

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
дополнительного образования
Детско-юношеский Центр «Спорттур»

СОГЛАСОВАНО

Директор

МАОУ «Школа № 47»

Донцова О.А.



УТВЕРЖДАЮ

Директор

Ситников А.В.

27 августа 2020г.

Приказ № 16-б от 27.08.2020 г.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«ОСНОВЫ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА»

г. Рязань, 2020

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительной общеобразовательной программы «Основы пешеходного туризма»

Образовательная программа "Основы пешеходного туризма" относится к **туристско-краеведческой направленности**. Туристские походы, экспедиции и экскурсии – важное средство воспитания подрастающего поколения. Участие в походах, путешествиях, краеведческих исследованиях благотворно сказывается на кругозоре школьников, воспитывает любовь к Родине, гордость за свой народ, обогащает духовную жизнь, является прекрасным средством познания красоты природы.

Самый массовый и самый доступный вид туризма – пешеходный. Туристский поход сочетает удовлетворение потребностей человека в физическом и нравственном воспитании, познании окружающей среды, общении.

Основной идеей программы "Основы пешеходного туризма" является организация содержательной практической туристской деятельности учащихся с позиции познания и изучения родного края с учетом развития личности через систему туристских походов, соревнований и экскурсий. Новым является включение блока физкультурно-спортивной направленности, посвященного судейской подготовке.

Направленность программы «Основы пешеходного туризма» - туристско-краеведческая.

Новизна данной дополнительной общеобразовательной программы опирается на форме своеобразного «образовательного маршрута» - путешествия в окружающую среду с элементами ее познания.

Актуальность программы состоит в том, что она предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагогов таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь своей Малой Родины, занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов. Отмечено, что учащиеся, входящие в состав туристкой

группы, стараются вести здоровый образ жизни, реже совершают поступки асоциального характера.

Цель данной программы - обеспечить подготовку учащихся к участию в категорийных пеших походах, а также к выступлению и судейству соревнований по туристскому многоборью на дистанциях класса массовых разрядов.

Задачи программы

Образовательные:

- овладение знаниями и умениями, необходимыми для пеших некатегорийных походов по родному краю и участия в соревнованиях по туристскому многоборью на дистанциях массовых разрядов по соответствующей возрастной группе;
- усвоение навыков работы с картой;
- Усвоение минимума историко-краеведческих региональных знаний, расширение культурного кругозора и гуманитарной эрудиции детей.
- ознакомление учащихся со средой естественного обитания,
- приобретение туристской квалификации на уровне массовых разрядов по туризму;
- обучение приемам оказания доврачебной помощи при травмах и заболеваниях;
- обучение основам организации, подготовки и судейства соревнований по туристскому многоборью.

Воспитательные:

- формирование стремления к активному и содержательному проведению свободного времени и здоровому образу жизни;
- приобретения учащимися личного социального опыта;
- формирование эмоционально-ценностных отношений к миру, к людям, к себе;
- воспитание любви к Родине, бережного отношения к памятникам истории, культуры, к природе;
- обучение навыкам общения в малой группе, коллективе;

Развивающие:

- обеспечение развивающего начала и становления личности и раскрытие ее потенциальных способностей;

- предоставление детям возможности испытать себя, поверить в собственные силы, развить творческий подход к любой проблеме.

Условия реализации программы

Возраст детей участвующих в реализации этой программы 11-16 лет. Программа рассчитана на год и не требует от воспитанников предварительной туристской подготовки. Учебно-тематический план составлен исходя из учебной нагрузки 4 (1 модуль) и 6 (2 модуль) часов в неделю. Время, отведенное на обучение, составляет 144 и 216 часов в год соответственно, причем практические занятия составляют большую часть программы.

Каждый годовой цикл обучения предусматривает организацию и проведение зачетного похода и участия в соревнованиях по туристскому многоборью на дистанциях 1-го и 2-го класса, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года.

Для эффективного усвоения учебного материала необходимо организовывать практическую деятельность занимающихся преимущественно на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время учебно-тренировочных походов, соревнований.

Реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями «Инструкции по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации», «Правил соревнований по спортивному ориентированию», и «Правил организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ».

Режим занятий.

1 модуль, 1 год обучения - занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа (144 часа в год).

Всего 36 учебных недель в течение учебного года. В рамках учебных часов предусматривается участие в соревнованиях по данному виду спорта.

