

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЕМ ГОРОДА БУЙНАКСКА»

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ «ДВОРЕЦ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА Г.БУЙНАКСКА»

Принята на заседании
методического совета
Протокол № 1
От « 13 » сентября 2024 года



«Утверждаю»
директор ДДТ
Алиханова М.А.

Приказ № 117 - п от «30. 08. 2024г.»

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Юный турист»

Направленность: туристско - краеведческая
Уровень программы: стартовый (ознакомительный)
Возраст детей: 9 - 14 лет
Срок реализации: 1- год (144 часа)

Составитель:
Мамаева Тамилла Набиевна,
методист МБУ ДО ДДТ

г. Буйнакск, 2024 г.

1. Пояснительная записка

Ситуация с состоянием здоровья детей и подростков приобрела за последние годы настолько трагический характер, что о ней заговорили не только врачи и педагоги, проблема эта стала волновать представителей широкой общественности и политиков. До 80% первоклассников приходят в школу, имея нарушения состояния здоровья. К моменту окончания школы число таких детей увеличивается до 90%! Поздно бить тревогу и заниматься исследованиями, необходимо предпринимать энергичные меры для изменения сложившегося положения.

Направленность программы «Юный турист»: туристско-краеведческая, уровень программы – стартовый (ознакомительный).

Одним из самых эффективных, увлекательных, полезных видов спорта является туризм. Движение, чистый воздух, физические нагрузки, неформальное общение – это именно то, что нужно для укрепления и формирования здорового организма ребенка.

Детскому возрасту свойственно стремление к необычности, к приключениям и романтике. Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности ребят.

Туристско-краеведческая форма учебно-воспитательной работы является эмоционально яркой и очень содержательной стороной жизни детей. Такая форма работы способствует: укреплению здоровья, всестороннему воспитанию, становлению гражданственности и патриотизма подрастающего поколения. Особенно актуальными в настоящее время являются: укрепление здоровья учащихся через дозированные физические нагрузки, знакомство воочию с красивейшими ландшафтами страны, непосредственный контакт с природой.

Содержание национально-регионального компонента – изучение географии своего края, её географических особенностей позволяет наиболее полно раскрыть воспитательный и развивающий потенциал предмета – любовь к своей местности, к своему району, к своей стране; развивает экологическую культуру, позитивное отношение к окружающей среде.

1.1. Актуальность данной программы определяется тем, что в условиях современной социальной среды, походы, путешествия, краеведческие исследования занимают с каждым годом все большее место в жизни наших школьников, что благотворно сказывается на их кругозоре и формировании ЗОЖ.

Сегодня как никогда актуален вопрос о необходимости изменения своего отношения к жизни, к природе и обеспечения соответствующего воспитания и образования нового поколения.

Сочетание спортивного ориентирования, краеведения и туризма способствует формированию у ребенка представлений о взаимодействии человека и окружающей среды, навыков здорового образа жизни, любви к родному краю, стремления к показателям туристского мастерства.

Поскольку школьный туризм неотделим от краеведческой работы, то есть изучения во время походов истории, природы и культуры родного края - своей малой Родины, о нем можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания. Для туриста-краеведа Дагестан является предметом нескончаемого и увлекательного изучения. Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для подготовки занимающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Растущая отчужденность между людьми вызывает необходимость использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных

умений. Туристические навыки могут пригодиться и при преодолении чрезвычайных ситуаций, в которые современный человек попадает, к сожалению, очень часто. Да и в повседневной жизни могут пригодиться такие навыки как преодоление естественных преград, оказание первой доврачебной помощи, приготовление пищи в полевых условиях.

1.2. Новизна. В содержании программы заложены и формируются первоначальные туристско-краеведческие умения; навыки; расширяются, на основе регионального компонента, краеведческие, туристские и экологические знания.

Данная программа может служить пособием для руководителей туристско-краеведческих кружков любого профиля общеобразовательных учебных заведений.

В программу введены разделы: «Зеленая аптека», который включает в себя изучение, сбор и применение лекарственных растений в медицинских целях и «Доврачебная медицинская помощь». Основные педагогические идеи и принципы:

- гуманизация образования;
- осуществление целостного подхода к воспитанию;
- соответствие содержания возрастным особенностям учащихся;
- деятельностный подход в обучении;
- формирование социально приемлемых интересов и потребностей учащихся и т.д.

1.3. Цель и задачи программы - формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления и профессионального самоопределения личности.

Комплексная программа предусматривает решение следующих **основных** задач:

В области образования:

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по истории, географии, биологии, литературе, ОБЖ, физической подготовке;
- приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом;
- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

В области воспитания:

- любовь к своей малой Родине;
- гражданственности, патриотизма, бережного отношения к историко-культурному наследию;
- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;
- гуманное отношение к окружающей среде;
- выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.

В области физической подготовки:

- систематизировать первоначальные знания и умения учащихся, необходимые для совершения туристско-краеведческих мероприятий;
- развивать стремление вести здоровый образ жизни, через систематические тренировки организма на свежем воздухе, через спортивные подвижные игры.
- формировать положительный эмоциональный заряд, психологическую уравновешенность для успешного осуществления поставленных целей.

1.4. Срок реализации программы, формы и режим проведения занятий. Группы первого года обучения соответствуют группам первого года этапа «Начальная подготовка».

Программа рассчитана на одногодичное обучение - 144 часа в год. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа в сетке часов предусмотрено **66** часов для проведения ПВД.

