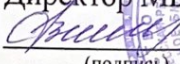


Министерство образования и науки Карачаево – Черкесской Республики

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Дом творчества детей и молодежи Усть-Джегутинского  
муниципального района»**

Принято  
педагогическим советом  
МБУДО «Дом творчества»  
Протокол от « 01 » 09 2022 г., № 1

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБУДО «Дом творчества»  
 Ф.З. Мусакаева  
(подпись)  
Приказ от « 01 » 09 2022 г. № 40/1



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
туристического объединения**

**«АЗИМУТ»**

ID программы: **927**  
Направленность: **туристско-краеведческая**  
Уровень программы: **базовый**  
Возраст обучающихся: **10-16 лет**  
Срок освоения программы: **2 года**  
Объем часов: **288 (144 в год)**  
Фамилия И.О., должность разработчика программы:  
**Данаев Мурадин Тохтарович, педагог дополнительного образования**

Усть-Джегута, 2022 г.

## Содержание

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

1.1 Пояснительная записка

Нормативно-правовая база

Направленность программы

Актуальность программы

Отличительная особенность программа, новизна

Адресат программы

Форма обучения

Формы организации образовательного процесса

Общее количество часов в год

Уровень программы

Особенности организации образовательного процесса

1.2 Цели и задачи программы

1.3 Объем и сроки освоения программы

Учебный план:

- учебный план 1-го года обучения

- учебный план 2-го года обучения

1.5 Содержание учебного плана:

- содержание учебного плана 1-го года обучения

- содержание учебного плана 2-го года обучения

1.6 Планируемые результаты:

- планируемые результаты 1-го года обучения

- планируемые результаты 2-го года обучения

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1 Условия реализации программы.

Учебно-тематический план

- учебно-тематический план 1-го года обучения

- учебно-тематический план 2-го года обучения

2.2 Календарный учебный график

- календарный учебный график 1-го года обучения

- календарный учебный график 2-го года обучения

2.3 Методическое обеспечение программы

2.4 Материально-техническое обеспечение программы

2.5 Информационное обеспечение

2.6 Материально-техническая база

- материально-техническая база 1-го года обучения

- материально-техническая база 2-го года обучения

План повышения профессионального уровня педагога

2.8 Оценочные материалы

Календарный план воспитательной работы

Планируемые результаты деятельности педагога

Список литературы для педагога

Список литературы для детей и родителей

## Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы.

### 1.1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

#### **Нормативно-правовая база**

1. Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20 ноября 1989 г.). Ратифицирована Постановлением ВС СССР 13 июня 1990 г. № 1559-1 // СПС Консультант Плюс.

2. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. От 13.07.2015) «Об образовании в Российской Федерации».

3. Указ Президента РФ от 01.06.2012 № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы».

4. Постановление Правительства РФ от 05.10.2010 № 795 (ред. от 07.10.2013) «О государственной программе «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2011-2015 годы».

5. Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».

6. Распоряжение Правительства РФ от 29.05.2015 № 996р «Об утверждении стратегии развития воспитания в Российской Федерации в период до 2025 года». В Стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р, в качестве одного из средств патриотического воспитания подрастающего поколения указано развитие музейной педагогики. Основные понятия, используемые в концепции: Туристско-краеведческая деятельность (ТКД) - форма организации образовательной деятельности, направленная на социализацию, самореализацию, и рекреацию и физическое развитие обучающихся, реализуемая преимущественно в природной и окружающей социокультурной среде. Основными формами ТКД являются походы, экспедиции, путешествия, палаточные лагеря, слеты, и другие туристско-краеведческие мероприятия. Поход – прохождение маршрута группой по населённой или ненаселённой местности со спортивной, тренировочной, учебной и т.п. целью. Образовательная экскурсия — одна из форм обучения, характеризующаяся научностью, истинностью, неразрывной связью с жизнью. Во время образовательной экскурсии обучающемуся предоставляется возможность в естественной обстановке приобретать знания: наблюдать явления природы, сезонные изменения, наблюдать преобразование природы человеком. Экскурсия имеет две основные составные части — показ и рассказ, которые взаимообусловлены и взаимно переплетаются. Соотношение показа и рассказа в экскурсии зависит от темы экскурсии, характера объектов, целевой аудитории. Маршрутно-квалификационная деятельность – деятельность, направленная на осуществление экспертной оценки, консультирование,

методическое сопровождение организованных групп обучающихся на этапах планирования, проведения и зачета прохождения маршрута в природной среде в рамках реализации образовательных программ. 7. Приказ Министерства Российской Федерации от 09 ноября 2018 г. № 196 г. Москва «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарноэпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (вместе с «СанПиН 2.4.4.3172-14. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...») (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 № 33660).

9. Письмо Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 06-1260 «О Методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по вопросам взаимодействия учреждений общего, дополнительного и профессионального образования по формированию индивидуальной образовательной траектории одаренных детей»).

10. Письмо Минобрнауки РФ от 13 мая 2013 года № ИР352/09 «О направлении программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях».

