Муниципальное автономное учреждение
Дополнительного образования
Центр туризма, экскурсий и краеведения
МР Учалинский район РБ

УТВЕРЖДЕНО
Методическим советом
протокол №__
от «__»_____20___г.

МОДИФИЦИРОВАННАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
«Юные туристы - краеведы»
(туристско- краеведческая направленность)

Программа рассчитана на детей 11-16 лет
Срок реализации программы 3 года

Составитель программы:
Фахретдинова Р.Р.
ПДО МАУ ДО ЦТЭиК

г. Учалы 2019 г.

Пояснительная записка

Туристско – краеведческая и экскурсионная деятельность во всех ее проявлениях способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению родного края, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Туристско - краеведческая деятельность в рамках программы осуществляется с помощью различных форм и методов. На занятиях кружка предусмотрено освоение теории, методики и практических навыков. Обучающиеся проводят большую краеведческую работу, изучая историю, природу, культуру и экономику своего родного края. Знакомятся с природой и достопримечательностями края, собирают интересные факты и легенды, разрабатывают маршруты и учатся элементарным туристским навыкам.

На практике применяют и закрепляют полученные знания и умения и развивают свою любознательность и активность, овладевают трудовыми навыками, укрепляют свое здоровье.

Участие в туристических походах, экскурсиях и других мероприятиях воспитывает находчивость, мужество, умение преодолевать трудности в сложных ситуациях, а также способствуют приобретению расширенных знаний об окружающем мире и его развитии. Приобретают умения ориентироваться на незнакомой местности по карте и компасу, организовывать жизнедеятельность группы в различных условиях, преодолевать сложные естественные препятствия, оказывать первую доврачебную медицинскую помощь. Всё это имеет большое значение в процессе воспитания и развития подростков.

Занятия туризмом способствуют развитию у учащихся морально - волевых качеств: дружбы, коллективизма, взаимовыручки. Под воздействием занятий формируются такие черты характера, как самостоятельность, честность, ответственность за порученное дело, требовательность к себе и к товарищам.

Программа «Туризм и краеведение» позволяет, с одной стороны, через смену рода деятельности, оградить детей от замкнутости круга общения, уйти от неблагоприятной среды; с другой, - повышает возможность сформировать коммуникативно-личностные качества, необходимые для адаптации в социуме, укрепить здоровье, прививает стремление вести здоровый образ жизни, формирует гражданственность и патриотизм. А участие в общественно-полезной деятельности даёт обучающимся возможность почувствовать себя частью большого коллектива ребят – туристов, осознать свою значимость для всей команды, стремиться к большему, т.е. к саморазвитию и к самосовершенствованию. Таким образом, программа «Туризм и краеведение» не только актуальна, но и перспективна и востребована.

Данная программа является модифицированной на основе типовой «Юные туристы-краеведы». В целом программа определяет основы подготовки юных туристов-краеведов и рассчитана на три года обучения. Обучаться в группе туристов могут все желающие, начиная с 5-7 классов.

Цели и задачи программы:

- формировать у школьников основы туристических умений и навыков;
- формировать знания о природе, истории, культуре и экономике Учалинского района и Республики Башкортостан;
- развивать знания о туристских ресурсах и экскурсионных объектах своего края;
- вызвать познавательный интерес к особо охраняемым природным территориям (ООПТ) РБ;
- воспитывать гуманное и бережное отношение к природе;
- развивать творческие способности, экологическую культуру и расширить кругозор;
- формировать детский коллектив и оздоровительную активную деятельность в природе.

Ожидаемые результаты

Обучающиеся должны знать:

- Физико - географическое положение своего района, республики, страны;
- историческое прошлое и легенды родного края;
- административное деление, названия населенных пунктов, их правильное написание и произношение;
- геологическое строение, особенности рельефа и месторождения полезных ископаемых своего края;
- особенности климата, вод, почв и органического мира;
- топонимику родного края;
- туристские ресурсы и экскурсионные объекты своего края;
- особо охраняемые природные территории Учалинского района и РБ;
- основные производственные предприятия;
- виды карт, основные условные обозначения, способы изображения рельефа и других природных объектов;
- основные характеристики погоды, факторы здорового образа жизни, экологические проблемы своей местности и пути их решения.
- способы организации походов, туристического быта.

