

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «СОВЕТСКИЙ ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО  
ТВОРЧЕСТВА»  
СОВЕТКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ

ПРИНЯТО  
педагогическим советом  
протокол от 28.08.2020 г. № 1

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБУ ДО  
«Советский ЦДЮТ»  
И.А. Саваневская  
«28» 08 2020г.



**Дополнительная общеобразовательная программа творческого  
объединения «ЮНЫЕ ТУРИСТЫ»  
(туристско-краеведческая направленность)**

Тип программы: общеразвивающая  
Срок реализации: 1 год  
Вид программы: модифицированная  
Возраст обучающихся: 9-15 лет  
Составитель: Кадырова А.Э., педагог  
дополнительного образования

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа по развитию детского туризма «Юные туристы» (далее - Программа) составлена в соответствии с нормативными локальными актами, регламентирующими порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам:

- Федеральный закон «Об образовании» от 29 декабря 2012 № 273 – ФЗ (ред. от 31.12.2014г);
- Концепция развития дополнительного образования детей, утверждённой распоряжением Правительства РФ № 1726-р от 4 сентября 2014 г.;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- Постановление Главного государственного врача РФ от 04.08.2014 г. «Об образовании СанПиН № 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству организации режима работы образовательных учреждений дополнительного образования»;
- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ ФГАУ «Федеральный институт развития образования» (2015 год);
- Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации.

Программа направлена на формирование познания обучающимися родного края, реализации интересов в изучении природного разнообразия и историко-культурного наследия Крыма, формирование туристских, спортивных и краеведческих знаний, умений и навыков средствами внешкольного образования.

### **Направленность программы**

Программа имеет **туриско-краеведческую направленность**, нацелена на усвоение базовых знаний по туризму и краеведению.

### **Актуальность программы**

Результаты изучения и обобщения передового педагогического опыта в воспитании детей и подростков через туристско-краеведческую деятельность указывают на то, что в настоящее время недостаточно полно используются возможности воспитания здоровой, социально-активной, творческой личности детей и подготовки подрастающего поколения к жизни. Недостаточно полно раскрыты возможности туристско-краеведческой деятельности.

В связи, с чем появилась необходимость существенной корректировки действующих программ по туризму и краеведению в сторону усиления педагогической и психологической основы туристско-краеведческой

деятельности, т.е. более полного раскрытия в них путей и средств развития личности обучающихся. В данной программе предпринята попытка на основе имеющегося опыта ведения туристско-краеведческой деятельности обосновать методические и практические аспекты организации детско-юношеского туризма.

### **Новизна программы**

Использование современных методик и образовательных технологий личностно-ориентированного обучения, в основе которого – деятельность обучающихся. Программа обладает ярко выраженной технологичностью. Прослеживается взаимосвязь между содержанием, знаниями, умениями, навыками и видами деятельности.

Реализуется идея гармоничного развития личности, её творческих сил и способностей, воспитание потребности в самообразовании. Благодаря программе знания не только усваиваются, но и активно используются подростками для формирования образа жизни, стиля поведения, убеждений, отношения к окружающему миру, людям, себе.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в воспитании чувства патриотизма и любви к своему Отечеству, нравственные качества личности, трудолюбие, ответственность, целеустремлённость, упорство, дисциплинированность, чувство коллективизма, эмоционально-эстетическое восприятие природы, общая культура.

### **Отличительные особенности**

В содержании программы учтены требования базового и полного общего среднего образования в области «Обществознание», «Здоровье и физическая культура», «Краеведение», «Медико-санитарная помощь». Важная роль отводится формированию у кружковцев языковой культуры, усвоению туристской терминологии, практических навыков работы с компасом, курвиметром, картографическими материалами, пользования туристским снаряжением и оборудованием.

