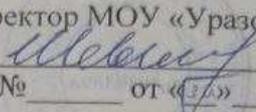


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Уразовская средняя общеобразовательная школа №2» Валуйского района
Белгородской области

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ «Уразовская СОШ №2»
 О. А. Шевченко
Пр. № _____ от «07» августа 2023 г.

**ПРОГРАММА
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ДЕТЕЙ «ЮНЫЕ ТУРИСТЫ»
На год обучения, возраст обучающихся 13-14 лет**

Составитель:
педагог дополнительного
образования Юрьева К. А.

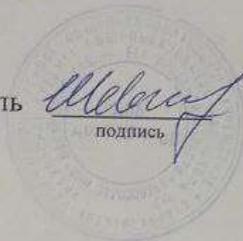
Уразово, 2023 год

Программа кружка разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования (стандарты второго поколения), а также программой внеурочной деятельности «Туристско - краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой.

Программа рассмотрена на заседании педагогического совета

От «30» августа 2023 г., протокол № 1

Председатель  Шевченко О. А.
подпись Ф.И.О.



Пояснительная записка

Рабочая программа «Юные туристы» туристской направленности составлена с учетом нормативных требований к программам дополнительного образования, на основе существующих федеральных программ данного вида деятельности. Вид программы: модифицированная, вариативная.

Пешеходный туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят, как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. При этом пешеходный туризм не является капиталоемким видом деятельности, для занятий им не требуется дополнительного дорогостоящего оборудования, такого, как, например, для занятий альпинизмом или велосипедным туризмом.

Главная задача объединения пешеходного туризма удовлетворить естественную потребность воспитанников в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему, преданность народу и земле, на которой им посчастливилось родиться.

Актуальность программы: туристско-краеведческая деятельность, как одно из направлений дополнительного образования, выступает комплексным средством всестороннего развития личности, ее эффективной самореализации в обществе. Развитие туристско-краеведческой деятельности в системе образования исторически обусловлено социально-экономическими процессами, происходящими в обществе, запросами семьи и самого ребенка. Разнообразные формы деятельности обеспечивают комплексный характер в обучении, воспитании и оздоровлении детей, в ней заложены широкие возможности для творческой самодеятельности - спортивной, научной, художественной, технической, социальной и др.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь своей Малой Родины, занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов. Отмечено, что учащиеся, входящие в состав туристской группы, стараются вести здоровый образ жизни, реже совершают поступки асоциального характера.

Данная программа разработана с учетом программ кружков по туризму, спортивному ориентированию (2007г), «Система туристско-краеведческой деятельности в школе. Теория и практика дополнительного образования»/ М.: «Просвещение» (Константинов Ю. С. 2010), «Юные инструкторы туризма» (Маслов А.Г., 2002г).

Отличительной особенностью этой программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Программа

предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой.

Новизна программы предполагает тесную связь с родителями воспитанников. В сетку часов включены отработки технических приемов совместно для детей и их родителей, на которых воспитанники являются «судьями» и «постановщиками дистанции» для родителей в личном зачете на мини-соревнованиях, которые не включены в сетку.

Цели программы:

- совершенствование нравственного и физического воспитания учащихся средствами пешеходного туризма, подготовка специалиста в области спортивного туризма и туристского многоборья, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края;

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;

Возраст обучающихся детей и психофизические особенности данного возраста.

Возраст обучающихся детей по программе составляет 12 - 14 лет. Для воспитанников этого возраста характерны живой интерес к окружающей жизни, жажда ее познания, огромная восприимчивость к тому, что он узнает самостоятельно и от взрослых. У детей этого возраста заметно повышается произвольность психических процессов – восприятия, мышления и речи, внимания, памяти, воображения. Внимание становится более сосредоточенным, устойчивым (ребенок способен им управлять), в связи с этим развивается способность запоминать: мобилизуя волю, ребенок сознательно старается запомнить правила, последовательность действий при выполнении заданий и т.п.

Поведение становится более целенаправленным, целеустремленным.