уметь:

- составить физико-географическую характеристику края;
- работать с компасом, определять азимут, читать карты, ориентироваться по карте и компасу на местности, составить простейшие планы местности;

- вести метеорологические наблюдения и пользоваться приборами, вычерчивать графики и схемы температуры, давления, облачности, влажности, составлять «розу ветров»;
- работать с гербарием, узнавать наиболее распространенные растения и животных своей местности, включая редкие и охраняемые виды, определять названия растений и животных с использованием атласа-определителя;
- подготавливать личное и групповое снаряжение к походу;
- устанавливать палатку, вязать и применять простейшие узлы;
- организовать туристический быт и обустраивать бивак;
- обустраивать кострище и разводить костер;
- пользоваться страховочной системой и наводить переправы;
- преодолевать естественные препятствия в походе со страховочной системой и без него;
- следовать правилам безопасности при проведении практических работ и нормам экологического и безопасного поведения в природной среде;
- соблюдать правила личной гигиены и оказывать первую медицинскую помощь;
- познавать природу различными способами: наблюдение, зарисовки, фото- и видеосъемка;
- распределять туристские должности в группе;
- работать со справочной литературой;
- составлять фотоотчет о походе

Механизмы реализации программы

Формы и методы организации работы кружка:

1. Изучение теории по туристко - краеведческой деятельности (кружковые занятия);
2. Практическая деятельность (учебно- тренировочные занятия по туризму, топографии и ориентированию, прогулки, экскурсии, однодневные и многодневные походы, туристские соревнования);
3. Научно-исследовательская деятельность (анкетирования, тренинги, разработка маршрутов, выполнение исследовательских работ, участие в конкурсах);
4. Коллективно - творческая деятельность (культурно-массовые мероприятия);
5. Общественно - полезная деятельность (трудовое воспитание, формирование оздоровительной активной деятельности в природе)
6. Воспитательная работа (формирование здорового детского коллектива);

Содержание программы

Тема 1. Введение. Значение туризма и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека. Правила поведения в учебном классе, зале, в лесу, на экскурсиях и прогулках. Правила и нормы поведения юных туристов. Заполнение личной анкеты.

Тема 2. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста.

Личное туристское снаряжение.

Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Виды рюкзаков, состав рюкзака. Как правильно укладывать рюкзак? Групповое снаряжение. Состав ремонтного набора и медицинской аптечки. Виды палаток. Правила установки палаток и размещение в них вещей. Туристская группа на прогулке (экскурсии).

Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц. Организация биваков и охрана природы. Выбор места для бивака. Типы костров и их значение. Выбор и заготовка топлива. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки. Добыча воды в природных условиях. Основные продукты питания для приготовления пищи в походе. Способы постройки укрытий, назначение тентов. Основы безопасности в природной среде.

Правила поведения во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.).

Тема 3. Определение местоположения своей страны, республики и района.

Определение физико-географического положения (местоположения) страны на территории Евразиатского материка. Карты мира. Что такое материки, океаны и континенты? Карты страны и республики. Определение местоположения республики и района.

Тема 4. Основы краеведения. История, культура и природные особенности родного края.

Историческое прошлое Учалинского района. Исторические памятники и археологические комплексы. Природа родного края. Горы и леса. Полезные ископаемые. Реки и озера родного края. Охраняемые природные территории и объекты. Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе. Приборы для наблюдений за погодой. Растительный и животный мир. Достопримечательности г. Учалы. Экскурсионные объекты города. Краеведческая викторина « Наш родной край».

Тема 5. Особенности лыжных походов.

