

*ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
средняя общеобразовательная школа № 321
Центрального района Санкт-Петербурга
191119, Санкт-Петербург, ул. Социалистическая, дом 7 тел./факс 764-86-37
ОТДЕЛЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ*

Программа принята
решением
Педагогического совета
ГБОУ СОШ № 321
Протокол № 1
от «28» августа 2015г

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №321
Центрального района
Н.И. Смолянинова
приказ № 111-о
от «28» августа 2015г.

«КРАЕВЕДЧЕСКИЙ ТУРИЗМ»
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА

*Программа рассчитана на детей 11 -16 лет
Срок реализации программы – 2 года*

Автор – составитель программы:
педагог дополнительного образования
Благодарев Михаил Юльевич

Санкт-Петербург
2015-2016

1. Пояснительная записка.

1.1 Краткая характеристика изучаемого предмета.

Туризм и краеведение – предметы, связанные между собой, постигать которые начал первобытный человек, путешествовавший по Земле, меняя места стоянок, обогащая свои знания и умения на основе имеющихся, тех, которые знали и умели его предки. Традиции, обычаи, совершенствование своей жизнедеятельности, ведет к развитию человеческого разума, к изменению мировоззрения.

Пешеходный туризм – самый массовый и самый доступный вид туризма. На пешеходные маршруты по стране ежегодно выходят миллионы людей. Туристический поход сочетает активный, здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира. Туризм учит коллективизму, дружбе, дисциплинированности, самостоятельности, инициативе, трудолюбию, взаимопомощи. Участие в походах воспитывает находчивость, мужество и умение выходить из сложных ситуаций.

1.2. Направленность образовательной программы

Направленность общеобразовательной программы «Краеведческий туризм» - туристско-краеведческая. Уровень освоения – общекультурный.

1.3. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность

Современный туризм – важная отрасль экономики. В России возможности организации туризма очень велики. Ленинградская область обладает разнообразными туристскими ресурсами, некоторые памятники природы вошли в Список всемирного культурного и природного наследия.

Программа открывает учащимся увлекательный мир природы, расширяет кругозор, способствует сплочению детского коллектива, позволяет создать единый коллектив: учитель, ученики, родители, что во многом содействует усилению воспитывающего воздействия на ученика. Туристско-экскурсионная деятельность занимает значительное место среди многочисленных интересов школьников. Знакомство с особо охраняемыми территориями, памятниками природы и достопримечательностями Ленинградской области играет огромную роль в формировании у учащихся географической культуры, расширения кругозора, усвоении опыта эмоционально-целостного отношения к миру. Используя этот интерес, важно сформировать у них потребность совершенствования и пополнения своих знаний для активной жизненной деятельности.

Новизна программы заключается в том, что в содержании заложены и предлагается формирование туристско-экскурсионных навыков (норм и правил рекреационного природопользования), знание природных рекреационных ресурсов и основных особо охраняемых природных территорий и достопримечательностей Ленинградской области.

1.4 Цель образовательной программы.

Создание условий для развития физически и нравственно полноценной личности средствами туризма и краеведения, самореализации, социальной адаптации,

оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

1.5 Задачи образовательной программы.

образовательные:

- усвоение обучающимися туристско - краеведческих знаний и умений;
- познание окружающего мира своего родного края;
- расширение кругозора в области географии, геологии, биологии, картоведения.

развивающие:

- физическое совершенствование и укрепление здоровья;
- способствовать развитию интереса учащихся к спортивным походам и экспедициям;
- развитие организаторских способностей.

воспитательные:

- воспитание бережного отношения к природе и окружающей среде, интереса к родному краю;
- воспитание целеустремленности, упорства в достижении цели, трудолюбия через различные виды клубной деятельности;
- предоставление возможностей для проявления социальной активности и развития творческих способностей учащихся при подготовке и проведении выездов и комплекса коллективных творческих дел.

Реализация цели и задач данной программы направлены на организацию образовательной и оздоровительной деятельности обучающихся в творческом объединении, на организацию воспитательной работы в объединении, на сплочение детей в единый коллектив.

1.6. Отличительные особенности данной дополнительной образовательной программы

Отличительной особенностью данной программы является органичное сочетание и одновременное знакомство с двумя дисциплинами: краеведением и туризмом.