С учетом возрастной периодизации детей, лучшее время для начала занятий по данной программе – с 9 лет. Для зачисления в объединение, работающее по программе «Юный турист», специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

1.5. Планируемые результаты. В процессе обучения предусматриваются теоретические зачеты, зачетные соревнования и однодневные походы в конце года.

По завершении обучения, учащиеся должны знать:

- порядок организации и проведения походов выходного дня;
- правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии, туризма;
- начальные основы туристской техники;
- начальные основы топографии и ориентирования;
- иметь общие представления об истории Буйнакскa, географических особенностях города и его ближайших окрестностях;
- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи.
- опасные и ядовитые растения, растущие в окрестностях города.

По завершении обучения, учащиеся должны уметь:

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для ПВД разбить бивак для привала;
- виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне по спортивному ориентированию;
- применять на практике технику вязания узлов;
- оказывать элементарную доврачебную помощь.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива объединения (группы), заинтересованность учащихся в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге — воспитание физически здоровых, сознательных патриотов своей родины. При усвоении программы «Юный турист» и повышенной мотивации учащихся к занятиям по туризму они могут продолжить обучение, записавшись в объединение «Туристско-краеведческая подготовка» 3-х годичного обучения.

2. Содержание программы

2.1. Учебно-тематический план

№ п/п	Наименование темы, разделов	Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие. Введение в образовательную программу. Знакомство с работой ДДТ. Работа клуба ТКП.	2	2	-	Анкетирование
2.	Туристическая техника.	24	7	17	Практическое задание, самостоятельная работа
3.	Организация бивака. Приготовление пищи.	6	2	4	Творческие задания по составлению меню

4.	Топография и ориентирование.	12	4	8	Практическое задание, самостоятельная работа
5.	Краеведение. Сведения об истории, географических особенностях края. Выполнение краеведческих заданий в походе.	12	2	10	Практическое задание, викторина, самостоятельная работа, полевой дневник туриста
6.	Из истории развития туризма и краеведения.	2	1	1	Викторина
7.	Доврачебная медицинская помощь. Приемы самоконтроля.	8	2	6	Устный опрос, практическое задание, зачет
8.	Зеленая аптека.	8	2	6	Викторина, практическое задание, зачет
9.	Туристская группа в походе. Обеспечение безопасности.	4	2	2	Устный опрос по карточкам, практическое задание
10.	Поход выходного дня (ПВД).	64	2	62	Проверка снаряжения, практическое задание, зачет, викторина, соревнование, краеведческие сообщения,
11.	Итоговое занятие.	2		2	Срезы ЗУН (тестирование, практические задания)
ИТОГО:		144	31	113	

2.2. Содержание учебного (тематического) плана»

1. Вводное занятие- 2 часа

Теория – 2час: Знакомство с программой туристско-краеведческой подготовки; чем полезны и интересны походы и экскурсии.

Знакомство с ДДТ - правила внутреннего распорядка и размещение учебных помещений. Направления работы ДДТ, работа объединений, знакомство с основными мероприятиями ДДТ. Работа клуба ТКП.

2. Туристическая техника 24 час

Теория – 7час: Знакомство с туртехникой. Виды вязок узлов. Подъем и спуск спортивным способом со «схватывающим» узлом. Переправа по бревну. Преодоление условного «болота». Техника безопасности.

Практика – 17час: Вязка узлов. Траверс склона со страховкой «карабин». Самозадержание на склоне при падении (спуск, подъем) через «схватывающий узел. Воздушная трасса страховка через «карабин».

3. Организация бивака. Приготовление пищи – 6 часов

Теория – 2 час: Приспособления для приготовления пищи. Калорийность пищи. Примерный набор продуктов для похода. Режим питания в походе.

Практика – 4 час: Составление меню и раскладок. Упаковка и транспортировка продуктов. Приготовление пищи в походных условиях. Водно-солевой режим.

4. Топография и ориентирование – 12 часов

Теория – 4 час: Масштаб карты (линейный, числовой). Компас и его устройство. Что такое азимут.

Практика – 8 час: Работа с картой. Определение расстояния по масштабу. Знание условных знаков спортивной карты (20-25 знаков). Ориентирование местности по компасу.

5. Краеведение – 12 час

Теория – 2 часа: Охрана природы. Географические особенности города и его окрестностей. Краеведческая работа в походе. Как организовать краеведческие наблюдения.

Практика – 10 час: Сбор и оформление краеведческого материала. Оборудование для краеведческой работы. Полевой дневник туриста-краеведа.

6. Из истории развития туризма и краеведения – 2 часа

Теория – 1 час: Сведения о первых путешествиях. Развитие туристско-экскурсионного дела в Буйнакске, Буйнакском районе. Создание первых туристских клубов. Роль Б. И. Гаджиева в создании туризма и краеведения в Буйнакске.

Практика – 1 час. Проведение викторины.

7. Доврачебная медицинская помощь – 8 часов

Теория – 2 час: Приемы самоконтроля. Что такое самоконтроль, умение измерить ЧСС. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями.

Практика – 6 час: Подгонка обуви как предотвращение потертостей, мозолей. Умение оказать помощь при потертостях, мозолях, при повреждениях кожи, растяжениях мышц, вывихе сустава. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями.

8. Зеленая аптека – 8 часов

Теория – 2 час: Лекарственные и опасные растения Республики Дагестан. Применение 5-6 растений. Знание и умение отличать опасные и ядовитые растения, грибы.