Основные требования при разработке лыжного маршрута**.** Личное и групповое снаряжение для лыжного похода. Одежда и обувь туриста - лыжника. Техника движения на лыжах. Движение в лесу, по пересеченной местности, по заснеженным и обледенелым склонам, через замерзшие реки и водоемы. Меры обеспечения безопасности в походе и при проведении занятий. Организация привала, способы постройки ветрозащитных укрытий. Костер и очаг на снегу. Меры безопасности против травм, обморожений и простудных заболеваний во время лыжных походов. Лыжный поход в лес.

Тема 6. Азбука топографии и туристское ориентирование. Основные элементы топографии. Рисунок и простейший план местности. Понятие о масштабе. Способы изображения земной поверхности. Простейшие условные знаки.

Викторина по топографической подготовке и конкурс на лучший топографический диктант. Стороны горизонта. Определение сторон горизонта по различным особенностям местных предметов. Устройство компаса и его использование. Ориентирование по карте и по компасу. Работа с картой спортивного ориентирования. Карта горы Таштыбиик

Тема 7. Личная гигиена и первая доврачебная помощь.

Правила соблюдения личной гигиены во время экскурсий и походов, при организации перекусов. Туалетные принадлежности и средства личной гигиены. Способы оказания первой медицинской помощи пострадавшему участнику туристической группы. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.

Тема 8. Физическая подготовка юного туриста - краеведа.

Общая физическая подготовка и оздоровление организма. Утренняя гимнастика. О пользе занятий спортом. Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения). Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы). Навыки вязания и использования простейших узлов (прямой, проводник, восьмерка, двойной проводник, стремя, схватывающий, встречный, булинь). Понятие и назначение страховочной системы (обвязка, беседка, блокировочные веревки, карабины). Преодоление препятствий с использованием страховочной системы (подъем, спуск, траверс, переправы по бревну, навесная, вброд, параллельные перила). Наведение переправ, тренировки по преодолению.

Тема 9. Наблюдения за погодой. Признаки изменения погоды. Наблюдения за погодой, работа с дневником наблюдений. Что такое фенологические наблюдения? Знакомство и работа с приборами (термометр, барометр, осадкомер, снегомерная рейка).Составление прогнозов погоды при помощи приборов и по местным признакам. Конкурсы на более точный прогноз.

Тема 9. Туристические должности в группе.

Главные должности в группе туристов. Распределение обязанностей в туристкой группе. Проведение анкетирования, используя социометрические методы изучения межличностных отношений и совместимости

Тема 10. Рекреация и туризм. Природные условия и ресурсы, необходимые для туризма и отдыха. Что нужно для отдыха. Группы рекреационных ресурсов. Природно- рекреационные ресурсы. Природа леса. Лес как место отдыха. Антропогенные - рекреационные ресурсы. Ресурсы отдыха и туризма, созданные человеком. Памятники археологии, архитектуры, искусства и культуры. Организация экскурсионной поездки (похода) для активистов детского туризма.

Тема 10. Организация туристского путешествия. Ознакомление с районом путешествия. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Работа с картами. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Составление меню. Оформление до и послепоходной документации. Участие кружковцев в различных экскурсиях и походах (в подготовке, во время проведения и в подведении итогов).

Тема 11. Участие во всех туристских соревнованиях, краеведческих конкурсах и в других культурно - массовых мероприятиях.

Участие подростков в районно - городских туристских соревнованиях. Участие кружковцев в мероприятиях, посвященных к Новому году, 8 марта, 23 февраля и в других культурно - массовых мероприятиях. Участие в различных краеведческих конкурсах муниципального и республиканского уровней.

Тематическое планирование (первый год обучения – 216 час.)

