

Краевое государственное бюджетное учреждение дополнительного образования «Алтайский краевой центр детского отдыха, туризма и краеведения «Алтай»

УТВЕРЖДАЮ
директор КГБУ ДО
«АКЦДОТиК «Алтай»

Н. В. Молчанова

« ____ » _____ 2020 г.

КРАТКОСРОЧНАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА ПРОФИЛЬНОГО ЛАГЕРЯ
«К ТУРМАСТЕРСТВУ»

Возраст обучающихся: от 8 до 17 лет;

Срок реализации: 7 дней

Автор составитель:

Красоткина Дарья Николаевна,
старший методист

Барнаул
2020 г.

Паспорт образовательной программы

Название программы	Краткосрочная дополнительная образовательная (общеразвивающая) программа профильного лагеря «К ТУРМАСТЕРСТВУ»
Учреждение, реализующее программу	КГБУ ДО «Алтайский краевой центр детского отдыха, туризма и краеведения «Алтай»; Адрес: 656008, Алтайский край, г. Барнаул, ул. Гоголя, 183
Автор составитель программы	Красоткина Дарья Николаевна, старший методист
Аннотация	Краткосрочная дополнительная образовательная (общеразвивающая) программа «К ТУРМАСТЕКРСТВУ» призвана помочь учащимся расширить свой кругозор, развить умение работать в коллективе и проявить такие личные качества, как ответственность, дисциплинированность, творческий подход к делу. Отличительной особенностью данной программы является тот факт, что в рамках одной программы, учащиеся получают возможность приобрести базовые туристские навыки и повысить свое образование в области краеведения. Разработана для реализации в детских оздоровительных лагерях
Год разработки программы	2020
Кем и когда утверждена программа	Приказом директора КГБУ ДО «АКЦДОТиК «Алтай» № ____ от «__» _____ 2020
Программа принята к реализации	2020
Направленность программы	туристско-краеведческая
Направление (вид) деятельности	активный туризм, походы, путешествия
Вид программы	модифицированная
Охват детей по возрастам	8-17 лет
Срок реализации программы	7 дней

Содержание

1. Пояснительная записка	4
2. Условия реализации программы	15
3. Методическое обеспечение программы	17
4. Список литературы	18
5. Приложения	19

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Актуальность.

В современных условиях необходимо осуществлять воспитание принципиально нового типа личности, способной к инновациям, к управлению собственными жизнью и деятельностью, делами общества, готовые рассчитывать на собственные силы. В формировании такой гражданской личности, сочетающей в себе развитую нравственную, правовую и политическую культуру, ощутимый вклад должны внести и объединения туристско-краеведческого профиля, поскольку такая работа является самым комплексным видом воспитания, и в тоже время самым действенным в силу своей демократичности и гуманности, активно способствующей социализации личности.

Туристско-краеведческая деятельность способствует воспитанию и гражданскому становлению ребенка, позволяет не только выявить определенные склонности обучающихся, но и дать импульс для дальнейшего развития, т.к. очень важно увлечь каким-либо делом человека с детства, распознать и развить наклонности ребенка – заложить основу для того, чтобы он стал успешным человеком. Данная программа способствует формированию у обучающихся личностно-значимых ценностных ориентиров, воспитанию гражданственности и патриотизма, расширению знаний и представлений об историческом прошлом нашей Родины.

Занятия по данной образовательной программе помогут учащимся расширить свой кругозор, развить умение работать в коллективе и проявить такие личные качества, как ответственность, дисциплинированность, творческий подход к делу. Отличительной особенностью данной программы является тот факт, что в рамках одной программы, учащиеся получают возможность приобрести базовые туристские навыки и повысить свое образование в области краеведения.

2. Новизна.

Отличительная особенность программы заключается в том, что она обобщает и распространяет гуманитарные знания, полученные обучающимися в рамках школьной программы, с учетом инновационных подходов к изучению истории, географии, краеведения, экологии и туризма, включая непосредственное посещение природных и исторических объектов. Немаловажную роль играет то, что место реализации программы организовано в экологически чистых предгорьях Алтая. Сочетание благоприятных факторов позволяет рассматривать Алтайский край как природный полигон для развития у обучающихся образовательной и исследовательской деятельности, экологической культуры, историко-краеведческих знаний, туристских навыков.

Образовательная программа краевого профильного лагеря «К турмастерству» разработана и реализуется в соответствии с нормативно-правовыми документами и актами, регламентирующими реализацию дополнительных общеразвивающих программ, а именно:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 № 273-ФЗ;

2. Федеральный закон от 28 декабря 2016 г. № 465-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части совершенствования государственного регулирования организации отдыха и оздоровления детей»;

3. Указ Президента Российской Федерации от 07.05.2018 № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024 года»;

4. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 года № 996-р);

5. Концепция развития дополнительного образования детей в Российской Федерации (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 № 1726-р);

6. Приказ Министерства просвещения РФ от 9 ноября 2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

7. СанПиН 2.4.4.3155-13 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы стационарных организаций отдыха и оздоровления детей" (утв. постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 27 декабря 2013 г. N 73);

8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 4 июля 2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей»;

9. Постановление Правительства Российской Федерации от 17 декабря 2013 г. № 1177 "Об утверждении Правил организованной перевозки группы детей автобусами";

10. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 № 09-3242 «Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;

11. Распоряжение Правительства РФ от 22 марта 2017 г. № 520-р «Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 года»;

12. Распоряжение Министерства просвещения Российской Федерации от 28 ноября 2019 года Р-121 «Об утверждении ведомственной целевой программы «Развитие сферы отдыха и оздоровления детей»;

13. Национальный стандарт Российской Федерации ГОСТ Р52887-2007 «Услуги детям в учреждениях отдыха и оздоровления», утвержденный приказом Ростехрегулирования от 27 декабря 2007г. № 565-СТ;

14. Приказ Минтруда России от 08 сентября 2015г. №613н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;

15. Приказ Минтруда России от 25 декабря 2018 года №840н «Об утверждении профессионального стандарта «Специалист, участвующий в организации деятельности детского коллектива (вожатый)»;

16. Приказ Минобрнауки России от 13 июля 2017г. № 656 «Об утверждении примерных положений об организациях отдыха детей и из оздоровления»;

17. Постановление Администрации Алтайского края от 20.12.2013 № 670 «Об утверждении государственной программы Алтайского края «Развитие образования и молодежной политики в Алтайском крае» на 2014 – 2020 годы;

18. Устав КГБУ ДО «Алтайский краевой центр детского отдыха, туризма и краеведения «Алтай» и другие локальные акты центра.

