

**Содержание**

I. Пояснительная записка ……………………………………………….….…………...…….………….3

II. Содержание программы:

Тематический план. 1 год обучения ………………………….………..…….…..….……….…....…….7

Содержание программы первого года обучения ……………….…..…….…….…..………....………..8

Тематический план. 2 год обучения …………………………………….…….……..……….…..…….13

Содержание программы 2 года обучения …………………………….……….….….………...………14

Тематическое планирование. 3 год обучения ..…………………………………....………..….…….20

Содержание программы 3 года обучения ……………………………………..…….………..…..……21

Контроль результатов обучения за весь период работы …………………….……........….…....……28

Критерии оценки результативности программы

«Юные исследователи земли белорецкой»…………………………………..……………..………….28

III. Условия реализации программы

Рекомендуемый перечень учебного оборудования, туристского

снаряжения и инвентаря………………………………………………….. …………...…………..……29

IV.Список рекомендуемой литературы для педагога………………….………………………………31

Список литературы для воспитанников………………………………………………….…………….32

**I Пояснительная записка**

Патриотическое воспитание подрастающего поколения всегда являлось одной из важнейших задач общества, а в современных условиях проблема патриотического и духовно-нравственного воспитания детей и молодежи выходит на первый план. Способствовать формированию у подрастающего поколения чувства патриотизма, прививать ребенку любовь и уважение к своей семье, Родине, обществу, в котором он живёт, необходимо с детства. Патриотическое воспитание учащихся через систему туристско-краеведческой работы  позволяет понять прошлое и настоящее, сохранить всё ценное в историко-культурном и природном наследии своего края.

Программа «Юные исследователи земли белорецкой» направлена на формирование патриотизма через приобщение детей к изучению богатейшего наследия предков – истории земли Белоречья , культуры и традиции края, народов проживающих в нём, особенностей природы, является авторской. Предшественник – типовая программа «Юные туристы-краеведы» (автор Смирнов Д.В.) и последователь авторская программа «Студия этнографии».

**Цель программы** – патриотическое воспитание школьников, через стимулирование поисково-исследовательской деятельности по истории, природе, культуре, этнографии города Белорецка и Белорецкого района.

З**адачи**:

*Обучающие:*

 - познакомить с различными формами и методами поисково-исследовательской деятельности, способствовать освоению и развитию навыков самостоятельного научного поиска;

- обучить воспитанников основам туристских навыков;

- научить применять полученные знания и умения в практической деятельности.

*Развивающие:*

- развивать познавательный интерес и любознательность к изучению истории, культуры и природы родного края;

- формировать способы социального взаимодействия;

- способствовать формированию и развитию творческих, коммуникативных способностей детей, умение взаимодействовать в коллективе.

*Воспитательные:*

- способствовать формированию духовно-нравственных качеств: человеколюбию, вежливости, бескорыстию, тактичности, трудолюбию, бережному отношению к культуре, природе;

- воспитывать чувства гражданственности и патриотизма;

- способствовать формированию положительной Я-концепции, потребности к саморегуляции;

- формировать навыки здорового образа жизни.

Содержание программы рассчитано на три года занятий с учащимися 5-7 классов, 324 часа в год.

Содержание программы составлено с учётом принципов **концентрического** усвоения материала, цикличности проведения оздоровительно-познавательной, туристско-краеведческой и поисково-исследовательской деятельности. Обучение предусматривает несколько уровней овладения материалом: **ознакомительный,** **базовый, углубленный,** что соответствует годам обучения.

***Цели и задачи ознакомительного уровня образовательной программы***

***(1 год обучения)***

Программа данного уровня рассчитана на детей в возрасте 11- 12 лет. Этот год посвящен знакомству с новыми для подростка научными дисциплинами и видами деятельности.

### цель: сформировать интеллектуальные основы для развития творческой, разносторонне развитой личности

**Задачи:**

* ***образовательные:***
* познакомить обучающихся с новыми для них научными дисциплинами (краеведение, археологией, этнография и т.д.) и новыми видами деятельности (туризм, ориентирование);
* сформировать общее представление об истории, природе, культуре края, легендах, ономастике края;
* заложить основы навыков самостоятельной работы с литературой;
* познакомить обучающихся с основными туристическими понятиями и терминам;
* сформировать первоначальные навыки пешеходного туризма, ориентирования на местности и работы с картой
* ***воспитательные:***
* заложить основы осознанного стремления к здоровому и активному образу жизни;
* сформировать основы устойчивого коллектива подростков.
* ***развивающие:***
* расширить и обогатить социальный опыт подростков.

***Цели и задачи базового уровня образовательной программы***

***(2 год обучения)***

Программа данного уровня рассчитана на подростков 12-13 лет и предполагает знакомство этнографией и рядом вспомогательных исторических дисциплин, расширение теоретической и практической базы в области туристско-краеведческой подготовки

**Цель :** сформировать практическую и теоретическую базу дальнейшей успешной самореализации в туристско-краеведческой и поисково-исследовательской деятельности.