Комплектовать состав первого года обучения следует из ребят 12 - 13, второго и третьего года обучения из ребят 14 лет.

Сроки реализации программы

Программа занятий рассчитана на год обучения – 34 часа (1 час в неделю) с обязательным прохождением зачетных походов, участием и судейством районных туристских мероприятий.

Этапы работы по программе:

1 этап (начальный)

1 – 2 четверть обучения

Получение начальных туристских навыков

2 этап (основной)

3 четверть обучения

Овладение туристских навыков. Участие в походах.

3 этап (завершающий)

4 четверть обучения

Закрепление и совершенствование туристских навыков. Участие в походах.

Планируемые результаты

Положительными результатами работы педагога по данной программе можно считать: сохранение контингента учащихся на всем протяжении обучения (состав группы изменился менее чем на 30%):

- уменьшение числа воспитанников, состоящих на различных видах профилактического учета;
- постоянный рост спортивно-технического мастерства;
- сохранение и повышение уровня успеваемости по предметам школьной программы.

1. Гражданин. Национальная гордость, патриотизм. Общественная дисциплина и культура общения. Бережное отношение к природе и традициям. Уважение прав и культуры других наций. Честность, правдивость, чуткость, милосердие.

2. Семьянин. Тактичность. Культура общения. Опрятность. Стремление к ЗОЖ. Умение организовать досуг. Забота о младших и слабых. Уважение к пожилым. Знание гигиенических навыков.

3. Профессионал. Работоспособность. Организованность. Творческое и эстетическое отношение к труду. Стремление сделать дело качественно. Умение трудиться сообща. Инициативность. Самостоятельность. Самообслуживание.

В результате 1 года обучения по данной программе, учащиеся должны:

- получить навыки подготовки к походу;
- уметь ставить палатку;
- оборудовать бивак;
- преодолевать простые природные и искусственные препятствия;
- иметь навыки туристской техники;
- иметь навыки участия в туристско-спортивных мероприятиях в составе команды; иметь опыт участия в походе в летний период.

Способы оценки результатов

Для оценки качества знаний, умений и навыков воспитанников следует проводить различного рода контрольно-проверочные мероприятия. Так в конце обучения следует проводить зачет по теоретическому курсу с проверкой знаний по изученным дисциплинам.

В связи с этим целесообразно для контроля практических навыков использовать проектную методику. То есть предложить воспитанникам самостоятельно разработать маршрут похода по заданному району и в заданные сроки. А для того, чтобы воспитанники имели представление о том, куда и как можно пойти в поход, следует в рамках изучения темы «Родной край. Охрана природы. Провести семинар по районам путешествий. Важно, чтобы воспитанники самостоятельно подготовили сообщения о выбранных

районах, а помощь педагога заключалась бы в подборе иллюстративного и демонстрационного материала.

Формы предъявления и оценки результатов

Основными формами предъявления и оценки результатов являются: участие в соревнованиях, конкурсах, спортивному ориентированию; оформление краевой краеведческой картотеки; походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов) и пр.

Содержание программы

1. Вводное занятие. Обеспечение безопасности. Особенности пешеходного туризма - (1час).

Теория: Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоемов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнем. Правила обращения с опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста. Неписанные этические правила туристов: трудовая этика туриста, распределения общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к пожилым людям и тимуровская работа, отношение к природе

2. Спортивно туристское многоборье (22 часа)

Теория: Спортивное туристское снаряжение. Узлы, их назначение и применение. Страховки и самостраховки. Преодоление препятствий. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по веревке с периллами(параллельные перила). Подъем по склону по перилам спортивным способом. Спуск по склону по перилам спортивным способом. Подъем по склону по судейским перилам с самостраховкой. Спуск по склону по судейским перилам с самостраховкой. Навесная переправа

3. Спортивное ориентирование (17 часов)

Теория: Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды, обуви. Техника ориентирования. Измерение расстояния на местности(шагами, по времени, визуально). Спортивный компас. Приемы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движение по азимуту. Определение и контроль направления с помощью компаса и карты, по объектам местности. Разновидности карт: топографические, спортивные. Спортивное снаряжение. Правила соревнования.

