зачёт. Вязка узлов.                                                                                                             | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика      | Зачёт                                                     |
| <b>Быт юного туриста 8 ч</b> |       |                                                                                                                                 |              |                    |               |                                                           |
| 10                           | 13.11 | Определение цели и района похода                                                                                                | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория        | Педагогическое наблюдение                                 |
| 11                           | 20.11 | Распределение обязанностей в группе. ОФП                                                                                        | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория        | Педагогическое наблюдение                                 |
| 12                           | 27.11 | Закупка, фасовка, упаковка и приготовление пищи в полевых условиях. Установка палатки, укладка рюкзака, создание макета костра. | 2            | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика      | Практическое задание: установка палатки, укладка рюкзака, |

|                                               |       |                                                                                                    |   |                    |          |                                                   |
|-----------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------|----------|---------------------------------------------------|
|                                               |       |                                                                                                    |   |                    |          | создание макета костра.                           |
| 13                                            | 04.12 | Составление меню на 1 день в полевых условиях. ОФП                                                 | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Викторина. Педагогическое наблюдение              |
| <b>Кухня юного туриста 8 ч</b>                |       |                                                                                                    |   |                    |          |                                                   |
| 14                                            | 11.12 | Питьевой режим в походе. ОФП                                                                       | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория   | Педагогическое наблюдение                         |
| 15                                            | 18.12 | Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря                                           | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| 16                                            | 25.12 | Разжигание костра, основные меры предосторожности                                                  | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| 17                                            | 15.01 | Типы компасов, строение компасов                                                                   | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| <b>Ориентирование на местности 8 ч</b>        |       |                                                                                                    |   |                    |          |                                                   |
| 18                                            | 22.01 | Работа с компасом, определение азимута                                                             | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| 19                                            | 29.01 | Соревнование Ориентирование на местности                                                           | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| 20                                            | 05.02 | Движение по азимуту                                                                                | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| 21                                            | 12.02 | Определение место положения                                                                        | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| <b>Топография 8 ч</b>                         |       |                                                                                                    |   |                    |          |                                                   |
| 22                                            | 19.02 | Изучение топографических знаков                                                                    | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория   | Педагогическое наблюдение                         |
| 23                                            | 26.02 | Топографические карты и их разновидности                                                           | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| 24                                            | 05.03 | Прокладывание маршрута<br>Определение крутизны склона<br>Основные направления на стороны горизонта | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Педагогическое наблюдение                         |
| 25                                            | 12.03 | Топографические знаки                                                                              | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Практика | Практическое задание. Ориентирование на местности |
| <b>Туристические узлы и их назначения 8 ч</b> |       |                                                                                                    |   |                    |          |                                                   |
| 26                                            | 19.03 | Основные направления на стороны горизонта                                                          | 2 | МКОУ Зюзинская СОШ | Теория   | Педагогическое наблюдение                         |
| 27                                            | 26.03 | Определение азимута, его                                                                           | 2 | МКОУ               | Практика | Педагогическое                                    |

|                                    |       |                                                                                               |   |                          |          |                                                                |
|------------------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|--------------------------|----------|----------------------------------------------------------------|
|                                    |       | отличие от простого угла.<br>Вязка узлов.                                                     |   | Зюзинская<br>СОШ         |          | ое<br>наблюдение.<br>Практическое<br>задание –<br>вязка узлов. |
| 28                                 | 02.04 | Туризм и экскурсии как спорт<br>и отдых.                                                      | 2 | МКОУ<br>Зюзинская<br>СОШ | Теория   | Педагогическ<br>ое<br>наблюдение                               |
| 29                                 | 09.04 | Географическое положение<br>города.                                                           | 2 | МКОУ<br>Зюзинская<br>СОШ | Практика | Педагогическ<br>ое<br>наблюдение                               |
| <b>Преодоление препятствий 4 ч</b> |       |                                                                                               |   |                          |          |                                                                |
| 30                                 | 16.04 | Климат и микроклимат,<br>прибрежные и горные<br>районы                                        | 2 | МКОУ<br>Зюзинская<br>СОШ | Теория   | Педагогическ<br>ое<br>наблюдение                               |
| 31                                 | 23.04 | Виды препятствий в туризме                                                                    | 2 | МКОУ<br>Зюзинская<br>СОШ | Теория   | Педагогическ<br>ое<br>наблюдение                               |
| <b>Походы выходного дня 4 ч</b>    |       |                                                                                               |   |                          |          |                                                                |
| 32                                 | 30.04 | Способы преодоления,<br>различных препятствий<br>Растительный покров.<br>Высотная зональность | 2 | МКОУ<br>Зюзинская<br>СОШ | Практика | Педагогическ<br>ое<br>наблюдение                               |
| 33                                 | 07.05 | Мини поход на территории<br>школы                                                             | 2 | МКОУ<br>Зюзинская<br>СОШ | Практика | Педагогическ<br>ое<br>наблюдение                               |
| <b>Подведение итогов 2 ч</b>       |       |                                                                                               |   |                          |          |                                                                |
| 34                                 | 14.05 | Итоговое тестирование                                                                         | 2 | МКОУ<br>Зюзинская<br>СОШ | Практика | Итоговое<br>тестирование                                       |