3. Цель:

создание оптимальных условий для развития и самореализации школьников, формирования позитивных жизненных ценностей в процессе туристкой деятельности. Создание условий для развития личности, воспитание нравственных чувств, совершенствование интеллектуального, духовного и физического развития, способствование приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Задачи:

- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию;
- создание условий для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;

- развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- повышение технического и тактического мастерства участников туристских соревнований и туристско-краеведческих мероприятий;
- формирование бережного отношения к природе.

Особое внимание уделено вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, при проведении каждого занятия, тренировки.

4. Возраст участников программы.

Программа рассчитана на учащихся 8-17 лет.

5. Сроки реализации программы.

Программа рассчитана на 7 дней.

Образовательная часть состоит из шести модулей:

- 1) Правила поведения туристов и техника безопасности;
- 2) Личное и групповое снаряжение туриста;
- 3) Техничко – тактическая подготовка преодоления естественных и искусственных препятствий;
- 4) Основные приемы оказания первой доврачебной помощи;
- 5) Основы ориентирования на местности;
- 6) Краеведение.

В рамках программы проводятся развлекательные мероприятия, экскурсии и радиальные выходы.

6. Режим занятий:

ежедневно проводится 4 занятия по 45 мин. в соответствии с СанПиНом. Также проводятся радиальные выходы и экскурсии на местности - до 3 часов.

7. Результаты программы.

Критерии	Показатели/индикаторы	Методы проведения итоговой диагностики /оценочный инструментарий
Степень достижения заявленных в программе	1. 100 % участников знают правила поведения туристов	Опрос.

результатов	и технику безопасности 2. 90 - 100 % участников, обучавшихся по программе, знают материал, полученный на экскурсиях. 3. 90 % - 100% участников прошли дистанцию, содержащую естественные и искусственные препятствия, требующую их преодоления с использованием технических, физических приемов и способов, без нарушения правил и в минимально возможное время.	Викторина. Спортивные соревнования.
Степень удовлетворенности детей участием в программе	Не менее 95% детей	Опрос.
Качество организуемой деятельности	Качество реализации запланированных в программе мероприятий.	Экспертная оценка.

8. Критерии и способы оценки реализации программы.

В результате реализации программы «К ТУРМАСТЕРСТВУ» учащийся должен **знать:**

- виды узлов;
- виды костров;
- разновидности туристского снаряжения;
- правила прохождения этапов на туристских соревнованиях;
- меры безопасности во время участия в походах, соревнованиях;
- стороны горизонта.

уметь:

- использовать страховочную систему;
- вязать узлы;
- маркировка веревок;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия, лично преодолевать этапы: спуск, подъем по склону, траверс склона, переправу по бревну, навесная переправа, переправа по верёвке с перилами, маятниковую переправу, заболоченный участок;
- подбирать личное и групповое снаряжение для похода;

- пользоваться туристским снаряжением;
- разжигать костры;
- ставить палатки;
- укладывать рюкзак;
- упаковывать и транспортировать продукты, составлять меню;
- ориентироваться по природным признакам, различать условные знаки спортивных и топографических карт, измерять расстояние шагами, работать с компасом.

В рамках программы учащийся **развивает:**

- физические навыки;
- целеустремленность;
- настойчивость и инициативу;
- чувство бережного отношения к природе и соблюдения экологических требований
- ответственность.

По первому модулю программы проводится устный опрос для определения степени усвоения пройденного материала.

Подведение итогов программы по второму, третьему, четвертому и пятому модулям осуществляется во время проведения соревнований в конце срока реализации программы. Целью соревнований является прохождение спортсменами без нарушения правил и в минимально возможное время дистанции, содержащей как естественные, так и искусственные препятствия, требующей их преодоления с использованием технических, физических приемов и способов. Основными задачами соревнований являются отработка и совершенствование технических и тактических приемов при преодолении препятствий. Прохождение дистанции осуществляется с использованием специального туристского снаряжения, облегчающего и ускоряющего передвижение, обеспечивающего безопасность и выполнение технических и тактических задач. Успешное освоение образовательных модулей позволит участникам пройти все этапы соревнования без снятий с дистанции.

По шестому модулю программы проводится викторина в форме игры для определения степени усвоения пройденного материала.

Каждый участник получает сертификат участия. Команды – победители и призеры в каждой возрастной группе по итогам соревнований награждаются дипломами.

9. Учебный план образовательной программы

Учебно-тематический план

№	Наименование темы	Всего часов	Теория	Практика	Форма контроля
1	Правила поведения туристов и техника безопасности	3	2	1	Устный опрос
1.1	Правила поведения в лагере	1	1	-	
1.2	Техника безопасности в походе	2	1	1	
2	Личное и групповое снаряжение туриста	4	1,5	2,5	Соревнования
2.1	Понятие о личном снаряжении	1	0,5	0,5	
2.2	Специальное туристское снаряжение	2	0,5	1,5	
2.3	Понятие о групповом снаряжении	1	0,5	0,5	
3	Технико – тактическая подготовка преодоления естественных и искусственных препятствий	9	-	9	Соревнования
3.1	Работа с веревками	2	-	2	
3.2	Узлы	2	-	2	
3.3	Преодоления естественных и искусственных препятствий	5	-	5	
4	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	2	1	1	Соревнования
5	Основы ориентирования на местности	3	1	2	Соревнования
5.1	Краткие сведения о спортивном ориентировании	1	1	-	
5.2	Тактика ориентирования	1	1	-	
5.3	Техника ориентирования	1	-	1	
6	Краеведение	3	-	3	Викторина
6.1	Экскурсии	2	-	2	
6.2	Викторина	1	-	1	
	Итого:	24	5,5	18,5	

Содержание учебного плана

1. Правила поведения туристов и техника безопасности.

1.1 Правила поведения в лагере.

Теория: Соблюдение правил поведения - основа безопасности. Правила поведения и соблюдение техники безопасности на занятиях в учебном классе, в столовой, в душе, на спортивной площадке.

1.2 Техника безопасности в походе.