### **Календарный учебный график**

Объём программы за год – 144 часа

**Срок освоения программы – 1 год.**

### **Режим занятий**

Занятия кружка организуются как теоретические, так и практические. Экскурсии и практические занятия являются обязательными и необходимыми составляющими учебно-воспитательного процесса. Они предусматривают создание условий для приближения содержания тем к реальной жизни.

Продолжительность занятий определяется с учетом психофизиологического развития и допустимой нагрузки и составляет в академических часах (45 минут), экскурсий проводимых в городе - 4:00, однодневные экскурсии, предусматривающие выезд за город - 8:00, двухдневные - 14 часов, трехдневные - 22 часа. Необходимым условием организации экскурсий и практических занятий на местности является соблюдение санитарно - гигиенических требований и техники безопасности.

**Адресат программы:** обучающиеся в возрасте 7-18 лет.

**Форма обучения:** групповая.

**Цель программы:**

Формирование компетенций личности в процессе усвоения базовых знаний по туризму и краеведению.

**Основные задачи** программы заключаются в формировании таких качеств:

1. Познавательная компетентность: умение наблюдать за окружающей средой, знакомиться с памятниками истории и культуры, природы родного края, формировать личное восприятие исследованного материала.
2. Практическая компетентность: умение ориентироваться на местности с помощью местных объектов, компаса и карты, проходить маршруты по легенде, готовить в походных условиях на костре, устанавливать палатку, разжигать костер в различных погодных условиях, преодолевать естественные препятствия, соблюдать основные правила техники безопасности и оказывать первую доврачебную помощь в туристских путешествиях.
3. Творческая компетентность: приобретения опыта по составлению описания маршрута похода, участие в экскурсиях, экспедициях, поисковой и исследовательской работе.
4. Социальная компетентность: социальная активность, культура общения, способность к сотрудничеству, сознательное отношение к безопасности окружающих и собственной безопасности, формирование положительных качеств - доброжелательность, умение работать в коллективе.
5. Программа кружка направлена на формирование системного мышления, углубления знаний, умений и навыков по отдельным учебным дисциплинам и туристско - краеведческой работы.
6. В основу программы «Туристы - краеведы » положены базовые блоки:
  - спортивно - туристская подготовка;
  - физическая культура;
  - основы первой медицинской помощи.

**Содержание программы  
Учебно-тематический план**

№	Название раздела, темы	Количество часов		
		Всего	В том числе	
			Теоретических	Практических
1	<b>РАЗДЕЛ I. Вступительная часть</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-
1.1	Вступительное занятие. Понятие о туризме	1	1	-
1.2	Техника безопасности при проведении учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий.	1	1	-
2	<b>РАЗДЕЛ II. Спортивно-туристская подготовка</b>	<b>70</b>	<b>22</b>	<b>48</b>
2.1	Особенности видов спортивного туризма	4	4	-
2.2	Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка	14	6	8
2.3	Туристское снаряжение	4	4	-
2.4	Туристский быт. Организация питания в туристском путешествии, организация бивака	18	4	16
2.5	Техника пешеходного туризма	20	-	20
2.6	Подготовка к летней экспедиции	7	3	4
2.5	Правила проведения соревнований по видам спортивного туризма	1	1	-
3	<b>РАЗДЕЛ III. Физическая культура</b>	<b>50</b>	<b>6</b>	<b>44</b>
3.1	Физическая подготовка. Спортивные игры	32	4	28
3.2	Участие в массовых мероприятиях (проведение учебных путешествий, соревнований, экспедиций, походов)	18	2	16
	<b>РАЗДЕЛ IV. Гигиена туриста и безопасность жизнедеятельности</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>10</b>
4.1	Правила санитарии и гигиены.	2	2	-
4.2	Первая (доврачебная) медицинская помощь	18	8	10
5	<b>РАЗДЕЛ V. Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	-
5.1	Многодневное туристско-краеведческое путешествие	Вне сетки часов		
	<b>Всего:</b>	<b>144</b>	<b>42</b>	<b>102</b>

## **Раздел I**

### **Вводная часть**

#### **1.2. Вводное занятие**

Место и роль детско - юношеского туризма и краеведения в системе внешкольного образования. Обсуждение плана работы кружка на год.