4. Спортивные походы (28 часов)

Теория: Пешеходный, лыжный, горный, водный спортивные походы, комбинированные. Протяженность спортивных походов, локальные и протяженные препятствия, категория сложности спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов. Ориентирование на маршруте. Хронометраж маршрута. Краеведение на маршруте. Маршрутно-квалификационная комиссия, маршрутная книжка и маршрутный лист, отчет о спортивном походе в МКК. Спортивные значки и

разряды. Подготовка и проведение похода по местам боев советской армии и ВОВ: изучение исторических событий на местности, встречи с местными старожилами, посещение школьных и сельских музеев, благоустройство братских могил. Подведение итогов похода, подготовка фотоотчета, технического и краеведческого описания маршрута. Ознакомление с собранным краеведческим материалом других учащихся.

Учебный план

№	Наименование темы	Количество часов
1.	Вводное занятие.	1 ч.
	Обеспечение безопасности.	
	Особенности пешеходного туризма	
2.	Спортивно туристское многоборье	22 ч.
	Спортивное туристское снаряжение.	
	Узлы, их назначение и применение	
	Страховки и самостраховки.	
3.	Спортивное ориентирование	17 ч.
	Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды, обуви.	
	Техника ориентирования.	
	Измерение расстояния на местности(шагами, по времени, визуально).	
4.	Спортивные походы	28 ч.
	Пешеходный, лыжный, горный, водный спортивные походы, комбинированные.	
	Протяженность спортивных походов, локальные и протяженные препятствия, категория сложности спортивных походов.	

Учебно-тематический план

№ п/п	Раздел программы и темы занятий	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			Теоретические занятия	Практические занятия	
1	Инструктаж по ТБ. Трудовая этика туриста. Туристское снаряжение(личное, групповое).	1	1	-	Инструктаж
2	Спортивное туристское	1	1	1	

	снаряжение				
3	Узлы, их назначение и применение	1	1	1	
4	Страховки и само страховки	1	1	1	
5	Преодоление препятствий	1	-	1	
6	Горизонтальный и вертикальный маятник	1	-	1	
7	Переправа по веревке с периллами(параллельные перила)	1	-	1	
8	Подъем по склону по перилам спортивным способом	1	-	1	
9	Спуск по склону по перилам спортивным способом	1	-	1	
10	Подъем по склону по судейским перилам с само страховкой	1	-	1	
11	Спуск по склону по судейским перилам с само страховкой	1	-	1	
12	Навесная переправа	1	-	1	
13	Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды, обуви	1	1	-	тест
14	Техника ориентирования	1	1	1	
15	Измерение расстояния на местности(шагами, по времени, визуально)	1	-	1	
16	Спортивный компас. Приемы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния.	1	-	1	
17	Движение по азимуту. Определение и контроль направления с помощью компаса и	1	-	1	

	карты, по объектам местности.				
18	Разновидности карт: топографические, спортивные	1	1	-	
19	Спортивное снаряжение.	1	1	1	
20	Правила соревнования	1	1	-	
21	Пешеходный, лыжный, горный, водный спортивные походы, комбинированные	1	1	1	Весёлый старт
22	Протяженность спортивных походов, локальные и протяженные препятствия, категория сложности спортивных походов	1	1	-	Полоса препятствий
23	Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов	1	1	-	
24	Ориентирование на маршруте	1	-	1	
25	Хронометраж маршрута	1	1	-	
26	Краеведение на маршруте	1	1	1	
27	Маршрутно-квалификационная комиссия, маршрутная книжка и маршрутный лист, отчет о спортивном походе в МКК	1	1	-	
28	Спортивные значки и разряды	1	1	-	

29	Подготовка и проведение похода по местам боев советской армии и ВОВ: изучение исторических событий на местности, встречи с местными старожилками, посещение школьных и сельских музеев, благоустройство братских могил	2	-	2	
30	Подведение итогов похода, подготовка фотоотчета, технического и краеведческого описания маршрута.	1	-	1	
31	Ознакомление с собранным краеведческим материалом других учащихся.	1	1	-	
	Итого:	32	17	23	