Теория: Техника безопасности при проведении туристских походов. Охрана природы. Соблюдение правил дорожного движения; поведения при переездах группы на транспорте; пожарной безопасности; поведения вблизи водоемов. Требования техники безопасности при работе с личным и групповым снаряжением. Меры личной безопасности в нестандартных ситуациях.

Практические занятия: Формирование практических умений и навыков, соблюдение техники безопасности на занятиях по туристскому многоборью, ориентированию, в походе. Отработка навыков действий участников в нестандартных ситуациях.

2. Личное и групповое снаряжение туриста.

2.1 Понятие о личном снаряжении

Теория: Понятие о личном снаряжении: для занятий туристской техникой, спортивным ориентированием, для подготовки и участия в одно-трехдневном походе. Требования к снаряжению и правила его эксплуатации.

Практические занятия: Формирование умений и навыков работы с личным снаряжением.

2.2 Специальное туристское снаряжение

Теория: Специальное туристское снаряжение для занятий техникой туризма. Перечень личного снаряжения: спортивная форма, страховочные системы (грудная обвязка, беседка), их виды, устройство и требования к ним; карабины, петли самостраховки, петля из репшнура диаметром 6 мм (прурик самостраховки), рукавицы, альпеншток, каска. Виды карабинов: без муфты, с закручивающейся муфтой, с автоматической и полуавтоматической закручивающейся муфтой. Снаряжение для занятий ориентированием (в летний период): компас, планшет, одежда, обувь. Правила их эксплуатации и хранения.

Практические занятия: Надевание и снятие страховочных систем, размещение карабинов, страховочных рукавиц, прусика самостраховки на системе участника. Подбор специального снаряжения для летнего периода: проверка комплектности и исправности снаряжения, транспортировка и подготовка к занятиям и соревнованиям. Изготовление, совершенствование, эксплуатация, ремонт и хранение личного снаряжения.

2.3 Понятие о групповом снаряжении

Теория: Понятие о групповом снаряжении, требования к нему. Перечень командного снаряжения: веревки, рюкзаки, палатка, хозяйственный набор. Правила их эксплуатации. Типы рюкзаков: спортивные (беговые), походные; их назначение, преимущества и недостатки. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки.

Практические занятия: Укладка рюкзака. Установка и снятие палатки. Эксплуатация, ремонт и хранение группового снаряжения.

3. Техника – тактическая подготовка преодоления естественных и искусственных препятствий.

3.1 Работа с веревками.

Практические занятия: Типы и функции веревок: динамические (для организации страховки и сопровождения), статические (для наведения перил). Маркировка веревок. Наведение страховочных перил.

3.2 Узлы.

Практические занятия: Изучение техники вязания узлов: «проводник одним концом», «восьмерка проводник», «прямой», «встречный», «схватывающий». Спортивное и прикладное значение узлов.

3.3. Преодоления естественных и искусственных препятствий.

Практические занятия: Естественные и искусственные препятствия. Освоение техники прохождения (преодоления) различных этапов. Знакомство с понятием «самостраховка». Понятия «дистанция», «технический этап», «прохождение этапа», «время работы на этапе», «контрольное время работы на этапе», «рабочая зона этапа». Технические этапы дистанций 1-го, 2-го классов:

характеристика и параметры этапов, способы их прохождения. Отработка умений и навыков прохождения этапов, дистанций. Отработка и совершенствование техники движения рук и ног, положения тела при преодолении этапов:

без специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами (параллельная переправа); подъем и спуск по склону по перилам; маятник; преодоление заболоченного участка по кочкам; переправа по заранее уложенному бревну;

с использованием специального туристского снаряжения: переправа по веревке с перилами (параллельная переправа) с самостраховкой; подъем и спуск по склону с самостраховкой по перилам, наведенным судьями; траверс; подъем - траверс - спуск с самостраховкой по перилам, наведенным судьями; переправа по заранее уложенному бревну на самостраховке с использованием перил, наведенных судьями.

4. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Теория: Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Тепловой и солнечный удары, ожоги. Помощь утопающему. Простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления.

Практические занятия: Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему (определение травмы, заболевания, практическое оказание помощи).

5. Основы ориентирования на местности.

5.1 Краткие сведения о спортивном ориентировании.

Теория: Ориентирование - средство физического развития, оздоровления, закаливания. Ориентирование в программе туристских соревнований.

5.2 Тактика ориентирования.

Теория: Понятие о тактике ориентирования: выбор тактических приемов для прохождения конкретных участков дистанции. Взаимосвязь тактики и техники. Значение тактики для достижения результата.

5.3 Техника ориентирования.

Практические занятия: Отработка приемов работы с компасом. Ориентирование карты по компасу, упражнения на засечки, определение азимута на заданный предмет.

6. Краеведение.

6.1 Экскурсии.

Практические занятия: Экскурсии в музеи, посещение экскурсионных объектов. Работа со справочным материалом. Встречи с интересными людьми.

6.1 Викторина.

Практические занятия: Игра в виде викторины, на основе материала, который учащиеся узнали во время экскурсий в музеи и посещения экскурсионных объектов.

10. Формы подведения итогов реализации программы

По первому модулю программы проводится устный опрос для определения степени усвоения пройденного материала. Примерный список вопросов указан в приложении.

Подведение итогов программы по второму, третьему, четвертому и пятому модулям осуществляется во время проведения соревнований в конце срока реализации программы. Целью соревнований является прохождение спортсменами без нарушения правил и в минимально возможное время дистанции, содержащей как естественные, так и искусственные препятствия, требующей их преодоления с использованием технических, физических приемов и способов. Основными задачами соревнований являются отработка и совершенствование технических и тактических приемов при преодолении препятствий. Прохождение дистанции осуществляется с использованием специального туристского снаряжения, облегчающего и ускоряющего передвижение, обеспечивающего безопасность и выполнение технических и тактических задач. Успешное освоение образовательных модулей позволит участникам пройти все этапы соревнования без снятий с дистанции. Условия соревнований указаны в приложении.

По шестому модулю программы проводится викторина в форме игры для определения степени усвоения пройденного материала. Список вопросов для викторины указан в приложении.

Каждый участник получает сертификат участия. Команды – победители и призеры в каждой возрастной группе по итогам соревнований награждаются дипломами.