Программа предполагает организацию учебных групп на базе школы (по соглашению) или отдельного класса по желанию классного руководителя и родительского собрания.

1.7. Возраст детей, участвующих в реализации образовательной программ.

Программа рассчитана на учащихся 11-16 лет.

Набор свободный, по желанию.

Обязательное условие - медицинский допуск к занятиям по физической подготовке, участию в спортивных соревнованиях и туристских походах.

1.8. Сроки реализации программы

Программа рассчитана на два года обучения.

1.9. Режим занятий

по 1 часу два раза в неделю

	<i>1 год обучения</i>	<i>2 год обучения</i>
	72 часа	72 часа
Всего:	72 часа	144 часа

1.10 Формы организации занятий

Занятия носят в основном *групповой* характер. При овладении отдельными темами или приемами туризма и краеведения возможны занятия «*по звеньям*» или *индивидуально-групповые*.

1.11 Ожидаемые результаты и способы определения их результативности

Прямыми критериями результата усвоения программы служат:

- рост спортивных достижений,
- участие в районных и городских туристических соревнованиях школьников.

Основным образовательным результатом обучения по данной программе является формирование творческого, гармонично развитого человека, понимающего ценность окружающей его природы, осознающего себя носителем культурных традиций народа.

1.12. Формы подведения итогов

1. Проведение зачетных туристских слетов и квалификационных походов с выполнением нормативов: «Юный турист» и «Турист России».
2. Составление отчетов о походах, экскурсиях и экспедициях с усложнением формы отчета (на выбор):
 - устный отчет в своей группе о походе в целом (маршрутная нитка) и о работе по туристским специальностям, - перед одноклассниками и родителями (в условиях работы на базе класса);
 - выпуск газеты – отчета;
 - презентация слайд - или видео - фильма;
 - устный отчет на городском конкурсе;
 - письменный отчет в соответствии с требованиями.

2. Учебно-тематический план и содержание программы

2.1 Задачи 1 года обучения.

- удовлетворение потребности учащихся в познании окружающего мира и своего родного края;
- создание условий для формирования разновозрастного детско-юношеского коллектива;
- усвоения обучающимися туристско - краеведческих знаний и умений, приобретения опыта коммуникативной, эмоциональной, физической и трудовой деятельности, развития потенциальных способностей ребенка;
- привитие интереса к занятиям по туризму и краеведению;
- расширение кругозора в области географии, геологии, биологии, картоведения;
- воспитание бережного отношения к природе и окружающей среде, интереса к родному краю;

2.2 Учебно-тематический план 1 года обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение в образовательную программу.	2	-----	2
2.	Краеведческая работа.	4	4	8
3.	Организация и подготовка экскурсии, похода.	2	5	7
4.	Организация и проведение похода. Обеспечение безопасности.	2	3	5
5.	Подведение итогов похода.	2	2	4
6.	Ориентирование и топографическая подготовка	2	8	10
7.	Природа Ленинградской области	6	6	12
8.	Физическая подготовка.	2	5	7
9.	Туристическое снаряжение.	2	3	5
10.	Туристский быт.	1	2	3
11.	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.	2	3	5
12.	Техника преодоления препятствия.	2	2	4
	ИТОГО	27	45	72

2.3 Содержание программы 1 года обучения.

Тема №1: Введение в образовательную программу.

Теоретические занятия:

- Беседа о туризме и о работе кружка.
- Виды туризма: по характеру путешествия: горный, сухопутно-равнинный, подземный (пещерный), подводный, комбинированный; по способу передвижения путешественников: пешеходный, горно-пешеходный, лыжный, велосипедный, шлюпочный, парусный, автотолковый, конный, их особенности.
- Разнообразие форм и содержание туристской деятельности: прогулка, экскурсия, экспедиция, поход (однодневный, походы выходного дня.) по масштабу района: местные и дальние путешествия; по форме организации путешествий: плановый и самостоятельный туризм; в зависимости от целей: походы познавательные, оздоровительные, агитационно-массовые.
- Туристские законы.
- План мероприятий на год.

Тема №2: Краеведческая работа.

Теоретические занятия:

- Физико-географическое положение района. Рельеф, геологическое строение, полезные ископаемые, внутренние воды, памятники природы, заповедные территории.
- Климат, растительный и животный мир района.
- Охрана природы и окружающей среды.