№п/п	Содержание работы	теория	практика	всего
1.	**Введение.**			
	1. Значение туризма и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека.	3		3
	2. Правила поведения в учебном классе, зале, в лесу, на экскурсиях и прогулках. Правила и нормы поведения юных туристов. Заполнение личной анкеты.	3		3
2.	**Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста.**			
	1. Личное туристское снаряжение. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями.	3		3
	2. Виды рюкзаков, состав рюкзака. Как правильно укладывать рюкзак?	1	2	3

	3. Групповое снаряжение. Состав ремонтного набора и медицинской аптечки.	1	2	3
	4. Виды палаток. Правила установки палаток и размещение в них вещей.	1	2	3
	5. Туристская группа на прогулке (экскурсии). Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц.	3		3
	6. Организация биваков и охрана природы. Выбор места для бивака. Типы костров и их значение. Выбор и заготовка топлива.	1	2	3
	7. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи.	2	1	3
	8. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки. Добыча воды в природных условиях.	1,5		1,5
	9.Основные продукты питания для приготовления пищи в походе.	2	1	3
	10. Способы постройки укрытий, назначение тентов.	2	1	3
	11. Основы безопасности в природной среде. Правила поведения во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.).	1,5		1,5
	12. Правила поведения в парке, лесу при обнаружении задымления или очага возгорания.	1,5		1,5
	13.Правила безопасности при встрече с представителями животного мира. Взаимопомощь в туристской группе.	1,5		1,5
3.	**Определение местоположения своей страны, республики и района.**	3	3	6
	1. Определение физико-географического положения (местоположения) страны на территории Евразиатского материка. Карты мира. Что такое материки, океаны и континенты?			
	2. Карты страны и республики. Определение местоположения республики и района.	3	3	6

4.	**Основы краеведения. История, культура и природные особенности родного края.**			
	1. Историческое прошлое Учалинского района. Исторические памятники и археологические комплексы.	3	3	6
	2. Природа родного края. Горы и леса.			
	3. Полезные ископаемые.	3	3	6
	4. Реки и озера родного края.	3	3	6
	5. Охраняемые природные территории и объекты.	3 1	3 2	6 3
	6. Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе. Приборы для наблюдений за погодой.	3	3	6
	7. Растительный и животный мир.			
	8. Достопримечательности г. Учалы.	3	3	6
	Экскурсионные объекты города.	3	3	6
	9. Краеведческая викторина « Наш родной край».	3		3
5.	**Особенности лыжных походов.**			
	1. Основные требования при разработке лыжного маршрута**.** Личное и групповое снаряжение для лыжного похода. Одежда и обувь туриста - лыжника.	3		3
	2. Техника движения на лыжах. Движение в лесу, по пересеченной местности, по заснеженным и обледенелым склонам, через замерзшие реки и водоемы. Меры обеспечения безопасности в походе и при проведении занятий.	1	2	3
	3. Организация привала, способы постройки ветрозащитных укрытий. Костер и очаг на снегу.	3	3	6
	4. Меры безопасности против травм, обморожений и простудных заболеваний во время лыжных походов.	3	3	6
	5. Лыжный поход в лес.		6	6

6.	**Азбука топографии и туристское ориентирование.**			
	1. Основные элементы топографии. Рисунок и простейший план местности. Понятие о масштабе.	3	3	6
	2. Способы изображения земной поверхности. Простейшие условные знаки.	3	3	6
	3. Викторина по топографической подготовке и конкурс на лучший топографический диктант.	3	3	6
	4. Стороны горизонта. Определение сторон горизонта по различным особенностям местных предметов.	3	3	6
	5. Устройство компаса и его использование. Ориентирование по карте и по компасу.	3	3	6
	5. Работа с картой спортивного ориентирования. Карта горы Ташты-биик.	1	2	3
7.	**Личная гигиена и первая доврачебная помощь.**			
	1. Правила соблюдения личной гигиены во время экскурсий и походов, при организации перекусов. Туалетные принадлежности и средства личной гигиены.	1	2	3
	2. Способы оказания первой медицинской помощи пострадавшему участнику туристической группы.	3	3	6
	3. Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок.	1	2	3
8.	**Физическая подготовка юного туриста - краеведа**.			
	1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма. Утренняя гимнастика. О пользе занятий спортом.	1	2	3
	2. Порядок движения по дорогам (тропинкам). Способы преодоления простейших естественных препятствий (без специального туристского снаряжения). Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы).	3	3	6
	3. Навыки вязания и использования простейших узлов (прямой, проводник, восьмерка, двойной проводник, стремя, схватывающий, встречный, булинь).	3	3	6
	4. Понятие и назначение страховочной системы (обвязка, беседка, блокировочные веревки,	1	5	6