#### **Понятие о туризме и краеведении**

Крым - жемчужина РФ, выгодность его географического расположения. Привлекательность нашего края для туристов, всех, кто желает изучать и узнать свой край.

Туристско - краеведческие путешествия, их учебное и познавательное значение, содействия физическому развитию детей, формированию их здоровья.

#### **1.2. Техника безопасности при проведении учебных занятий и туристско - краеведческих путешествий**

Техника безопасности при проведении занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации экскурсий. Правила дорожного движения. Нормы поведения в городском и междугородном транспорте.

Противопожарная безопасность в местах проведения туристско - краеведческих мероприятий.

#### **Правила проведения туристских путешествий.**

Права и обязанности участников туристско - краеведческих путешествий. Основные направления работ по подготовке путешествия. Обеспечение безопасных условий проведения путешествий. Ознакомление с Правилами проведения туристских путешествий с ученической и студенческой молодежью.

## **Раздел II .**

### **Спортивно-туристическая подготовка**

#### **2.1. Особенности видов спортивного туризма**

Чем интересен и полезен спортивный туризм. Виды спортивного туризма: пешеходный, горный, водный, лыжный, велосипедный и другие.

Особенности видов спортивного туризма.

#### **2.2 Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка**

Понятие о геодезии и картографии. Условные топографические знаки. Изображение горизонталей и рельефа на картах. Измерение расстояний на карте и на местности. Общие сведения об ориентировке на местности. Компас и его строение. Понятие об азимуте. Спортивное ориентирование как вид спорта. Масштаб карт. Упражнения по чтению карт спортивного ориентирования.

Ориентирование с помощью компаса, карты, по местным предметам и явлениями природы. Определение на карте точки своего местонахождения, расстояний до удаленных объектов, их размеров.

### **Практические занятия.**

Изготовление карт топографических знаков. Топографические задачи, игры, диктанты. Разработка схемы маршрута. Работа с компасом, курвиметром, транспортиром, визирной линейкой.

Проверка компаса, определение азимутов на местности. Движение по указанному азимуту. Определение сторон горизонта по местным предметам.

Пользование картами и схемами на местности.

### **2.3. Туристское снаряжение**

Групповое и личное снаряжение для туристского путешествия в зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды.

Виды рюкзаков, палаток, спальных мешков и др. Основные требования к снаряжению. Уход за снаряжением и его ремонт. Комплектация ремонтного набора.

### **2.4 . Туристский быт, организация питания в туристском путешествии**

Общие требования к местам привалов и ночевок. Выбор места для бивака (с учетом правил охраны природы). Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные мероприятия. Различные типы костров и их назначение. Обустройство места для костра. Разжигание костра. Сушка и ремонт одежды, обуви. Противопожарная безопасность. Режим дня в путешествии.

Набор продуктов. Режим питания и калорийность пищи в путешествии. Меню, хранение продуктов. Санитарные требования. Приготовление пищи в различных погодных условиях.

### **Практические занятия.**

Составление списков группового и индивидуального снаряжения. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Установка палаток, использование оборудования для приготовления пищи. Подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Изготовление оборудования для сушки одежды и обуви. Упаковка снаряжения и укладка рюкзака. Туристский поход. Составление списка необходимых продуктов и меню для одно-двухдневного и многодневного путешествия.

Практические навыки пользования ремонтным набором, установка и снятие палаток, разжигание костра, приготовление пищи. Двухдневный поход.