Практические занятия:

- Составление путевого дневника, описание отдельных участков пути.
- фотографирование в походе.
- Оформление отчетов путешествий, альбомов, уголков туристов.
- Сбор краеведческих материалов.

Тема №3: Организация и подготовка похода.

Теоретические занятия:

- Инструкция по организации и проведению туристских походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ.
- Подбор группы. Определение цели и района похода. Туристские должности в группе, постоянные и временные. Командир группы, заведующий питанием, заведующий снаряжением, штурман, краевед, санитар, фотограф, видеооператор. Дублеры по постоянным должностям.
- Сбор сведений о районе похода (изучение литературы, картографического материала, встреча с людьми, побывавшими в этих местах, просмотр видеоматериалов и т. д.).
- Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, плана графика похода, сметы расходов.
- Подбор и подготовка группового и личного снаряжения. Межсезонье и требования, которые оно предъявляет к снаряжению.
- Культура поведения туриста и взаимоотношения с местными жителями. Значение

дисциплины в походах.

- Оформление походной документации. Получение разрешения на выход в поход.
- Укладка рюкзака. Типичные ошибки при укладке рюкзака.

Практические занятия:

- Установка палатки, укладка рюкзака.
- Закупка, расфасовка, укладка продуктов.
- Подготовка походной документации. Подготовка группового и специального снаряжения.

Тема №4: Организация и проведение похода. Обеспечение безопасности.

Теоретические занятия:

- Движение по маршруту. Нормы переходов. Строй, темп, режим. - Движение в лесу через кустарники и завалы.
 - Меры предосторожности. Страховка и самостраховка.
- Обеспечение безопасности — главное требование к каждому туристу похода.
- Основные причины возникновения опасности: дисциплина туристов, плохая подготовка похода, климатические условия.

Практические занятия:

- Поход выходного дня.
- Однодневные походы.
- Движение цепочкой, правила и режим пешего движения, выполнение общественных поручений и заданий.
- Преодоление естественных препятствий: подъемы, спуски по различным склонам, движение по густому подлеску- Страховка и самостраховка.
- Развертывание и свертывание бивуака.
- Работа с картами и компасами. Ведение группы по заданному азимуту.
- Ориентирование по компасу, карте, небесным светилам,
- Ведение дневниковых записей.
- Фотографирование на заданную тему. Сбор экспонатов.

Тема № 5: Подведение итогов похода.

Теоретические занятия:

- Обсуждение похода. Просмотр походных фотографий,.
- Составление отчета о походе. Оформление фотостендов, фотоальбомов.

Практические занятия:

- Оформление туристского уголка, альбома
- Обсуждение похода и подведение итогов. Разбор похода.

Тема № 6: Ориентирование и топографическая подготовка

Теоретические занятия:

- Устройство и типы компасов Цена деления лимба и точность определения углов с их помощью. Пользование компасом в походе.
- Азимут. Определение азимута как угла на местности и карте, Определение азимута на ориентир, движение по заданному азимуту.

- Масштаб. Виды масштабов, масштабы топографических и географических карт.
- Определение расстояния по карте.
- Определение сторон горизонта по солнцу, звездам, местным предметам.
- Основные элементы топографии. Топографическая карта и условные топографические знаки.
- Измерение на местности.
- Практические занятия:
- Ориентирование по сторонам горизонта, по местным предметам.
- Ориентирование карты по компасу. Упражнения по определению сторон горизонта с помощью компаса. Определение расстояния по карте.
- Зарисовка топографических знаков.
- Чтение топографических карт.
- Топографический диктант. Разбор диктанта.

Тема №7: Природа Ленинградской области.

Теоретические занятия:

Основные формы рельефа. Грядово-холмистая равнина Балтийского кристаллического щита. Лемболовская возвышенность. Низменности – Приневская, Приладожская, Свирская, Вуоксинская. Балтийско-Ладожский уступ – Ордовикский глинт. Вепсовская возвышенность с высшей точкой Лен. обл. в гряде Гапсельга 291 м.

Геологическое строение и происхождение основных форм рельефа: Стык Балтийского кристаллического щита и Русской платформы. Образование Онежского и Ладожского озер, впадины Финского залива. Воздействие оледенений на формирование рельефа. Ледниковый рельеф: моренные и холмистые равнины, камы, озы. Песчаные пляжи и дюны Сестрорецка и Зеленогорска.