	карабины). 5. Преодоление препятствий с использованием страховочной системы (подъем, спуск, траверс, переправы по бревну, навесная, вброд, параллельные перила). Наведение переправ, тренировки по преодолению.	1	5	6
9.	**Туристические должности в группе.** **1.** Главные должности в группе туристов. Распределение обязанностей в туристкой группе. **2**. Проведение анкетирования, используя социометрические методы изучения межличностных отношений и совместимости.	3 3		3 3
10.	**Организация туристского путешествия.** 1. Ознакомление с районом путешествия. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Работа с картами. 2. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. 3. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Составление меню. 4.Оформление до и послепоходной документации.	1 1 3 3	2 2 3	3 3 6 3
11.	**Участие во всех туристских соревнованиях, краеведческих конкурсах и в других культурно - массовых мероприятиях.** 1. Участие кружковцев в различных экскурсиях и походах (в подготовке, во время проведения и в подведении итогов). 2. Участие подростков в районно - городских туристских соревнованиях. 3. Участие кружковцев в мероприятиях, посвященных к Новому году, 8 марта, 23 февраля и в других культурно - массовых мероприятиях. 4. Участие в различных краеведческих конкурсах муниципального и республиканского уровня. 5. Разучивание туристских песен. Итого:			216 час.

Тематическое планирование (второй год обучения- 216 час.)

№п/п	Содержание работы	теория	практика	всего
1.	**Введение.** 1. Организационная беседа с кружковцами о деятельности кружка. Беседа о туризме и краеведении. Знакомство кружковцев с планом работы кружка. Согласование и составление расписания занятий. 2. Дисциплина в походе. Ознакомление с техникой безопасности и правилами поведения. Заполнение личной анкеты.	3 3		3 3
2.	**Основы туристской подготовки.** 1. Личное туристское снаряжение. Одежда, обувь и снаряжение юного туриста - краеведа. Виды рюкзаков, состав рюкзака. Как правильно укладывать рюкзак? 2. Групповое туристское снаряжение. Состав ремонтного набора и медицинской аптечки. 3. Виды палаток. Правила установки палаток и размещение в них вещей. 4. Типы костров и их значение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи. 4. Организация других бивачных работ. Основные требования к месту привала и бивака. Выбор и заготовка топлива. Способы постройки укрытий, назначение тентов. 5. Осенний поход на г. Таштыбиик.	1 1 1 1 1	2 2 2 2 2 8	3 3 3 3 3 8
3.	**Определение местоположения своей страны, республики и района.** **1.** Определение физико-географического положения (местоположения) страны на территории Евразиатского материка. Что такое материки, океаны и континенты? **2.** Глобус и географическая карта. Карты мира, страны и республики. Определение ФГП республики и района.	1 1	2 2	3 3

4.	**Топографическая подготовка юного туриста - краеведа.**			
	1. Понятие о плане местности. Масштаб. Первоначальное понятие о топографических знаках.	1	2	3
	2. Изображение на местности неровностей земной поверхности. Относительная и абсолютная высоты.	1	2	3
	3. Стороны горизонта. Устройство компаса и его использование. Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов.	1	2	3
	4. Виды ориентирования. Работа с картой спортивного ориентирования. Условные знаки.	1	2	3
	5. Проведение викторины по топографической подготовке и конкурса на лучший топографический диктант.		3	3
5.	**Наш край.**			
	1. Физико-географическое положение и границы РБ и Учалинского района.	3	3	6
	2. Историческое прошлое района.	3		3
	3.Особенности рельефа. Основные горные вершины и хребты.	1	2	3
	4. Полезные ископаемые. Ознакомление с месторождениями руд черных и цветных металлов, строительных материалов и поделочных камней. Работа с коллекцией полезных ископаемых.	3	3	6
	5. Экскурсия в Сангалыкский диоритовый и Мансуровский гранитный карьеры.		4	4
	6. Климатические особенности территории края. Народные приметы определения состояния погоды.	1	2	3
	7. Экскурсия в районную метеостанцию.		4	4
	8. Реки. р.Урал- главная река Учалинского района. р.Белая- главная река РБ. р.Уй и Миасс-реки бассейна Северно-Ледовитого оеана.	1	2	3
	9. Озера края. Водные туристические объекты.	1	2	3
	10. Природные зоны и органический мир. «Краснокнижные» растения и животные. Растения - «биологические часы». Животные-синоптики.	3	3	6
	11. Особо охраняемые природные территории (ООПТ) района. Общая характеристика.	3	3	6
	12. Население района, его этнический и			

