

Отдел образования администрации городского округа Карпинск
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Станция туризма и экскурсий «Кожжак»

Принята на заседании
педагогического совета
от «09» 06 2021 г.
Протокол № 5



Утверждена.
Директор МАУ ДО СTrE «Кожжак»
Н.В. Якимова
Приказ № 204
«09» июня 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬСКАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«ШКОЛА ТУРИЗМА»

2 год обучения

Возраст обучающихся 10-13 лет

Автор-составитель:
Бобылева Ирина Олеговна
педагог дополнительного образования
первая квалификационная категория

ГО Карпинск
2021

Отдел образования администрации городского округа Карпинск
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Станция туризма и экскурсий «Конжак»

Принята на заседании
педагогического совета
от «__» _____ 2021 г.
Протокол № ____

Утверждена:
Директор МАУ ДО СТиЭ «Конжак»

Н.В. Якимова
Приказ № _____
«__» _____ 2021 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ**

«ШКОЛА ТУРИЗМА»
2 год обучения

Возраст обучающихся 10-13 лет

Автор-составитель:
Бобылева Ирина Олеговна
педагог дополнительного образования
первая квалификационная категория

ГО Карпинск
2021

Содержание

1. Пояснительная записка	3-6
2. Учебно-тематический план 2 года обучения	7-8
3. Содержание изучаемой программы	9-14
4 Методическое обеспечение программы	15-16
5 Список литературы	17

1. Пояснительная записка

Рабочая программа дополнительного образования детей «Школа туризма» составлена и разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

2. Приоритетным проектом «Доступное дополнительное образование для детей» (утвержден президиумом Совета при Президенте РФ по стратегическому развитию и приоритетным проектам (протокол от 30.11.2016 №11) (далее — Федеральный приоритетный проект).

3. Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 04 сентября 2014 г. №1726-р)

4. Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

5. Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 г. №196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

6. Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. №06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

7. Устав муниципального автономного учреждения дополнительного образования «Станция туризма и экскурсий «Конжак» от 14.02.2018 г.

8. Положение о разработке программ дополнительного образования МАУ ДО СТиЭ «Конжак» 06.08.2018 г. № 96-д

Направленность программы – туристско-краеведческая.

Актуальность программы: занятия туризмом немислимы вне коллектива. Поэтому ребенок в процессе обучения получает практические навыки межличностного общения. Туризм – наиболее доступная и рациональная форма активного отдыха, физической культуры и спорта. Самодеятельный пешеходный туризм – непростой, трудоемкий, но бесконечно интересный и полезный способ организации детского досуга. Ведь такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, трудности и лишения, сдерживает развитие их инфантилизма, эгоизма и капризности; учит брать на себя ответственность за общее дело, бережному отношению к родной природе и культуре, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки самообслуживающего труда и способствует развитию их самостоятельности. Туристская деятельность способствует развитию творческих способностей учащихся, становлению ребенка как личности, формированию таких важных качеств личности как воля, настойчивость, взаимопомощь и взаимовыручка. Она может стать определяющей в выборе

профессии учащимися.

Педагогическая целесообразность: программа позволяет решить проблему занятости ребёнка, позволяет реализовать ему свои способности в коллективе, так как предлагает различные виды туристской деятельности.

Цель программы: создание условий для самореализации и формирования потребности в здоровом образе жизни посредством занятий туризмом и краеведением.

Задачи программы:

Предметные (образовательные):

1. Познакомить с основными видами туризма: пеший, лыжный, горный, водный.

2. Дать представление о личном, групповом и специальном снаряжении, организации привалов и ночлегов и особенностях питания в походе.

3. Познакомить с туристскими должностями в походе.

4. Сформировать представления о назначении и использовании топографических и спортивных карт.

5. Обучить приемам работы с компасом и картой.

6. Дать представление об истории родного края, рельефа, климата, растительного и животного мира.

7. Дать представления об основах гигиены тренировки и спортивного похода и оказания первой доврачебной помощи.

Метапредметные (развивающие):

1. Воспитать потребность в здоровом образе жизни, в регулярных занятиях спортом.