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Кадровое обеспечение:

- руководитель программы – 1 чел.;
- медицинский работник – 1 чел.;
- педагоги дополнительного образования, работающие по туристско-краеведческим и физкультурно-спортивным направлениям – 5 чел.;
- инструктора детско-юношеского туризма для радиальных выходов и экскурсий – 2 чел.;
- специалист для проведения развлекательных мероприятий – 1 чел.;
- ответственный за аудио- и видеоаппаратуру – 1 чел.

2. Материально-техническое обеспечение:

- аудитория для теоретических занятий;
- спортзал для практических занятий;
- территория, приспособленная для занятий на местности (с возможностью организации этапов для практической работы с веревками);
- актовый зал со сценой или • открытая площадка на свежем воздухе с навесом и с посадочными местами, а также в наличие 2-е розетки для проведения мероприятий;
- костровая площадка с посадочными местами для всех участников программы, с возможностью разжигания костра;

- штабное помещение для сбора педагогического состава, оборудованный оргтехникой, закрывающийся на ключ, с круглосуточным доступом;

- музыкальное сопровождение;
- спортивный инвентарь (мячи);
- туристский инвентарь и снаряжение

Маркировочная лента	4 шт
Футбольный мяч	5 шт
Волейбольный мяч	5 шт
Хоз. Перчатки х\б	50 пар
Веревка статическая (диаметр 10 мм)	150 м
Репшнур (веревка) диаметр 6 мм	100 м
Карабин альпинистский стальной: с поворотной самозакрывающейся муфтой, блокирующей самопроизвольное открывание защёлки карабина. Карабины должны соответствовать п.п. 4.2 – 4.4 ГОСТ Р EN 362-2008	30 шт
Индивидуальная страховочная система для спортивного туризма, альпинизма или скалолазания	10 шт
Фрикционное спусковое устройство восьмерка из стали или алюминиевого сплава. Внутренний диаметр не более 85 мм	10 шт
Ручной зажим типа "Жумар" по п. 4.3 ГОСТ EN 12841-2014	10 шт
Каска для спортивного туризма, альпинизма или скалолазания	16 шт
Блок ролик для использования в системе полиспастов при натяжении навесной переправы, для проведения спасательных работ	10 шт
Карематы	20 шт
Рюкзак не менее 40 л	10 шт
Компас Московский жидкостный с платой (площадкой)	10 шт
Конусы	20 шт
Бинт эластичный	8 шт
Бинт простой узкий	3 шт
Бинт простой широкий	3 шт

- оргтехника

Ноутбук	1 шт
Принтер черно-белый лазерный	1 шт
Принтер цветной	1 шт
Много функциональное устройство	1 шт
Ламинатор	1 шт
Сетевой фильтр на 5 розеток 10 м	1 шт

- наградной и сувенирный материал

Сертификаты	80 шт
-------------	-------

Благодарности	20 шт
Дипломы (грамоты)	50 шт
Блокнот	20 шт
Шоколадки	50 шт
Конфеты	5 кг
Чупа-чупс	100 шт
Сувениры – 32 GB (флешки)	50 шт

- канцелярские товары

Бумага для принтера А4	4 пачки
Шариковые ручки	15 шт
Папка-конверт с кнопкой	15 шт
Блок для записей	2 шт
Клей	10 шт
Ножницы	12 шт
Кнопки силовые	2 шт
Скобы для степлера (№ 10, 12,24);	3 шт
Скотч узкий	4 шт
Скотч прозрачный широкий	6 шт
Скотч красный широкий	2 шт
Двухсторонний скотч	2 шт
Набор цветной бумаги	15 шт
Самоклеющаяся бумага А4 (разные цвета)	60 шт
Набор цветных карандашей	15 шт
Набор фломастеров	15 шт
Ватман	20 шт
Мультифоры	1 уп
Листы для ламинирования	50 шт
Набор красок гуашь 12 цветов	10 шт
Набор кистей для красок	10 шт

3. Информационное обеспечение:

- интернет-ресурсы.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Стандартный методический комплекс, используемый в процессе реализации настоящей программы, включает в себя:

- нормативные документы, определяющие формы туристско-краеведческой и физкультурно-спортивной деятельности учащихся;
- наглядные пособия;
- учебные карты;
- контрольные и творческие задания по основным темам;
- тестовый материал для проверки знаний;

- правила и регламенты проведения различных соревнований;
- специальную и методическую литературу;
- подборку игр и конкурсов для проведения развлекательных мероприятий.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Штюмер Ю. А. Профилактика туристского травматизма (методические рекомендации – Как не стать жертвой несчастного случая) – РИБ Турист, 1993
1. Балабанов И.В. Узлы. - М.: 1998
2. Бардин К. В. Азбука туризма. М., Просвещение, 1973.
3. Бубнов В.Г., Бубнова Н.В. Основы медицинских знаний. – М.: АСТ, 2000
4. Воспитание бережного отношения к природе в экскурсиях. (Методические рекомендации) М: ЦРИБ Турист, 1976
5. Краткий справочник туриста. – М., Профиздат., 1985
6. Походная туристская игротка. - ЦДЮТ РФ: 1994

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Примерный список вопросов по правилам поведения туристов и технике безопасности

1) Что делать в случае обнаружения объекта возгорания? Немедленно сообщить об этом водителю, воспитателю, дежурному администратору.

2) Можно ли выходить за территорию лагеря без взрослых с отряда? Нет.

3) Вашей группе надо пройти участок пути вдоль шоссе. Как и где безопаснее идти? Все вместе строим по одному навстречу транспорту по левой стороне.

4) Что не нужно делать, что бы не попасть в конфликт с местным населением? Громко общаться между собой, обсуждая и высмеивая окружающих, небрежно относиться к природе, памятникам культуры, к личному и групповому имуществу.

5) Что нужно делать, если Вы отстали от своей группы во время экскурсии, радиального выхода? Ждать на одном месте.

6) Если Вы увидели змею, что лучше сделать? Топая ногами, дать ей уползти.

7) Что делать, если во время похода, радиального выхода Вы получили травму? Проинформировать руководителя группы или его заместителя.

8) Можно ли пить из открытых водоёмов? Нет, использовать для питья только питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой, или кипячёную воду.

9) Можно ли пробовать на вкус какие — либо растения, плоды и ягоды? Нет.

10) Можно ли трогать руками различных животных, пресмыкающихся, насекомых, растения, грибы, а также колючие растения и кустарники? Нет.