### **2.5. Техника пешеходного туризма**

#### **Практические занятия.**

Правила соревнований по технике пешеходного туризма, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований. Соревнования на местности в рамках двухдневного путешествия. Вязка узлов. Техника преодоления естественных препятствий в различных условиях:

- вязка узлов (проводник, восьмерка, срединный, схватывающий Прусика, двойной проводник, грейпвайн, шкотовый, брамшкотовый, академический, прямой, встречный, ткацкий и др.)
- движение тропами (приемы движения на подъемах и спусках);

- движение травянистыми склонами (способы «елочка», «серпантин», «спортивный»);
- движение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов буреломов, скоплений валунов и др.);
- движение через болото, способы преодоления;
- способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мостикам, «маятник», «цирк», с помощью навесной переправы).

## **2.6. Подготовка к летней экспедиции**

Цели и задачи экспедиции. Изучение района экспедиции. Методы сбора краеведческих материалов. Полевая тетрадь и полевой дневник, требования к их ведению, специальные вопросники.

### **Практические занятия.**

Распределение обязанностей между членами группы. Работа с картографическим материалом в целях разработки маршрута экспедиции. Составление сметы и материальное обеспечение экспедиции.

## **2.7. Правила проведения соревнований по видам спортивного туризма**

Общие понятия о Правилах туристских соревнований. Положения и условия проведения соревнований как основные документы о соревнованиях. Судейство соревнований. Таблица штрафов. Командная карточка.

## **Раздел III. Физическая культура**

### **3.1. Физическая подготовка. Спортивные игры**

Гигиенические требования к занятиям физическими упражнениями. Личная гигиена туриста. Основные элементы режима дня. Утренняя гимнастика - важная составляющая физической подготовки туриста. Водные процедуры.

Общеразвивающие физические упражнения - основа занятий физической культурой и спортом. Ходьба и бег. Виды ходьбы. Походный шаг. Строй туристской группы. Упражнения для мышц рук и плечевого пояса. Упражнения для ног, шеи, туловища. Упражнения с предметами.

Понятие «Выносливость организма». Занятия легкой атлетикой, как средство укрепления организма. Прыжки. Упражнения по метанию.

Гимнастические упражнения с предметами и без предметов. Гимнастические приборы. Меры безопасности при выполнении упражнений на гимнастических снарядах.

Меры безопасности занятий на воде. Закаливание организма водой.

Спортивные игры и эстафеты. Правила спортивных игр и безопасность их проведения. Туристские и спортивные эстафеты.

Тренировочный туристский поход. Отработка приемов преодоления искусственных и естественных препятствий. Туристский строй.

### **Практические занятия.**

Разучивание отдельных комплексов утренней гимнастики: упражнения подготовительной, основной и заключительной частей.



Разучивание различных видов ходьбы и бега, координации движений тела при изменении скорости и направления шага и бега. Разучивание упражнений для различных групп мышц.

Бег на короткие и средние дистанции. Отработка техники преодоления естественных препятствий при беге по пересеченной местности. Прыжки в длину с разбега и с места.

Отработка гимнастических движений с предметами и без них. Отработка страховки партнера.

### **3.2 . Участие в массовых мероприятиях (соревнованиях, экспедициях, походах)**

Изучение Положения о соревнованиях, слетах, экспедициях и условия их проведения. (двухдневный поход или соревнования)

#### **Практические занятия.**

Подготовка к массовым мероприятиям. Участие в мероприятиях всех уровней.

## **Раздел IV.**

### **Гигиена туриста и безопасность жизнедеятельности**

#### **4.1. Правила санитарии и гигиены.**

Общие гигиенические требования: умывание, купание, закаливание. Поддержание чистоты тела. Меры по предупреждению потертостей при ходьбе. Требования к одежде и обуви, личному туристскому снаряжению. Профилактика заболеваний и травм в походе. Приемы самоконтроля. Водносолевой баланс. Питьевой режим. Обеззараживание воды.