2. Развить двигательную и познавательную активность учащихся посредством занятий туристской деятельностью.

3. Развить творческие способности и инициативу учащихся.

4. Развить внимательность, наблюдательность, коммуникативность и творческий интеллект учащихся.

Личностные (воспитательные):

1. Воспитать гуманное отношение к природе.

2. Выработать организаторские навыки, умение взаимодействовать в коллективе, соизмерять свои возможности с выбранным видом туристской деятельности.

3. Формировать эстетическое восприятие окружающего мира.

4. Развить силу, выносливость, координацию движений.

Отличительные особенности: данная программа предлагает возможность учащимся попробовать себя в любом виде туристской деятельности.

Возраст обучающихся участвующих в реализации данной программы составляет 10-13 лет.

Срок реализации - 2 года.

Форма обучения – очная с применением дистанционных технологий.

Формы поведения занятий:

- теоретические занятия; практические занятия.

Режим занятий: 1 раз в неделю 3 часа. Продолжительность занятия – 45 минут.
Методы оценки результатов освоения программы: опрос, анкетирование, наблюдение, выполнение контрольных заданий.

Формы оценки результатов освоения программы: соревнования, конкурсы разного уровня. Зачетные походы.

Ожидаемые результаты:

Предметные (образовательные):

1. Обучающиеся познакомятся с основными видами туризма: пешим, лыжным, горным, водным.

2. Обучающиеся будут знать о личном, групповом и специальном снаряжении, организации привалов и ночлегов и особенностях питания в походе.

3. Познакомятся с туристскими должностями в походе и будут выполнять свою обязанность в группе.

4. Будут знать о назначении и использовании топографических и спортивных карт и компаса, навигатора, уметь ориентироваться на местности с их помощью.

5. Познакомятся с историей родного края, рельефом, климатом, растительным и животным миром Карпинского района.

6. Будут владеть навыками гигиены тренировки и похода и оказания первой помощи при ушибах, потертостях, ссадинах, мозолях.

7. Будут уметь устанавливать палатку, правильно выбрать место для привала, составить меню и список продуктов для однодневного похода.

8. Уметь распознавать объекты на местности в соответствии с условными знаками топографических и спортивных карт.

Метапредметные (развивающие):

1. Сформирована потребность в здоровом образе жизни, в регулярных занятиях спортом.

2. Развита двигательная и познавательная активность учащихся в процессе занятий туристской деятельностью.

3. Творческие способности, инициатива, внимательность, наблюдательность, коммуникативность и творческий интеллект учащихся проявляются при участии в конкурсах и соревнованиях, походах.

Личностные (воспитательные):

1. В процессе учебно-тренировочных занятий, участия в соревнованиях разовьются силовые качества, выносливость, координация движений.

2. Обучающиеся осознанно проявляют в походах и на экскурсиях гуманное отношение к окружающему миру.

2. У обучающихся сформированы умения взаимодействовать в коллективе, соизмерять свои возможности с выбранным видом туристской деятельности, у части группы выработаны организаторские навыки

3. Эстетическое восприятие окружающего мира проявляется в процессе поиска видов для фотографирования, художественных зарисовок, участия в творческих конкурсах.

Для отслеживания результативности используется мониторинг:

стартовая диагностика – в форме тестирования;

промежуточная диагностика – в форме проведения городских соревнований «Школа безопасности»

итоговая диагностика – проводится в мае в форме городских соревнований «Техника пешего туризма» и в форме похода.

