

МУНИЦИПАЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОБРАЗОВАТЕЛЬНО-ДОСУГОВЫЙ ЦЕНТР «ПИРАМИДА»

РАССМОТРЕНО:

На педагогическом совете
№ протокола 4
От «17» августа 2021г

УТВЕРЖДЕНО:

Приказом ОДЦ «Пирамида»
№ 28 от 17.08.2021



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности

«Школа безопасности»
стартовый уровень, 36 часов

Возраст обучающихся – 14-18 лет

Срок реализации программы – 9 месяцев

Автор программы: педагог дополнительного образования: Бубнов А.А.

г. Белозерск

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана на основе и в соответствии с нормативно-правовыми документами:

- Федеральный Закон РФ от 29.12.2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации» (в редакции Федерального закона от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания обучающихся») (далее – 273-ФЗ);
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 г. № 533 «О внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный приказом Министерства Просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;
- Приказ Министерства Просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Концепция развития дополнительного образования детей от 04.09.2014 г. № 1726-р;
- Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей (Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.4.3172-14);
- Письмо Министерства образования и науки РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» (вместе с «Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)).

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Школа безопасности» стартового уровня предназначена для организации занятий в рамках сетевого взаимодействия между муниципальным учреждением дополнительного образования «Образовательно-досуговый центр «Пирамида» и Бюджетным профессиональным образовательным учреждением Вологодской области «Белозерский индустриально-педагогический колледж им. А.А.Желобовского»

Программа получила такое название благодаря Всероссийскому детско-юношескому общественному движению «Школа безопасности» (далее – ВДЮОД «Школа безопасности») основанному в 1994 году при активном содействии Министерства Российской Федерации по делам гражданской

обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий и Министерства образования и науки Российской Федерации.

Содержание программы разработано в соответствии с содержанием одноименных соревнований, традиционно проходящих в Белозерском муниципальном районе и включающим в себя вопросы краеведения, спортивного ориентирования на местности, безопасности жизнедеятельности человека, спортивной и медицинской подготовки, спортивного туризма. Исходя из этого программа ставит перед собой следующую цель и задачи.

Цель: обучение учащихся основам **туристско-краеведческой** деятельности, спортивному и пешему **туризму**, и спортивному ориентированию.

Цель достигается посредством выполнения следующих задач:

- **Обучить детей** истории развития туризма в России, содержанию, организации и методам проведения походов с детьми разного возраста и уровня подготовленности.
- **развить в учениках** творческий потенциал и способности, совершенствовать функциональные возможности организма, укрепить индивидуальное здоровье;
- **сформировать** устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к собственному здоровью, окружающей природе.
- **совершенствовать** компетентности детей в спортивно – туристической деятельности, практические навыки организации и проведения похода.

Актуальность программы заключается в том, что туризм обладает огромным воспитательным потенциалом, способствует воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций. Педагогическая значимость данной программы заключается также в том, что в ней большое внимание уделяется командной деятельности, так как многие практические задачи, встающие перед обучающимися, требуют грамотного и эффективного разделения сфер ответственности и согласования совместной работы.

Основу программы составляет содержание, согласованное с требованиями федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования стартового уровня.

Программа направлена на освоение учащимися стартового уровня знаний, умений и навыков в организации и проведении туристических походов.

Программа содержит теоретическую и практическую части. Теоретический материал направлен на историю и этапы развития туризма в Российской Федерации, содержание, организацию и методы проведения учебных занятий по туризму для детей в норме и при различных

заболеваниях; освоение учащимися системы знаний по подготовке и проведению похода с детьми в норме и при различных заболеваниях.

Практическая часть предусматривает освоение необходимых умений для проведения похода, обеспечение безопасности детей.

Содержание занятий обеспечивает: ознакомление обучающихся с историей и этапами развития туризма в РФ, содержанием, организацией и методами проведения учебных занятий, значением туризма, подготовкой к походу, снаряжением, основами питания в условиях похода, правилами поведения туриста в пути, кострами и костровым хозяйством, гигиеной туриста, топографической подготовкой. Темы занятий определяются по выбору из числа предложенных программой.

Кроме того, занятия содействуют развитию жизненно важных физических качеств, повышению уровня функциональных и двигательных способностей организма, укреплению здоровья обучающихся.

Рекомендуемый возраст слушателей: 14-18 лет, количество человек в группе: 15-30. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 45 минут, за исключением заключительного пешего четырехчасового похода. Срок реализации программы – 9 месяцев, 36 часов.

Занятия проводятся очно на базе колледжа, в период неблагоприятной эпидемиологической обстановки – дистанционно с применением доступных информационных, цифровых технологий, электронных образовательных платформ, образовательных чатов в социальных сетях либо мессенджерах.