Календарный учебный график

1	Продолжительность освоения программы	1 год
2	Начало освоения программы	01.09.2023
3	Окончание освоения программы	31.05.2024
4	Входной (вводный) мониторинг (входное обследование уровня подготовленности обучающихся)	02.10.23 - 13.10.23
5	Текущий контроль освоения программы	В течении всего периода освоения программы
6	Продолжительность учебного года	34 недели
7	Регламентирование образовательного процесса (режим работы объединения)	1 день в неделю по 1 занятию С 15.00 до 17.00 Продолжительность занятия – 30 минут
8	Выходные и праздничные дни	Зимние с 1 по 9 января; 4 ноября – День народного единства;

		1,2,3,4,5,6, и 8 января – Новогодние каникулы; 7 января – Рождество Христово; 23 февраля – день защитника Отечества 8 марта – международный женский день
9	Сроки промежуточной аттестации освоения программного материала обучающихся	20 декабря 2023 г. – 15 мая по 25 мая 2024 г.
10	Дата итоговой аттестации освоения программы (дата итогового занятия)	25 мая 2024 г.

Формы аттестации и оценочные материалы

Программа года занятий рассчитаны на 34 учебных часа, включая беседы по теории, практические занятия в помещении и на местности (в том числе, подготовку походов и подведение их итогов), а также проведение учебно-тренировочных походов и сборов.

Летние зачетные походы в сетку часов не включены.

Режим работы туристского объединения по программе «Пешеходный туризм» в течение учебного года в его различные периоды не одинаков: как правило, ребята собираются на занятия 1 раза в неделю в определенный день и час.

В среднем один раз в месяц организуются экскурсии, практические занятия на местности (тренировки), походы выходного дня, участие в соревнованиях, учебные походы на 12 дней. Более продолжительные походы проводятся в каникулярные периоды. Кроме того, занятия могут проходить по группам (работа штаба, хозгруппы, редколлегии отчета о походе и т. п.) и индивидуально (работа с докладчиками, проводниками, казначеем, с фотографом и т. п.).

При проведении практических занятий на местности в пределах населенного пункта занятие может быть продлено до 4 часов. При проведении практических занятий в форме учебно-тренировочных выходов, продолжительность занятий считается 8 часов за одни сутки нахождения вне населенного пункта.

Продолжительность теоретических занятий 3 часа. 3-х часовая форма занятий используется не только для удобства заполнения журнала. Программа предусматривает одно, двухдневные походы в первый год обучения, в последующие года – двух, трех дневные походы, учебно-тренировочные выходы. Надо учитывать и степень подготовленности ребят. На первом году обучения в связи с разным уровнем начальных знаний педагогом применяется разноуровневая подготовка.

Основными формами предъявления и оценки результатов являются: участие в соревнованиях, конкурсах, спортивному ориентированию; оформление краевой краеведческой картотеки; походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов) и пр.

Методическое обеспечение:

Процесс обучения идет по спирали: возвращаясь к старым темам, ребята глубже знакомятся с историей развития туризма в России, с современной организацией его в стране, углубляют знания правил организации самостоятельных походов, детальнее

изучают вопросы топографии и ориентирования, техники и тактики пешеходного туризма, вопросы туристского хозяйства, гигиены и медицинской помощи в походных условиях.

Здесь особенно важно не только научить ребят, привить им те или иные туристские навыки, но и морально подготовить их к преодолению любых трудностей и лишений в пути, к умению брать на себя большую часть работы, воспитать готовность каждого в любой момент прийти на помощь товарищу.

В прохождении многих тем программы полезно использовать игровую, соревновательную форму, которая даст возможность ребятам как-то проявить свои знания и умения: решение задач на сообразительность, упражнения по топографии, конкурсы, викторины по краеведению, соревнования на местности по технике пешеходного туризма и ориентированию.