Продолжительность одного занятия педагогом может варьировать в соответствии с формой занятия (теоретическое или тренировочное):

- а) 2 раза по 45 минут;
- б) спаренное занятие по 1,5 часа астрономического времени без перерыва, с учетом физической выносливости и возраста обучающихся. Оставшееся время отводится для анализа проведенного занятия совместно с обучающимися и определения индивидуальных спортивных задач.

2 модуль общеобразовательной программы «Основы пешеходного туризма» рассчитан на 216 учебных часов, занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа. Он также рассчитан на 1 год обучения, предназначен для детей 11-16 лет. На этом уровне программы обучаются подростки, прошедшие учебный курс 1 модуля. Новые учащиеся данного возраста, не прошедшие программу вводного модуля, имеющие достаточную физическую подготовку или выдающиеся результаты по другим видам спорта и желающие заниматься данным видом спорта, могут сразу быть зачислены на 2 уровень, при условии сдачи нормативов и тестовых заданий на основе стандартов предыдущего модуля. В связи с возможным «отсевом» обучающихся по окончании 1 модуля, количество воспитанников в группе от 12 до 15 человек.

Формы проведения занятий: лекции и практические занятия в классе и на природе; игры на ориентирование в лесу, моделирующие реальные ситуации; экскурсии, пешие походы, участие в соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию, беседы.

Методы и формы отслеживания выполнения программы

Результаты участия в соревнованиях по туристскому многоборью и спортивному ориентированию и конкурсу туристских походов.

Участие в 1-2 дневных походах с отслеживанием полученных учащимися знаний, умений и навыков во время теоретических занятий.

Теоретические и практические зачеты.

Знания и умения учащихся к концу обучения:

- умение подобрать необходимое снаряжение для похода,
- знание правил поведения в походе,
- умение выбрать место и оборудовать ночлег,
- умение ориентироваться по карте и компасу,
- умение разжечь костер и приготовить пищу в походных условиях в любую погоду,
- умение выбрать и грамотно спланировать маршрут похода,
- умение оптимальным образом преодолевать препятствия, встречающиеся на маршруте,
- знание гигиены и профилактики заболеваний в походных условиях.
- умение оказать доврачебную помощь пострадавшему.
- правила поведения в походе; обеспечение безопасности, культура взаимоотношений с местными жителями, понятия о системе КСС;
- правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации, утвержденные Министерством образования Российской Федерации и

Государственным комитетом Российской Федерации по физической культуре и туризму (1995г.);

- разрабатывать маршрут категорийного похода, плана-графика движения, оформлять походную документацию;
- преодолевать дистанции своей возрастной группы по спортивному ориентированию, туристскому многоборью.
- Усвоение материала программы проверяется в походах, путешествиях, участии в соревнованиях,
- работать в составе судейских бригад на соревнованиях по туристскому многоборью.

Материально-техническая база:

- Спортивный зал;
- Туристическое снаряжение (обвязки, веревки, карабины, усы) – 15 комплектов;
- Карты;
- Компасы;
- Дидактический материал;
- Наглядные схемы вязания узлов, а также:

Спортивная площадка для организации игр, отработки специальных навыков для организации этапов соревнований, и отработки туристской техники;

Туристское снаряжение: палатки летние и зимние, рюкзаки, коврики, спальники, котлы и другое бивуачное снаряжение, снаряжение для водного туризма и т.д.;

Специальное туристское снаряжение: веревки, карабины, жумары, страховочные системы и т.д.;

Учебные наглядные пособия, макеты, планшеты, картографический материала.;

Экран и мультимедийная установка, компьютеры и ноутбуки, электронный ресурс фильмов, презентаций, подборок фотографий.

Секундомеры, курвиметры, термометры, линейки, набор лекарств для аптечки и инструментов для ремнабора. Фломастеры, краски, карандаши, ватман для оформительской деятельности. Дидактические материалы.

2. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ

№	ТЕМА	1 модуль			2 модуль			врем я заня тий
		теор.	практ.	всего	теор.	практ.	всего	
1	Чем полезны и интересны туристские походы, экспедиции и экскурсии. Виды туризма. Наш край.	7	2	9	5	5	12	X
2	Туристское путешествие. Туристские навыки. - -	8	20	28	12	30	42	IX-X, III-V
3	Особенности пеших походов.	4	10	14	4	12	16	XII- III
4	Топографическая подготовка юного туриста. Ориентирование	4	7	11	8	14	22	IX-X, IV
5	Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе.	5	2	7	6	2	8	X, IV
6	Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе.	2	25	27	2	40	42	X- IV
7	Краеведческие наблюдения. Памятники истории и культуры. Природа. Вопросы экологии.	7	7	14	7	11	18	IX- XII, III-IV
8	Туристское многоборье	6	12	18	6	24	30	IX-X, II-V
9	Походы: трехдневный пеший	1	15	16	-	26	26	V
	ВСЕГО:	44	100	144	50	166	216	

Содержание учебного плана

Тема 1. Чем полезны и интересны туристские походы, экспедиции и экскурсии. Наш край. (1 модуль - 9 час., 2 модуль – 12 час.)

Географическое положение Рязанской области, природные особенности (почва, растительный и животный мир, полезные ископаемые). Рельеф. Климат. Реки и озера. Транспортные магистрали.

Сведения о прошлом Рязанской области. Основные отрасли промышленности и сельского хозяйства.

Наиболее интересные районы для проведения походов и экскурсий. Маршруты походов. Памятники истории и культуры, музеи края. Заповедники и заказники. Различия в природе Рязанской области: Мещера и южные районы. Окско-Цнинский вал. Интересные природные объекты Рязанского края: озера, болота, реки. Характерные типы леса в Мещере.

Транспортные линии Рязанской области и их влияние на природу.

Горные породы Рязанской области — известняки, кремни, глины, фосфориты. Свойства и применение разных пород.

Посещение краеведческого музея.

Практическое задание.

Тема 2. Туристское путешествие. Туристские навыки (1 модуль - 28 час., 2 модуль – 42 час.)

Правила проведения турпоходов. Поведение в транспорте. Дорожные знаки. Права и обязанности участника турпохода.

Выбор района похода. Сбор сведений. Ознакомление с литературой и картами района путешествия.

Необходимое групповое и личное снаряжение. Рюкзаки и их типы. Подбор рюкзака по росту. Правила укладки, типичные ошибки. Весовые нагрузки. Типы палаток. Тенты. Установка палатки. Выбор места для палатки.

Подбор одежды для похода. Подбор обуви, уход за ней. Правильная сушка промокших вещей.

Движение группы: выбор пути, порядок и темп движения группы. Направляющий и замыкающий. Сигналы движения и остановки. Привал и бивак, выбор места. Частота привалов.

Костры, их типы. Разжигание. Дрова. Правила противопожарной безопасности при разведении костра. Основные правила безопасности у костра и при работе с инструментом. Приготовление пищи на костре.

Набор продуктов. Меню. Упаковка различных продуктов. Режим питания.

Движение в походе: нормы переходов, темп, режим, интервал, их изменение в зависимости от различных условий. Расчет пути пройденного за день.

Условные внутригрупповые сигналы по ходу движения. Культура поведения и построение взаимоотношений с местными жителями.

Дисциплина в походе. Примеры ЧП и аварий из-за нарушения дисциплины. Распределение обязанностей в группе, подбор группового снаряжения.

Тема 3. Особенности пеших походов (1 модуль - 14 час., 2 модуль – 16 час.).

Понятие о тактике и технике в пешеходном туризме. Причины аварийности в пешеходных походах и их профилактика. «Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации, утвержденная Министерством образования РСФСР в 1992г. Преодоление естественных препятствий при движении по занесенной местности, по травянистой поверхности, по песку, кустарникам. Техника преодоления завалов, густых зарослей, заболоченных участков.

Подъемы и спуски по крутым склонам, траверс склонов.

Переправы через реки. Опасности, связанные с переправами. Виды и способы переправ.

Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута.

Использование специального снаряжения (страховочная система, веревки, карабины).

Узлы. Техника вязания узлов.

Оборудование кострища и разведение костра для обогрева и приготовления пищи зимой.

Тема 4. Топографическая подготовка юного туриста. Ориентирование. (1 модуль - 11 час., 2 модуль – 22 час.)

Стороны горизонта. Ориентирование. Естественные точки отсчета (полдень, полночь).

Компас. Марки компасов.

Карты разного назначения. Масштаб. Условные знаки топографических карт.

Изображение рельефа на топографической карте. Понятие об азимуте. «Открытый» и «закрытый» азимут.

Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов.