## Оценочные материалы

### Итоговое тестирование

1. Как должен вести себя человек, оказавшийся в экстремальных условиях природной среды (потеря ориентации в лесу)?

- а) ему не следует оставаться на месте;
- б) ему следует кричать и звать на помощь;
- в) ему следует остаться на месте и построить укрытие из подручных материалов;
- г) ему следует остаться на месте и развести костер.

### 2. Топография и ориентирование

Тест: Азимут и движение по нему

2. Что можно определить по характеру местности с помощью технических средств (компас, часы) при условии видимости сторон горизонта?

- а) чередование дня и ночи;
- б) положение Большой медведицы;
- в) положение Полярной звезды;
- г) положение Солнца.

### 3. Выживание в природной среде

Тест: Экстремальные ситуации в природной среде. Добывание пищи и воды.

3. Какие существуют способы очистки и обеззараживания воды в природных условиях?

- а) таких способов очистки не существует;
- б) дать воде отстояться;
- в) выкопать неглубокую ямку в полуметре от края водоема, которая через некоторое время наполнится чистой, прозрачной водой;
- г) изготовить простейшие фильтры из нескольких слоев ткани, из пустой консервной банки, пробив в доннышке 3-4 небольших отверстия, а затем заполнив ее песком.

4. Когда необходимо зажечь костер людям, находящимся в беде?

- а) сразу же;
- б) жечь костер постоянно;
- в) жечь костер только в темное время суток;
- г) жечь костер, когда вертолет (самолет) появился в зоне видимости и отчетливо слышен шум работающих двигателей.

5. Через какое время можно дополнительно съесть 10-15 граммов незнакомых растений, ягод и грибов, если нет признаков отравления?

- а) через 1-2 часа;
- б) через 2-3 часа;

- в) через 3-4 часа;
- г) через 4-5 часов.

#### **4. Первая доврачебная помощь.**

**Тест: Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений.**

6. *Как используют в медицинских целях красноватый жгучий сок растения медуницы?*

- а) в качестве заменителя зеленки;
- б) в качестве заменителя йода;
- в) в качестве заменителя марганцовки;
- г) в качестве заменителя борной кислоты.

#### **5. Туристическая подготовка**

**Тест: Организация туристического быта, привалы и ночлежки.**

7. *Где разводят костер при отсутствии дров и инструментов?*

- а) везде, где возможно;
- б) прямо на дороге;
- в) под сухим пнем;
- г) на траве.

8. *Что необходимо сделать человеку при подготовке места для сна?*

- а) не следует выбирать сильно влажное место;
- б) следует прислониться к толстому дереву и уснуть;
- в) следует выкопать ямки по форме тела;
- г) следует выкопать две ямки - под бедро и под плечо.

9. *Каковы преимущества костра типа «крот» по сравнению с другими кострами?*

- а) удобен тем, что не просматривается со стороны;
- б) удобен тем, что просматривается со стороны;
- в) удобен тем, что хорошо обогревает;
- г) удобен тем, что слабо греет.

#### **6. Основы гигиены и первая доврачебная помощь**

**Тест: Оказание первой доврачебной помощи.**

10. *Что рекомендуется использовать для борьбы с ожоговым шоком?*

- а) обильное холодное питье;
- б) обильное спиртосодержащее питье;
- в) обильное слабосоленое питье;
- г) обильное теплое питье.