11. Письмо Минобрнауки РФ от 18 ноября 2015 г. № 09-3242 «О направлении Информации (вместе с методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы))» Инструкция по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися общеобразовательных школ и профессиональных училищ, воспитанниками детских домов и школ-интернатов, студентами педагогических училищ Российской Федерации (утверждена приказом Министерства образования Российской Федерации от 13 июля 1992 г. № 293).

12. Правила вида спорта «спортивный туризм» (Утверждены приказом Минспорта России от 22 июля 2013 г. № 571 ю) – М.: «ТССР», 2013 – 31 с.

### **Локальные акты**

- Положение о рабочей программе педагога дополнительного образования МБУДО «Дом творчества детей и молодежи Усть-Джегутинского муниципального района»
- Программа «Азимут» переработана на основе типовой программы «Пешеходный туризм», Москва, «Просвещение», 1982 год и типовой программы «Туристы-проводники», Москва, ЦДЮТиК, 2002 год и рекомендована для работы в учреждениях дополнительного образования детей.

## **Направленность программы туристско-краеведческая.**

**Актуальность программы.** Развитие туризма и краеведения, является одним из приоритетов современной государственной политики, направленной на решение социально-экономических, рекреационно-оздоровительных, духовно-нравственных, просветительско-образовательных и культурных задач. Туристско-краеведческая деятельность – уникальный вид деятельности, способствующий воспитанию патриота, определению социально-значимых нравственных ориентиров, сохранению и укреплению здоровья, повышению интеллектуального и духовного потенциала, познанию родного края и культурных традиций, что позволяет формировать личность, соответствующую современному национальному воспитательному идеалу, заявленному в Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России. Практическая значимость программы обоснована возможностью включения детей в разнообразную продуктивную деятельность, позволяющую решать педагогические задачи – развитие физической и социальной активности, нравственное совершенствование, формирование основ экологической культуры, культуры здорового и безопасного образа жизни, обозначенные в Программе развития воспитательной компоненты в образовательных учреждениях. В ходе освоения программы дети приобретают практические навыки выживания в природной среде и в условиях экстремальных ситуаций. Таким образом, создаются условия для социализации подрастающего поколения, обеспечения эмоционального благополучия, решения проблемы профилактики асоциального поведения обучающихся. Содержание программы обеспечивает решение задач повышения качества дополнительного образования, посредством введения проектной деятельности. Утверждение подростком себя как «взрослой» личности неразрывно связано с реализацией им характерных возрастных потребностей – в самопознании, самореализации и самоидентификации. Занятия по программе создают условия для реализации выше указанных потребностей и поэтому являются актуальными для детей данного возраста. В соответствии с «Концепцией развития дополнительного образования» от 4 сентября 2014 года, актуальность **программы обусловлена необходимостью:**

- формирования и развития творческих способностей учащихся Усть-Джегутинского района;
- удовлетворения индивидуальных потребностей учащихся в интеллектуальном, туристско-краеведческом и нравственном развитии;
- обеспечения духовно – нравственного, гражданско-патриотического и трудового воспитания учащихся;
- выявления, развития и поддержки талантливых учащихся;
- социализация и адаптация учащихся жизни в обществе;
- формирования общей культуры учащихся;
- создания и обеспечения необходимых условий для личностного развития учащихся через туристско-краеведческую деятельность.

**Отличительные особенности программы.** При разработке программы были изучены типовые программы Федерального центра детско-юношеского туризма и краеведения «Юные туристы-краеведы», «Юные инструкторы туризма», «Юные судьи туристских соревнований» (Константинов Ю.С., Маслов А.Г., Москва, 2005). Программа «Азимут» составлена в соответствии с Методическими рекомендациями по проектированию дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ и имеет ряд отличительных особенностей. Отличие в целях программ.

Программа ставит целью формирование **ориентации на базовые национальные ценности, такие как: патриотизм, труд и творчество, природа**, в отличие от вышеуказанных программ, основной целью которых является формирование разносторонне развитой личности, привлечение обучающихся к массовым туристско-спортивным мероприятиям, достижение высоких спортивных результатов, подготовка квалифицированных туристов-спортсменов. Отличие в сроках реализации. Программа рассчитана на 2 года обучения (2 ч в неделю). Отличие в содержании программы. Типовые программы Федерального центра детско-юношеского туризма преимущественно предполагают узкую специализацию обучения. В отличие от них, содержание программы «Азимут» на всем протяжении освоения включает виды туризма, традиционно развиваемые в КЧР. Региональный компонент в программе «Азимут» отражен в модулях «Основы краеведения». Отличие в организационно-педагогических условиях реализации программы. Структура программы «Азимут» содержит календарный учебный график, отсутствующий у выше перечисленных программ.

**Новизна программы заключается** во введении модуля «Проектная деятельность», предполагающего создание индивидуальных, групповых и коллективных творческих, социальных, исследовательских, информационных проектов. Важным стимулом для ребят должно стать получение в результате занятий и зачетных походов значков «Юный турист», «Турист России» и спортивных юношеских разрядов по туризму.