2. Учебно-тематический план

2 год обучения

№ п/п	Темы	Количество часов			Формы аттестации
		всего	теория	практика	
1.	Введение.	6	6	-	опросы
1.1.	Вводное занятие.	3	3	-	
1.2.	Воспитательная роль туризма. Инструктаж по ТБ.	3	3	-	
2.	Топографическая подготовка.	18	9	9	Практические зачеты
2.1.	Топографическая и спортивная карта.	6	3	3	
2.2.	Компас. Работа с компасом.	6	3	3	
2.3.	Измерение расстояний.	6	3	3	
3.	Ориентирование на местности.	18	9	9	Практические зачеты
3.1.	Способы ориентирования.	6	3	3	
3.2.	Ориентирование с помощью навигатора.	6	3	3	
3.3.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	6	3	3	
4.	Туристская подготовка.	18	9	9	Практические зачеты
4.1.	Личное и групповое туристское снаряжение.	6	3	3	
4.2.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	6	3	3	
4.3.	Питание в туристском походе	6	3	3	
5.	Пешеходный туризм.	12	6	6	Практические зачеты
5.1.	Тактика пешеходного туризма.	6	3	3	
5.2.	Техника пешеходного туризма.	6	3	3	
6.	Лыжный туризм.	9	3	6	Практический зачет
6.1 .	Техника лыжного туризма.	9	3	6	
7.	Горный туризм.	15	6	6	Практический зачет
7.1.	Снаряжение для пешеходного похода по горной местности.	6	3	3	
7.2.	Техника передвижения и страховки в горной местности.	3	-	3	
7.3.	Бивак и бивачные работы в горной местности.	6	3	3	

8.	Водный туризм.	12	6	6	Практический зачет
8.1.	Снаряжение для водного туризма.	6	3	3	
8.2.	Тактика водного туризма.	6	3	3	
9.	Основы гигиены и первая помощь	15	6	9	
9.1.	Личная гигиена туриста	3	3	-	
9.2.	Походная медицинская аптечка	3	-	3	Самостоятельная работа
9.3.	Основные приемы оказания первой помощи	6	3	3	
9.4.	Приемы транспортировки пострадавшего	3	-	3	
	ИТОГО:	114	51	63	

3. Содержание изучаемой программы

2-й год обучения

1. Введение.

1.1. Вводное занятие

Беседы о туризме и о работе учебной группы, цели и задачи второго года обучения.

Требования к участникам и руководителю, права и обязанности.

1.2. Воспитательная роль туризма

Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Ее роль в подготовке к защите Родины, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности. Духовные и физические возможности природной и социальной среды в развитии личности. Общественно-полезная работа.

Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе. Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств целеустремленности, настойчивости и упорства самостоятельности и инициативы, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Законы, правила нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива.

Инструктаж по технике безопасности.

2. Топографическая подготовка.

2.1. Топографическая и спортивная карта

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Какие карты лучше использовать при проведении походов.

Условные знаки топографических карт.

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивных карт, виды спортивных карт.

Условные знаки спортивных карт.

Изображение рельефа на топографических и спортивных картах.

Практические занятия:

Упражнения на запоминание условных знаков. Изучение элементов рельефа по моделям и на местности.

2.2. Компас. Работа с компасом

Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет.

Практические занятия:

Упражнения по определению азимута, снятие азимута с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты.

2.3. Измерение расстояний

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки.

Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Глазомерный способ измерения расстояния, необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Определение расстояния до недоступного предмета, высоты объекта, ширины реки, оврага.

Практические занятия:

Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счете шагов, измерение различных отрезков на карте и на местности. Прохождение и пробегание отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета, высоты объекта, определению ширины реки, оврага.

3. Ориентирование на местности.

3.1. Способы ориентирования

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, выдерживание общего заданного направления. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте.

Движение по легенде с помощью подробного текстового описания пути.

Практические занятия:

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению минимаршрута, движение по легенде.

3.2. Ориентирование с помощью навигатора.

Ориентирование с помощью навигатора в походе. Виды навигаторов. Общая характеристика GPS-навигации. Некоторые возможности GPS.

Практические занятия:

Занятия по практическому использованию навигаторов.

3.3. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.

Суточное движение солнца по небосводу. Определение азимута на солнце в разное время дня. Полярная звезда, ее нахождение.

Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Практические занятия:

Упражнения по определению азимута движения по тени от солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, действия по восстановлению местонахождения.

4. Туристская подготовка.

4.1. Личное и групповое туристское снаряжение

Перечень личного снаряжения для однодневного, двухдневного и трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование, рукавицы, ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Практические занятия:

Укладка рюкзаков подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним и ремонт.

4.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и т.д.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по развешиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток и костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы).