11. *Какие части тела человека наиболее подвержены обморожению?*

- а) голова, шея, мышцы рук и ног;
- б) грудь, живот, ягодица;
- в) пальцы рук и ног;
- г) нос, щеки, уши, подбородок.

#### **7. Туристическая подготовка**

**Тест: Личное и групповое снаряжение.**

12. *Что относится к групповому снаряжению?*

- а) пеленка переносная, карта, пила, топор
- б) спальный мешок, расческа, носки, котлы для варки пищи;
- в) ремнабор, топор, аптечка, рукавицы
- г) спортивный костюм, рюкзак, лыжи, шапка.

13. Что относится к личному снаряжению?

- а) полотенце, кружка, пила, палатка;
- б) рюкзак, спальный мешок, спортивный костюм, носки
- в) лыжи, шнур, каска, шатер
- г) перчатки, ложка, тент, ремнабор.

### **8. Основы ориентирования**

**Тест: определение сторон горизонта по местным предметам.**

15. На какую часть света обращен алтарь и часовни в православных церквях?

- а) север;
- б) запад;
- в) восток;
- г) юг.

### **9. Обеспечение безопасности в походе.**

**Тест: Правила движения группы.**

17. Как должна двигаться группа туристов по шоссе?

- а) двигаться в колонне по 2 человека по направлению движения транспорта (правая сторона) по обочине;
- б) двигаться в колонне по 1 человеку по направлению движения транспорта (правая сторона) по обочине;
- в) двигаться в колонне по 1 человеку навстречу транспорту (левая сторона) по обочине;
- г) двигаться в колонне по 2 человека навстречу транспорту (левая сторона) по обочине.

### **10. Спортивное ориентирование.**

**Тест: Понятие о рельефе.**

19. Определите правильное название рельефа по определению: вытянутая в длину полая форма рельефа, имеющая уклон в одном направлении?

- а) – овраг;
- б) – долина;
- в) – лощина

**Ключ:**

- 1. ВГ
- 2. ВГ
- 3. ВГ
- 4. Г
- 5. А
- 6. В
- 7. В
- 9. АВ
- 10. Б

*Инструкция по работе с тестами:*

- 1. Внимательно прочитайте текст теста.
- 2. Ознакомьтесь со всеми вариантами ответов и лишь после этого сделайте свой выбор.

3. Тесты имеют один или несколько правильных ответов.

*Оценка результатов тестирования:*

Каждый правильный ответ равен 1 баллу;

Зачёт – 8-10 баллов;

Не зачёт – ниже 7 баллов.

## Приложение 3

### Викторина

1. Понятие о личном снаряжении?

Личное снаряжение – это все то, что необходимо лично каждому туристу (рюкзак, спальный мешок, вещи и предметы личной гигиены и личного пользования).

2. Понятие о групповом снаряжении?

Групповое снаряжение – это снаряжение используется всей группой (палатки, костровые принадлежности, котлы, картографические материалы и другие предметы коллективного пользования).

3. Перечень личного снаряжения для однодневных походов?

Палатка, коврик, топор, котелок, кружка, ложка, фонарик.

4. Перечень личного снаряжения для многодневных походов?

Рюкзак, спальный мешок, коврик, фонарик походная посуда

5. Типы рюкзаков?

Экспедиционные (походные) рюкзаки, штурмовые, прогулочные, рюкзаки для горнолыжников и сноубордистов, рюкзаки для велосипедистов, городские рюкзаки.

6. Виды кроя спальных мешков?

Одеяло, кокон, комбинированный

7. Одежда и обувь для летних походов?

Штаны ходовые легкие, шорты, футболки, теплый свитер, костюм от ветра, головной убор, купальник или плавки, сапоги, сандалии на липучках, кроссовки.

8. Одежда и обувь для зимних походов?

Куртка и брюки, варежки и шапка, двухслойные ботинки.

9. Типы палаток, их назначение и недостатки?

Туристические, походные, шатровые.

10. Устройство палаток?

Тент, каркас, внутренняя палатка, тамбуры, вентиляционные окна, юбка, оттяжка и колышки.

11. Порядок установки палаток?

Раскладываем на одеяле, покрывале или на любом другом покрытии все элементы палатки. Разворачиваем палатку на ровном месте.