Нахождение на карте точки своего стояния.

Пользование картой в походе. Определение расстояний до видимых ориентиров.

Ориентирование по солнцу, луне и звездам. Ориентирование по местным признакам.

Определение расстояний различными способами.

Работа с топографическими картами разных масштабов: различие в изображении условных знаков. Ориентирование «по легенде».

Спортивное ориентирование: карты спортивного ориентирования, условные знаки.

Упражнения по чтению карт.

Техника и тактика спортивного ориентирования: легенды КП, подход и уход с КП, план прохождения дистанции. Движение по азимуту. Упражнения на определение расстояний и направлений. Контроль направлений и расстояний. Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

Тема 5. Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе (1 модуль - 7 час., 2 модуль – 8 час.)

Общие гигиенические требования в походе. Поддержание чистоты тела, ног. Потертости, опрелости, мозоли. Меры для предупреждения потертостей при ходьбе. Гигиенические требования к постели, одежде и обуви.

Помощь при тепловом ударе. Ожоги. Различные травмы. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях. Первая доврачебная помощь в зимних походах (оказание помощи при обморожениях, замерзании).

Помощь при пищевых отравлениях.

Лекарства в составе аптечки, их применение.

Практические задания: изготовление волокуши, носилок. Транспортировка пострадавшего

Тема 6. Физическая подготовка юного туриста. Преодоление препятствий в походе. (1 модуль - 27 час., 2 модуль – 42 час.)

ОФП и специальные упражнения для пешего и лыжного туризма.

Движение по лесу, кустарникам и завалам, по пересеченной местности. Движение по дорогам и тропам, по песку.

Движение по склонам различной крутизны с различным растительным покровом.

Движение по болотистым участкам.

Способы преодоления естественных препятствий.

Тема 7. Краеведческие наблюдения. Памятники истории и культуры. Природа. Вопросы экологии. (1 модуль - 14 час., 2 модуль – 18 час.).

Памятники истории, археологии, градостроительства и архитектуры, искусства и памятные места родного края.

Художественная, справочная литература о памятниках истории и культуры родного края, путеводители.

Меры по охране окружающей среды родного края. Формы участия туристов в охране и посадке зеленых насаждений. Участие в экологических операциях по очистке лесов и водоемов от загрязнения. Присутствие человека — травма для обитателей леса (ущерб гнездованию птиц, уплотнение почвы от вытаптывания и т.п.). Рекомендации по поведению в лесу. Общие наблюдения за растительностью и животными леса. Осенние и зимние явления в средней полосе. Следы животных на снегу.

Наиболее интересные уголки природы, заповедники, заказники родного края. Охраняемые животные и растения Рязанской области.

Природоохранные мероприятия при подготовке и во время проведения походов и экспедиций. Правила организации привалов и ночлегов в полевых условиях. Пожары от костров. Горящие торфяники.

Наблюдения за погодой. Признаки опасных метеорологических явлений. Приметы.

Тема 8. Туристское многоборье (1 модуль - 18 час., 2 модуль – 30 час.)

Туристское многоборье - вид спорта. Оборудование для занятий ТМ. Понятие страховки и самостраховки. Работа с веревками. Ознакомление с различными этапами дистанций по ТМ.

Узлы. Применение различных узлов в конкретных ситуациях.

Участие в соревнованиях по технике пешеходного туризма.

Тема 9: Тренировочный и зачетный походы. (1 модуль - 16 час., 2 модуль – 26 час.)

Практическая отработка тем: 1,2,4,5,6,7.

3. ПРИМЕРНЫЙ КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК ОБЪЕДИНЕНИЯ «ОСНОВЫ ПЕШЕХОДНОГО ТУРИЗМА»

№ П/ П	Месяц	Числа	Кол-во учебн ых недель	Кол-во учебны х дней в месяц	Кол-во часов в месяц		Кол-во часов в нед.		Содержание занятий
					1 мо д.	2 мо д.	1 мо д.	2 мо д.	
1	Октябрь	01.10. – 31.10.	4	8	16	24	4	6	Вступительное занятие. Туристские путешествия, история развития туризма. Личное и групповое туристское снаряжение. Личная гигиена туриста. Общая физическая подготовка
2	Ноябрь	01.11. -30.11.	4	8	16	24	4	6	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги. Обязанности туристской группы по должностям. Техника и тактика в туристском походе. Общая физическая подготовка
3	Декабрь	01.12. – 27.12.	4	8	16	24	4	6	Компас. Работа с компасом. Топографическая и спортивная карта. Походная медицинская аптечка. Приемы транспортировки пострадавшего. Общая физическая подготовка
4	Январь	12.01. – 29.01.	4	8	16	24	4	6	Правила туристских соревнований. Туристские возможности родного края. Общая физическая подготовка