Практика – 6 час: Сбор растений для гербария. Оформление гербария. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе.

9. Туристская группа в походе – 4 часов

Теория – 2 час: Обеспечение безопасности, опасности в однодневном походе (при движении, пересечении дорог, связанные с растениями, ядовитыми насекомыми, пресмыкающимися, связанные с рельефом и плохой погодой). Правила разведения костра.

Практика – 2 час: Состав минимальной аптечки для однодневного ПВД. Умение накладывать простейшую повязку на ногу, руку.

Умение организовать транспортировку пострадавшего.

10. Поход выходного дня – 64 часов

Теория – 2 час: Организация и подготовка ПВД походов, экскурсий. Подготовка личного снаряжения к однодневному походу (ремонтный набор, аптечка). Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий).

Практика – 62 час: Проведение экскурсий и однодневных ПВД. Подведение итогов ПВД. Анализ сдача снаряжения.

11. Итоговое занятие – 2 часа: Проведение срезов ЗУН. Подведение итогов года.

3. Формы аттестации и оценочные материалы

Тематический контроль по курсу

«Юный турист»»

3.1. Для контроля качества усвоения программы имеется разработанная система контроля результативности ЗУН в различной форме: тесты, вопросы, соревнования, практические задания и т.д., которые позволяют определить достижение учащимися планируемых результатов.

Задания по контролю ЗУН (тесты, практическое задание, вопросы):

№1

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название:

- a. река
- b. улучшенная грунтовая дорога
- c. скальный гребень

2. Завяжите правильно узел «Прямой»

3. Краеведение (1, 3, 5)

4. Солнечный удар. Первая помощь

№2

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название:

- a. кладбище
- b. церковь
- c. большая башня

2. Завяжите правильно узел «Встречный»

3. Краеведение (4, 7, 9)

4. Обморожение. Первая помощь

№3

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

- a. хвойный лес
- b. смешанный лес
- c. отдельно стоящее дерево

2. Завяжите правильно узел «Проводник»

3. Краеведение (2, 5, 11)

4. Перелом руки. Первая помощь

№4

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

- a. непроходимое болото
- b. каменный столб
- c. яма

2. Завяжите правильно узел «Контрольный»

3. Краеведение (8, 12, 17)

4. Ожог бытовой. Первая помощь

№5

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

- a. яма
- b. опора линии электропередач
- c. озеро, пруд

2. Завяжите правильно узел «Грепвайн»

3. Краеведение (6,10, 16)

4. Перелом ноги. Первая помощь

№6

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

a. просека

b. исчезающая тропа

c. пересыхающий ручей

2. Завяжите правильно узел «Схватывающий»

3. Краеведение (13,20, 30)

4. Ожог от электричества. Первая помощь

№7

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно их название буквами

a. пещера

b. туннель

c. источник, родник

2. Завяжите правильно узел «Проводник-8»

3. Краеведение (18,19, 21)

4. Остановка кровотечения на предплечии

№8

1. В соответствии с обозначением проставьте правильно буквами их название

a. вышка

b. обелиск, могила

c. канава

2. Завяжите правильно узел «Встречная восьмерка»

3. Краеведение (18,19, 21)

4. Остановка кровотечения на ноге

№9

1. В соответствии с обозначениями проставьте правильно буквами их название

a. вышка

b. обелиск

c. кладбище

2. Завяжите правильно узел «Встречный»

3. Краеведение (7, 20,29)

4. Перелом тазобедренного сустава. Первая помощь

№10

1. В соответствии с обозначением проставьте их название буквами

a. проход в ограде

b. ограда

c. железная дорога

2. Завяжите правильно узел «Проводник»

3. Краеведение (6, 16,24)

4. Провести искусственное дыхание.

№11

1. В соответствии с обозначением проставьте буквами правильно их название

a. труба для стока

b. мост проезжий

- с. мостик пешеходный
- 2. Завяжите правильно узел «Прямой»
- 3. Краеведение (15, 22, 27)
- 4. Оказание первой помощи тонущему человеку

№12

- 1. В соответствии с обозначением проставьте правильно цифрами их название
 - a. грунтовой обрыв, карьер
 - b. яма
 - c. песчаная россыпь
- 2. Завяжите правильно узел «Схватывающий»
- 3. Краеведение (9, 17, 29)
- 4. Первая помощь при укусе неизвестной собаки

№13

- 1. В соответствии с обозначением проставьте правильно цифрами их название
 - a. река
 - b. канава преодолима
 - c. канава непреодолима
- 2. Завяжите правильно узел «Проводник-8»
- 3. Краеведение (11, 23, 25)
- 4. В слуховом проходе обнаружено насекомое. Какова первая помощь?

№14

- 1. В соответствии с обозначением правильно цифрами их название
 - a. мостик пешеходный
 - b. канава непреодолима
 - c. река
- 2. Завяжите правильно узел «Проводник»
- 3. Краеведение (14, 19, 28)
- 4. Оказание первой помощи при укусе змеи

№15

- 1. В соответствии с обозначением проставьте правильно цифрами их название
 - a. ручей
 - b. скальный гребень
 - c. родник
- 2. Завяжите правильно узел «Контрольный»
- 3. Краеведение (2, 13, 26)
- 4. Оказание первой помощи при пищевом отравлении

Вопросы по краеведению:

- 1. Какой город Дагестана был первым центром Дагестанской области?
- 2. Какую площадь занимает территория Дагестана (население в количестве)?
- 3. Почему Каспийское море называют озером?
- 4. Название какого залива Каспийского моря с туркменского переводится как «Черная пасть»?
- 5. Как переводится Дагестан?
- 6. Кто написал песню (стихи) «Журавли»?
- 7. Через какой перевал построена дорога между Буйнакском и Махачкалой (почему так назвали)?