Вставляем дуги (в зависимости от модели палатки комплектация и сборка могут меняться). Вставляем дуги в стандартные отверстия и на каркасе поднимаем палатку, потом вставляем дуги в ремни палатки. Второй внутренний слой тента крепим за лямки.

12. Правила поведения в палатке?

Запрещается использовать открытый огонь, пиротехнические изделия, устанавливать отопительные и электроприборы.

13. Типы костров и их назначение?

- Шалаш – подходит для быстрого приготовления пищи в походных условиях и разогрева чайника.
- Колодец – позволяет приготовить пищу в нескольких ёмкостях одновременно.
- Таёжный – горит всю ночь, отдавая большое количество тепла.
- Финская свеча – используется для разогрева воды для чая или приготовления пищи.
- Нодья – способна обогревать группу людей на протяжении всей ночи.
- Камин – обеспечивает длительное горение бревен.
- Полинезийский – даёт много углей, которые долго поддерживают тепло.
- Звезда – экономичный при расходе топлива, но его нельзя оставлять без присмотра.

#### 14. Отбор места для костра?

- В идеале стоит пользоваться уже имеющимся костровищем. Если такой возможности нет, то выбирайте место вдали от палаток. Обычно рекомендуют расстояние от 1 до 15 метров. Чаще всего 5 метров достаточно.
- Старайтесь не разводить костры под нависшими ветками и рядом с корневой системой деревьев, чтобы не травмировать растения.
- Место необходимо расчистить от травы и веток, окопать или обложить камнями.
- Перед походом рекомендуется узнать, можно ли разводить костры в конкретном месте в конкретное время года. Это можно сделать на административных сайтах каждого региона.

#### 15. Правила разведения костра?

- Разводить огонь следует на специальных площадках.
- Разведение костра в лесу должно осуществляться на расстоянии не менее трёх метров от палаточного лагеря с подветренной стороны.
- Вместо одного высокого и большого костра лучше развести несколько маленьких.
- Нельзя размещать поблизости с огнём горючие предметы и жидкости, а также пропитанные бензином, промасленные горючими материалами предметы.
- Возле костра всегда нужно держать ёмкости с водой и ветки для тушения возможного возгорания.

#### 16. Выбор и заготовка дров?

- Для растопки лучше всего подходит хворост и тонкие веточки.
- Если вы собираетесь греться у костра, сидеть около него весь вечер за приятной беседой или пытаетесь выжить в сложных условиях, вам понадобятся крупные дрова.
- Большие поленья для костра легче всего заготовить, если у вас есть пила или топор.
- Если вы свалили сухое дерево, его можно пережечь на костре.

#### 17. Меры безопасности при заготовке дров и при обращении с огнем?

- Пилка и рубка дров под пристальным неотрывным контролем взрослого.

35

- Запрещается стоять сзади или спереди от рубящего на расстоянии ближе 20 метров, или по бокам ближе 3х метров.
- Игры и бег запрещены в зоне рубки, валки или заготовке дров.
- Запрещается отвлекать или разговаривать с рубящим дрова.
- Не разводите костры и не сжигайте мусор.

#### 18. Требования по уборке места, где был костер перед уходом группы?

- Перед уходом со стоянки костер должен быть тщательно ликвидирован.
- Покидать место привала, только убедившись, что ни одно полено или ветка больше не тлеет.
- Тушить костер с помощью воды или, забрасывая его землей, можно сбивать огонь ветками лиственных деревьев.

19. Какие вы знаете костровые приспособления?

- Пила – инструмент для нарезки ствола на поленья.
- Топор – нужен для колки уже нарезанных поленьев.
- Костровой трос – изготавливается из стального витого троса, достаточной толщины для безопасного подвешивания тяжёлых предметов.
- Костровые крючья – цепляют на стальной трос для подвешивания котлов.
- Костровые подвески – часто используются вместо крючьев и делаются из того же троса.
- Костровые перчатки – изготавливаются из брезента или кожи. Они незаменимы при снятии горячих котлов с костра.

20. Варочная посуда это?

Варочная посуда включает вёдра, котелки, кастрюли, скороварки и другие ёмкости, используемые для приготовления пищи в походных условиях, входит в состав группового снаряжения туристов.

В однодневный поход берут одну кастрюлю или ведро – для чая.