5	Февраль	01.02. – 27.02.	4	8	16	24	4	6	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе. Общая физическая подготовка
6	Март	01.03. -31.03.	4	8	16	24	4	6	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи. Изучение района путешествия. Общая физическая подготовка
7	Апрель	01.04. – 30.04.	4	8	16	24	4	6	Питание в туристском походе. Подготовка к походу. Основные правила поведения в экстремальных ситуациях. Общая физическая подготовка
8	Май	01.05. – 28.05.	4	8	16	24	4	6	Соревнования по ориентированию. Туристские слеты и соревнования.
9	Июнь	01.06. – 30.06.	4	8	16	24	4	6	Походы выходного дня. Туристские слеты и соревнования
Итого:			36	72	144	216			

4. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Рекомендуемый состав группы — 15 учащихся. При наборе обучающихся следует комплектовать группу с превышением состава, так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения. Занятия можно проводить с полным составом объединения, но можно и по группам, соответствующим физической подготовке и интересам детей (7-8 человек).

Педагог может увеличивать объемы учебно-тренировочных нагрузок и продолжительность занятий в каникулярное время. Как правило, в это время организуются учебно-тренировочные походы и профильные лагеря с круглосуточным пребыванием занимающихся.

При этом предполагается концентрация усилий образовательно-воспитательного процесса в следующих направлениях:

1. Развитие самостоятельности воспитанников на базе создания благоприятных условий для проявления ими инициативы.
2. Формирование разносторонне развитой личности.
3. Физическое воспитание и дополнительное образование средствами туризма и краеведения.

Педагогу необходимо учитывать следующие принципы организации деятельности объединения для успешной реализации данных программ:

- обеспечение общественно – полезной, нравственно-ценной и личностно-значимой для обучающихся направленности туристско-краеведческой деятельности;
- дифференциацию и индивидуализацию учебно-тренировочного процесса, что помогает подростку выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям;
- гедонистическую направленность деятельности объединения, предполагающую организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость.

Для эффективного усвоения учебного материала, необходимо организовывать практическую деятельность занимающихся преимущественно на местности, в непосредственном контакте с природной средой во время учебно-тренировочных походов, сборов, соревнований, лагерей, экспедиций и путешествий. Следует учитывать интеллектуальный аспект туристско-спортивного направления дополнительного образования, тесную связь между физическим и умственным развитием, их взаимообусловленность.

Процесс успешного развития неразрывно связан с активной умственной и физической деятельностью обучающихся, индивидуальной и коллективной работой по выполнению обязанностей в группе в период подготовки и проведения походов, соревнований.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

При решении педагогом вопросов, связанных с индивидуальными нагрузками (весовые, объемные, интенсивность тренировок) для занимающихся, необходима их строгая дифференциация и индивидуализация с учетом физического, морально-волевого и функционального развития.

Реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с требованиями «Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации»; «Правила соревнований по спортивному ориентированию»; «Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ»; Письмо Министерства образования РФ № 15-Т от 30.08.96).

Для реализации поставленных в программе задач и достижения планируемых целей педагог использует комплекс педагогических технологий. Дополнительное образование изначально – личностно-ориентированное образование, большинство детей приходит заниматься потому что хочет заниматься именно этим. Существует часть детей, которые приходят случайно, за компанию и т.п. Для таких детей желательно найти соответствующую мотивацию и методы обучения. Наиболее эффективны с позиций личностно-ориентированного подхода технология разно уровневого обучения и технология коллективного взаимообучения.

Поскольку к занятиям допускаются все желающие, имеющие медицинский допуск, то, естественно, возникает пестрый состав обучающихся, имеющих разный уровень начальной подготовки. Различия в подготовке детей требуют применения разноуровневой технологии обучения, позволяющей достигать поставленных целей каждому обучающемуся.