8. Назовите самый древний город Дагестана (сколько ему лет)?
9. Назовите города Дагестана , расположенные на берегу Каспия?
10. Какая гора является самой высокой в Дагестане (его высота в метрах)?
11. Назовите самую большую транзитную реку в Дагестане и его длину?
12. Что такое рюкзак?
13. Назовите самый высокий бархан в Евро-Азии.
14. Назовите Имамов Дагестана.
15. Назовите Дагестанца летчика-космонавта, дважды побывавшего в космосе.
16. Перечислите граничащие с Дагестаном Республики.
17. Самое крупное озеро (водохранилище) в Дагестане.
18. Когда была образована Дагестанская область с центром в Темир-хан-Шуре?
19. Кто 13 ноября 1920 года от имени правительства РСФСР объявил автономию Дагестана?
20. Где была расстреляна группа Уллубия Буйнакского?
21. Кто из титанов Дагестанского спорта в начале века одолел непобедимого борца И.Поддубного?
22. Знаменитый советский фехтовальщик на саблях, трёхкратный олимпийский чемпион, дважды серебряный и один раз бронзовый призёр Олимпийских игр в 1968—1980 годах родом из Махачкалы.
23. Кто такие уздени?
24. Как называется первоначальная форма родового строя, определяющая родство по материнской линии?
25. В каком провинциальном городе России было определено место жительства для Шамиля?
26. Кто стал вторым имамом Дагестана и когда?
27. Где находится гора Эльбрус?
28. Кто написал слова из стихотворения «В полдневный жар в долине Дагестана, свинцом в груди лежал, недвижим Я»?
29. В Избербаше можно увидеть образованный изгибами гребня горы профиль этого русского поэта. Назовите его.
30. Под чьим командованием в 1942 году в Махачкале был сформирован добровольческий кавалерийский эскадрон?

Ответы на вопросы по краеведению

1. Буйнакск (Темир-хан Шура)
2. 50,3 тыс.кв.км, более 2 млн.400тыс.человек
3. Нет выхода в океан
4. Кара-богаз-гол
5. Страна гор
6. Расул Гамзатов
7. Атлыбоюнский
8. Дербент
9. Махачкала, Каспийск, Дербент, Избербаш, Дагестанские огни
10. Базар-дюзю, 4466м
11. Терек – 599км, по Дагестану – 155км
12. Заплечный мешок
13. Бархан Сарыкум

14. Газимухаммед, Гамзат бек, имам Шамиль, Мухаммед Хаджи, Нажмудин Гоцинский
15. Муса Манаров
16. Азербайджан, Грузия, Чечня, Ставрополь, Калмыкия
17. Чиркейское водохранилище
18. 1860год
19. И.В.Сталин
20. На станции Темиргое
21. Али-Клыч
22. Владимир Назлымов
23. Свободные горцы
24. Матриархат
25. Калуга
26. Гамзат - бек, 1832г.
27. Эльбрус с карачаево-балкарского можно перевести как «гора, вокруг которой кружится ветер». Эльбрус находится в Боковом хребте Большого Кавказа в 10 километрах к северу от Главного Кавказского хребта на границах республик Кабардино-Балкарии и Карачаево-Черкесии на юге России.
28. М.Ю.Лермонтов
29. Пушкин-тау
30. Кара-Караев

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1. Рекомендуемый перечень учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря

№ п/п	Наименование	Количество единиц
1.	Коврик туристский 180x60x0,8	15 шт.
2.	Карабин «Большой автомат» с байонетной муфтой	34 шт.
3.	Карабин «Косой автомат» с байонетной муфтой	8 шт.
4.	Карабин дюралевый РИНГ трапеция	21 шт.
5.	Карабин туристский	Комплект
6.	Компас для ориентирования	Комплект
7.	Секундомер электронный	2 шт.
8.	Зажим ручной «Жумар» под левую руку	2 шт.
9.	Зажим ручной «Жумар» под правую руку	8 шт.
10.	Спусковое устройство «Восьмерка рогатая» (дюраль)	14 шт.
11.	Аптечка медицинская в упаковке	Комплект
12.	Ремонтный набор в упаковке	Комплект
13.	Грудная обвязка «Высота 001»	15 шт.
14.	Грудная обвязка «Модифицированная»	2 шт.
15.	Веревка «Высота 10» статическая д.10мм	500 м
16.	Веревка основная (40м)	2 шт.
17.	Веревка основная (30м)	1 шт.
18.	Веревка вспомогательная (60м)	2 шт.