Дать ребятам возможность освоить все премудрости пешеходного туризма — значит дать им путевку в большой туризм, на всю жизнь привить им страсть к путешествиям, к познанию, к самосовершенствованию.

**Адрес программы-** учащиеся общеобразовательных организаций в возрасте от 10 до 16 лет.

**Форма обучения-** очные групповые занятия.

**Ф**

**о**

**р**

**м** **Общее количество часов** – 288 (144 ч. в год)

**ы** Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 академических часа с перерывом

**о** **Уровень программы** – базовый.

**р**

**г**

**а**

**н**

**Особенности организации образовательного процесса.** Занятия проводятся в разновозрастной группе, постоянного состава.

Ведущей формой организации образовательного процесса является занятие. Программа предполагает использование **аудиторных занятий** (включающих освоение теории, практические упражнения). Помимо аудиторных занятий в программе используются **внеаудиторные занятия**: экскурсии, наблюдение за природой, походы выходного дня, соревнования.

Образовательная деятельность по программе осуществляется на **русском языке** (в соответствии с п.12 Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденном Приказом Минобрнауки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008)

Для выполнения данной программы используются разнообразные методы работы: вербальные, словесные, наглядные, практические, продуктивные, проблемное изложение, частично – поисковый и исследовательский, стимулирование, контроль, взаимоконтроль. формы работы на занятиях: коллективная, индивидуальная, в группах, в парах, самостоятельно Образовательный процесс: рассказ педагога и ребенка, творческие задания, консультации, творческие отчеты, реферативная работа, работа с литературой, исследовательская и проектная деятельность, практические занятия в походах, в условиях природной среды; Тренировочный процесс: зарядка, бег, общеразвивающие упражнения, оздоровление организма, спортивные и народные игры; Проведение мероприятий: краеведческие праздники, игры, соревнования, викторины, конференции, слеты; Краеведческая работа: работа с архивными документами, сбор материала, встречи с ветеранами, поисковая деятельность; Индивидуальная работа: консультации, беседы, индивидуальная помощь; Групповая работа: творческие группы, обмен мнениями; Коллективная работа: конкурсы, походы, слеты, соревнования, экскурсии, лагеря, акции, проекты; Более 70 % общего объема времени занимают практические занятия (походы, экскурсии, творческие задания, исследовательские работы), взаимодействие с другими объединениями ЦДТ.

## **1**

. **Цель** программы - формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

**Задачи** программы:

**1. В области образования:**

**и**

**з**

**а**

**л**

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

## **2. В области воспитания:**

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
- гуманное отношение к окружающему миру;
- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.
- воспитать готовность каждого в любой момент прийти на помощь товарищу.

## **3. В области физической подготовки:**

- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

### **1.3 Объем и сроки освоения программы**

Программа рассчитана на 2 года обучения.

Общее количество часов - 288, по 144 часа в год.

### **1.4. Учебный план туристского объединения «Азимут»**

#### **Первый год обучения**



№	Раздел	Кол-во часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Основы туристской подготовки	71	25	46	- собеседование - рекомендации - просмотр и анализ рабочих материалов - анализ информации
2.	Топография и ориентирование	29	13	16	- наблюдение  - анализ работ - самооценка - проверка практического выполнения заданий
3.	Краеведение	6	2	4	- наблюдение - показ - анализ работ - самооценка - проверка практического выполнения заданий
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	58	12	46	- беседа - самооценка и взаимооценка
<b>Итого:</b>		<b>144</b>	42	102	

### Второй год обучения

№	Раздел	Кол-во часов			Форма контроля
		всего	теория	практика	
1.	Основы туристской подготовки	50	7	43	- собеседование - рекомендации - просмотр и анализ рабочих материалов - анализ информации
2.	Топография и ориентирование	19	5	14	- наблюдение - показ - работа по образцу - анализ работ - самооценка - проверка практического выполнения заданий
3.	Краеведение	16	2	14	- наблюдение  - анализ работ - самооценка

					- проверка практического выполнения заданий
4.	Общая и специальная физическая подготовка	59	3	56	- наблюдение - самооценка - проверка практического выполнения заданий
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>17</b>	<b>127</b>	

## 1.5. Содержание учебного плана

## Первый год обучения

### I. Основы туристской подготовки

#### 1.1 Туристские путешествия, история развития туризма.

Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Организация туризма в России. Роль государства и органов образования в развитии детско-юношеского туризма. Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Характеристика каждого вида. Понятие о спортивном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

Краеведение, туристско-краеведческое движение учащихся «Отечество», основные направления движения.

#### 1.2 Воспитательная роль туризма.

Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности. Ее роль в подготовке к защите Родины, в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности.

Роль туристско-краеведческой деятельности в формировании общей культуры личности, правильного поведения в природе и обществе.

Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и упорства, самостоятельности и инициативности, решительности и смелости, выдержки и самообладания.

Законы, правила, нормы и традиции туризма, традиции своего коллектива.