11) Можно ли игнорировать какие либо требования руководителя или изменять маршрут? Нет, необходимо соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самовольно не изменять установленный маршрут движения.

12) Как необходимо одеваться для походов, радиальных выходов, экскурсий? Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде, на голову — головной убор. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки, носки.

13) Что нужно делать, если во время бега или тренировки Вы очень устали и тяжело дышать? Прекратите бег и пойдите спортивной ходьбой или обычным пешим ходом. При головокружении или тошноте сообщите об этом руководителю или заместителю.

14) Можно ли при отсутствии воспитателя влезать на спортивные снаряды и оборудование? Нет.

Условия проведения соревнований
по итогам программы «К ТУРМАСТЕРСТВУ»

В соревнованиях принимают участие команды в составе 4 человек (получающих значение не имеет). Все участники команды должны выступать в одной возрастной группе.

Возрастные группы:

мальчики/девочки 8-13 лет;

юноши/девушки 14-15 лет;

юниоры/юниорки 16-17 год;

Дистанция представляет собой маршрут в заданном направлении. На дистанции вводится общее контрольное время (ОКВ). На всех этапах вводится контрольное время (КВ).

На старте команде выдаётся зачётная маршрутная книжка (ЗМК), в которой указаны последовательность прохождения этапов, КВ этапов, ОКВ дистанции. Результат команды определяется временем прохождения дистанции с учетом снятий с этапов. Команда, имеющая снятия с этапов, занимает место после команд, прошедших всю дистанцию. За превышение КВ на этапе команда получает снятие с этапа. За превышение ОКВ команда получает снятие с дистанции.

Предстартовая проверка

Перед стартом команда проходит предстартовую проверку, на которой проверяется командное и личное снаряжение. При отсутствии любого предмета команда не выпускается на дистанцию до полного выполнения вышеуказанных требований.

Экипировка участника

1. Рукавицы или перчатки должны быть изготовлены из плотного материала и не должны иметь повреждений рабочей поверхности.

2. Участник обязан находиться в рукавицах или перчатках при прохождении этапа спуск.

3. Участник обязан находиться в каске при передвижении по дистанции и прохождении этапов. На каске участника должен быть закреплён номер, выданный на старте. На каске участника не должно быть прочих номеров.

4. Одежда участника должна закрывать всё тело от запястий до голени (щиколотки). Движение по дистанции участник может осуществлять только в спортивной обуви.

Капитан команды отвечает на вопросы по технике безопасности и границах полигона.

Возможные этапы

1. Костер: каждый участник вытягивает карточку с изображением костра. Необходимо правильно назвать костер и рассказать, для чего он разводится.

КВ 3 мин.

2. Постановка палатки: команде необходимо собрать и установить палатку (оценивается правильная постановка палатки, без перекосов, использование растяжек). Палатку необходимо собрать после осмотра судьей.

КВ 15 мин.

3. Переправа маятником: каждому участнику необходимо пройти переправу по веревке по типу «маятника». Помощь участников команды запрещена. У каждого участник 2 попытки.

КВ 5 мин.

4. Параллельные перила: команде необходимо пройти переправу по параллельным перилам.

КВ 3 мин.

5. Транспортировка пострадавшего: команде необходимо организовать переноску пострадавшего (выбирается командой) тремя различными способами: на руках, на бухте смаркированной веревки, на носилках, изготовленных из судейской жерди и веревки.

При транспортировке необходимо участие всех членов команды. Касание земли пострадавшим – предупреждение. Три предупреждения – снятие с этапа.

КВ 15 мин.

6. Определение расстояния по карте: участники определяют с помощью судейской линейки расстояние между двумя точками указанными судьями на карте.

КВ 2 мин.

7. Узлы: каждый участник вытягивает карточку с названием узла и завязывает его.

КВ 4 мин.

8. Определение азимута: определение азимута на предмет, указанный судьей.

КВ 2 мин.

9. Определение топонимов: каждый участник вытягивает карточку с топонимом и определяет его название.

КВ 3 мин.

10. Преодоление болота: участники по «кочкам» по одному преодолевают условно заболоченный участок. При срыве (задевании любой частью тела земли) этап проходится заново.

КВ 5 минут.

11. Подъем и спуск по веревке: обязательно в рабочих перчатках (верхонках). Участники по очереди совершают подъем и спуск, держась за веревку. Следующий участник приступает к работе только тогда, когда прием предыдущим участником закончен, и он встал в колонну.

КВ 10 минут.

12. Траверс склона с альпенштоком: участники по очереди проходят условный траверс с использованием альпенштока. Одна рука выше, другая ниже. Упор на наконечник альпенштока выше по склону. Обязательное сохранение трех точек опоры.

КВ 5 минут.

13. Навесная переправа: на высоте не более 1-1,5 м. натянута веревка. Участникам по одному необходимо переместиться на другую сторону. Касание земли – начинают этап заново. Дается 3 попытки каждому участнику.

КВ 10 минут.

ТАБЛИЦА ШТРАФОВ

Предупреждение

1	Потеря личного снаряжения
2	Неправильный ответ
3	Выход за разметку коридора
4	Ошибка при вязке узла (несоответствие рисунка), не завязанный узел
5	Неправильное выполнение приема
6	Нарушение или отсутствие самостраховки
7	Пререкание с судьей
8	Потеря командного снаряжения

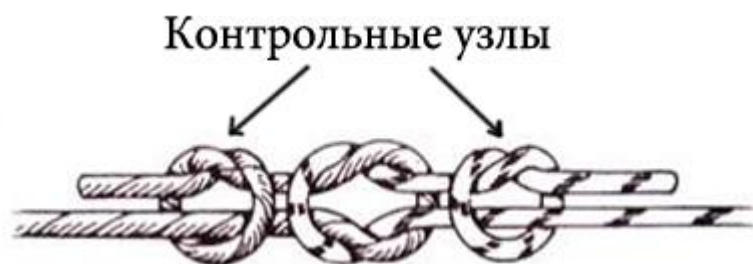
Снятие с этапа

1	Действия участника, которые помешали участнику другой команды
2	Не прохождение этапа
3	Неспортивное поведение
4	Три предупреждения по одному пункту
5	Превышение КВ

В связи с погодными условиями или техническими причинами количество этапов и условия прохождения могут быть изменены по решению руководителя смены.