19.	Спусковое устройство «Восьмерка»	15 шт.
20.	Система страховочная	Комплект
21.	Блок-ролик двойной дюраль с подшипником	4 шт.
22.	Решнуры (длина 2-3м, диаметр 6-8мм)	Комплект
23.	Ролик двойной	2 шт.
24.	Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т.п.)	Комплект
25.	Горелка газовая квадратная	1 шт.
26.	Баллон газовый (резьбовой, 230г)	4 шт.
27.	Топор в чехле	2 шт.
28.	Пила двуручная в чехле	2 шт.
29.	Рукавицы костровые (брезентовые)	Комплект
30.	Рулетка 15-20 м	1 шт.
31.	Лопата саперная в чехле	1 шт.
32.	Учебные плакаты «Туристские узлы»	Комплект
33.	Условные знаки спортивных карт	Комплект
34.	Карты спортивные, планы местности, карты своей местности	Комплект
35.	Условные знаки топографических карт	Комплект
36.	Учебный видеоматериал (растительность Дагестана, животный мир, насекомые т.д.)	Комплект
37.	Чертежные принадлежности	Комплект

Групповое снаряжение для участия в соревнованиях:

- топор в чехле - 1шт.
- нож – 1шт.
- котелки или варочная посуда – 1 комплект
- непромокаемые мешки (не менее 60л.)
- фляги с водой – 2-3 шт.
- спички в непромокаемой упаковке
- хворост для разведения костра и костровое снаряжение
- лист бумаги
- блокнот с ручкой (у капитана)
- часы – 3шт.
- компас – 2шт.
- медицинская аптечка – 1 комплект
- ремонтный набор
- продукты питания на 1-2 дня
- страховочно-спусковое устройство (восьмерка, гри-гри, десантер и т.д.) -3шт.
- веревка основная (диаметр не менее 10мм) длина 40м – 2шт.
- веревка вспомогательная (диаметр не менее 10мм) длина 60м – 1шт.
- зажим (жумар, шант) -2 – 8шт.
- цифровой фотоаппарат – 1шт.

Личное снаряжение

- рюкзак для туриста - 1 шт.
- сапоги резиновые - 1 пара
- фляжка или емкость для питьевой воды - 1-1,5л
- система страховочная (верх+низ) – 1 комплект
- карабины – 3шт.
- репшнуры для блокировки системы диаметром не менее 10мм, длиной 3м - 1шт.
- кольцо из репшнура диаметром не менее 8мм – 2шт.
- рукавицы брезентовые – 1 пара
- каска (специальная) с номером – 1шт.
- костюм теплый – 1шт.
- шапка теплая – 1шт.
- ботинки, кроссовки или кеды – 2 пары
- туалетные принадлежности – 1 набор
- накидка от дождя – 4шт.
- столовые принадлежности – (тарелка, кружка, ложка, нож складной) – по 1 шт.

Состав ремонтного набора:

- булавки – 10шт.
- иглы швейные (малые и большие) – 5шт.
- изолента – 1 катушка
- набор ниток простых и капроновых
- наждачная бумага – 5дм
- ножницы – 1шт.
- проволока медная – 2м
- резинка бельевая – 5м
- тесьма – 2м
- универсальный клей – 1 тюбик
- шило – 1шт.

Комплектность медицинской аптечки:

- | | |
|--|---------------|
| - бинты стерильные (индивидуальные пакеты) | - 2шт. |
| - бинты нестерильные | - 2шт. |
| - вата медицинская | - 1упаковка |
| - лейкопластырь | - 1 рулон |
| - ножницы | - 1шт. |
| - настойка йода | - 1флакон |
| - нашатырный спирт | - 1флакон |
| - обезболивающее средство (анальгин, пенталгин, баралгин и т.п.) | – 10 таб. |
| - сердечное средство (валокордин, кордиамин) | - 1 упаковка |
| - жгут резиновый | - 1шт. |
| - стаканчик пластмассовый | - 1шт. |
| - косынка | - 1шт. |
| - булавки английские | - 10шт. |
| - марганцовокислый калий | - 1 упаковка |
| - аспирин, парацетамол | - 10 таблеток |
| - энтеросептол, левомицетин | - 10 таблеток |

- синтомициновая эмульсия	- 1 флакон
- сода питьевая	- 1 упаковка
- борный спирт	- 1 флакон
- бриллиантовая зелень	- 1 флакон
- пипетка	- 1 шт.
- Тонометр	- 1 шт.

4.2. Учебно-методическое обеспечение программы

Освоение содержания программного материала базируется на основе общих методологических принципов:

научности: знания, которые получают учащиеся, должны быть доказаны и обоснованы;

системности и последовательности: знания получаемые детьми должны быть в определенном порядке;

доступности: знания и практические задания, которые даются детям, должны быть понятны и соответствовать их развитию

связи теории и практики: теоретические знания должны воплощаться в практической деятельности.

Методы обучения, обеспечивающие усвоение материала детьми:

- игровой;
- групповой работы,
- индивидуального подхода;
- дифференцированный метод;
- опережающего задания; анализ и самоанализ; ТСО; наглядный.

Формы:

Работа по программе предполагает проведение в форме теоретических и практических занятий: проведение соревнований и встреч по туризму, ориентированию, топографии, экскурсии, викторины. Проведение однодневных походов. Форма организации занятий: индивидуально-групповая. Используется индивидуально-дифференцированный подход. Способы дифференцирования нагрузки зависят от физической подготовленности учащихся. Рекомендуемая нагрузка при различных формах проведения занятий:

- теоретические и практические занятия в помещении до 2-х часов;
- экскурсии до 4-х часов;
- тренировки на местности до 6 часов;
- однодневные походы, участие в однодневных соревнованиях до 8 часов.

При списании учебных часов, при проведении тренировок, походов необходимо указывать в журнале тему, которая изучается или осваивается. Например, при проведении однодневного похода из 4-8 походных часов маршевая нагрузка (движение) занимает в первых походах 2-4 часа, организация питания - до 1-2 часа, отдых и обработка запланированной темы до 3 часов. Время отдыха может быть использовано для различных игр, практических занятий, а также для сообщений краеведческого характера.