Для получения наилучшего образовательного результата следует устранить причины, вызывающие затруднения у учащихся, получающих те или иные знания, навыки и умения с учетом индивидуальных особенностей. Возможно, более удачными методами на первых этапах и первых занятиях могут быть туристские экскурсии на 4 часа или однодневные выезды в горно-лесную зону. Вне школьных стен у учащихся по-разному формируются и складываются взаимоотношения друг с другом, устанавливается дружеская или натянутая атмосфера; по-разному проявляется чувство взаимопомощи и проявляется желание передачи личного опыта, если он есть.

Для проведения некоторых занятий, мероприятий могут приглашаться отдельные специалисты: учителя географии, истории, биологии, педагоги дополнительного образования Дома детского творчества и т.д., занятия могут проводиться как в помещении, спортивном зале, так и в природе, что очень важно для совершенствования туристских навыков.

Хорошо, если в объединении заведен альбом «Летопись туристской группы» или на стене в помещении, где постоянно собирается кружок, оборудован специальный «Уголок туристского объединения».

Нередко руководители для воспитания коллектива проводят конкурсы на лучшее название туристской группы, ее эмблему, устав (или законы). Все это способствует созданию дружного, сплоченного коллектива.

Обязанности между участниками похода следует распределять так, чтобы каждый был занят посильным и интересным для него делом. «Поход готовят все! В походе работают все!» заповедь участников кружка пешеходного туризма.

Практические занятия и учебно-тренировочные походы надо строить так, чтобы ребята научились все делать самостоятельно. Очень важно, чтобы они привыкли быстро, дружно, толково работать на биваке и на препятствиях, не прятались бы за спины товарищей.

Занятия по ряду отдельных тем программы (в первую очередь по краеведческому разделу) полезно проводить в форме докладов (рефератов), составленных кружковцами самостоятельно. Руководитель, конечно, должен помочь докладчикам в подготовке этих выступлений, а затем и дополнить их после прочтения на кружке. Хорошие результаты может дать и привлечение к занятиям по отдельным темам или даже разделам краеведов, медиков, топографов и т. п.

Надо добиваться, чтобы практические занятия были всегда тесно увязаны с прохождением теории каждого раздела программы, чтобы собственный опыт практических действий ребят дополнял и закреплял рассказ руководителя.

Необходимо, чтобы каждый ученик имел тетрадь для занятий и походный блокнот и аккуратно вел записи в них.

Основная цель тренировочных походов – приспособление организма к походным условиям. Привыкание к нагрузке (выносливость): постепенность, систематичность, использование разнообразных средств для этого. Зависимость вида тренировок от характера предстоящего похода.

Летний зачетный не категорийный поход готовится в течение всего года. Во время этого похода обучающиеся выполняют краеведческую работу, совершают экскурсии на различные объекты своего края, ведут путевые записи, фотографируют достопримечательности и т. д.

Зачетный поход завершающий этап в освоении ребятами основных элементов туристской техники и навыков походного быта. Здесь следует уделить специальное внимание отработке таких элементов туристской техники, как:

- установка туристских палаток в обычных условиях и на скорость, разведение костра в различных погодных условиях,
- переход через реку по бревну и вброд, ориентирование по карте, компасу и звездам,
- ходьба по заболоченной местности, по густому мелколесью, подъемы и спуски по заселенным склонам,
- определение сторон горизонта по местным признакам и по солнцу.

За время похода членами группы должна быть хорошо освоена система организации движения по маршруту и походного бивачного быта: правильная укладка рюкзака, варка пищи, мытье посуды, личная гигиена, заготовка топлива и т. п.

Во время учебно-тренировочных походов необходимо отработать: движение колонной, правила и режим пешего и лыжного движения, выполнение общественных поручений в группе по организационному и хозяйственному самообеспечению, преодоление различных естественных препятствий (подъемы, спуски по заселенным, травянистым, песчаным,

каменистым склонам, движение через густой подлесок, по заболоченной местности, переправы по бревнам, кладям, камням, броды). Страховка и самостраховка. Развертывание и свертывание бивака. Использование карты и компаса, сличение карты с местностью, ведение группы по заданному азимуту. Ориентирование по небесным светилам днем и в сумерках. Проведение наблюдений, вычерчивание схем, нанесение дополнений и исправлений на карту, фотографирование, ведение записей, составление описания пути движения и интересных объектов, организация и проведение экскурсий, сбор экспонатов.