#### **4.2. Первая (доврачебная) медицинская помощь**

Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, при тепловом ударе, при травмах и заболеваниях, возникших из-за неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления). Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушиб головы, живота, груди. Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок. Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Помощь пострадавшему на воде. Предотвращение травматизма. Походная аптечка. Первая доврачебная помощь в зимних походах.

#### **Практические занятия.**

Отработка приемов самоконтроля физического состояния. Оказание первой доврачебной помощи и транспортировки пострадавшего. Наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений, ушибов и т.д.

Изготовление носилок, способы транспортировки пострадавшего, техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами. Комплектование походной аптечки.

## **Раздел V.**

### **Итоговое занятие**

Подведение итогов работы кружка за год. Награждение лучших воспитанников кружка по итогам обучения. Задание на лето.

#### **5.1. Многодневное туристско - краеведческое путешествие.**

Подготовка и проведение туристско - краеведческого путешествия как форма комплексного закрепления и реализации приобретенных воспитанниками знаний, умений и навыков в учебном году (проводится вне сетки учебных часов и, как правило, во время летних каникул).

#### **Ожидаемые результаты освоения программы**

##### **Учащиеся должны знать:**

- основные правила безопасности участников туристских походов и соревнований, при преодолении отдельных препятствий, организации бивака;
- правила экологической безопасности, сохранения природы при проведении туристских путешествий и соревнований;
- виды спортивного туризма и их особенности;
- основные правила ориентирования на местности, порядок работы с картой и компасом при ориентировании на местности;
- виды костров и их назначение;
- туристское снаряжение для путешествия по родному краю;
- основные требования к гигиене туриста в путешествии;
- правила организации учебного места;
- основные исторические и природные достопримечательности родного края.

##### **Учащиеся должны уметь:**

- ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, проходить несложные маршруты по легенде;
- разрабатывать маршруты 1-3 - дневных туристских походов по родному краю;
- двигаться по слабо пересеченной местности, преодолевать травяные и песчаные склоны средней крутизны (с самостраховкой альпенштоком и /или взаимопомощью), заболоченные участки по кочкам или жердям, овраги по бревну или веревке с перилами;
- вязать основные туристские узлы - прямой, академический, восьмерку, проводник, схватывающий, удавку и т.п.;
- устанавливать палатку, разжигать костер в различных погодных условиях;
- готовить простые блюда в походных условиях на костре;
- составлять описание маршрута 1-3 - дневного похода;
- соблюдать правила санитарии, гигиены и техники безопасности,
- оказывать первую доврачебную помощь;
- бережно относиться к инструментам, оборудованию и снаряжению;

- оценивать собственные достижения и достижения других кружковцев;
  - сотрудничать и распределять обязанности при коллективной работы.
- Ученики должны принять участие в соревнованиях по спортивному туризму и / или 1 - 3 дневной туристско-краеведческой путешествия.

## Комплекс организационно-педагогических условий

### 1. Условия реализации программы

#### Материально-техническое обеспечение

№ п/п	Наименование товара	Наименование параметра (показателя) товара, устанавливаемое Заказчиком
1.	Палатка туристическая с тентом (каркасно-дуговая) четырехместная	<p>Двухслойная палатка с двумя входами</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Внешний тент палатки устойчив к ультрафиолетовому излучению имеет пропитку, задерживающую распространение огня</li> <li>- Два вентиляционных клапана</li> <li>- Все швы проклеены</li> <li>- Идеальна для туристических походов в весеннее, летнее и осеннее время</li> <li>- Размер: 320 x 210 см</li> <li>- Количество мест: 4</li> <li>- Тент: 100% полиэстер 75D/190T RipStop PU, от 4000 до 6000 мм в сутки</li> <li>- Внутренняя палатка: 100% дышащий полиэстер</li> <li>- Каркас: Durapol 8,5 мм</li> <li>- Дно: 100% полиэстер 75D/190T от 5000 до 8000 мм в сутки</li> <li>- Количество входов: 1-2</li> <li>- Полный вес: 3,3 кг</li> <li>- Количество тамбуров: 1-2</li> <li>- Размеры: спальное места 180 x 210 см, тамбур 70 + 70 см, высота: 120 см</li> </ul>
2.	Рюкзак объемом не менее 80 литров	<p>Хорошо вентилируемый, с большой амплитудой регулировки спинной системы ABS, возможностью варьировать длину плечевых лямок и съемного поясного ремня, два интегрированных боковых кармана, в основную камеру возможен доступ также при помощи дополнительной молнии-застежки под компрессионными ляжками на боку рюкзака, большой внутренний спинной карман, два внешних и один внутренний карман в верхнем съемном клапане рюкзака, центральная компрессионная лямка под клапаном с возможностью крепления альпинистской веревки, возможность создания поясной сумки с крышки и поясного ремня.</p>