Рекомендуется с первого похода поручать участникам группы готовить небольшие краеведческие сообщения. Руководитель может дополнять и углублять эти сообщения.

Для походов, тренировок, длительных экскурсий лучше использовать выходные дни. Обязательно получить согласие родителей на участие ребенка в походе.

План занятий необходимо строить так, чтобы перед учащимися всегда стояла ближайшая и доступная им цель: экскурсия к интересному объекту, поход, участие в соревнованиях.

При планировании работы педагогу необходимо использовать все виды межпредметных связей: опорные, сопутствующие, перспективные, а также соотноситься со школьными курсами по географии, биологии, истории и т. д.

Для определения результативности работы проводятся контрольные срезы по итогам полугодия, учебного года, после изучения крупных тем, с целью проверки усвоения теоретического и практического курса программы.

4.3. Информационное обеспечение программы

Список литературы по разделам программы

Раздел 1. Вводное занятие

1. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
2. Энциклопедия туриста. / Под ред. Е. Тамм — М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.
3. Туризм в школе. — М.: Физкультура и спорт, 1983.
4. Бардин К. – Азбука туризма. – М., Просвещение, 1981.

Раздел 2. Туристическая техника.

1. ЗЛ.Берман. Юный турист. — М.: Физкультура и спорт, 1977.
2. Волков Н. Спортивные походы в горах. — М.: Физкультура и спорт, 1974.
3. Организация и проведение слетов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. — М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
4. И. В. Балабанов. Узлы. - М., 2001 г.
5. Ю. С. Константинов Туристские слеты и соревнования учащихся. - М., 2003
6. Скрыгин Л.Н.-Морские узлы – 3-е изд., доп.- М., Транспорт, 1994.

Раздел 3. Подготовка и проведение похода, организация бивака, приготовление пищи, туристская группа в походе, обеспечение безопасности

1. Евтушенко А. Организация, подготовка и проведение походов выходного дня: Методическая разработка.
2. Попчиковский В. Организация и проведение туристских походов. М. Профиздат, 1987.
3. Питание в туристском путешествии. — М.: Профиздат, 1987.
4. Организация и проведение спортивного туристского похода. — М. Турист, 1986.
5. Остапец А. На маршруте туристы-следопыты. — М.: Просвещение, 1987.

Раздел 4. Топография и ориентирование.

1. Тыкул В. Спортивное ориентирование. - М.: Просвещение, 1990.
2. Спортивное ориентирование: Правила соревнований, ЕВСК.
3. Меньчуков А. В мире ориентиров. — М.: Недра, 1986.
4. Д. Атаев, К. Гаджиев. «Путеводитель по Дагестану» - Махачкала, Дагкнигоиздат, 1969г.
5. Апостовалова Н.А., Тузовский Е.В. – Пособие по спортивному ориентированию «В мире ориентирования».
6. Иванов Е.И.- Начальная подготовка ориентировщика. – М., Физкультура и спорт, 1985.

7. Куликов В.М., Константинов Ю.С.- Топография и ориентирование в туристском путешествии.- М., ЦДЮТур МО РФ,2001.

8. Фесенко Т.Е. – Книга молодого ориентировщика- М.,1997.

Раздел 5, 6. Краеведение. Из истории развития туризма и краеведения.

1. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации. — М.: Турист, 1989.

2. Воронцов А. и др. Охрана природы. — М.: Агропромиздат, 1989.

6.4.Астанин Л., Благодослов К. Н. Охрана природы. - М.: Колос, 1978.

3. Краеведение. / Под ред. А.В. Даринского. - М.: Просвещение, 1987.

4. Юнъев И. - Краеведение и туризм. - М.: Знание, 1974.

5. Б. Гаджиев -Тропа дагестанского краеведа. - Мах-ла, Дагучпедгиз, 1994 г.

Раздел 7, 8. Доврачебная медицинская помощь. Зеленая аптека.

1. Гигиена и самоконтроль туриста: Методические рекомендации. - М.: Турист, 1980.

2. Шальков Ю. -Здоровье туриста. — М.: Физкультура и спорт, 1987г.

3. Стрижев А. -Туристу о природе. — М.: Профиздат, 1986.

4. В. М. Буянов - Первая медицинская помощь. - М., Медицина, 1987 г.

5. Штюрмер Ю.А. – Профилактика туристского травматизма. Методические рекомендации « Как не стать жертвой несчастного случая».- М.1992г.

9. Туризм и самодеятельная песня.

1. Крайман М.И.-У туристского костра.Сборник песен, М.1997.

2. Куликов В.М.-Походная туристская игротка.- Сб.2.,М.,1994.

4.4. Исходными документами для составления общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист» являются:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; гл.10 ст. 75

2. Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р)

3. Приказ Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

4. Письмо Минобрнауки РФ от 14 декабря 2015 г. № 09-3564 «О внеурочной деятельности и реализации дополнительных общеобразовательных программ»; (ссылка на ст.34, часть 1 п.7 ФЗ № 273)

5. Письмо МОиН РФ от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации» Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы);

6. СанПин 2.4.3172-14: «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей», утверждённый постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 года № 41.

7. Приказ Минтруда и социальной защиты РФ «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» от 08.09.2015 №613н.

8. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2019г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

9. Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года (распоряжение Правительства РФ от 29 мая 2015 г. № 996-р).

10. Локальные нормативные акты:

- Устав МБУ ДО «Дворец детского творчества г.Буйнакск»;
- Положение о правилах приема, перевода и отчисления учащихся.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УР
Саидова З.А.