Общественно полезная работа.

#### 1.3 Личное и групповое снаряжение

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов, типы лыж. Как готовить личное снаряжение к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда для приготовления пищи. Топоры, пилы. Состав и назначение ремонтной аптечки. Хозяйственный набор: оборудование для костра, рукавицы ножи, половник и др. Особенности снаряжения для зимнего похода.

#### *Практические занятия*

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за снаряжением, его ремонт.

#### **1.4 Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.**

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в походе в зависимости от условий (погода, рельеф местности, физическое состояние участников и др.).

Выбор места для привала и ночлега (бивака). Основные требования для привала и бивака.

Организация работы по разворачиванию и свертыванию лагеря: планирование лагеря (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток. Размещение вещей в них. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Уборка места лагеря перед уходом группы.

Типы костров. Правила разведения костра, работа с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт).

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Организация ночлегов в помещении.

Правила купания.

#### ***Практические занятия***

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Разворачивание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

#### **1.5 Подготовка к походу, путешествию.**

Определение цели и района похода. Распределение обязанностей в группе. Составление плана подготовки похода.

Изучение рациона похода: изучение литературы, карт, отчетов о походах, запросы в местные образовательные и другие учреждения, получение сведений у людей, прошедших планируемый маршрут.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Подготовка личного и общественного снаряжения.

#### ***Практические занятия***

Составление плана подготовки 1-3-дневного похода. Изучение маршрутов походов. Составление плана-графика движения в 1-3-дневном походе. Подготовка личного и общественного снаряжения.

#### **1.6 Питание в туристском походе**

Значение правильного питания в походе.

Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Организация питания в 2-3 дневном походе. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Приготовление пищи на костре.

Питьевой режим на маршруте.

#### ***Практические занятия***

Составление меню и списка продуктов для 1-3-дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

## **1.7 Туристские должности в походе**

Должности постоянные и временные.

Командир группы. Требования к командиру группы (туристский опыт, инициативность, ровные отношения с членами группы, авторитет). Его обязанности: руководство действиями членов группы, контроль выполнения заданий, поддержание нормативного микроклимата в группе.

Другие постоянные должности в группе: заведующий питанием (завпит), заведующий снаряжением, проводник (штурман), краевед, санитар, ремонтный мастер, фотограф, ответственный за отчет о походе, культорг, физорг и т.д.

Временные должности. Дежурные по кухне. Их обязанности (приготовление пищи, мытье посуды).

Дежурные (дублеры) по постоянным должностям: дежурный командир, дежурный штурман и т.д.

### ***Практические занятия***

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода и подведение итогов.

## **1.8 Правила движения в походе, преодоление препятствий.**

Порядок движения группы на маршруте. Туристский строй. Режим движения, темп. Обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Общая характеристика естественных препятствий. Движение по дорогам, тропам, по ровной пересеченной местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам.

### ***Практические занятия***

Отработка движения колонной. Соблюдение режима движения. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересеченной местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности.

## **1.9 Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий**

Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности.

Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице.

Правила поведения при переездах группы на транспорте.

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком.

Использование простейших узлов и техника их вязания.

Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

### ***Практические занятия***

Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

## **1.10 Подведение итогов похода**

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы.

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, подготовка фотографий, видеофильма, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат.

Подготовка экспонатов для школьного музея.

Отчетные вечера, выставки по итогам походов.

Оформление значков и спортивных разрядов участникам.

### ***Практические занятия***

Составление отчета о походе. Ремонт и сдача инвентаря. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов.

### **1.11 Туристские слеты и соревнования**

Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Положения о слете и соревнованиях, условия проведения. Выбор места проведения, размещения участников и судей, оборудование места соревнований. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Охрана природы. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнования и оформления мест проведения.

Виды туристских соревнований и особенности их проведения. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников. Личное и командное снаряжение участников. Меры безопасности при проведении туристских слетов и соревнований.

### ***Практические занятия***

Участие в туристских соревнованиях школы, учреждений дополнительного образования, района в качестве участников.

## **II. Топография и ориентирование**

### **2.1 Понятие о топографической и спортивной карте**

Определение роли топографии и топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точки на карте.

Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты.

Масштабы спортивной карты. Способы и правила копирования карт.

Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

### ***Практические занятия***

Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте. Копирование на кальку участка топографической карты.

## **2.2. Условные знаки**

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топонимов по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонталы основные, утолщенные, полугоризонталы. Бергштрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

### ***Практические занятия***

Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

## **2.3 Ориентирование по горизонту, азимут**

Основные направления на стороны горизонта: С, В, Ю, З. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта.

Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза направлений»).

Определение азимута, его отличие от простого угла (чертеж). Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Измерение и построение углов (направлений) на карте. Азимутальный тренировочный треугольник.

### ***Практические занятия***

Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Упражнения на инструментальное (транспортиром) измерение азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

## **2.4 Компас, работа с компасом.**

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Адрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом.

Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Техника выполнения засечек компасом Адрианова и жидкостным.