Дополнительные материалы для подготовки к соревнованиям

Изображения узлов, применяемых при выполнении ТП
Для связывания верёвок:



Прямой узел

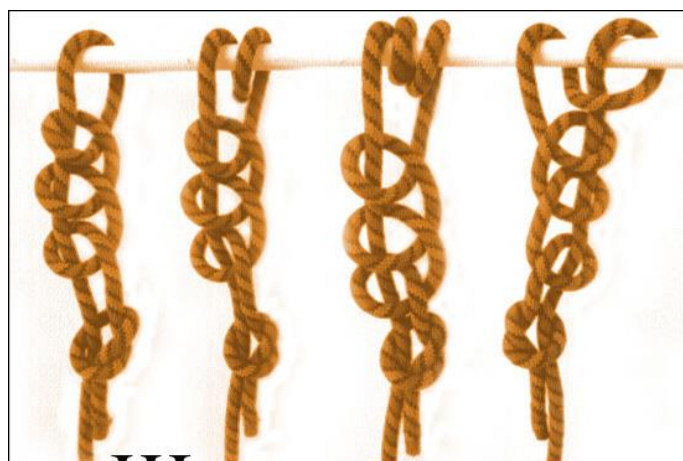
Петлевые:



Для крепления на опоре:



Карабинная удавка



ШТЫК



Стремя



Стремя



Двойной булинь



Булинь

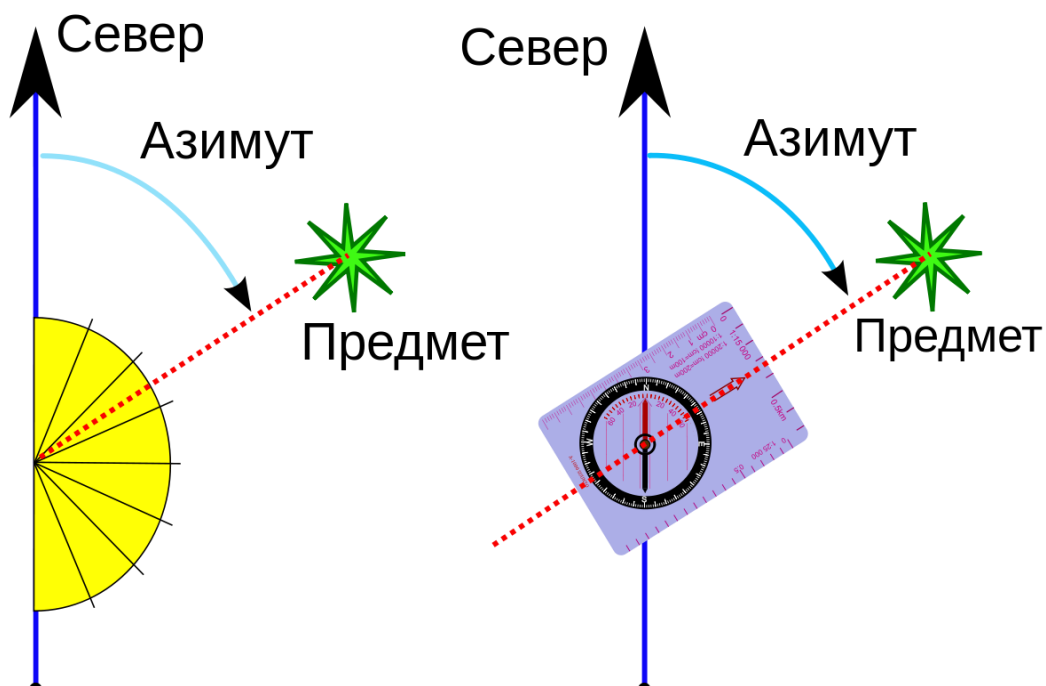


Грейпвайн-удавка

Схватывающие:



Азимут – это угол между направлением на север и на любой предмет.



ТОПОГРАФИЧЕСКИЕ ЗНАКИ

1		Кустарник	15		Колодец	29		Полевая и лесная дорога
2		Вырубленный лес	16		Ключ, родник	30		Завод
3		Горелый лес	17		Река с направлением течения	31		Мост деревянный
4		Редкий лес	18		Скалы, останцы	32		Паром
5		Бурелом	19		Сооружения башенного типа	33		Брод
6		Смешанный лес	20		Радио- и телемачты	34		Подписи высот и горизонталей
7		Луга	21		Памятник	35		Высокотравье
8		Болото непроходимое с камышом	22		Дом лесника	36		Юрта, чум
9		Болото проходимое	23		Мост железнодорожный	37		Церковь
10		Яма	24		Двухпутная железная дорога	38		Линия электропередач
11		Овраг	25		Шоссе	39		Кладбище
12		Пасека	26		Грунтовая (проселочная) дорога	40		Метеостанция
13		Вход в пещеру	27		Разрушенные строения	41		Шахты и штольни действующие
14		Электростанция	28		Склады горючего	42		Скопления камней

Траверс склона с альпенштоком.

Траверс – это движение поперек склона. При этом лучше самостраховаться ледорубом или альпенштоком (длинная палка с острым железным наконечником, предназначенная для альпинистов), соблюдая правила «3х точек опоры».

Нижний конец альпенштока всегда удерживается относительно участника выше по склону. Если поскользнулся, надо слегка пригнуться, опереться штычком в склон и рукой около штычка всей силой опереться на древко, держа его сверху. Другая рука обхватывает головку ледоруба (или альпенштока), упирается снизу. Не ложиться на склон!



Рис. 12. Положение ледоруба в руках туриста при движении по склону

Рис. 13. Положение ледоруба в руках туриста на спуске

Спуск и подъём спортивным способом

Спуск спортивным способом (рис. 1)

Участник движется вполборота таким образом, чтобы плечи были параллельны верёвке. Перильная верёвка должна проходить за спиной и для увеличения трения обёрнута вокруг руки, которая находится выше по склону. Рукой, находящейся ниже по склону, участник расправляет верёвку перед собой. Приём выполняется в перчатках или рукавицах. Приём выполняется в плотной одежде.