Для многодневных походов наиболее удобен набор из 3-4 ёмкостей, подобранных по форме и размерам так, чтобы их можно было вложить друг в друга и тем самым сэкономить место в рюкзаке.

Общая вместимость всех ёмкостей выбирается из расчёта 1,5-2 л на человека.

Желательно иметь посуду небольшой высоты с плоским дном; такая посуда более устойчива, чем, например, котелки с выпуклым дном.

21. Способы подвески котлов?

- Вариант с переладиной - классический способ подвеса одного или сразу нескольких котлов над костром.
- Вариант на треноге - удобный способ для подвеса одного котла на треноге промышленного изготовления.
- Вариант на тросике – быстрый и часто используемый способ для подвешивания сразу нескольких котлов.
- Вариант на жерди – очень простой вариант для небольшого котелка, который вешается на один конец жерди, в то время как второй закрепляется к земле.
- Вариант на углях – минималистичный, но не самый удобный способ.

22. Назовите кухонные принадлежности?

36

Кастрюли разного объёма, миски разной ёмкости, ножи, тарелки, ложки, вилки, чашки.

23. Требования к походным топорам и пилам?

- Туристический топор должен быть компактным, с лезвием из качественной прочной стали, не склонной к коррозии, и лёгкой удобной рукояткой, например, из стекловолокна.
- Складные пилы состоят из режущего полотна и массивной (обычно прорезиненной) ручки. Ей тяжело пилить толстые бревна, но для средних или тонких веток складная пила – подходящий вариант.

24. Какие два варианта организации питания в походе, ты знаешь?

- В режиме перекуса. Обед организуют в виде перекуса, когда готовят чай и бутерброды (суп готовят на ужин). При этом получается большой перерыв в приёме горячей пищи (10-12 часов), что отрицательно сказывается на работоспособности.
- В виде горячих первых и вторых блюд. В обед готовятся горячие первые и вторые блюда. Это требует чуть больше времени, а при хорошей организации работы дежурных – примерно столько же, как и на перекус. Но самочувствие туристов становится гораздо лучше.

25. Набор продуктов для похода?

Сухие специи (хмели-сунели, прованские травы и т. д.); растительное масло; твёрдый сыр; колбасы сырокопчёные; кофе/какао; сухое молоко; майонез; сгущёнка в пакетиках; горький шоколад; шоколадные и энергетические батончики (сникерс, марс, твикс и т.д.); леденцы; сладкое печенье; лимон; сухофрукты (финики,

чернослив, сушёные бананы и яблоки, курага, изюм); орехи (фундук, кешью, грецкие, миндаль); цукаты; кетчуп в пакетиках; сало, бастурма; макароны (кто-то берёт, кто-то нет); доширак (удобно в маленькой группе); картофельное пюре; сублимированные продукты.

#### 26. Организация питания в 2-3х дневном походе?

Продукты должны иметь длительный срок хранения. Поэтому в походной практике используются консервированные продукты, продукты в герметической упаковке и полностью исключаются скоропортящиеся продукты.

#### 27. Меры безопасности при приготовлении пищи на костре?

- Допускается приготовление пищи в специально отведенных местах.
- После приготовления пищи горячие материалы должны быть потушены до полного прекращения тления.
- Не допускается размещение приспособлений под кронами деревьев и оставление горящего угля без присмотра.

#### 28. Требования к походной медицинской аптечке?

Герметичность, прочность, лёгкость, яркий цвет, понятная маркировка, отсутствие стеклянной тары.

### Опрос

1. Что такое топография?
2. Что такое топографическая карта?
3. Значение топокарт для туристов?
4. Понятие о масштабе?
5. Топографические знаки?
6. Виды топографических условных знаков?
7. Содержание топографической карты?
8. Что такое разграфика и номенклатура?
9. Что такое рамка и километровая сетка
10. Понятие о местных предметах и топографических знаках
11. Виды топографических условных знаков
12. Характеристика масштабных и внемасштабных топонимов?
13. Деление топонимов по группам?
14. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики?
15. Какие вы знаете масштабы?
16. Стандарты численных масштабов?
17. Работа с численными и линейными масштабами?
18. Способы измерения расстояний на карте и на местности?
19. Величина среднего шага, его измерение?
20. Глазомерный способ измерения расстояния?
21. Способы тренировки глазомера?
22. Определение расстояний по времени движения?
23. Основные направления со стороны горизонта север, юг, запад, восток
24. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта?
25. Что такое азимут?
26. Знаете ли вы, для чего используется компас и карта?