Природа Карельского перешейка. Из истории приневских земель. Лахта. Из истории Гром-камня. Сестрорецк. Из истории поселка Сестрорецк. Сестрорецкий курорт. Репино. Музей –усадьба И.Е. Репина «Пенаты».

Практические занятия:

Экскурсия «По памятным местам Карельского перешейка»

Реки и озера. Общая характеристика рек. Река Нева. Река Тосна и её левый приток – речка Саблинка. Водопады на реках Саблинке и Тосне. Верхнеореджежский природный парк в селе Рождествено. Озера. Ладожское озеро. Остров Валаам.

Тема № 8: Физическая подготовка.

Теоретические занятия:

- Значение физической подготовки для туриста.
- Закаливание, комплекс упражнений зарядки.

Практические занятия:

- Сдача нормативов по физической подготовке.
- Спортивные, подвижные игры.
- Атлетическая подготовка.
- Силовые, беговые, прыжковые упражнения.

Тема № 9: Туристическое снаряжение.

Теоретические занятия:

- Туристское снаряжение: групповое, личное, специальное. Теплоизоляционные коврики.
- Требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство в пользовании.
- Типы рюкзаков, спальных мешков, их достоинства и недостатки. Правила укладки рюкзака.
- Варочная посуда и костровые приспособления.
- Типы палаток, их достоинства и недостатки. Стойки и колышки для палаток.

Практические занятия:

- Подготовка к походу. Получение и распределение снаряжения.
- Укладка рюкзака. Проведение игры «Что мы возьмем с собой в поход?».
- Установка палатки.
- Различные типы карабинов, работа с ними.

Тема № 10: Туристский быт.

Теоретические занятия:

- Выбор места для дневного привала, для ночлега, для дневки.
- Требования к месту привала: дрова, вода, сухая поляна, безопасность, жизнеобеспечение, комфортность.
- Охрана природы.
- Планирование лагеря. Распределение обязанностей на бивуаке между участниками похода.
- Противопожарные меры.. Костровое оборудование.
- Сушка обуви и одежды.
- Свертывание бивуака. Уборка места лагеря перед уходом группы.
- Примерный набор продуктов питания.

Практические занятия:

- Зарисовка схем правильной разбивки бивуака с учетом требований, предъявляемых к месту привала.
- Организация полевого бивуака.
- Сушка обуви и одежды.
- Питание в походе.

Тема № 11: Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.

Теоретические занятия:

- Личная гигиена туриста: обувь, уход за ногами и обувью во время похода.
- Примерный состав походной медицинской аптечки.
- Первая доврачебная помощь при травмах.
- Первая доврачебная помощь при заболеваниях.
- Самоконтроль туриста.

Практические занятия:

- Оказание доврачебной помощи при различных заданных травмах.
- Транспортировка пострадавшего различными способами.

Тема № 12: Техника преодоления препятствия.

Теоретические занятия:

- Основные понятия техники туризма.
- Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.
- Отработка в помещении и на местности различных технических приемов преодоления всевозможных препятствий.
- Узлы, назначение, способы вязания.

Практические занятия:

- Отработка в помещении и на местности различных технических приемов преодоления всевозможных препятствий.
- Вязка узлов.

2.4 Ожидаемый результат 1 года обучения:

Учащиеся будут знать:

1. Особенности природы родного края,
2. Историю, исторические места и достопримечательности родного края,
3. Климат, растительный и животный мир, реки, озера родного края,
4. правила поведения в походе.

Учащиеся будут уметь:

1. Ориентироваться по компасу, находить азимут по карте, пользоваться топографическими картами и топографическими знаками, уметь ориентироваться в лесу;
2. Определять стороны горизонта по Солнцу, звёздам, местным признакам,
3. разжигать костер в любых условиях, развёртывать и свёртывать бивак, устанавливать и разбирать палатки;
4. Оказывать первую доврачебную помощь.

2.5. Задачи 2-го года обучения:

- расширение кругозора в области географии, геологии, биологии, картоведения;
- воспитание бережного отношения к природе и окружающей среде, интереса к родному краю;
- воспитание целеустремленности, упорства в достижении цели, трудолюбия через различные виды клубной деятельности;
- подготовка обучающихся к спортивным походам и экспедициям;
- развитие организаторских способностей;
- профессиональное самоопределение обучающихся.