ХАРАКТЕРИСТИКА ВЫПУСКНИКА

В результате освоения Программы обучающийся должен:

Иметь представление:

- о туризме и его актуальности, практической значимости в современных условиях;

Знать\понимать:

- историю и этапы развития туризма в Российской Федерации;
- правила движения по маршруту;
- правила выбора места, устройство бивака и организацию бивачных работ;
- правила оказания первой медицинской помощи;
- условные знаки

Уметь:

- устанавливать и сворачивать палатки.
- уметь выбрать место для бивака в зависимости от предложенных преподавателем условий (удаленность от воды, рельеф местности, тип леса, погодные условия и т.д.);
- преодолевать препятствия различного вида;
- развести костер различного вида в кратчайшие сроки с использованием различных типов дров.
- уметь рисовать схемы маршрута по карте, читать карты и знать правила движения по ней.

- вязать веревочные узлы для различных целей.
- преодолевать препятствия с помощью веревочных переправ.

В период обострения вирусных заболеваний, в период карантина, самоизоляции и прочих чрезвычайных ситуаций программа может реализовываться дистанционно посредством образовательных чатов в социальных сетях, мессенджерах, а также при помощи доступных ресурсов цифровых образовательных платформ.

Учебный план

№ урока	Наименование разделов и тем	Количество часов всего	Количество часов (теория/практика)		Контроль
			Теоретический материал	Практическая работа	
I	История, этапы развития туризма в Российской Федерации.	1	1		Текущий
2	История возникновения туризма. Туризм в древние времена. Туризм как путешествие. Первооткрыватели – первые туристы.	1	1		
3	Этапы развития туризма в РФ. Начальный этап – открытие земель. Этап путешествий. Современный туризм	1	1		
II	Значение туризма				текущий
4	Оздоровительное, образовательное, развивающее,	1	1		

	воспитательное значение. Виды туризма (пешеходный, водный, транспортный, горный, спелеологический)				
III	Снаряжение.				текущий
5	Личное снаряжение	1	1		
6-7	Групповое снаряжение: палатка, топор, компас, азимут	2	1	1	
IV	Турист в пути				текущий
8	Правила движения по маршруту: Передвижение в колонне, преодоление препятствий. Преодоление водных преград, правила передвижения на плавсредствах.	1	1		
9	Устройство бивака: Выбор места для бивака, планировка бивака. организация бивачных работ	1	1		
10	Свертывание лагеря: Распределение работ для наиболее эффективного свертывания лагеря.	1	1		
V	Костры и костровое хозяйство				текущий
11-13	Разведение и поддержание костра: Заготовка дров, разведение костра Типы и виды костров	3	2	1	

14	Костровое хозяйство: Варочная посуда. Способы подвешивания посуды над костром	1	1		
VI	Медицина				текущий
15-16	Оказание первой медицинской помощи при переломах, вывихах, растяжениях.	2	1	1	
17	Оказание первой медицинской помощи при ожогах, отравлениях, транспортировка пострадавших.	1	1		
VII	Топографическая подготовка:				текущий
18	Виды карт и схем.	1	1		
19-20	масштаб, условные знаки.	2	1	1	
21-22	Рисование планов и схем местности. чтение карты	2	1	1	
VIII	Тур.техника				текущий
23-29	Узлы	5		5	
30-36	Наведение переправ	5		5	
37	Зачет. Промежуточная	4		4	ИТОГОВЫ

	аттестация				й
	Всего	36	17	19	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПЛАНА

ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

I. ИСТОРИЯ, ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ТУРИЗМА В РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

1. История возникновения туризма.
2. Этапы развития туризма в РФ.

II. ЗНАЧЕНИЕ ТУРИЗМА

1. Виды туризма.

Значение занятиями туризмом для здоровья человека. Значение туризма для популяризации здорового образа жизни. Преимущественность туризма и движения «Школа безопасности». Виды туризма.

III. СНАРЯЖЕНИЕ.

1. Личное.

Виды личного снаряжения. Правила подбора снаряжения. Требования к снаряжению в зависимости от вида похода. Правила упаковки и использования.

2. Групповое.

Виды группового снаряжения. Правила упаковки, хранения и переноса снаряжения. Правила безопасности при использовании колющих и режущих предметов.

IV. ТУРИСТ В ПУТИ.

1. Правила движения по маршруту. Устройство бивака.

Основные правила движения по маршруту в зависимости от вида похода. Правила безопасности на маршруте. Возможные проблемы на маршруте и

способы их устранения.

Выбор места для бивака. Правила безопасности при выборе места.

Распределение «дел» при устройстве бивака. Схемы устройства бивака в зависимости от рельефа местности, погодных условий. Меры безопасности при бивачных работах.