### ***Практические занятия***

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет (обратная засечка) и нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка). Движение по азимуту,

прохождение азимутальных отрезков, азимутальных построений (треугольники, «бабочки» и т.п.).

## **2.5 Измерение расстояний**

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр, использование нитки. Средний шаг, от чего зависит его величина. Как измерить средний шаг. Таблица переводов шага в метры.

Глазомерный способ измерения расстояния. Способы тренировки глазомера. Определения расстояния по времени движения.

### ***Практические занятия***

Измерение своего среднего шага (пары шагов), построения графиков перевода пар шагов в метры для различных условий ходьбы. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Измерение кривых линий на картах разного масштаба курвиметром или ниткой. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени. Тренировочные упражнения на микроглазомер на картах разного масштаба.

## **2.6 Способы ориентирования**

Ориентирование с помощью карты в походе. Виды ориентиров: линейный, точечный, звуковой, ориентир-цель, ориентир-маяк. Необходимость непрерывного чтения карты. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации. Составление абрисов. Оценка скорости движения. Движение по азимуту в походе, обход препятствий, сохранение общего заданного направления, использование солнца и тени. Привязка при потере видимости и при отсутствии информации на карте. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей.

Движение по легенде (с помощью подробного описания пути). Протокол движения.

### ***Практические занятия***

Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту, отысканию на карте сходных (параллельных) ситуаций, определению способов привязки. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

Разработка маршрута туристского похода на спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Составление абрисов отдельных участков.

## **2.7 Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки**

Суточное движение солнца по небосводу, средняя градусная скорость его движения. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута на Луне. Полярная звезда, её нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов.

Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на сходную (параллельную) ситуацию. Поиск отличительных ориентиров. Принятие решения о выходе на крупные



ориентиры, выходе к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

### ***Практические занятия***

Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки, построение алгоритма действий восстановления местонахождения.

## **III. Краеведение**

### **3.1 Родной край, его природные особенности, истории, известные земляки**

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность.

Экономика и культура края, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие. История своего населенного пункта.

### ***Практические занятия***

Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.

### **3.2 Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи**

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи. Экскурсии на предприятия, на стройки, в учреждения и организации. Сбор сведений об истории края в архивах, военкоматах, общественных организациях.

### ***Практические занятия***

Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

### **3.3 Изучение района путешествия**

Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода, посещение музеев и т.п. Подготовка докладов о районе похода: по истории, климату, рельефу, флоре, фауне и т.д.

### ***Практические занятия***

Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

### **3.4 Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры**

Краеведческая работа – один из видов общественно-полезной деятельности.

Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий. Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск.

Простейшие приборы для краеведческой и исследовательской работы.

Работа в музеях, архивах, библиотеках.

Законодательство по охране природы. Природоохранительная деятельность туристов. Охрана памятников истории и культуры.

Работа среди местного населения: оказания помощи одиноким и престарелым, организация концертов и встреч.

### ***Практические занятия***

Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы.

## **IV. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.**

### **4.1 Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний**

Понятие о гигиене: гигиена физических упражнений и спорта, ее значение и основные задачи. Гигиенические основы режима труда, отдыха и занятий физической культурой и спортом. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена обуви и одежды. Общая гигиеническая характеристика тренировок, походов и путешествий.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом, гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, солнцем, водой.

Систематические занятия физическими упражнениями как важное условие укрепления здоровья, развития физических способностей и достижения высоких спортивных результатов.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

### ***Практические занятия***

Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

### **4.2 Походная медицинская аптечка**

Составление медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Назначение и дозировка препаратов: ампульные, таблеточные, порошковые, линименты, смазки. Различия в принципе действия. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Перечень и назначение, показания и противопоказания применения лекарственных препаратов. Новейшие фармакологические препараты.

Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые в зависимости от хронических заболеваний.

### ***Практические занятия***

Формирование походной медицинской аптечки.

#### **4.3 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи**

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма. Работа с группой по развитию самоконтроля и усвоению гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

### ***Практические занятия***

Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи).

#### **4.4 Приемы транспортировки пострадавшего**

Зависимость способа транспортировки и переноски пострадавшего от характера и места повреждения, его состояния, от количества оказывающих помощь. Транспортировка на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-пеленках, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуши из лыж.

Способы иммобилизации и переноски пострадавшего при травмах различной локализации.

### ***Практические занятия***

Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

## **V. Общая и специальная физическая подготовка**

### **5.1 Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений**

Краткие сведения о строении человеческого организма (органы и системы). Костно-связочный аппарат. Мышцы, их строение и взаимодействие. Основные сведения о строении внутренних органов.

Кровеносная система. Сердце и сосуды. Дыхание и газообмен.

Органы пищеварения и обмен веществ. Нервная система – центральная и периферическая.

Влияние различных физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособности.

Совершенствование функций органов дыхания и кровообращения под воздействием занятий спортом.

## **5.2 Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках**

Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля при занятиях спортом. Объективные данные: вес, динамометрия, спирометрия. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, настроение. Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

### ***Практические занятия***

Прохождение врачебного контроля. Ведение дневника самоконтроля.