2.6. Учебно-тематический план 2 года обучения

№	Наименование темы	Количество часов		
		теория	практика	всего
1.	Введение в образовательную программу.	2	-----	2
2.	Краеведческая работа.	4	4	8
3.	Организация и подготовка экскурсии, похода.	2	5	7
4.	Организация и проведение похода. Обеспечение безопасности.	2	3	5
5.	Подведение итогов похода.	2	2	4
6.	Ориентирование и топографическая подготовка	2	8	10
7.	Природа Ленинградской области	6	6	12
8.	Физическая подготовка.	2	5	7
9.	Туристическое снаряжение.	2	3	5
10.	Туристский быт.	1	2	3
11.	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.	2	3	5
12.	Техника преодоления препятствия.	2	2	4
	ИТОГО	27	45	72

2.7. Содержание образовательной программы 2 года обучения

Тема №1: Введение в образовательную программу.

Теоретические занятия:

- Беседа о туризме и о работе кружка.
- Виды туризма: по характеру путешествия: горный, сухопутно-равнинный, подземный (пещерный), подводный, комбинированный; по способу передвижения путешественников: пешеходный, горно-пешеходный, лыжный, велосипедный, шлюпочный, парусный, автотомоторный, конный, их особенности.
- Разнообразие форм и содержание туристской деятельности: прогулка, экскурсия, экспедиция, поход (однодневный, походы выходного дня.) по масштабу района: местные и дальние путешествия; по форме организации путешествий: плановый и самостоятельный туризм; в зависимости от целей: походы познавательные, оздоровительные, агитационно-массовые.
- Туристские законы.
- План мероприятий на год.

Тема №2: Краеведческая работа.

Теоретические занятия:

- Физико-географическое положение района. Рельеф, геологическое строение, полезные ископаемые, внутренние воды, памятники природы, заповедные территории.
- Климат, растительный и животный мир района.
- Охрана природы и окружающей среды.

Практические занятия:

- Составление путевого дневника, описание отдельных участков пути.
- фотографирование в походе.
- Оформление отчетов путешествий, альбомов, уголков туристов.
- Сбор краеведческих материалов.

Тема №3: Организация и подготовка похода.

Теоретические занятия:

- Инструкция по организации и проведению туристских походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ.
- Подбор группы. Определение цели и района похода. Туристские должности в группе, постоянные и временные. Командир группы, заведующий питанием, заведующий снаряжением, штурман, краевед, санитар, фотограф, видеооператор. Дублеры по постоянным должностям.
- Сбор сведений о районе похода (изучение литературы, картографического материала, встреча с людьми, побывавшими в этих местах, просмотр видеоматериалов и т. д.).
- Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, плана графика похода, сметы расходов.
- Подбор и подготовка группового и личного снаряжения. Межсезонье и требования, которые оно предъявляет к снаряжению.

- Культура поведения туриста и взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походах.
- Оформление походной документации. Получение разрешения на выход в поход.
- Укладка рюкзака. Типичные ошибки при укладке рюкзака.

Практические занятия:

- Установка палатки, укладка рюкзака.
- Закупка, расфасовка, укладка продуктов.
- Подготовка походной документации. Подготовка группового и специального снаряжения.

Тема №4: Организация и проведение похода. Обеспечение безопасности.

Теоретические занятия:

- Движение по маршруту. Нормы переходов. Строй, темп, режим. - Движение в лесу через кустарники и завалы.
 - Меры предосторожности. Страховка и самостраховка.
- Обеспечение безопасности — главное требование к каждому туристу похода.
- Основные причины возникновения опасности: дисциплина туристов, плохая подготовка похода, климатические условия.

Практические занятия:

- Поход выходного дня.
 - Однодневные походы.
 - Движение цепочкой, правила и режим пешего движения, выполнение общественных поручений и заданий.
 - Преодоление естественных препятствий: подъемы, спуски по различным склонам, движение по густому подлеску- Страховка и самостраховка.
 - Развертывание и свертывание бивуака.
 - Работа с картами и компасами. Ведение группы по заданному азимуту.
 - Ориентирование по компасу, карте, небесным светилам,
 - Ведение дневниковых записей.
- Фотографирование на заданную тему. Сбор экспонатов.

Тема № 5: Подведение итогов похода.