2.Свертывание лагеря.

Организация работ при свертывании лагеря. Правила сохранения окружающей природы.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ:

- Тренировка в установке и свертывании палатки.

- выбор места для бивака в зависимости от предложенных преподавателем условий (удаленность от воды, рельеф местности, тип леса, погодные условия и т.д.);

V. КОСТРЫ И КОСТРОВОЕ ХОЗЯЙСТВО.

1.Разведение и поддержание костра.

Правила разведения костра. Условия горения дров различного типа.

Виды и типы костров. Назначение костров различного вида.

Приготовление пищи на кострах различного вида.

2.Костровое хозяйство.

Что входит в «костровое хозяйство». Виды крючков, типы посуды, способы подвешивания посуды над костром.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ:

- тренировка в разведении костров различного вида в кратчайшие сроки с использованием различных типов дров.

VI. МЕДИЦИНА.

1.1-я медицинская помощь.

Первая медицинская помощь при ранении различного типа. Назначение распространенных медикаментов. Правила комплектования и хранения медицинской аптечки, рецепты народной медицины.

VII. ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА.

1.Карты и схемы.

Понятие «карта», «схема», «масштаб». Различие карт от схемы.

Правила рисования карт, условные знаки. Правила прочтения карт и схем.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТОВ:

- разучивание топографических знаков, масштабов карт, правил построения топографических карт и схем. Тренировка в рисовании схемы маршрута по карте, чтение карты и движение по ней.

VIII. ТУР.ТЕХНИКА

- Узлы. Вязание туристических узлов, применяемых при наведении переправ и устройстве бивака.
- Наведение и преодоление веревочных переправ: «Параллельная», «Бабочка», «Вертикальная», «Спуск – подъем».

IX. ЗАЧЕТ. ТУРИСТИЧЕСКИЙ ПОХОД.

ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

СНАРЯЖЕНИЕ:

- правила укладки рюкзака, правила транспортировки колюще- режущих предметов.
- установка палаток различного типа.

ТУРИСТ В ПУТИ:

- способы преодоления препятствий (упавшие деревья, овраги, болото, кусты и т.д.)

КОСТРЫ И КОСТРОВОЕ ХОЗЯЙСТВО:

- способы заготовки дров (заваливание деревьев, разрубание деревьев);
- разведение и поддержание костра.

МЕДИЦИНА:

- оказание первой медицинской помощи при ожогах, переломах, растяжениях, вывихах, укусах, обморожениях, тепловых ударах, отравлениях.

ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА:

- чтение карты, рисование планов и схем местности;
- движение по карте и азимуту.

ТУР.ТЕХНИКА

- Узлы. Вязание туристических узлов, применяемых при наведении переправ и устройстве бивака.
- Наведение и преодоление веревочных переправ: «Параллельная», «Бабочка», «Вертикальная», «Спуск – подъем».

ЗАЧЕТ: Пеший поход по маршруту

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЯ

ЗНАЧЕНИЕ ТУРИЗМА:

1. виды туризма.

ТУРИСТ В ПУТИ:

1. правила движения по маршруту.

КОСТРЫ И КОСТРОВОЕ ХОЗЯЙСТВО

1. типы и виды костров;
2. правила разведения и поддержания костра.

МЕДИЦИНА:

1. Оказание первой медицинской помощи при укусах, переломах, растяжениях, вывихах, ожогах, обморожениях.

ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА:

1. условные знаки;

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ

- практическое занятие с детьми на заданную тему (укладка рюкзака, движение по маршруту, преодоление препятствий, виды грибов и т.д.)
- способы укладки и транспортировка рюкзака;
- установка палатки;
- разведение костра;
- первая медицинская помощь при переломах, транспортировка пострадавшего;
- движение по азимуту, составление плана местности по карте.
- определение азимута объекта и расстояния до него на местности по контрольным точкам на плане местности.
- Узлы. Вязание туристических узлов, применяемых при наведении переправ и устройстве бивака.
- Наведение и преодоление веревочных переправ: «Параллельная», «Бабочка», «Вертикальная», «Спуск – подъем».

КОНТРОЛЬНО-ИЗМЕРИТЕЛЬНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Для оценивания усвоения знаний **по разделам** используются контрольные работы, задания в которых разделены на 2 варианта:

РАЗДЕЛ «Турист в пути»:

1 вариант:

1. правила движения по маршруту;
2. выбор места для бивака;

2 вариант:

1. преодоление препятствий;

2. свертывание лагеря.

РАЗДЕЛ «Костры и костровое хозяйство»:

1 вариант:

1. типы костров, способы перевода костра в заданный тип.
2. виды костров;

2 вариант:

1. правила разведения и поддержания костра;
2. виды костров

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ЗНАНИЙ:

Отлично – полный, исчерпывающий ответ, не требующий дополнений. Материал изложен логично, последовательно.