## **5.3. Общая физическая подготовка.**

Основная задача общей физической подготовки – развитие и совершенствование физических, моральных и волевых качеств туристов.

Всесторонняя физическая подготовка – основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой. Характеристика средств физической подготовки, применяемых на различных этапах обучения. Ежедневные индивидуальные занятия членов группы.

### ***Практические занятия***

Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для туловища, для ног. Упражнения со сопротивлением. Упражнения со скакалкой, гантелями. Элементы акробатики.

## **1.6. Планируемые результаты**

**Планируем результаты по окончании первого года обучения.**

Личностные (формирование коммуникативных компетенций):

- Формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру.
- Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- Сформирована способность учащихся к саморазвитию.
- Сформирована коммуникативная компетенция в сотрудничестве со сверстниками в процессе общественно - полезной деятельности.

Метапредметные (формирование учебно-познавательных компетенций):

- Сформировано умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи.
- Технически правильно выполнять действия из базовых видов туризма, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные (формирование общекультурных и учебно-познавательных компетенций):

- Формирование первоначальных представлений о значении туризма для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о его позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- Владение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры...);
- Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- Выполнение технических действий из базовых видов туризма.

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий**

### **2.1 Условия реализации программы.**

## Учебно-тематический план первого года обучения

№	Наименование темы	Количество часов			Дата проведения	
		Всего	Теория	Практика	По плану	По факту
	Туристские путешествия, история развития туризма.					
	Воспитательная роль туризма.					
	Личное и групповое туристское снаряжение					
	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.					
	Подготовка к походу, путешествию.					
	Питание в туристском походе.					
	Правила движения в походе, преодоление препятствий. Работа с узлами и карабинами.					
	Техника безопасности при проведении туристических походов, занятий.					
	Подведение итогов туристского похода.					
	Узлы. Работа с карабинами на переправах					
	<b><i>Топография и ориентирование.</i></b>					
	Понятие о топографической и спортивной карте.					
	Условные знаки.					
	Ориентирование по горизонту, азимут.					
	Компас. Работа с компасом.					
	Измерение расстояний.					
	Способы ориентирования.					
	Ориентирование по местным признакам. Действия в случае потери ориентировки.					
	<b><i>Краеведение.</i></b>					
	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки,					

	<b>Основы гигиены и первая доврачебная помощь</b>					
	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.					
	Походная медицинская аптечка.					
	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.					
	Приемы транспортировки пострадавшего.					
	Общая физическая подготовка.					
	<b>Итого за период обучения:</b>					

### Учебно-тематический план второго года обучения

№	Наименование темы	Количество часов	Дата проведения
---	-------------------	------------------	-----------------

		Всего	Теория	Практика	По плану	По факту
	Туристские должности в группе					
	Техника и тактика в туристском походе					
	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях					
	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе					
	Действие группы в аварийных ситуациях					
	Подведение итогов туристского путешествия					
	<b><i>Топография и ориентирование основа специальной подготовки туриста</i></b>					
	Обязанности туриста					
	Земля и карта					
	Работа с компасом					
	Соревнования по ориентированию					
	Итого					
	<b><i>Краеведение.</i></b>					
	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи					
	Изучение района путешествия					
	<b><i>Общая и специальная физическая подготовка</i></b>					
	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии на него физических упражнений					
	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение					



	спортивных травм на тренировках					
	Общая физическая подготовка					
	Специальная физическая подготовка					

## 2.2. Календарный учебный график

Год обучения, № группы	Срок учебного года (продолжительность обучения)	Кол-во занятий в неделю, продолжительность занятия (мин)	Промежуточная аттестация	Итоговая аттестация	Кол-во академ. часов
год, группа №1	с 15 сентября 2022г. по 31 мая 2023г. (36 уч.нед.)	2 занятия по 90 мин.			4 ч. в неделю, 144 ч. в год
2 год, группа №2	с 15 сентября 2022г. по 31 мая 2023г. (36 уч.нед.)	2 занятия по 90 мин.			4 ч. в неделю, 144 ч. в год

## 2.4. Методическое обеспечение программы

Для проведения теоретических занятий по программе учреждением МБУДО «Дом творчества» предоставлен учебный кабинет (требования к площади кабинета определены в СанПиН), оборудованный мебелью – столами, стульями по количеству обучающихся в группе. Учебный кабинет также используется для проведения практических занятий разделов «Топография», «Основы краеведения», «Личная гигиена и первая помощь», «Проектная деятельность» ряд практических занятий разделов «Ориентирование», «Туристско-бытовые навыки».

Практические занятия разделов «Спортивный туризм» и «Общая и специальная физическая подготовка» проводятся в спортивном зале или на открытом воздухе (школьном дворе, стадионе, в лесопарковой зоне) - в зависимости от сезона и погодных условий.