Теоретические занятия:

- Обсуждение похода. Просмотр походных фотографий,.
- Составление отчета о походе. Оформление фотостендов, фотоальбомов.

Практические занятия:

- Оформление туристского уголка, альбома
- Обсуждение похода и подведение итогов. Разбор похода.

Тема № 6: Ориентирование и топографическая подготовка

Теоретические занятия:

- Устройство и типы компасов Цена деления лимба и точность определения углов с их помощью. Пользование компасом в походе.
- Азимут. Определение азимута как угла на местности и карте, Определение азимута

на ориентир, движение по заданному азимуту.

-Масштаб. Виды масштабов, масштабы топографических и географических карт.

-Определение расстояния по карте.

-Определение сторон горизонта по солнцу, звездам, местным предметам.

-Основные элементы топографии. Топографическая карта и условные топографические знаки.

Измерение на местности.

Практические занятия:

-Ориентирование по сторонам горизонта, по местным предметам.

-Ориентирование карты по компасу. Упражнения по определению сторон горизонта с помощью компаса. Определение расстояния по карте.

-Зарисовка топографических знаков.

-Чтение топографических карт.

Тема №7: Природа Ленинградской области.

Теоретические занятия:

Основные формы рельефа. Грядово-холмистая равнина Балтийского кристаллического щита. Лемболовская возвышенность. Низменности – Приневская, Приладожская, Свирская, Вуоксинская. Балтийско-Ладожский уступ – Ордовикский глинт. Вепсовская возвышенность с высшей точкой Лен. обл. в гряде Гапсельга 291 м.

Геологическое строение и происхождение основных форм рельефа: Стык Балтийского кристаллического щита и Русской платформы. Образование Онежского и Ладожского озер, впадины Финского залива. Воздействие оледенений на формирование рельефа. Ледниковый рельеф: моренные и холмистые равнины, камы, озы. Песчаные пляжи и дюны Сестрорецка и Зеленогорска.

Природа Карельского перешейка. Из истории приневских земель. Лахта. Из истории Гром-камня. Сестрорецк. Из истории поселка Сестрорецк. Сестрорецкий курорт. Репино. Музей –усадьба И.Е. Репина «Пенаты».

Практические занятия:

Экскурсия «По памятным местам Карельского перешейка»

Реки и озера. Общая характеристика рек. Река Нева. Река Тосна и её левый приток – речка Саблинка. Водопады на реках Саблинке и Тосне. Верхнеоредежский природный парк в селе Рождествено. Озера. Ладожское озеро. Остров Валаам.

Тема № 8: Физическая подготовка.

Теоретические занятия:

-Значение физической подготовки для туриста.

-Закаливание, комплекс упражнений зарядки.

Практические занятия:

-Сдача нормативов по физической подготовке.

-Спортивные, подвижные игры.

-Атлетическая подготовка.

-Силовые, беговые, прыжковые упражнения.

Тема № 9: Туристическое снаряжение.

Теоретические занятия:

- Туристское снаряжение: групповое, личное, специальное. Теплоизоляционные коврики.
- Требования к снаряжению: легкость, прочность, удобство в пользовании.
- Типы рюкзаков, спальных мешков, их достоинства и недостатки. Правила укладки рюкзака.
- Варочная посуда и костровые приспособления.
- Типы палаток, их достоинства и недостатки. Стойки и колышки для палаток.

Практические занятия:

- Подготовка к походу. Получение и распределение снаряжения.
- Укладка рюкзака. Проведение игры «Что мы возьмем с собой в поход?».
- Установка палатки.
- Различные типы карабинов, работа с ними.

Тема № 10: Туристский быт.

Теоретические занятия:

- Выбор места для дневного привала, для ночлега, для дневки.
- Требования к месту привала: дрова, вода, сухая поляна, безопасность, жизнеобеспечение, комфортность.
- Охрана природы.
- Планирование лагеря. Распределение обязанностей на бивуаке между участниками похода.
- Противопожарные меры.. Костровое оборудование.
- Сушка обуви и одежды.
- Свертывание бивуака. Уборка места лагеря перед уходом группы.
- Примерный набор продуктов питания.

Практические занятия:

- Зарисовка схем правильной разбивки бивуака с учетом требований, предъявляемых к месту привала.
- Организация полевого бивуака.
- Сушка обуви и одежды.
- Питание в походе.