Приложение 1 к протоколу №1
заседания МС от 13.09.2024г.

Календарный учебный график
клуба «Юный турист»
(ознакомительная)

№ п/п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Количество часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
Вводное занятие 2 часа								
1.	сентябрь, вторник-четверг	17	15.40-17.15	Беседа, объяснение с применением ИКТ	2	Введение в программу «Туристско-краеведческая подготовка» 1 –го года обучения. Знакомство с ДДТ – правила внутреннего распорядка, направления работы ДДТ. Работа клуба ТКП	Учебный кабинет ДДТ	Анкетирование
Туристическая техника - 24 часа								
2.	сентябрь	19		Объяснение с практическим закреплением	2	Знакомство с туртехникой. Виды вязок узлов. Техника безопасности	Учебный кабинет	Практическое задание
3.	сентябрь	24		Объяснение с практическим закреплением	2	Вязка узлов: «контрольный», «прямой»	Учебный кабинет	Практическое задание
4.	сентябрь	26		Объяснение с практическим закреплением	2	Вязка узлов: «проводник», «встречный»	Учебный кабинет	Практическое задание
5.	октябрь	1		Объяснение с практическим	2	Вязка узлов: «схватывающий»,	Учебный кабинет	Практическое задание

				закреплением		«проводник-8»		
6.	октябрь	3		Самостоятельная работа	2	Закрепление вязок изученных узлов	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Самостоятельное выполнение
7.	октябрь	8	15.40-17.15	Объяснение с практическим закреплением	2	Подъем и спуск спортивным способом. Различные виды переправ	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Практическое задание
8.	октябрь	10		Самостоятельная работа	2	Переправа по бревну	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Самостоятельное выполнение
9.	октябрь	15		Объяснение с применением ИКТ и практическим закреплением	2	Преодоление условного «болота»	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Практическое задание
10.	октябрь	17		Объяснение с практическим закреплением	2	Подъем и спуск по веревке спортивным способом со «схватывающим» узлом	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Практическое задание
11.	октябрь	22		Самостоятельная работа	2	Траверс склона со страховкой «карабин»	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Самостоятельное выполнение
12.	октябрь	24		Самостоятельная работа	2	Самозадержание при падении через «схватывающий» узел	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Самостоятельное выполнение
13.	октябрь	29		Самостоятельная работа	2	Воздушная трасса страховка через «карабин»	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Самостоятельное выполнение
Организация бивака - 6 часов								
14.	октябрь	31		Объяснение с применением ИКТ	2	Приспособления для приготовления пищи. Примерный набор продуктов для похода. Калорийность пищи. Упаковка и транспортировка продуктов	кабинет	Творческое задание составление походного меню

15-16	ноябрь	12		Экскурсия Маршевая нагрузка-2ч. Организация питания – 1ч. различные игры, практические занятия, сообщения по краеведению-1ч.	4	Режим питания в походе. Составление меню и раскладок Приготовление пищи в походных условиях. Водно-солевой режим	В черте города «Кавалер-батарея»	Краткие сообщения по наблюдениям
Топография и ориентирование -12 часов								
17.	ноябрь	14	15.40-17.15	Объяснение с применением ИКТ	2	Масштаб карты (линейный, числовой). Умение определять расстояние на карте	кабинет	Практическое задание
18.	ноябрь	19		Объяснение с практическим закреплением	2	Работа с картой. Определение расстояния по масштабу	кабинет	Практическое выполнение
19.	ноябрь	21		Объяснение с практическим закреплением	2	Топографические условные знаки	кабинет	Практическое задание
20.	ноябрь	26		Самостоятельная работа	2	Закрепление топографических знаков	кабинет	Самостоятельное выполнение
21.	ноябрь	28		Объяснение с практическим закреплением	2	Компас и его устройство. Азимут	Кабинет, тренировочная площадка	Практическое задание
22.	декабрь	3		Самостоятельная работа	2	Ориентирование местности по компасу	Тренировочная площадка на территории ДДТ	Самостоятельное выполнение
Краеведение - 12 часов								
23-24	декабрь	5		Экскурсия Маршевая нагрузка-2ч, сообщения об исторических местах города2ч.	4	Охрана природы. Географические особенности города и его окрестностей	В черте города «Историко-краеведческий музей»	Практическое задание

25.		10		Объяснение с применением ИКТ	2	Краеведческая работа в походе. Как организовать краеведческие наблюдения. Сбор и оформление краеведческого Оборудование для краеведческой работы. Полевой дневник туриста-краеведа	кабинет	Беседа, практическое задание
26-27.	декабрь	17	15.40-17.15	Экскурсия маршевая нагрузка-2ч, изучение исторического материала-2ч.	4	Сбор краеведческого материала	Достопримечательности города	практическое задание
28.	декабрь	19		Самостоятельная работа	2	Оформление краеведческого материала	кабинет	Полевой дневник туриста-краеведа
Из истории развития туризма и краеведения -2 часа								
29.	декабрь	24		Беседа, объяснение с применением ИКТ	2	Сведения о первых путешествиях. Развитие туристско-экскурсионного дела в Буйнакске, Буйнакском районе. Создание первых туристских клубов. Роль Б.И.Гаджиева в создании туризма и краеведения в г.Буйнакске	кабинет	викторина
Доврачебная медицинская помощь – 8 часов								
30.	декабрь	26		Беседа, объяснение с применением ИКТ	2	Самоконтроль. Приемы самоконтроля. Подгонка обуви. Предотвращение потертостей, мозолей.	кабинет	Устный опрос