## 2.4. Информационное обеспечение

Информационное обеспечение реализуется через участие в интернет - конкурсах, размещение информации о деятельности туристического объединения «Азимут» на сайте МБУДО Дом творчества детей и молодежи Усть-Джегутинского муниципального района», также использование на занятиях презентаций и видеопособий.

## 2.5. Материально-техническая база

Программа кружка предполагает наличие у группы необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного (хозяйственного, медаптечки и пр.), обзорные карты края; обвязки универсальные, карабины, спусковые устройства, веревки 6, 10 мм., жумары, каски, палатки, спальники, карематы, верхонки брезентовые, перчатки, котелки, костровое оборудование, компасы, планшеты, тенты, аптечка.

Заниматься в группе могут, конечно, только хорошо физически развитые мальчики и девочки, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям туризмом. Поэтому, ведя запись желающих заниматься пешеходным туризмом, необходимо проконсультироваться с врачом, а в иных случаях и с родителями по вопросу допуска учащихся к походам и получить на каждого ученика медицинскую справку — разрешение заниматься туризмом. Нужно также получить письменное согласие родителей на посещение ребенком занятий группы и его участие во всех походах.

Ни в коем случае не следует отказывать в приеме в группу тем ребятам, которые, в школе и дома не отличаются образцовой дисциплиной и послушанием. Хорошо известно, что труд и туризм, как никакое другое увлекательное, для ребят дело, способны радикально ломать, перестраивать характеры;

## **2.7. План повышения профессионального уровня педагога**

1. Изучить авторские и модифицированные программы и пособия туристско-краеведческого профиля
2. Знакомиться с новыми педагогическими технологиями через предметные издания и Интернет, участия в вебинарах
3. Систематически повышать квалификацию на курсах для педагогов.
4. Совершенствовать знания современного содержания образования воспитанников.
5. Знакомиться с новыми формами, методами и приёмами обучения.
6. Принимать активное участие в работе районного и городского МО.
7. Принимать участие в научно-практических конференциях, конкурсах творческих работ.
8. Изучать опыт работы лучших педагогов в т.ч. через Интернет
9. Периодически проводить самоанализ профессиональной деятельности.
10. Посещать открытые занятия коллег по работе.
11. Участвовать в городских МО «Инновационные технологии в развитии творческого потенциала обучающихся в объединениях туристско-краеведческого направления»
14. Изучать ИКТ и внедрять их в учебный процесс.
15. Обзор в Интернете информации по педагогике и психологии.

## **2.8. Оценочные материалы.**

Основными формами предъявления и оценки результатов являются: зачеты, практические задания участие в соревнованиях, конкурсах по спортивному ориентированию; участие в районной краеведческой конференции и массовых туристских мероприятиях районного и регионального уровня. походы (подготовка и проведение; конкурс отчетов).

## 2.9. Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Сроки	Место проведения	Ответственные
1	Игровая программа для обучающихся «Давайте знакомиться»	Сентябрь	МБОУ «СОШ №3 г.Усть-Джегута»	Данаев М.Т.
2	Экологический десант	Октябрь	МБОУ «СОШ №3 г.Усть-Джегута»	Данаев М.Т.
3	Республиканские соревнования «Школа безопасности»	Октябрь	МБУДО «Дом творчества»	Данаев М.Т.
4	Соревнования	Апрель	МБОУ «СОШ №3 г.Усть-Джегута»	Данаев М.Т.
5	Экскурсия по местам боевой трудовой славы Усть-Джегутинского района	Май	МБУДО «Дом творчества»	Данаев М.Т.

## Взаимодействие педагога с родителями

№ п/п	Формы взаимодействия	Тема	Сроки
1	Родительские собрания	«Коллектив «Азимут приглашает в гости». Роль дополнительного образования в формировании личности ребенка»	08.09.2021
2	Совместные мероприятия	Совместные походы	Октябрь 2021г., Апрель 2022г.
3	Родительское собрание	«Новые высоты наших детей»	15.01.2022
4	Родительское собрание	«Летний активный отдых детей»	Май2022
	Анкетирование родителей	Удовлетворенность занятиями ДО	Май.2022

## 2.10. Планируемые результаты деятельности педагога:

- Снижение уровня детской заболеваемости.
- Повышение показателей развития физических качеств и уровня физической подготовленности.
- Полученные детьми знания о туризме и природе родного края позволяют найти способы укрепления и сохранения здоровья; развивать искреннее чувство любви к родным местам.
- Повышение заинтересованности воспитанников, родителей в формировании здорового образа жизни; приобщение к физической культуре и туризму.
- **Личностные (формирование коммуникативных компетенций):** - Формирование позитивного отношения к себе и окружающему миру. - Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни; - Сформирована способность учащихся к саморазвитию. - Сформирована коммуникативная компетенция в сотрудничестве со сверстниками в процессе общественно - полезной деятельности. **Метапредметные (формирование учебно-познавательных компетенций):** - Сформировано умение самостоятельно определять цели, ставить и формулировать для себя новые задачи. - Технически правильно выполнять действия из базовых видов туризма, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. **Предметные (формирование общекультурных и учебно-познавательных компетенций):** - Формирование первоначальных представлений о значении туризма для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о его позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации; - Владение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры...); - Взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований; - Выполнение технических действий из базовых видов туризма