Подведение итогов можно проводить в форме устных или письменных высказываний каждого участника похода о его результатах, о тех или иных случаях, о товарищах.

Организационно – педагогические условия

Требования к квалификации: высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или в области, соответствующей преподаваемому предмету, без предъявления требований к стажу работы, либо высшее профессиональное образование или среднее профессиональное образование и дополнительная профессиональная подготовка по направлению деятельности в образовательном учреждении без предъявления требований к стажу работы.

Материально-техническое обеспечение для успешного выполнения программы:

Программа учебной дисциплины «Пешеходный туризм» предполагает наличие у команды (секции, кружка) необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного (хозяйственного, медаптечки и пр.), обзорные карты края; кроки, схемы; топографические и спортивные карты всех масштабов; компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки, бивуачное и спец. тур. снаряжение.

Туристское снаряжение: Рюкзак – 6 шт.

Спальный мешок - 6 шт. Турковрики - 6 шт.

Система страховочная - 6 пар. Палатки - 5 шт.

Топор, котелки, пила, канистры, примуса, лопата. Аптечка - 2 набора

Компаса жидкостные - 3 шт.

Веревка основная (40 м) - 2 шт.

Веревка вспомогательная (40 м.) - 1 шт. Карабин туристский с муфтой - 12 шт. Фонарь - 4 шт.

Предполагается, что у педагога имеется в наличии разнообразный дидактический и методический материал.

Дидактический материал в электронном виде, раздаточный материал:

1. Учебные материалы (тесты)

2. Карты

3. Учебные пособия для детей (таблицы)

4. Раздаточный материал (веревки, карабины, обвязки) Аудио - видео средства туристские, спортивные.

5. Методический материал.

6. Методическая разработка:

- «Оздоровительная функция самодеятельного туризма» Методические рекомендации для судей и участников соревнований Методические рекомендации в помощь тренеру, спортсмену Методическая разработка занятия

- «Подготовка к походу» Методическая разработка занятия

- «Как жить сегодня, чтобы увидеть завтра» Рекомендуемые экскурсии Валуйского района

Видеофильмы на экологическую тему, как выживать в природе, краеведческая тематика и др.

Список литературы

1. Федеральная образовательная программа. Программа внеурочной деятельности.
2. Сборник материалов по организации туристской и краеведческой работы для вожатых общеобразовательных учреждений. - М.:МГДД (Ю)Т, 2010.-96с.
3. Опыт и проблемы формирования исследовательских умений школьников во взаимосвязи урочной и внеурочной деятельности: учебное пособие / Под редакцией В.А. Горского. - М.,2013.
4. Озеров А.Г. Исследовательская деятельность учащихся в природе. Учебно-методическое пособие. – М.: МО и НРФ ФАО ФЦДЮиК, 2005.
5. Ковалева Н.Н. Оскола старого слобода Ямская. - Старый Оскол, 2002.
6. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися (Текст) / Под общ. ред. М.М. Бостанджогло. – Министерство образования и науки Российской Федерации, ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения Российской Федерации». – М.: Изд-во «Канцлер», 2015. - 24 с.
7. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности». М., ВЛАДОС, 2000.
8. Кусков, А.С., Голубева, В.Л., Одинцова, Т.Н. Рекреационная география [Текст]: учебно-методический комплекс / А.С. Кусков, В.Л. Голубева, Т.Н. Одинцова. – М.: МПСИ; Флинта, 2005. – 496 с.
9. Охрименко, И.Г. Хотмыжск [Электронный ресурс] / И.Г. Охрименко // Летопись Белогорья. – Режим доступа: <http://belstory.ru/mirbelogoryya/hotmzhsk.html>. Проверено 02.02.2015.
10. Шенцева, Е.А. Маршрут туристического похода выходного дня по Белгородской области «С рюкзаком по родной стороне», посвящённый году Охраны окружающей среды [Текст] / Е.А. Шенцева. – Белгород, 2013.