Младшие подростки чрезвычайно активны и любознательны и могут в перспективе составить ядро будущей группы. В этом возрасте дети активно ищут себя часто меняя за одно полугодие несколько объединений. Это естественный процесс и к нему следует относиться спокойно. В этом возрасте очень важно для детей мнение сверстников. Они еще не умеют анализировать собственные поступки, успехи и неудачи, поэтому каждая неудача вызывает у них чувство неуверенности и переживание собственной неполноценности. Поэтому важно оградить обучающихся от первых возможных неудач, создавать «ситуации успеха», которые позволили бы ощутить чувство уверенности в себе. Работая с подростками нельзя забывать о том, что период полового созревания – это время сильнейшей перестройки всего организма. От педагога требуется повышенная чуткость и такт. Повышенная утомляемость учащихся требует осторожного выбора физических нагрузок, соответствующей нитки маршрута, организации забросок, помощи взрослых участников похода.

В этом возрасте становится отчетливо выраженным различие поведения по половому признаку. Учитывать эти особенности необходимо.

Воспитательные возможности занятий туризмом огромны. Педагог может использовать в воспитательных целях естественные и искусственно созданные ситуации: разгрузка заболевшего, разведка пути, выбор оптимального варианта движения и т.п. Операционное определение результатов воспитания противопоказано дополнительному образованию. Результат воспитания обычно достаточно далеко отнесен по времени от процесса, да и количественными показателями не выражается. Нравственное воспитание не осуществляется словами, его основной инструмент – поступки. Поэтому педагогу следует

постоянно помнить об этом аспекте своей деятельности и вести себя этично в сложных условиях соревнований и спортивной борьбы.

Спортивный туризм и ориентирование входят в единую спортивную классификацию. Целесообразно показать учащимся перспективы спортивного роста.

При занятиях ориентированием на начальном этапе для обеспечения безопасности необходимо ориентироваться в группе, и только овладев основами, можно переходить к индивидуальному ориентированию, подбирая наиболее освоенные районы. Ни в коем случае не форсируя этот процесс.

Темы «Туристские навыки (пешеходный туризм)», «Гигиена туриста. Первая доврачебная помощь в походе». Изучаются в основном в походных условиях: в походах выходного дня, учебно-тренировочных походах, в условиях занятий на местности.

Чрезвычайно важно воспитать в юных туристах бережное отношение к природе, к историческим и культурным памятникам родного края. Для расширения общего кругозора и приобщения к культурным традициям страны следует максимально использовать возможности совершения экскурсий в районах путешествий, а также выбирать маршруты связанные с осмотром памятников истории, культуры, природы. Перед таким походом следует провести теоретическое занятие, посвященное данному памятнику.

Тема « Туристское многоборье» позволяет обучающимся увидеть, как проходят соревнования по туристскому многоборью, попробовать в них свои силы.

Обучение, воспитание и развитие не являются изолированными друг от друга областями педагогической деятельности. Неразрывность этих процессов необходимо иметь ввиду при работе по данной программе. Выбирая те или иные педагогические технологии, педагогу следует иметь ввиду, что учебное занятие представляет собой целостную динамическую систему взаимодействия педагога и обучающегося, состоящую из целей, содержания, методов, форм и реальных результатов обучения.

Наиболее эффективны при обучении туризму следующие технологии: разноуровневого обучения, коллективного взаимообучения и технология игры. Возникающие при этом шум и движение не мешают процессу, поскольку занятия проходят на местности. Подобная организация обучения служит динамической разминкой после обучения в школе, в условиях классно-урочной системы и гиподинамии.

Для каждого уровня результатов рекомендуется применять следующие категории целей:

- знание – обучающийся запомнил и воспроизвел конкретный учебный материал,
- понимание – обучающийся объясняет, интерпретирует учебный материал, иллюстрирует, приводит примеры,

- применение – обучающийся использует полученные знания по образцу, в измененной обстановке, в новой обстановке.

Педагогу важно использовать мотивацию большинства детей, постоянно поддерживать ее созданием ситуаций успеха. Огромную роль играет создание доброжелательной атмосферы в объединении. Занятия в объединении позволяют создать такую образовательную и воспитательную среду, в которой ребенок может развить свои естественные способности и в которой он наиболее восприимчив к воспитанию, как направленному действию, прививающему ребенку черты и свойства востребованные обществом и государством.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик, преподаватель должен воспитывать в учащихся умения самостоятельно принимать решения, неукоснительно выполнять правила соревнований, быть объективным судьей. Обязательным условием является участие в подготовке и судействе туристских мероприятий, проводимых в своем образовательном учреждении, городе, районе, области. Для проведения теоретических и практических занятий рекомендуется привлекать опытных судей, туристов, спортсменов.