	религиозный состав. 13. Хозяйственная деятельность населения района. Экскурсия в производственное предприятие. 14. Памятники культуры, археологии и исскуства. Экскурсия к одному из объектов. 15. Краеведческая викторина « Наш родной край». 16. Сбор материалов о природе, по истории, экономике, культуре родного края (в течение учебного года).	3 3 2 2 3	3 4 4	6 3 6 6 3
6.	**Особенности лыжных походов.** **1**. Основные требования при разработке лыжного маршрута**.** Личное и групповое снаряжение для лыжного похода. Одежда и обувь туриста-лыжника. 2. Техника движения на лыжах. Движение в лесу, по пересеченной местности, по заснеженным и обледенелым склонам, через замерзшие реки и водоемы. Меры обеспечения безопасности в походе и при проведении занятий. 3. Организация привала, способы постройки ветрозащитных укрытий. Костер и очаг на снегу. 4. Меры безопасности против травм, обморожений и простудных заболеваний во время лыжных походов. 5. Лыжный поход в лес.	3 1 3 3	2 3 3 6	3 3 6 6 6
7.	**Туристические должности в группе.** **1.** Главные должности в группе туристов. Распределение обязанностей в туристкой группе. **2**. Проведение анкетирования, используя социометрические методы изучения межличностных отношений и совместимости.	3 3		3 3
8.	**Организация туристского путешествия.** 1. Ознакомление с районом путешествия. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Работа с картами. Конкурс на разработку лучшего маршрута. 2. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. 3. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Составление меню. 4. Оформление до и послепоходной	3 1 1	3 6 2 2	6 6 3 3

	документации. 5. Разучивание туристских песен.	3	3	6
9.	**Наблюдения за погодой.** 1. Признаки изменения погоды. Наблюдения за погодой, работа с дневником наблюдений. Что такое фенологические наблюдения? 2. Знакомство и работа с приборами (термометр, барометр, осадкомер, снегомерная рейка). 3 Составление прогнозов погоды при помощи приборов и по местным признакам. Конкурсы на более точный прогноз.	2 3 3	3 3 3	5 6 6
10.	**Физическая подготовка юного туриста - краеведа**. 1. Организация движения на маршруте. Общие правила передвижения по скалам, по осыпям, по травянистым склонам. Преодоление крутых подъемов и спусков, завалов, болотистых территорий и водных преград. 2. Техника преодоления естественных препятствий без страховочной системы (маятник, бревно, гать, кочки, параллельные перила, различные подъемы и спуски). 3. Понятие и назначение страховочной системы (обвязка, беседка, блокировочные веревки, карабины). 4. Навыки вязания и использования простейших узлов (прямой, проводник, восьмерка, двойной проводник, стремя, схватывающий, встречный, булинь). 5. Преодоление препятствий с использованием страховочной системы (подъем, спуск, траверс, переправы по бревну, навесная переправа, параллельные перила). Наведение переправ, тренировки по преодолению Всего:	1 1 1 1 1 1	2 2 2 2 5 5	3 3 3 3 6 6 216 часов
11.	**Участие во всех туристских соревнованиях, краеведческих конкурсах и в других культурно - массовых мероприятиях.** 1. Участие кружковцев в различных экскурсиях и походах (в подготовке, во время проведения и в подведении итогов). 2. Участие подростков в районно - городских туристских соревнованиях. 3. Участие кружковцев в мероприятиях, посвященных к Новому году, 8 марта, 23 февраля и в других культурно - массовых			

	мероприятиях. 4. Участие в различных краеведческих конкурсах муниципального и республиканского уровней.			