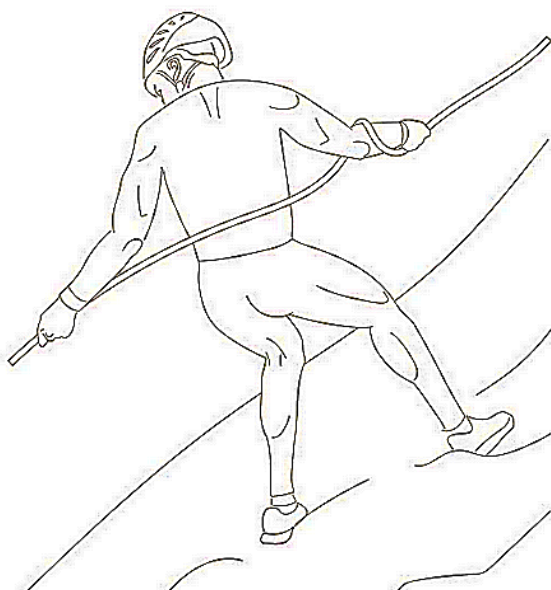


Рисунок 1.



Подъём спортивным способом (рис.2)

Участник движется вверх по склону, поочередно захватывая верёвку правой и левой рукой, обкручивая её вокруг кисти и предплечья. Приём выполняется в перчатках. Приём выполняется в плотной одежде.



Рисунок 2

Виды костров



“Колодец”



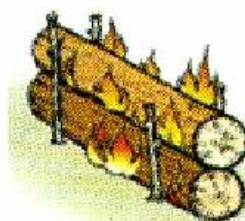
Пирамида



“Охотничий”



“Звёздный”



“Нодья”



“Шалаш”



“Таёжный”



а



б



в



г



д



е



ж



з

Типы костров: а — «шалаш»; б — «колодец»; в — «таежный»; г — «нодья»; д — «камин»; е — «полинезийский»; ж — «звездный»; з — «пирамида».

Примерный список вопросов для викторины по краеведению*

1. Какая гора является высшей точкой Алтайского края?

Пик Шангина.

2. Какое озеро является самым глубоким на Алтае?

Телецкое.

3. Какое редкое растение произрастает только на Колыванском и Канонерском озерах в Алтайском крае?

Чилим (водяной орех).

4. Определите по описанию, о каком животном идет речь:

Крупная хищная птица бурого цвета с заостренными крыльями, получила прозвище «алтайского кречета», обитает в горно-таежной местности, используется для охоты на мелкую дичь, для этого ее вывозят за границу. Этих птиц разводят в питомнике «АлтайФалькон».

Сокол-балобан (балобан).

5. Из какого материала была изготовлена «Царица ваз», изображенная на гербе Алтайского края? Где хранится эта уникальная ваза?

Ревневская яшма (зеленая яшма), в Эрмитаже.

6. Как называется самая известная пещера в Алтайском крае, в которой недавно были обнаружены останки особого вида людей?

Денисова пещера.

7. Змеиногорский рудник в XVIII – XIX веках был крупнейшим в России по объемам добычи этого полезного ископаемого.

Серебро.

8. Кто из алтайских изобретателей построил первую в России чугунно-рельсовую дорогу?

П.К. Фролов.

9. Кем в годы Гражданской войны был Е.М. Мамонтов, в честь которого названы райцентр в Алтайском крае и улицы во многих городах?

Командир партизанской Красной Армии.

10. В 1942 г. на Алтай с Украины был эвакуирован вагоностроительный завод, в результате чего на карте появился город Чесноковка. Как этот город называется сейчас?

Новоалтайск.

11. В каком городе Алтайского края с 1942 по 1945 гг. находился Всесоюзный детский лагерь Артек?

Белокуриха.

12. Осенью 1943 г. на берегу Днепра молодая медсестра, уроженка Троицкого района Алтайского края, будучи раненной, подняла солдат в атаку. За это она получила звание Героя Советского Союза. Назовите имя и фамилию этой смелой землячки.

Вера Кащеева.

13. Сколько Героев Советского Союза является уроженцами Алтайского края?

Более 250.

14. Какую продукцию в годы Великой Отечественной войны выпускал барнаульский завод №77 (ныне завод «Трансмаш»)?

Танковые двигатели.

15. Какой наградой был дважды награжден Алтайский край?

Орден Ленина.

16. Родиной какого известного советского кинорежиссера является город Камень-на-Оби?

И. Пырьев.

17. Как назывался фильм В.М. Шукшина, многие сцены из которого снимали в окрестностях села Шульгин Лог в Советском районе Алтайского края?

Печки-лавочки.

18. В 1931 г. в кинотеатре «Союзкино-1» был впервые на Алтае показан:

Звуковой фильм.

19. Как назывался первый в Барнауле широкоэкранный кинотеатр, открытый в 1971 году?

«Мир».

20. Назовите имя и фамилию известной советской киноактрисы, сыгравшей роль Фроси Бурлаковой, которая родилась в селе Ельцовка на Алтае.

Екатерина Савинова.

21. Какой пищевой продукт с XVIII века добывают на Бурлинском озере?

Поваренная соль.

22. Какой из этих народов принадлежит к коренному населению Алтая?

Кумандинцы.

23. Как с алтайского переводится «Аржан-Су»?

Минеральный источник.

24. О ком идет речь?

«Этот человек в 18 лет приехал с Урала на Алтай и служил здесь горным мастером. В 1763 г. предложил первый в мире проект двухцилиндрового пароатмосферного двигателя».

И.И. Ползунов.

25. Как П.П. Семенов-Тянь-Шанский в середине XIX века образно назвал Барнаул?

«Сибирские Афины».

26. Какой известный российский писатель в 1856-1857 гг. посетил Алтай?

Ф.М. Достоевский.

27. Какой алтайский продукт в начале XX века вывозили за границу и продавали там под маркой «голландского»?

Масло сливочное.

28. Кто из руководителей нашей страны трижды посещал Алтайский край, в том числе бывал в Рубцовске, на полях ОПХ «Докучаево» и в Научном городке?

Н.С. Хрущев.

29. Как называется игорная зона, созданная на границе Алтайского края и Республики Алтай?

«Сибирская монета».

30. В каком году была создана Алтайская детская экскурсионная станция – первая организация, занимавшаяся детским туризмом?

1938 г.

* Список вопросов для викторины может корректироваться в зависимости от полученного материала на экскурсиях.

Развлекательные мероприятия*

«Вечер знакомств»

Командам дается домашнее задание: подготовить выступление, на тему «Представление своей команды». Команда в течение 5 минут в любой форме (проза, стихи, песни, пантомима и т.д.) представляет информацию о себе. Музыкальное сопровождение – любой музыкальный инструмент, фонограмма. Разрешается демонстрация видеоролика о своей команде. Результат определяется по сумме набранных баллов.