Приложение

Материалы для проведения итогового зачета

Примерная анкета для разбора похода:

1. Что понравилось и не понравилось в походе? Было ли трудно в походе? Когда?

2. Какой участок маршрута особенно запомнился и почему?

3. Как, по твоему мнению, справились со своими обязанностями командир группы, завхоз по питанию, старший проводник, другие «должностные» лица?

4. Какие недостатки в снаряжении ты заметил? Кто показал себя настоящим туристом?

5. Кого бы ты взял с собой в новый трудный поход и как бы распределил обязанности в группе, если бы ты был руководителем такого похода?

6. Как отнеслись родители к твоему участию в походе?

7. Начать обсуждение похода может сам руководитель, сообщив основные итоги: каков был фактический маршрут, сколько пройдено километров, что увидели, узнали, чему научились, какой норматив выполнили, достигли ли поставленных целей похода. Но важно, конечно, добиться, чтобы заговорили и сами ребята.

8. Нередко руководители для воспитания коллектива кружка проводят конкурсы на лучшее название туристской группы, ее эмблему, устав (или законы). Все это способствует созданию дружного, сплоченного коллектива.

9. Всё это закаляет характер юношей и девушек, воспитывает смелость, решительность, хладнокровие, умение действовать, принимать решение в нестандартных и экстремальных ситуациях.

Задания зачёта:

Ориентирование

1. Устройство, облегчающее ориентирование на местности – это

А) Карта

Б) Компас

В) Часы

2. На какой стороне горизонта встаёт Солнце?

А) на юг

Б) на запад

В) на север

Г) на восток

3. Север, юг, запад, восток – эти стороны горизонта называются:

А) главные

Б) основные

В) промежуточные

Г) важные

4. Прибор позволяющий определять стороны света, ориентируясь на магнитное поле Земли.

А) Магнитный компас

Б) Гидрокомпас

В) Гирокомпас

Г) Электронный компас

5. Как обозначается на карте для спортивного ориентирования «старт»?

А) Треугольник

Б) Кружок

В) Кружок в кружочке

Г) Треугольник в кружочке

6. Что будет справа от тебя, если ты станешь лицом на юг?

А) север

Б) юг

В) запад

Г) восток

7. Что будет сзади от тебя, если ты станешь лицом на восток?

А) север

Б) юг

В) запад

Г) восток

Первая медицинская помощь

1. Первая медицинская помощь при вывихе конечности?

1) *Дать обезболивающее средство, вправить вывих и зафиксировать конечность*

2) *Осуществить иммобилизацию конечности, дать доступные обезболивающие средства, приложить к поврежденному суставу пузырь с холодной водой или льдом, организовать транспортировку в больницу или травмпункт*

3) *Зафиксировать конечность, не вправляя вывих, приложить пузырь (грелку) с горячей водой, организовать транспортировку в больницу или травмпункт*

2. К закрытым повреждениям относятся ...

А) вывих

Б) порез

В) заноза

Г) царапина

3. Какого вида кровотечения не бывает?

А) Спокойного

Б) Капиллярного

В) Венозного

Г) Артериального

4. При укусе (присасывании) клеща необходимо:

- а) обильно смазать насекомое жиром или маслом;
- б) вырезать клеща острым предметом;
- в) прижечь место укуса огнём зажигалки;
- г) вырвать клеща пальцами (пинцетом) и смазать место укуса йодом

5. Каким способом можно прекратить действие электрического тока на пострадавшего:

- а) отбросить от пострадавшего электропровод одной рукой;
- б) отбросить от пострадавшего провод двумя руками;
- в) намотать на руку тряпку и быстро отбросить провод;
- г) отбросить провод сухой палкой.

6. При оказании помощи пострадавшему от теплового или солнечного удара и в первую очередь следует:

- а) дать обильное питьё;
- б) вызвать «скорую помощь»;
- в) перенести его в прохладное место.

7. Что следует сделать при укусе змеи?

А) Прижечь рану

Б) Вызвать скорую помощь

В) добежать самому до скорой помощи