		<p>Назначение экспедиционный  Тип конструкции - станковый  Объем 80 л.  Число лямок 2  Вес 2.35 кг  Боковые карманы, фронтальный карман, боковая стяжка, регулируемый клапан, верхний карман, перегородка в основном отделении, грудная стяжка, поясной ремень, вентилируемые лямки, накидка от дождя.  Высота 87 см  Ширина 32 см  Толщина 31 см</p>
3.	Спальный мешок	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Тип: Кокон.</li> <li>- температурные характеристики от - 2 до – 8° С</li> <li>- Есть возможность соединения двух спальников в один.</li> <li>- Вес наполнителя: 1100 г.</li> <li>- Конструкция наполнителя: двухслойная.</li> <li>- Плотность наполнителя: 300 (2x150) г/м<sup>3</sup>.</li> <li>- Размер мешка с/без компрессии (max/min): 15x28/20 см.</li> <li>- Общая длина: 170 см.</li> <li>- Ширина в плечах: 70 см., в ногах: 50 см.:</li> <li>- Подкладка (внутренняя ткань): 100% PES pongee.</li> <li>- Оболочка (внешняя ткань): Нейлон с DWR пропиткой.</li> <li>- Утеплитель: Thermolite Quallo.</li> <li>- Длина - 170см</li> <li>- Вес - 1.1 кг</li> </ul>
4.	Коврик теплоизоляционный	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Материал: Изолон (физически сшитой пенополиэтилен и пеноэвиплен).</li> <li>- Гигиенический сертификат:18.УЦ.02.224.Т.0010.9.М.98</li> <li>- Размеры коврика ДШТ: 180 х 60 х 0,8 см</li> <li>- Плотность: 66 кг/м.</li> <li>- Темпера эксплуатации коврика: от -60 до +80 С</li> </ul>
5.	Тент от дождя	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Материал тента:100% полиэстер 75D/190Т Taffeta PU</li> <li>- Водостойкость тента (мм в. ст): от 2000 до 4000</li> <li>- Количество слоев:1</li> <li>- Комплектация: оттяжки</li> <li>- Наружний габарит (см):300*500</li> <li>- Упаковка: Тканевый мешок</li> </ul>
6.	Спутниковый трекер типа SPOT	<p>В компактном корпусе установлен ёмкий аккумулятор, в комплекте 2 штуки, так же 2 крышки, одна из которых с магнитным креплением, для размещения трекера на металлических поверхностях. На корпусе расположена</p>