Тематическое планирование (третий год обучения -216 час.)

№п/п	Содержание работы	теория	практика	всего
1.	**Введение.**			
	1. Организационная беседа с кружковцами о деятельности кружка. Знакомство кружковцев с планом работы кружка. Согласование и составление расписания занятий. Беседа о туризме и о его значении.	3		3
	2. Дисциплина в походе. Ознакомление с техникой безопасности и правилами поведения. Заполнение личной анкеты.	3		3
2.	**Подготовка к туриаде младших школьников.**			
	1. Ознакомление с программой соревнований. Личное и групповое туристское снаряжение, состав аптечки. Подготовка к вопросам по медицине.	1	2	3
	2. Подготовка к этапам «Условная рыбалка», «Условная охота», «Поиск тайника».	3		3
	3. Туристические узлы. Навыки вязания и использования простейших узлов	1	2	3
	4. Подготовка к этапам «Определение грибов» и «Определение следов животных».	1	2	3
	5. Ориентирование по карте и компасу. Определение азимута.	1	2	3
	6. Разучивание туристкой песни.	1	2	3
	7. **Участие в туриаде.**		8	8
3.	**Рекреация и туризм.**			
	1. Природные условия и ресурсы, необходимые для туризма и отдыха. Что нужно для отдыха. Группы рекреационных ресурсов.	3		3
	2. Природно- рекреационные ресурсы. Природа леса. Лес как место отдыха.	3		3
	3. Антропогенные - рекреационные ресурсы. Ресурсы отдыха и туризма, созданные человеком.	3		3
	4. Памятники археологии, архитектуры, искусства и культуры.	3		3

	4. Организация экскурсионной поездки (похода) для активистов детского туризма.		8	8
4.	**Топографическая подготовка и ориентирование.**			
	1. Определение сторон горизонта. Изучение условных знаков.	1	2	3
	2. Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов.	1	2	3
	3. Масштаб. Карта топографическая и географическая. Карты спортивного ориентирования.	1	2	3
	4. Виды ориентирования. Ознакомление с программой соревнований.	3		3
	5. Работа с картой спортивного ориентирования. Прохождение трассы		6	6
	4. Участие в соревнованиях по ориентированию.		8	8
5.	**Родной край.**			
	1. Физико-географическое положение и границы РБ и Учалинского района. Нанесение границ РБ и своего района (работа на контурной карте).	3	3	3
	2. Административное деление РБ. Города РБ.	3		3
	3.Углубление знаний об истории РБ и района.	3		3
	4. Геологическое строение и особенности рельефа. Главные горные вершины и хребты. Горные туристские объекты.	3	3	6
	5.Полезные ископаемые РБ и рациональное их использование.	3	3	6
	6 .Экскурсии на месторождения полезных ископаемых.		4	4
	7. Главные реки и озера РБ. Водные туристические объекты. Способы работы с гидрографическими объектами.	3	3	6
	8. Климатические особенности территории края. Наблюдения за погодой, работа с дневником наблюдений.	1	2	3
	9. Природные зоны и органический мир. Способы работы с ботаническими объектами, сбор гербариев и коллекций.	3	3	6
	10 . Лес и здоровье человека. «Травник туриста»- о лекарственных растениях, которые можно использовать в походе. Ядовитые растения. Съедобные и несъедобные грибы, как их можно определить.	1	2	3