Тема № 11: Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.

Теоретические занятия:

- Личная гигиена туриста: обувь, уход за ногами и обувью во время похода.
- Примерный состав походной медицинской аптечки.
- Первая доврачебная помощь при травмах.
- Первая доврачебная помощь при заболеваниях.
- Самоконтроль туриста.

Практические занятия:

- Оказание доврачебной помощи при различных заданных травмах.
- Транспортировка пострадавшего различными способами.

Тема № 12: Техника преодоления препятствия.

Теоретические занятия:

- Основные понятия техники туризма.
- Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.
- Отработка в помещении и на местности различных технических приемов преодоления всевозможных препятствий.
- Узлы, назначение, способы вязания.

Практические занятия:

- Отработка в помещении и на местности различных технических приемов преодоления всевозможных препятствий.
- Вязка узлов.

2.8. Ожидаемые результаты 2 года обучения

Учащиеся будут знать:

1. особенности природы родного края,
2. историю, исторические места и достопримечательности Ленобласти,
3. климат, растительный и животный мир, реки, озера родного края,

Учащиеся будут уметь:

1. выполнять требования нормативов на значок «Турист России»;
2. выполнять контрольные нормативы по общей физической подготовке, ориентированию, участвовать в контрольных выездах, слетах;
3. участие в походах различных видов и сложности.

3.Методическое обеспечение образовательной программы.

3.1 Методическое обеспечение.

Первый год обучения

№	Раздел учебно-тематического плана	Форма занятий	Методы и приемы	Оборудование	Форма подведения итогов
1	<i>Введение в образовательную программу.</i>	Групповая, теоретическая	Словесный, наглядный (показ), лекция-беседа	Наглядный материал: иллюстрации, видео	Устный опрос
2	<i>Краеведческая работа.</i>	Групповая, теоретическая, практическая	Лекция – беседа, наглядный (показ), практический	Использование видеоматериала, показ педагогом, УМК	Наблюдение, тест
3	<i>Организация и подготовка похода.</i>	Групповая, теоретическая	Наглядный (показ), практический, словесный	Использование видеоматериала, показ педагогом, УМК	Наблюдение,
4	<i>Организация и проведение похода. Обеспечение безопасности.</i>	Групповая, теоретическая, практическая	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом, использование видеоматериала	Наблюдение, тест
5	<i>Подведение итогов похода.</i>	Групповая, индивидуальная	Наглядный (показ), практический, словесный	использование видеоматериала, УМК	Наблюдение, отчет о походе
6	<i>Ориентирование и топографическая подготовка</i>	Групповая, индивидуальная, практическая	Практический словесный, наглядный	Использование видеоматериала, УМК	Игровые задания, ориентирование на заданной местности, топографический диктант
7	<i>Природа Ленинградской области.</i>	Групповая, поход, экскурсия;	Практический, наглядный	Использование УМК, видео	Отчет по экскурсии
8	<i>Физическая подготовка.</i>	Групповая, практическая	Наглядный (показ), практический, словесный	Использование видеоматериала, показ педагогом	Соревнования
9	<i>Туристическое снаряжение.</i>	Групповая, практическая, поход,	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом, использование видеоматериала, УМК	Наблюдение, тест, поход
10	<i>Туристский быт.</i>	Групповая, индивидуальная, поход,	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом, использование	Наблюдение,

				видеоматериала, УМК	
11	<i>Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.</i>	Групповая, индивидуаль- ная, поход	Практический словесный, наглядный	Использование видеоматериала, УМК	зачет
12	<i>Техника преодоления препятствия.</i>	Групповая, индивидуаль- ная, поход, экскурсия;	Практический, наглядный	Использование УМК	соревнования