Хорошо – ответ достаточно полный, логичный, имеются некоторые неточности, исправляемые студентом самостоятельно при наводящем вопросе;

Удовлетворительно – материал изложен недостаточно полно, имеются дополнения, присутствуют ошибки в терминологии.

Неудовлетворительно – обучающийся не ориентируется в материале, не дает определения основных понятий, ответ не уверенный.

ЗАДАНИЯ ДЛЯ ИТОГОВОГО КОНТРОЛЯ

Зачет по программе проходит в виде туристического четырехчасового пешего похода с полным циклом подготовительных, организационных, транспортных и бивачных работ.

ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. этапы развития туризма в России;
2. перечислите виды туризма;
3. цели похода и требования к постановке целей;
4. правила движения по маршруту;
5. обязательные и желательные условия выбора места для бивака;
6. принципы разведения и поддержания костра;
7. типы и виды костров;
8. правила оказания первой медицинской помощи при переломах, вывихах, растяжениях, ожогах, обморожениях, укусах, отравлениях.
9. условные знаки карт.

ГЛОССАРИЙ

- ВИДЫ ТУРИЗМА – пеший, водный, вело, мотто, автотуризм, горный, спелеологический, лыжный.
- БИВАК – место стоянки;
- КОСТРОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ – крючки для подвешивания посуды над костром, рогульки, тренога, варочная посуда;
- СКАТ- крыша палатки
- КРЫЛО палатки- часть ската, выступающая за боковую стенку;
- КОНЁК – верхняя часть палатки между скатами;
- ЛЮВЕРС- кольцо в коньке для закрепления опорного кола;
- РАЦИОН- перечень продуктов и меню;
- ТОПОГРАФИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА- знание условных знаков, умение читать карту, план и схему;
- АЗИМУТ- градусное обозначение объекта на местности или карте и направления движения.

Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	Сроки
Комплектование групп	С 25 августа по 14 сентября
Начало реализации программы	С 1 сентября
Продолжительность реализации программы	36 учебных недель I полугодие-17 учебных недель II полугодие 19 учебных недель
Промежуточная аттестация	С 22 по 26 мая
Завершение срока реализации программы	31 мая

Материалы и оборудование, необходимые для освоения программы:

- Маты гимнастические (4 штуки на группу)
- Палатка туристическая (5 штук на группу)
- Рюкзак туристический (10 штук на группу)
- Веревка (альпинистская) (1 единица на группу)

- Инвентарь для альпинизма: зацепы разного цвета с болтами, репшнуры, карабины, веревки, страховочные системы, жумары, магнезница, пантины, спусковые устройства (10 комплектов на группу)

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

Для педагога:

1. «Школа туристских вожаков». В.М.Куликов, Л.М.Ротштейн. – М. ГИЦ «Владос».1999.
2. Справочник туриста. В.И.Черновол. Ростов-на-Дону. Изд. «Феникс».2006.
3. Туризм и спортивное ориентирование. Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. Л.А.Вяткин, Е.В.Сидорчук, Д.Н.Немытов. – М. ИЦ «Академия».2005.
4. Основы здорового образа жизни и первая медицинская помощь. Учебное пособие. – м. ИЦ «Академия».2009.
5. Основы медицинских знаний учащихся. Пробный учебник для средних учебных заведений. М.И.Гоголев, Б.А.Гайко, В.А.Шкуратов, В.И.Ушакова; под ред. М.И.Гоголева. – М.Просвещение.2007.
6. Полевые туристические лагеря. А.Г.Маслов. - М. «Владос»; 2006.
7. Туризм и спортивное ориентирование. Учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений. – М. «Академия». 2008.

Для обучающихся:

1. Туристическая игротека. Учебно – методическое пособие под ред. Л.М.Ротштейна. – М. ГИЦ «Владос».2002.
2. Организация летнего отдыха детей. Учебно – методическое пособие. М. «Владос».2002.

Интернет ресурсы:

1. [http:// tourlib.net/](http://tourlib.net/) « все о туризме. Туристическая библиотека»
2. <http://turismrussia.ru> « о туризме в России. Вологодский край»
3. <http://www.travel.ru> «организация туристического похода»
4. [http://www.rurdv.ru\ articles\ 109](http://www.rurdv.ru/articles/109) «туристический портал»
5. [http://www.climea.edu\climea\org](http://www.climea.edu/climea/org). «организация туристических походов»

ПЕРЕЧЕНЬ ТЕХНИЧЕСКИХ СРЕДСТВ

1. компьютер;
2. принтер;