	11. Особо охраняемые природные территории (ООПТ) РБ. Общая характеристика.	3	3	6
	12. Население РБ, его этнический и религиозный состав. Этнографические очерки. Работа со справочными и статистическими материалами.	2	4	6
	13. Экскурсия по краеведческим музеям района.		4	4
	14. Хозяйственная деятельность населения РБ и района. Экскурсия в производственное предприятие.	3	3	6
	15. Сбор материалов о природе, истории, экономике, культуре родного края (в течение учебного года).			
6.	**Особенности лыжных походов .**			
	1. Основные требования при разработке лыжного маршрута**.** Личное и групповое снаряжение для лыжного похода. Одежда и обувь туриста-лыжника.	3		3
	2. Техника движения на лыжах. Движение в лесу, по пересеченной местности, по заснеженным и обледенелым склонам, через замерзшие реки и водоемы. Меры обеспечения безопасности в походе и при проведении занятий.	3		3
	3. Организация привала, способы постройки ветрозащитных укрытий. Костер и очаг на снегу.	3		3
	4. Меры безопасности против травм, обморожений и простудных заболеваний во время лыжных походов.	3		3
	5. Лыжный поход в лес.		8	8
7.	**Физическая подготовка юного туриста - краеведа.**			
	1. Организация движения на маршруте. Общие правила передвижения по скалам, по осыпям, по травянистым склонам. Преодоление крутых подъемов и спусков, завалов, болотистых территорий и водных преград.	1 1	2 2	3 3
	2. Техника преодоления естественных препятствий без страховочной системы (маятник, бревно, гать, кочки, параллельные перила, различные подъемы и спуски).	1	2	3
	3. Понятие и назначение страховочной системы (обвязка, беседка, блокировочные веревки, карабины). Навыки вязания и использования простейших узлов	1	2	3

	4. Преодоление препятствий с использованием страховочной системы, тренировки по преодолению.		9	9
8.	**Туристский быт.** 1. Организация бивачных работ. Основные требования к месту привала и бивака. Правила установки палаток и размещение в них вещей. Способы постройки укрытий, назначение тентов. 2. Типы костров и их значение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи. 3. Экология туризма. Организация и способы мытья посуды в походе, оборудование ямы для отходов.	3 3 3	3 3	6 6 3
9.	**Организация туристского путешествия.** 1. Ознакомление с районом путешествия. Разработка маршрута, составление плана – графика движения. Работа с картами. Конкурс на разработку лучшего маршрута. 2. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. 3. Расчет питания, подбор и закупка продуктов. Составление меню. 4. Оформление до и послепоходной документации. Всего:	3 3 3 3	3 3 3 3	6 6 6 6 216ч.
11.	**Участие во всех туристских соревнованиях, краеведческих конкурсах и в других культурно - массовых мероприятиях.** 1. Участие кружковцев в различных экскурсиях и походах (в подготовке, во время проведения и в подведении итогов). 2. Участие подростков в районно - городских туристских соревнованиях. 3. Участие кружковцев в мероприятиях, посвященных к Новому году, 8 марта, 23 февраля и в других культурно - массовых мероприятиях. 4. Участие в различных краеведческих конкурсах муниципального и республиканского уровней.			

Список литературы

1. Алешин В.М., Серебрянников А.В., Туристская топография. – М., 1985
2. В.И. Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.
3. К.В. Бардин «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973.
5. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.
6. Подготовка и проведение туристского похода с учащимися. - Омск: УНООО, 1989г.
7. Ю.С. Константинов «Туристская игротека». - М.: Владос, 2000г.
8. Коструб А.А., Медицинский справочник туриста. -М 1997
9. Бубнов В.Г., Основы медицинских знаний.- М., 1999
10. Садикова Н.Б Школа выживания – Минск 2005
11. Географическое краеведение. Региональный компонент.6 класс. ТОИПКРО
12. Н.В.Андреев «Основы топографии и картографии». - М.: Просвещение, 1972г.
13. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.
14. А.Ю.Остапец «На маршруте туристы - следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.
15. А.Евтушенко «Организация, подготовка и проведение походов выходного дня». Методическая разработка, - Ставрополь, 2004г.
16. И.А.Юньев «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1974г
17. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.