Оценка полученных результатов.

Качество обучения – сложнейшая общесистемная проблема образования, подходы к решению которой зависят как от педагогической парадигмы, так и от социально-исторических условий существования общества, во многом определяющих выбор этой парадигмы.

Отсутствие оценочно-бальных показателей, реальная, не отложенная на будущее деятельность обучающихся на основе приобретенных знаний и умений, индивидуальные относительные нормы достижений, индивидуальное дозирование и оптимальный выбор трудности задач, предоставление обучающимся возможности выбора этих задач, позволяют педагогу сохранить ситуацию успеха в объединении. Эти же факторы дают возможность поддерживать у обучающихся реалистичный уровень притязаний, следствием которого будет личная ответственность обучающихся за реализацию этих притязаний. Качественными показателями обучения служат результаты выступлений обучающихся на соревнованиях по туристскому многоборью, выступления на слетах и фестивалях, участие в учебно-тренировочных походах, выполнение разрядных требований.

Результаты воспитания и развития не допускают однозначного операционного определения. Здесь возможно применение оценок, используемых для определения

достижения цели занятия : реализовано полностью, частично, не реализовано. Собственно критериями могут являться научно обоснованные педагогические тестовые материалы. В их отсутствие степень реализации воспитания и развития может быть определена косвенно, по поведению учащихся в процессе обучения, во время совершения учебно-тренировочных походов, выступлений на соревнованиях, поведению в коллективе.

Условия реализации программы.

Внутренние:

- наличие снаряжения и инвентаря необходимого для занятий туризмом,
- обеспечение наполняемости групп в соответствии с программой.

Внешние:

- стабильная социально-политическая обстановка в стране,
- необходимое и достаточное финансирование туристских мероприятий,
- устойчивый рост материального благосостояния населения, обеспечивающий приток обучающихся,
- взаимодействие с учреждениями занимающимися туристской деятельностью.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Список рекомендуемой литературы

для учащихся объединений

1. Бардин Н.В. Азбука туризма – М.: Просвещение, 1981 г.
2. Берман И.А. Юный турист – М.: Просвещение, 1981 г.
3. Карманный справочник туриста –М.: Профиздат, 1982 г.
4. Алешин В.М. Серебренников А.В. Туристская топография – М.: Профиздат, 1985 г.
5. Куприн А. Занимательно об ориентировании – ТСС России, 1996 г.
6. Алексеев А.А. Питание в туристском походе – М.: ЦДЮТур, 1996 г.
7. Рыжавский Г.Я. Биваки – М.: ЦДЮТур, 1995 г.
8. Воронов Ю.С. Тесты и занимательные задачи для юных ориентировщиков – М.: 1998 г.
9. Толченкин А.Н. Киреева Н.Н. Чекурин Л.В. История родного края – Рязань: Московский рабочий, 1983 г.

Список рекомендуемой литературы

для руководителей объединений

Тема 1

1. Атлас рязанской области, М 2002, "Арбалет"
2. Вагнер, Чугунов "Рязанские достопамятности"

Тема 2

1. Бардин К.В. "Азбука туризма", М, 81 г., "Просвещение".
2. Берман А.Е. "Юный турист" М, 77г., "Фис"..
3. Потресов А.С. "Спутник юного туриста" М, 68 г., "Фис".
4. Остапец А.А. "В походе юные" М, 78 г., "Просвещение"
5. Штюмер Ю.А. "Карманный справочник туриста" М, 82 г., "Профиздат".
6. Симаков В.И. "Туристские походы выходного дня" М, 84 г., "Советская Россия".
7. "Энциклопедия туриста" М, 73 г., "Большая Советская энциклопедия"
8. Маслов, Константинов, Дрогов "Лето, дети и туризм ", М, ЦДЮТур РФ 1997.
9. Плешанов Е. "Я+Природа", Воронеж 1997.
10. Фатеева Е.М., Балашова В.А., Хаустова Т.Н. "Питание школьников и подростков", М, "Медицина" 1974.
11. Ильин А. "Школа выживания в природных условиях", М, "Эксмо-пресс", 2001.