Оцениваются:

Массовость - до 8 баллов;

Оригинальность - до 5 баллов;

Соответствие тематике конкурса - до 5 баллов;

Качество художественного исполнения - до 15 баллов.

Команды-победители и призеры награждаются памятными призами или сувенирами.

«Вечер туристской песни»

Командам дается задание подготовить не менее 3 песен, связанных с туризмом. Команды могут исполнять песни из чужого репертуара или сочинить свои. Исполнение может быть коллективным или групповым. Исполнение может быть как с инструментальным сопровождением, так и без него.

Команды исполняют свои песни на вечернем мероприятии возле костра.

В конце мероприятия все команды сообща исполняют несколько песен. Тексты песен выдаются организаторами.

Список возможным общих песен:

«Изгиб гитары желтой» автор Олег Митяев;

«Костер у подножья зеленой горы» автор Владимир Ланцберг;

«Расстояния» автор М. Бесчальник;

«Что оставит ветер» автор Денис Майданов.

По итогам Вечера туристской песни выбирается песня смены «К турмастерству», которая исполняется всеми отрядами в последний вечер.

«Конкурс стенгазет»

Стенгазеты оформляются командами при помощи выданных материалов на листе ватмана. Стенгазеты сдаются в определенное время. Результат определяется по сумме набранных баллов. Допускается использование домашних заготовок для оформления стенгазет.

Тема: Моя команда в туризме!

В газете должны быть отражены и оцениваются следующие разделы:

история команды - до 10 баллов;

репортаж о смене - до 10 баллов;

позитивные материалы о смене - до 10 баллов;

свободная тема - до 5 баллов;

качество исполнения - до 15 баллов;

общая грамотность - до 10 баллов.

Команды-победители и призеры награждаются памятными призами или сувенирами.

«Вечер народных игр»

В начале мероприятия ведущие проводят одну игру. После общей игры каждая команда проводит свою игру, подготовленную заранее. Время проведения игры не должно превышать 7 минут. Для участия в игре должно быть привлечено большее количество участников.

В конце мероприятия ведущие проводят общую игру «Капустка».

Мероприятие «Прощальный огонек»

Ведущий: Сегодня на нашем празднике вам, наверное, немного грустно, а всё потому, что закончилась весёлая и интересная смена. Все мы славно отдохнули, узнали много нового и интересного, но нам приходится расставаться. А чтобы расставание не было тяжёлым, начальник смены, приготовила вам сюрприз: сертификаты каждому участнику и дипломы за победы в наших соревнованиях!

Награждение участников дипломами по номинациям.

Ведущий: Мастерами, увы, не рождаются,

И становятся ими не все:

Ведь к таланту и труд полагается,

Чтоб достигнуть вершин в мастерстве.

Для вас звучит _____ (вокальный номер).

Ведущий: Прекрасен танец! Это волшебство

К себе влечёт стремительно и цепко.

Движенья, ритм и музыки родство

Переплелись с магической подсветкой.

ТАНЕЦ _____

Ведущий: Наступило время и нам с вами немного размяться и поиграть!

ИГРА:

Друг на друга посмотрите,

Руки выше поднимите,

И на плечи опустите,

И крепче все прижмитесь.

Крепко за руки возьмитесь,

Теперь шутливо обнимитесь,

Руками хлопните все дружно.

А зачем нам это нужно? Потому что это... (Дружба!)

1-й отряд, вы – самые лучшие!

2-й отряд, вы - задора заряд!

3-й отряд, вы – суперотряд!

В заключение нашего праздника давайте-ка дружно

Споём нашу лагерную песню о дружбе!

Исполнение песни смены «К турмастерству».

Ведущий: Мы благодарим всех, кто принимал участие в организации работы нашей смены «К турмастерству». Хотим пожелать всем добра, терпения, старания! Ну, что ж, прощаемся и говорим всем: «До свидания!»

* В связи с погодными условиями или техническими причинами условия и формат проведения развлекательных мероприятий могут быть изменены по решению руководителя смены.

Программа проведения
краткосрочной дополнительной образовательной (общеразвивающей)
программы профильного лагеря «К турмастерству»

Место проведения: Алтайский край, Алтайский район, с. Ая
Сроки проведения: август 2020 г.

1 день		
10.00-13.00	Заезд команд на поляну слета	
14.00	Обед	
15.00-19.00	Правила поведения туристов и техника безопасности	
19.00	Ужин	
20.00	Вечер знакомств	
21.00-22.30	Дискотека	
23.00	Отбой	
2 день		
09.00	Завтрак	
10.00-13.00	Понятие о личном снаряжении	Понятие о групповом снаряжении
13.00	Обед	
14.00-19.00	Специальное туристское снаряжение	Узлы
19.00	Ужин	
20.00	Вечер народных игр	
21.00-22.30	Дискотека	
23.00	Отбой	
3 день		
09.00	Завтрак	
10.00-13.00	Узлы	Работа с веревками
13.00	Обед	
14.00-19.00	Преодоления естественных и искусственных препятствий	
19.00	Ужин	
20.00	Вечер туристской песни	
21.00-22.30	Дискотека	
23.00	Отбой	
4 день		
09.00	Завтрак	
10.00-13.00	Экскурсия в краеведческий музей с. Ая	Радиальный выход к реке Катунь

13.00	Обед	
14.00-19.00	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	Тактика и техника ориентирования
19.00	Ужин	
20.00	Викторина по краеведению	
21.00-22.30	Дискотека	
23.00	Отбой	
5 день		
09.00	Завтрак	
10.00-13.00	Экскурсия	Преодоления естественных и искусственных препятствий
13.00	Обед	
14.00-19.00	Экскурсия	Преодоления естественных и искусственных препятствий
19.00	Ужин	
20.00	Конкурс стенгазет	
21.00-22.30	Дискотека	
23.00	Отбой	
6 день		
09.00	Завтрак	
10.00-13.00	Соревнования	
13.00	Обед	
14.00-19.00	Соревнования	
19.00	Ужин	
20.00	Прощальный огонек	
21.00-22.30	Дискотека	
23.00	Отбой	
7 день		
09.00	Завтрак	
10.00	Сдача территории	
11.00	Отъезд	