Второй год обучения

№	Раздел учебно-тематического плана	Форма занятий	Методы и приемы	Оборудование	Форма подведения итогов
1	<i>Введение в образовательную программу.</i>	Групповая, теоретическая	Словесный, наглядный (показ), лекция-беседа	Наглядный материал: иллюстрации, видео	Устный опрос
2	<i>Краеведческая работа.</i>	Групповая, теоретическая, практическая	Лекция – беседа, наглядный (показ), практический	Использование видеоматериала, показ педагогом, УМК	Наблюдение, тест
3	<i>Организация и подготовка похода.</i>	Групповая, теоретическая	Наглядный (показ), практический, словесный	Использование видеоматериала, показ педагогом, УМК	Наблюдение,
4	<i>Организация и проведение похода. Обеспечение безопасности.</i>	Групповая, теоретическая, практическая	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом, использование видеоматериала	Наблюдение, тест
5	<i>Подведение итогов похода.</i>	Групповая, индивидуальная	Наглядный (показ), практический, словесный	использование видеоматериала, УМК	Наблюдение, отчет о походе
6	<i>Ориентирование и топографическая подготовка</i>	Групповая, индивидуальная, практическая	Практический словесный, наглядный	Использование видеоматериала, УМК	Игровые задания, ориентирование на заданной местности, топографический диктант
7	<i>Природа Ленинградской области.</i>	Групповая, поход, экскурсия;	Практический, наглядный	Использование УМК, видео	Отчет по экскурсии
8	<i>Физическая подготовка.</i>	Групповая, практическая	Наглядный (показ), практический, словесный	Использование видеоматериала, показ педагогом	Соревнования
9	<i>Туристическое снаряжение.</i>	Групповая, практическая, поход,	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом, использование видеоматериала, УМК	Наблюдение, тест, поход
10	<i>Туристский быт.</i>	Групповая, индивидуальная, поход,	Наглядный (показ), практический, словесный	Показ педагогом, использование видеоматериала, УМК	Наблюдение,

11	<i>Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь.</i>	Групповая, индивидуальная, поход	Практический словесный, наглядный	Использование видеоматериала, УМК	зачет
12	<i>Техника преодоления препятствия.</i>	Групповая, индивидуальная, поход, экскурсия;	Практический, наглядный	Использование УМК	соревнования

3.2 Учебно-методический комплект.

1. Помещение, оборудованное для теоретических и практических занятий.
2. Фотографии, плакаты, рисунки, видеофильмы.
3. Спортивный зал для проведения тренировок.
4. Спортивная площадка для проведения практических занятий на местности.
5. Туристское снаряжение и оборудование.
6. Карты и атласы:
 1. Физическая карта России
 2. Физическая карта Ленинградской области
 3. Атлас «Ленинградская область»
 4. Атлас «География и экология Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Из-во Московского университета, 2006
 5. Создаем «атлас» сами, Учебное пособие по географии Ленинградской области 8-9 класс под ред. А.В. Даринского
 6. Набор контурных карт для средней школы, Санкт-Петербург и Ленинградская область. Кроссворд «Ленинградская область», лист 23
 - 7 Карта Ленинградской области. Достопримечательности.

4. Список литературы

Для педагога:

1. Андреева Л.А., Коляда М.И., Кондратьева Е.В. По Ленинградской области, Лениздат, 1978
2. Биржаков М.Б, Кузнецов Ю.В, Карташева Р.А, Усыскин Г.С. Туристский путеводитель по Ленинградской области, М-СПб, из-во «Невский фонд», 2007
3. Борисов В.А. и др, Охраняемые природные территории мира, М, 1985
4. Красная книга природы Ленинградской области. Том 1. ООПТ. Под ред. Фокина Ю.В. СПб, 1999
5. Лебедев Г.С. Археологические памятники Ленинградской области, Л, 1972

Электронные и цифровые информационные ресурсы:

- <http://festival.1september.ru/> ФЕСТИВАЛЬ ПЕД.ИДЕЙ «ОТКРЫТЫЙ УРОК»
- Каталог образовательных ресурсов сети Интернет для школы - <http://katalog.iot.ru/>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов - <http://school-collection.edu.ru/>

Для детей:

3. Биржаков М.Б, Кузнецов Ю.В, Карташева Р.А, Усыскин Г.С. Туристский путеводитель по Ленинградской области, М-СПб, из-во «Невский фонд», 2007
2. Красная книга природы Ленинградской области. Том 1. ООПТ. Под ред. Фокина Ю.В. СПб, 1999

Электронные и цифровые информационные ресурсы:

- <http://festival.1september.ru/> ФЕСТИВАЛЬ ПЕД.ИДЕЙ «ОТКРЫТЫЙ УРОК»
- Каталог образовательных ресурсов сети Интернет для школы - <http://katalog.iot.ru/>
- Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов - <http://school-collection.edu.ru/>