12. Садикова Н.Б. "1000 + 1 совет туристу школа выживания", Минск, Современный литератор, 2000.
13. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. "Спортивно-оздоровительный туризм", М "советский спорт", 2002
14. Лукоянов П.И. "Самодельное туристское снаряжение", М, "ФиС" 1987
15. Колесников А.А. "Туристское снаряжение", М, Профиздат, 1968
16. Методические рекомендации по эксплуатации, ремонту и хранению туристского снаряжения. М, "Турист", 1981.
17. Шимановский В.Ф., Ганопольский В.И. "питание в туристском путешествии", М, Профиздат, 1986
18. Верба И.А., Голицин С.М., Куликов В.М., Рябов Е.Г. "Туризм в школе", М, "ФиС" 1983
19. Васильев И. "В помощь инструктору туризма", М, профиздат, 1966.
20. Походы выходного дня (методические рекомендации), М, "турист", 1977.

Тема 3.

1. Туризм в школе – М.: Физкультура и спорт, 1983 г.
2. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся – М.: ЦДЮТур, 1995 г.
3. Питание в туристском путешествии – М.: Профиздат, 1986 г.
 - 1.
 2. Лукоянов П.И., "Зимние спортивные походы", М, "ФиС" 1979
 3. Кузьмин Е.М. "Туристу-лыжнику", Петрозаводск, "Карелия", 1983.

Тема 4

1. Иванов Е.И. "С компасом и картой" М - 71 г., ДОСААФ.
2. Ганопольский В.Г. "Туризм и спортивное ориентирование" М-87 г., "Фис".
3. Куликов В.М. Константинов Ю.С. "Топография и ориентирование в туристском путешествии", М, ЦДЮТиК МО РФ, 2001
4. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. "Туризм и спортивное ориентирование", М, АСАДЕМА, 2001
5. Работа кружка юных туристов в школе (методические рекомендации), М, "турист", 1989

Тема 5

1. Я. Стемпиньска, Т. Шаевски "Первая помощь при несчастных случаях и в экстренных ситуациях", М, "ФиС" 1998
2. Драгачев С.П. "Туризм и здоровье", М, "Знание", 1984.
3. Агаджанян Н., Катков А., "Резервы нашего организма", М, "Знание" 1982

Тема 6

1. Ежи Талага "Энциклопедия физических упражнений", М, "ФиС" 1998
2. Селуянов В.Н., Федякин А.А. "Биологические основы оздоровительного туризма", М, Спортакадемпресс, 2000.
3. Штюрмер Ю.А. "Профилактика туристского травматизма", М, "Турист", 1992.
4. Залесский М.З., Рейзер Л.Ю. "Путешествие в страну бега", М, "ФиС" 1986.
5. Физическая подготовка туристов- пешеходников (методические рекомендации), М, "турист", 1979

Тема 7

1. Паустовский К.Г. "Мещерская сторона" М-74 г., "Детская литература".
2. Штюмер Ю. А. "Охрана природы и туризм" М-74 г., "Фис".
3. Логинов Л.М., Озеров А.Г. "Кладовые природы" м, ЦДЮТ и К, 2000.
4. Беме Р.Л., Кузнецов А. А. "Птицы нашего края" М, "Московский рабочий" 1968.
5. Ильичев В.Д., Бутьев В.Т., Константинов В.М. "Птицы Москвы и Подмосковья", М, "Наука", 1987.
6. Панков В. "Иду Мещерой", М, Московский рабочий, 1984.
7. Константинов Ю.С. "Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей", М, ЦДЮТиК, 2001
8. Курило Л.В. "Краеведение и туризм", М, РМАТ, 1999

Тема 8

1. Кодыш Э.Н. "Соревнования туристов", М, "ФиС" 1990
2. Правила организации и прохождения технических этапов соревнований по пешеходному туризму, Московская городская станция юных туристов, 2000.
3. Балабанов И.В. "Узлы" М, 1998
4. Сафроненко В.М. "Учимся вязать узлы", Минск, Хэлтон, 1999
5. Расторгуев М, Ситникова С., "Карабинные узлы" М, "Кроу лимитед" 1995.
6. Временные правила соревнований по туристскому многоборью. 2002-2005 гг.
7. Организация и проведение слетов и соревнований по пешеходному туризму (методические рекомендации), М, "турист", 1982
8. Константинов Ю.С. "Туристские соревнования учащихся", М 1995