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров.

Меры безопасности при обращении с огнем и при заготовке дров.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Организация ночлегов в помещении.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Практические занятия:

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов.

Развешивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

4.3. Питание в туристском походе

Значение правильного питания в походе. Организация питания в однодневном походе

Организация питания в 2-3-дневном походе. Составление меню, списка продуктов.

Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Приготовление пищи на костре.

Практические занятия:

Составление меню и списка продуктов для похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

5. Пешеходный туризм.

5.1. Тактика пешеходного туризма.

Понятие тактики в пешеходном туризме. Причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика: роль объективных и субъективных факторов в возникновении аварийных ситуаций.

Виды и нормы нагрузок в летних пешеходных походах: весовые, скоростные, временные нагрузки. Значение дисциплины в походе.

Понятие о линейной, кольцевой и радиальной схеме построения «нитки» маршрута. Учет непредвиденных обстоятельств.

5.2. Техника пешеходного туризма.

Основные приемы страховки. Узлы.

Основные и вспомогательные веревки. Карабины.

Правила прохождения технических этапов туристской полосы препятствий.

Практические занятия:

Вязание узлов на время. Надевание страховочной системы на время.

Прохождения технических этапов туристской полосы препятствий.

6. Лыжный туризм.

6.1. Техника лыжного туризма

Выбор лыж. Различные крепления. Личное и групповое снаряжение для лыжного похода. Одежда и обувь туриста лыжника. Подготовка лыж к использованию.

Практические занятия:

Ходьба на лыжах по ровной местности.

Спуски, подъёмы, переправа горизонтальным маятником. Тропление лыжни и установка палатки с помощью лыж и лыжных палок. Остановка падением. Лавинно-опасный участок.

Страховка, самостраховка и меры по обеспечению безопасности.

Транспортировка пострадавшего с помощью волокуш.

7. Горный туризм.

7.1. Снаряжение для похода по горной местности

Групповое и личное снаряжение. Бивачное снаряжение (палатки, спальные мешки, теплоизоляционные подстилки, влагоизоляция, кухонные, очаговые принадлежности). Одежда, обувь туриста.

Практические занятия:

Знакомство со снаряжением для походов по горной местности.

7.2. Техника передвижения и страховки в горной местности.

Виды страховки.

Снаряжение для обеспечения безопасности: ледоруб (альпеншток), основная и вспомогательная веревки, репшнуры, карабины, солнцезащитные очки.

Обязанности туриста во время страховки. Узлы, применяемые в горном туризме. Их назначение и применение.

Приемы страховки в зависимости от характера маршрута (страховка через плечо, сидя, через поясицу, выступ, крюк, ледоруб, комбинированная страховка).

Практические занятия:

Вязка узлов, применяемых в горном туризме.

7.3. Бивак и бивачные работы в горной местности.

Требования к биваку в горной местности. Последовательность проведения бивачных работ, их распределение среди участников группы. Сушка одежды и обуви. Работа дежурного и костровых.

Практические занятия:

Разбивка бивака на местности с соблюдением всех требований (особенности безопасной зоны бивака, размещения лагеря и костра).

Соревнование костровых.

8. Водный туризм.

8.1.Снаряжение для водного туризма.

Личное и групповое снаряжение в водном походе. Ремонт и изготовление: ремонтный набор для водного похода, ремонт катамаранов и байдарок. Быт в походе, привалы и ночлеги: установка палаток, установка судов на ночь, снятие лагеря, организация сушки одежды, обуви, снаряжения, типы и виды костров, костровое имущество.

8.2.Тактика и техника водного туризма.

Понятие о тактике в водном путешествии, комплектование экипажей, походный порядок судов. Движение при плохой видимости. Обеспечение безопасности в походе. Виды аварий, их причины. Анализ характерных аварийных случаев в водном туризме. Обязанности участников похода в обеспечении безопасности.

Техника движения: техника гребли на катамаранах.

Узлы, применяемые в водном туризме.

Практические занятия:

Укладка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним и ремонт.

Вязание узлов.

9. Основы гигиены и оказание первой помощи.