31.	декабрь	31	15.40-17.15	Объяснение с практическим закреплением	2	Первая помощь при повреждениях кожи. Первая помощь при растяжениях мышц, вывихе сустава, переломах	кабинет	Практическое задание
32.	январь	9		Объяснение с практическим закреплением	2	Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями	кабинет	Практическое задание
33.	январь	14		Самостоятельная работа	2	Самостоятельная работа. Оказание первой помощи	Тренировочная площадка на территории ДДТ	зачет
Зеленая аптека – 8 часов								
34.	январь	16		Беседа, объяснение с применением ИКТ	2	Лекарственные и опасные растения республики Дагестан.	кабинет	викторина
35-36.	январь	21 23		Экскурсия Маршевая нагрузка-2ч, сбор растений -2ч	4	Сбор растений для гербария	Близлежащие окрестности города, село	Практическое задание
37.	январь	28 30		Самостоятельная работа	2	Оформление гербария	кабинет	Оценка работ учащихся
Туристская группа в походе – 4 часов								
38.	февраль	4	15.40-17.15	Беседа, объяснение с применением ИКТ	2	Обеспечение безопасности, опасности в однодневном походе (при движении, пересечении дорог, связанные с растениями, ядовитыми насекомыми, пресмыкающимися, связанные с рельефом и плохой погодой)	кабинет, тренировочная площадка на территории ДДТ	Устный опрос по карточкам
39.	февраль			ПВД		Правила разведения костра. Обеспечение правил	тренировочная площадка на	Практическое задание

		6				безопасности. Состав минимальной аптечки для однодневного ПВД. Умение накладывать простейшую повязку на ногу, руку. Транспортировка пострадавшего.	территории ДДТ	
ПВД (походы выходного дня) - 64 часа								
40.	февраль	11		Подготовка ПВД	2	Организация и проведение однодневных походов ПВД. Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий)	ДДТ	Проверка снаряжения
41-44	февраль	13 18 20		Поход. Маршевая нагрузка-3ч. Организация питания – 1ч. различные игры, конкурсы, сообщения по краеведению-4ч.	8	Проведение однодневных походов ПВД.	«Беловецкая горка»	зачет
45-46.	февраль	25 27	15.40-17.15	Экскурсия. Маршевая нагрузка-1ч., изучение исторического материала-3ч	4	Сбор исторического материала	«Музей боевой славы»	Викторина
47.	март	4		Самостоятельная работа	2	Систематизация исторического материала.	кабинет	Викторина

48.	март	6		Подготовка ПВД	2	Подготовка, организация однодневных походов ПВД. Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий)	ДДТ	Проверка снаряжения
49-52.	март	11 13		Поход. Маршевая нагрузка-3ч. Организация питания – 1ч. различные игры, конкурсы, сообщения по краеведению-4ч.	8	Проведение однодневных походов ПВД.	«Шамилевские ворота»	Зачет
53.	март	18	15.40-17.15	Беседа, объяснение с применением ИКТ	2	Подведение итогов похода, сдача снаряжения	Кабинет ДДТ	Беседа, обобщение
54.	март	20		Подготовка ПВД	2	Подготовка, организация однодневных походов ПВД. Организация питания в походе (знать нормы закладки продуктов на одного человека). Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий)	ДДТ	Проверка снаряжения
55-58.	март-	25 27		Поход. Маршевая нагрузка-4ч.	8	Проведение однодневных походов ПВД.	«Сулакский каньон»	зачет

	апрель	1 3		Организация питания – 1ч. различные игры, конкурсы, сбор гербария, сообщения по краеведению-3ч				
59.	апрель	8		Самостоятельная работа	2	Оформление гербария	кабинет	Оценка работ учащихся
60-62.	апрель	10 15		Поход. Маршевая нагрузка-3ч. Организация питания – 1ч., изучение исторического материала-2ч	6	Проведение однодневных походов ПВД.	сел.Буглен	Подготовить краткое краеведческое сообщение по теме: «Богатыри Дагестана»
63.	апрель	17	15.40-17.15	Подготовка ПВД	2	Подготовка ПВД. Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий).	ДДТ	Проверка снаряжения
64-66.	апрель	22		Поход. Маршевая нагрузка-3ч. Организация питания – 1ч., изучение исторического материала-2ч	6	Проведение однодневных походов ПВД.	сел.Ишкарты	Подготовить краткое краеведческое сообщение
67.	апрель	24		Беседа, с применением ИКТ	2	Сдача снаряжения. Подведение итогов похода по теме: «История Кавказской войны» Дагестана»	Кабинет ДДТ	Подготовить краткое краеведческое сообщение

68-71.	Апрель-май	29 6 13 15		Поход. Маршевая нагрузка-4ч. Организация питания – 2ч., изучение краеведческого материала-2ч	8	Проведение однодневных походов ПВД.	сел.Охатлы, Сулакское водохранилище	Подготовить краткое краеведческое сообщение
72.	май	20		Обобщающее занятие	2	Подведение итогов года	Кабинет ДДТ	Проведение срезов ЗУН
				ИТОГО:	144 часа			

Календарный учебный график – составляется в соответствии с расписанием занятий, утвержденным на учебный год для каждой учебной группы.

Праздничные выходные в 2024 году : 15 сентября; 4-6 ноября.

в 2025 году: 1-8 января; 23-24 февраля; 8,9 марта; 1 мая; 9 мая; 12 июня.

Реализация программы