		кнопка SOS, для экстренного оповещения, при её удержании трекер отправит уведомление, на телефонные номера, указанные вами. Устройство обладает функцией геозабора, вы указываете определённую область, при покидании которой, трекер высылаёт вам уведомление.
7.	Каска туристическая	Комбинированная конструкция Наружный материал: Полипропилен Удобный ремешок под подбородком и для регулировки размера каски Область применения: альпинизм, скалолазание, обучающие курсы, прокатные центры, веревочные парки Совместимость с налобным фонариком Вес: 390 гр. Размер: 53-60 см. сертификаты: CE - EN 12493 Сертификат EN 12492, UIAA (Международный союз альпинистских ассоциаций)
8.	Карабин туристический	Дюралюминиевый карабин симметричной овальной формы с автоматической (байонетной) муфтой и защелкой типа keylock. Наиболее подходящий карабин для большинства видов работ. Наилучшим образом подходит для правильной работы блок-роликов с неразъемными щечками. Вес: 80 г. Раскрытие: 19 мм Продольная нагрузка: 24 kN Поперечная нагрузка: 8 kN Нагрузка с раскрытой муфтой: 7 kN Тип защелки: автомат Материал изготовления: Дюраль Длина: 110, ширина: 60 мм Сертификаты: TP TC 019/2011; ГОСТ Р EN 362-2008; ГОСТ Р EN 365-2010
9.	Система страховочная	Для юных скалолазов. Это полностью регулируемая скалолазная беседка. Технология «силового каркаса», что обеспечивает распределение нагрузки в момент остановки падения на всю площадь пояса и ножных петель. 2 пряжки Duplex на поясе для регулирования беседки, а также правильного позиционирования страховочного кольца. 2 петли для развески снаряжения. Надежная универсальная беседка Усиленный силовой ремень в области спины, распределяющий нагрузку при срыве 4 быстро регулируемые пряжки Регулируемые и комфортные ремни для ног Петля для надежного крепления страховочного

		устройства 4 петли для развески снаряжения Материал изготовления – полиэстер Сертификат: EN 12277
10.	Веревка 10 мм.	Статическая мощная и прочная веревка с классом жесткости 48 (в плетении используется 48 прядей). Веревка обладает низким растяжением и достаточно высокой статической прочностью. Назначение: высотные работы, промышленный альпинизм, горный туризм, спелеология.
11.	Веревка 6 мм.	Репшнур предназначен для вспомогательных целей. Оплетка цветная. Материал изготовления – Полиамид Диаметр: 6 мм Вес: 20,4 г/м Разрывная нагрузка: 6,5 кН

### **Методический ресурс**

В процессе работы кружка с целью эффективного усвоения систематизированных знаний, формирование умений и навыков используются средства обучения в соответствии с действующим Типовым перечнем учебно - наглядных пособий и технических средств обучения для туристско - краеведческих внешкольных учебных заведений.

### **Кадровый ресурс**

Программа предназначена для реализации в творческих объединениях в учреждениях дополнительного образования и может быть реализована педагогами дополнительного образования с профессиональной подготовкой по направлению реализуемой дополнительной общеразвивающей программы.

### **Информационный ресурс**

Во время занятий и информационно-просветительских мероприятий используются обучающие и профилактические видеофильмы и видеоролики по правилам дорожного движения для пешеходов, пассажиров, водителей велосипедов и по оказанию первой помощи.

## **2. Методические материалы**

*Во время теоретических занятий используются:*

*Различная литература:*

- Ю.С.Самохин «Туризм в детском оздоровительном лагере»,
- Н.Б.Садикова «1000 + 1 совет туристу: школа выживания»,
- И.Н.Крайнова «Узлы: простые, забавные, сложные»,
- Ю.А.Штюрмер «Краткий справочник туриста»,
- методическая разработка «Узлы, применяемые в туристском многоборье»,
- методическая разработка «Технические приемы, применяемые на соревнованиях по туризму»,

- «Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма»,
- методическая разработка «Туристические маршруты»,
- методическая разработка «Советы организатору туристско-краеведческого кружка»,
- методическая разработка «Как правильно оформить отчет о походе»,
- «Рабочая тетрадь по туризму», А.А.Михайлов «Игровые занятия в курсе ОБЖ»,
- В.В.Шумилова «Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма»,
- авторские программы элективных курсов «Школа безопасности», «Мы и дорога».