9.1. Личная гигиена туриста

Понятие о гигиене. Умывание, обтирание, парная, баня, душ, купание. Гигиена обуви и одежды.

Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Практические занятия:

Разучивание комплекса упражнений гимнастики.

9.2. Походная аптечка

Состав аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Состав аптечки для походов выходного дня и многодневных походов.

Личная аптечка туриста.

Практические занятия:

Формирование походной медицинской аптечки.

9.3. Основные приемы оказания первой помощи

Практические занятия:

Оказание первой помощи: при различных травмах, тепловом и солнечном ударе, ожогах, утопающему, обмороженному, при респираторных и простудных заболеваниях, при укусах насекомых, при пищевых отравлениях, желудочных заболеваниях.

9.4 Приемы транспортировки пострадавшего

Практические занятия:

Разучивание различных способов транспортировки пострадавшего: на рюкзаке с палкой, в рюкзаке на веревке, вдвоем на поперечных палках, переноска вдвоем на

шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок. Изготовление носилок, волокуш.

4. Обеспечение программы

Помещение:

Учебный кабинет, оборудованный: стендами, отображающими тематику программы, библиотекой учебно-методической литературы; инвентарь и снаряжение индивидуального и группового характера.

Раздаточный материал:

- Набор топографических карт;
- компасы жидкостные;
- набор карточек для развития зрительной памяти;
- набор карточек для определения азимута;
- набор карточек для вязки туристских узлов;
- карточек по топографическим знакам;
- набор карточек по личному и групповому снаряжению;
- набор карточек для занятий по ориентированию в помещении;
- курвиметр.

Методические пособия:

- «Организация и проведение краеведческой работы в туристских походах»,
- «Краткий справочник юного туриста»,
- «Занимательная топография и ориентирование»;

Методические разработки:

- «Что такое азимут и как его определить»,
- «Компас, правила пользования им»,
- «Собираемся в поход. Как подобрать костровое снаряжение»,
- «Личное и групповое снаряжение»,
- «Наложение повязок»,
- «Как ориентироваться в лесу по солнцу и часам»,
- «Специальное снаряжение туристов»,
- «Топография»,
- «Бивак».

Наглядные пособия:

По темам - «Личное и групповое снаряжение», «Компас»; «Специальное снаряжение туристов», «Топографические знаки», «Как связать носилки», «Организация и снятие перил способом «сдерг» и «кольцевание» с маркировкой веревки»;

Плакаты:

«Туристские узлы»,
«Топографические знаки».

Снаряжение, специальное оборудование, инструменты:

Походная аптечка;
Ремонтный набор;
Палатки туристские;

Рюкзаки;
Коврики туристские;
Тенты;
Туристские котлы;
Пила, топор;
Спальные мешки;
Веревки основная;
Веревка вспомогательная;
Страховочные системы;
Каски; карабины;
Спусковые устройства типа «лепесток», «восьмерка»;
Приспособление для подъема «жумары»;
блокировки;
лыжи, лыжные палки, лыжные ботинки;
Катамаран;
Весла;
Спасательные жилеты;
Приспособление для волокуш.

5. Список литературы

1. Волков Н. Спортивные походы в горах. - Издательство, «Физкультура и спорт», Москва.1994.
2. Колесникова А.В. Спортивное ориентирование. -2002.
3. Константинов Ю.С.. Ориентирование как образ жизни.- Москва,2007.
4. Константинов Ю.С. Туристские спортивные маршруты.- Москва, профиздат.1987.
- 5.Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Изд. 2-е. - м.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
6. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. -М.: ЦДЮТиК, 2005.
7. Кодыш Э.Н.. Соревнования туристов.- Издательство, «Физкультура и спорт», Москва.1990.
8. Кодыш Э.Н.. Туристские слеты и соревнования.- Москва, профиздат.1984.
9. Лукоянов П.И.. Зимние спортивные походы. .- Издательство, «Физкультура и спорт», Москва.1979.
10. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы.- Издательство, «Физкультура и спорт», Москва.1981.
11. Моргунов Б.П..Туризм.- Москва, Просвещение.1978.
- 12.Словарь юного туриста. Сост. В.М.Куликов, Л.М.Ротштейн. Ю.В.Константинова. - М.: ФЦДЮТик. 2004.
- 13.СтоляренкоА.М. Экстремальная психопедагогика. - М.: 2002.