## Список литературы для педагога

1. Авдусин Д.А. Основы археологии. – М.: Высшая школа, 1989.
2. Аксельрод В.И. Алгоритм подготовки юных исследователей-краеведов (из опыта работы Санкт-Петербургского историко-краеведческого научного общества учащихся) // Российский вестник детско-юношеского туризма и краеведения. - № 4. – 2002. – С. 27-32.
3. Аппенянский А.И., Физическая тренировка в туризме. – М.,1989
4. Афанасьев В.Г. Новые подходы к краеведению в современной школе / Современные проблемы школьного краеведения [Тезисы докладов и выступлений на Всероссийской научно-практической конференции в г. Калуге (25-28 октября 1994 г.)]. – М., 1995. – С. 19-22.
5. Бардин К.В. Азбука туризма. Пособие для учителей, руководителей туристских походов со школьниками. Изд. 2, исправленное и дополненное. – М.: «ПРОСВЕЩЕНИЕ», 1981г.
6. Баркалов В.Ю. Флора Курильских островов. – Владивосток: Дальнаука, 2009. – 468 с.
7. Баркалов В.Ю., Таран А.А. Список видов сосудистых растений острова Сахалин // Растительный и животный мир острова Сахалин (Материалы международного сахалинского проекта). - Владивосток: Дальнаука, 2004. - С. 37-66.
8. Браславец К.М. История в названиях на карте Сахалинской области. – Южно-Сахалинск, 1983. – 144 с. Бубнов В.Г., Основы медицинских знаний.- М., 1999
9. Гальцев-Безюк С.Д. Топонимический словарь Сахалинской области. – Южно-Сахалинск: Дальневосточное книжное издательство, 1992. – 218 с.
10. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. В поход с классом: Пособие для классного руководителя. – М.,: ТЦ Сфера, 2004.
11. Козлова Ю.В., Ярошенко В.В. Туристский клуб школьников: Пособие для руководителя. - М.: ТЦ Сфера, 2004.
12. Лесогор Н.А., Толстой Л.А., Толстая В.В. Питание туристов в походе. М., «Пищевая промышленность», 1980.
13. Садикова Н.Б Школа выживания – Минск 2005
14. Тыкул В.И. «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.
15. Естественная история Сахалина и Курильских островов. Коренные народы / Сост. Т.П. Роон. – Южно-Сахалинск: Государственное бюджетное учреждение культуры «Сахалинский областной краеведческий музей», 2010. – 67 с.
16. Естественная история Сахалина и Курильских островов. Насекомые / Авторы-составители Клитин А.К., Вертянкин А.В. – Южно-Сахалинск: Государственное бюджетное учреждение культуры «Сахалинский областной краеведческий музей», 2011. – 196 с.
17. Верёвочный курс: из опыта работы ЦДЮТ (методические рекомендации) / Сост. Н.Б. Михеев. – Южно-Сахалинск, 2001. – 6 с.
18. География Сахалинской области: учебное пособие / под ред. Н.Л. Литенко. – Южно-Сахалинск. 1992. – 161 с.

19. Уроки ориентирования: Методические рек. в помощь рук. кружков и секций спорт. ориентирования./ Сост. Ф.С. Уховский. М., 1996.
20. Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов выходного дня / Сост. К.Н. Елисеева. – Южно-Сахалинск, 2016. – 24 с.
21. Основы безопасности в пешем походе. – М., 1983
22. Программы для системы дополнительного образования детей. Туризм и краеведение/ Общая редакция – Константинов Ю.С. – М.: ФЦДЮТиК, 2014. URL: <http://turcentrf.ru/>
23. Сборник материалов по организации туристской и краеведческой работы для вожатых общеобразовательных учреждений. - М.: МГДД (Ю)Т, 2010
24. Учебное пособие «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» Самойленко А.А. Краснодар, 2011.

### **Список литературы для обучающихся и родителей**

1. Александров Н.В. Приключения Люськи (учебные рассказы по правилам безопасности в походе) URL: <http://nkosterev.narod.ru/>
2. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М., 1985.
3. Антропов К., Расторгуев М., Узлы. – М., 1994
4. Борисов В.И. Занимательное краеведение. Краснодар, Кн. изд., 1969
5. Занимательное краеведение. Животные Сахалина. Сахалинская областная детская библиотека. URL: <http://sakhodb.ru/>
6. Занимательное краеведение. Растения Сахалина. Сахалинская областная детская библиотека. URL: <http://sakhodb.ru/>
7. Константинов Ю.С. «Туристская игротека». - М.: Владос, 2000г
8. Куприн А.М. Занимательно об ориентировании. М., «Толк», 1996.
9. Фесенко Б.И. Книга молодого ориентировщика. М., 1997.
10. Энциклопедия туриста. – М., 1993