### Вязка узлов

Индивидуальная карта обучающегося по вязке узлов

ФИО обучающегося: \_\_\_\_\_

Задание: правильно завязать 18 узлов, затратив наименьшее количество времени.

| №<br>п/п | Название узла           | Правильность<br>вязания узлов (0 –<br>нет, 1 – есть) Балл | Время<br>выполнения<br>задания |
|----------|-------------------------|-----------------------------------------------------------|--------------------------------|
| 1        | «Прямой»                |                                                           |                                |
| 2        | «Проводник»             |                                                           |                                |
| 3        | «Двойной проводник»     |                                                           |                                |
| 4        | «Австрийский проводник» |                                                           |                                |
| 5        | «Восьмерка»             |                                                           |                                |
| 6        | «Стремя»                |                                                           |                                |
| 7        | «Прусик»                |                                                           |                                |
| 8        | «Булинь»                |                                                           |                                |
| 9        | «Удавка»                |                                                           |                                |
| 10       | «Карабинная удавка»     |                                                           |                                |
| 11       | «Ткацкий»               |                                                           |                                |
| 12       | «Академический»         |                                                           |                                |
| 13       | «Встречный»             |                                                           |                                |
| 14       | «Шкотовый»              |                                                           |                                |
| 15       | «Брамшкотовый»          |                                                           |                                |
| 16       | «Штык»                  |                                                           |                                |
| 17       | «Схватывающий»          |                                                           |                                |
| 18       | «Грейпвайн»             |                                                           |                                |

Максимальное количество баллов (18 правильно завязанных узлов) – 18 баллов.

Затраченное время – минимальное.

Уровни освоения программы:

- высокий – 18-16 баллов + наименьшее время;
- средний уровень – 15-11 баллов + время;
- низкий уровень – ниже 10 баллов + время.

**Индивидуальная карта учёта динамики личностного развития обучающегося**

Фамилия, имя ребёнка \_\_\_\_\_

Возраст ребёнка \_\_\_\_\_

Название детского объединения \_\_\_\_\_

Фамилия, имя, отчество педагога \_\_\_\_\_

Дата начала наблюдения \_\_\_\_\_

|  | Показатели                                                     | Сроки диагностики |            |
|--|----------------------------------------------------------------|-------------------|------------|
|  |                                                                | Начало года       | Конец года |
|  |                                                                | Уровень           | Уровень    |
|  | Будет проявляться чувство коллективизма                        |                   |            |
|  | Будет формироваться:<br>- потребность в здоровом образе жизни. |                   |            |
|  | Будут развиваться волевые качества личности.                   |                   |            |

Уровни личностного развития / Критерии:

Высокий:

- обучающийся осознаёт себя частью коллектива, вносит свой вклад в его успехи и достижения, умеет (при необходимости) подчинить личные интересы общественным;
- обучающийся заботится о своём здоровье, соблюдая меры безопасности, избегает риски и вредные факторы;
- обучающийся соблюдает правила поведения в окружающей среде и бережно к ней относится;
- у обучающегося в полной мере сформированы волевые качества личности.

29

Средний:

- обучающийся не в полной мере осознаёт себя частью коллектива, может иногда вносить свой вклад в его успехи и достижения, с трудом подчиняет личные интересы общественным;
- обучающийся не в полной мере заботится о своём здоровье, не всегда соблюдает меры безопасности, подвергая себя риску;
- обучающийся не всегда соблюдает правила поведения в окружающей среде, а значит не всегда бережно

относится к природе;

- у обучающегося частично сформированы волевые качества личности.

Низкий:

- чувство товарищества отсутствует, обучающийся не осознаёт себя частью коллектива, не вносит свой вклад в его

успехи и достижения, не может подчинять личные интересы общественным;

- обучающийся не заботится о своём здоровье, не соблюдает меры безопасности, подвергает своё здоровье

опасностям;

- обучающийся не соблюдает (игнорирует) правила поведения в окружающей среде, а ,значит, не заботится о её

благополучии;

- обучающийся не проявляет волевых качеств личности.

## Приложение