*Компьютерные обучающие и развивающие программы:*

- CD игра «Спортивное ориентирование», CD «Знаки топографии», CD «ОБЖ», CD «Азбука ориентирования», CD «Тур-Тула», CD «Школа безопасности, CD «Наркомания», CD «Основы здорового образа жизни»;
- комплект обучающих таблиц-плакатов – «Первая медицинская помощь при различных травмах», «Индивидуальные средства защиты», «Приборы радиационной разведки», «Автономное выживание».

*Во время практических занятий используются:*

- различные тренажеры – расположенные в спортивном зале, для развития физической подготовки;
- туристское снаряжение – веревка различной длины и толщины, туристические палатки с тентами и стойками, спусковое устройство, прусик, страховочная система, карабины, компасы рюкзаки и др.;
- медицинские приборы – бинты, вата, жгуты кровоостанавливающие резиновые, индивидуальные перевязочные пакеты, ватно-марлевые повязки, респираторы, противогазы, шинный материал и др..

*Во время подведения итогов по темам или разделам проводятся:*

- тесты - «Основы медицинских знаний», «Выживание в условиях автономного существования», «Ориентирование»;
- компьютерное тестирование- «Знаки топографии», «Ориентирование»;
- проверочные работы – карточки-задания по различным темам;
- игры, викторины, КВН – «Внимание авария», «Безопасная дорога», «Безопасное колесо», «Лото», «Огонь – друг и враг человека»;
- походы – проведение многодневных туристических походов различной направленности и категории сложности;
- соревнования – участие в соревнованиях и тематических вечерах.

## Список литературы:

1. Атлас туриста. Крым.- Москва: ГУГК, 1985-1986, 1998.
2. Багрова Л.А., Боков В.А., Багров Н.В. География Крыма. - Киев: Лыбидь, 2001.
3. Багров Н.В., Боков В.А. и др. Экология Крыма. Справочное пособие. – Симферополь: Крымучпедгиз, 2003.
4. Барков А.С. Вопросы методики и истории географии. - М: АПН РСФСР, 1961.
5. Балабанов И.В. Узлы. Издание пятое - М.: Издатель Балабанов, 2004.
6. Бардин К.В. Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
7. География Крыма. Учебное пособие для 8-9 класса под ред. Саприной В.И.- Симферополь: Союзкарта, 2000.
8. Географический энциклопедический словарь. Понятия и термины. Главный редактор Трешников А.Ф.-М.:Советская энциклопедия, 1988.
9. Даринский А.В. и др. Краеведение. Пособие для учителя. - М.:Просвещение, 1987.
10. Дулицкий А.И., Костин Ю.В., Мальцев И.В. Редкие животные Крыма: справочник. - Симферополь: Таврия, 1981.
11. Ена В.Г. Заповедные ландшафты Крыма.- Симферополь: Таврия, 1983.
12. Закалдаев Н.В., Пешком по Крыму или Крымские тропы. – Киев: Атика, 2003
13. Закалдаев Н.В., Пешком по Крыму или Перевалы горного Крыма. – Симферополь, 2005
14. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. 2-е издание – М.: Профиздат, 1990
15. Матюшин Г.Н. Историческое краеведение. - М.:Просвещение, 1987.
16. Масляков П.А., Шищенко П.Г. География Украины. Учебник для 8-9 классов. – К.: Зодиак-ЭКО, 2001.
17. Подгородецкий П.Д. Крым. Природа.- Симферополь: Таврия, 1988
18. Подгородецкий П.Д., Кудрявцев В.Б. География Крыма.- Симферополь: Крымучпедиз, 1995
19. Штюмер Ю.А. Краткий справочник туриста. – М. 1985.
20. Щербак А.И. Всё о Крыме: ежегодное справочно-информационное издание. – Харьков: Каравелла, 1988.
21. Ян Юнас, Атлас первой медицинской помощи: Второе издание.- ЧССР: изд. Освета Мартин. - 1976