Оценочные материалы.

Входящий мониторинг в объединение «Школа туризма»

Критерии мониторинга	Фамилия, имя
Знают что такое туризм	3
Умеют вязать узлы	3
Понимают, для чего нужен компас	2
Знают типы и виды костров	2
Согласны соблюдать здоровый образ жизни	2
Понимают суть туристских выражений и понятий	2

1- критерий почти не выражен

2- Выражен слабо

3- Выражен в полной мере

Тест промежуточного мониторинга.

Ф.И. обучающегося _____

1.С какой сторону горизонта от церкви расположены колокольни православных церквей?

- 1.на север
- 2.на запад
3. на восток

2.Куда указывает ребро между двумя наименьшими цифрами на квартальном столбе?

1. на восток
2. на юг
- 3.на север

3.Если в местный полдень стать спиной к солнцу, то тень указывает....

- 1.на север
2. юг
- 3.запад

4. Какой предмет из списка снаряжения не относится к групповому снаряжению?

- 1.Фонарь
2. топор
3. компас.

5. Какую породу деревьев лучше использовать для костра:

1. Осину
2. Сосну
3. Ель

6. Критерием сушки обуви следует признать нагрев поверхности ботинок до:

- 1.50-60 градусов
2. 30-35 градусов
3. 40-45 градусов

7. Каким обязательным требованиям должно соответствовать предполагаемое место бивака?

- 1.Наличие дров, вдали от населённого пункта, наличие воды
- 2.Наличие дров, воды, безопасное место
- 3.наличие дров, живописное место, расположено выше по течению реки от населённого пункта

8. Что нельзя делать при обморожении?

- 1.На обмороженные участки кожи наложить повязку
- 2.Растереть обмороженный участок тела
3. Дать пострадавшему горячее питьё

9. Самое удобное движение группы в походе:

- 1.Цепочкой – в колонну по одному
2. По парам
3. Идти как угодно

10. Как безопаснее рубить сучья у лежащего дерева:

- а) стоять на той же стороне, что и ветки;
- б) стоять на другой стороне от веток;
- в) дерево между ног.

11. Если группа идет вдоль шоссе, то надо:

- а) идти всем вместе строем по одному;
- б) идти с большим интервалом между участниками, растянуться вдоль шоссе;
- в) идти плотной группой, взявшись за руки.

12. К какой группе узлов относится узел восьмёрка:

1. Узлы для крепления веревки к опоре
2. Проводники
3. Узлы, для связывания веревок разного диаметра

13. Какие описания не относятся к признакам устойчивого сохранения хорошей погоды:

1. В течение дня температура воздуха резко меняется: днем жарко, ночью прохладно.
2. Вечером и ночью в лесу заметно теплее, чем на открытом месте, а в низине заметно прохладнее.
3. В лесу и в поле, в низинах вечером одинаково тепло.

15. К какой группе карт относится карта масштаба 1:10000:

- 1.Мелкомасштабные
- 2.Среднемасштабные
- 3.Крупномасштабные

Тест по правилам безопасности во время ночлега в полевых условиях.

3.1. Вы ищите место для ночлега в летнем походе. В первую очередь оно должно быть:

- а) рядом с водой;
- б) рядом с дровами;
- в) подальше от людей.

3.2. Воду из ручья можно пить, если она:

- а) прозрачная;
- б) мутная;
- в) на поверхности - пена;
- г) на поверхности - мусор (хвоя, ветки).

3.3. Воду из озера, реки:

- а) можно сразу же пить;
- б) сначала нагреть, потом пить;
- в) сначала прокипятить, потом пить.

3.4. Если для очистки воды использовать раствор марганцовки, то цвет раствора должен быть:

- а) бледно-розовый;
- б) красный;
- в) темно-красный.

3.5. Если Вы увидели змею, что лучше сделать:

- а) громко закричать;
- б) тихо уйти, не привлекая внимания;
- в) топая ногами, дать ей уползти.

3.6. Как лучше завалить дерево толщиной свыше 20 см:

- а) спилить;
- б) срубить;
- в) раскачать руками.

3.7. Как правильно спилить дерево:

- а) пилить с той стороны, куда оно должно упасть;
- б) пилить с противоположной стороны, куда оно должно упасть;
- в) подпилить с любой стороны, потом толкать руками в нужную сторону.

3.8. Если при пилке дерева оно начало падать, надо:

- а) руками толкать его в нужную сторону;
- б) отойти подальше;
- в) отклонять в сторону деревьев, растущие на пути падения.

3.9. Как безопаснее рубить сучья у лежащего дерева:

- а) стоять на той же стороне, что и ветки;
- б) стоять на другой стороне от веток;
- в) дерево между ног.

3.10. На месте Вашего лагеря (около палаток) много сухостойных деревьев. Что с ними стоит сделать:

- а) спилить все;
- б) оставить их в запас;
- в) переставить лагерь в другое место.

3.11. На каком расстоянии от деревьев должен быть костер:

- а) 1 м;
- б) 3 м;
- в) 5 м.

3.12. В летнем походе дежурный у костра одевает:

- а) шорты, шапочка;
- б) обувь, рукавицы;
- в) обувь, брюки, рубашка, рукавицы, шапочка.

ОТВЕТЫ к тестам на знание правил безопасности

Вопрос	Ответ	Комментарии
1.1.	в	Чтобы дать возможность всей группе войти в вагон, надо стремиться всем не задерживаясь, проходить в середину.
1.2.	б	Активные игры и бег по платформе небезопасны
1.3.	в	Безопаснее стоять от края платформы дальше 1 м
1.4.	в	Если сложить все рюкзаки в одно место, группа займет в автобусе меньше место, свободнее разместится в нем
1.5.	в	Лучше сидеть на рюкзаке или коврик, при этом можно меняться с

		другими участниками местами
1.6.	в	Надежнее сложить компактно все рюкзаки в одно место
2.1.	а	Вдоль шоссе безопаснее идти по левой обочине навстречу движению транспорта
2.2.	в	Вдоль шоссе безопаснее идти всем вместе строем по одному.
2.3.	в	Группа шоссе переходит, построившись шеренгой, по команде руководителя.
2.4.	б	Безопаснее ходить по незнакомому городу всем вместе или разбившись на отдельные группы
2.5.	а	Не хочешь конфликта с местным населением - уважай их обычаи и особенности культуры, не провоцируй на конфликт
2.6.	б	Самое правильное - ждать на том месте, где отстал от группы.
3.1.	в	Самое важное - безопасность от людей
3.2.	а	Мутный цвет, пена на поверхности воды говорят о возможном загрязнении.
3.3.	в	Только кипятить
3.4.	а	Красный и темно-красный растворы нельзя употреблять для питья. Для очистки бледно-розовый раствор марганцовки в воде должен постоять 15 минут, грязь выпадет в осадок. Такая вода все равно нуждается в кипячении.
3.5.	в	Топая ногами, мы даем возможность змее самой уползти
3.6.	а	Проще, легче, безопаснее спилить такое дерево
3.7.	б	Пилить и рубить необходимо с противоположной стороны
3.8.	б	Конечно, лучше отойти; толкая ствол можно получить удар отскочившего от земли комля.
3.9.	б	Безопаснее стоять на другой стороне дерева.
3.10.	а	Каждое такое сухостойное дерево может упасть на палатку или костровую площадку, придется спилить их все. А если деревьев много или лагерь большой - лучше уйти в другое место.
3.11.	в	Костер не должен быть на корнях и под кроной деревьев, обычно, это расстояние больше 3 м от дерева.
3.12.	в	Одежда и обувь дежурного у костра должна защитить его от пламени, углей и искр костра. Рукавицы нужны, что бы подкладывать дрова в костер, снимать посуду и т.п.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575794

Владелец Якимова Наталья Викторовна

Действителен с 17.03.2021 по 17.03.2022