 **Задачи**

* ***образовательные:***
* освоить понятийный аппарат, объект и методы исследования в этнографии, ономастике и ряде вспомогательных исторических дисциплин;
* познакомить с основными методами поиска и исследования,
* расширить теоретическую базу по туристско-краеведческой подготовке;
* сформировать представление о возможностях родного края как объекта поисково-исследовательской деятельности.
* ***воспитательные:***
* развивать адаптационные навыки к различным социальным и природным условиям;
* на основе совместной социально-значимой деятельности укрепить внутригрупповые связи между обучающимися
* ***развивающие:***
* совершенствовать навыки самообслуживания в походно-экспедиционных условиях;
* расширить кругозор обучающихся в изучаемых областях знаний;
* способствовать развитию коммуникативных навыков обучающихся;
* развивать навыки самостоятельной работы с научно-популярной литературой, навыки самостоятельного изложения полученной информации, сформировать первоначальные навыки работы со специальной литературой.

***Цели и задачи углубленного уровня образовательной программы***

***(3 год обучения)***

Программа данного уровня рассчитана на подростков 13-14 лет, имеющих опыт участия в работе походно-экспедиционного отряда. Основное внимание сосредоточено на углубленном изучении основ этнографии, отработке навыков самостоятельного сбора, обработки и представления собранного материала.

**Цель:**

опираясь на расширение кругозора обучающихся, подготовить подростков к выходу на новый для них обобщенно-творческий уровень реализации знаний и умений в области историко-краеведческой и туристско-краеведческой деятельности

**Задачи**

* ***образовательные:***
* познакомить обучающихся с основами проектной деятельности;
* познакомить с алгоритмами описания и представления обрядов, народных игр, ремёсел, экскурсий,
* научить представлять исследовательский продукт.
* ***воспитательные:***
* на основе полученных знаний и освоенных практических навыков, развивать творческую инициативу обучающихся;
* сформировать социально-активную личностную позицию подростка;
* укрепить взаимодействие и взаимопонимание внутри коллектива обучающихся
* ***развивающие:***
* развивать навыки самостоятельной работы со специальной литературой, закрепить навыки самостоятельного анализа полученной информации;
* способствовать формированию навыков самостоятельного принятия решений в походно-экспедиционных условиях.

**Формы организации обучения, которые применяются в зависимости от целесообразности и эффективности усвоения детьми материала:**

*Групповые:*

- учебное занятие;

- экскурсии по городу;

- музейные экскурсии;

- поисковая деятельность;

-проектная деятельность

- экспедиции;

- походы.

*Индивидуальные:*

- работа с документами и материалами архивов;

- описание памятников истории и культуры;

- запись воспоминаний;

- изготовление наглядных пособий;

- работа с литературой по истории;

- работа над формированием умения создания творческого проекта, исследовательской работы;

- подготовка и оформление рефератов, докладов, проектов;

- консультации.

*Массовые:*

- олимпиады;

*-* викторины;

*-* конкуры;

- конференции;

- фестивали;

- просмотр видеофильмов;

- встречи с участниками и свидетелями исторических событий;

- организация выставок;

- посещение районных праздников;

- посещение выставок картин художников – наших земляков;

- посещение выставок декоративно-прикладного искусства;

- встречи с земляками: художниками, поэтами, композиторами и исполнителями песен;

- праздники.

Программа предусматривает применение на каждом занятии различных **методов обучения**, опирающихся на основные принципы построения программы.

**Методы обучения:**

*Словесные:*

- рассказ;

- объяснение;

- беседа;

 - дискуссия.

*Наглядные:*

- наблюдение;

- просмотр материалов (учебных фильмов, слайдов, презентаций);

- показ.

*Практические:*

- работа с документами и литературой;

- упражнения и выполнение заданий;

- уроки творчества;

- написание и оформление исследовательских работ, подготовка экскурсий;

- защита исследовательских работ, творческих проектов, экскурсий;

- игры;

- импровизация.

*Эмоциональные:*

- поощрение;

- порицание;

- учебно-познавательная игра;

- создание ярких наглядных образных представлений;

- создание ситуации успеха;

- свободный выбор заданий.

Таким образом, обучающиеся по общеразвивающей программе дополнительного образования детей «Юные исследователи земли белорецкой» в течение первых двух лет обучения знакомятся с историей, культурой, природой, традициями родного края, осваивают необходимые для последующей деятельности навыки туристских путешествий, осваивают проектную, поисковую, исследовательскую деятельность. Затем применяют полученные знания на практике - непосредственно занимаются, поиском краеведческого материла, и его анализом, представлением, будь то найденная и описанная народная игра, обряд, народная песня, праздник или исследовательская работа, музейные предметы, экспозиции или экскурсия.

По завершении обучения по программе «Юные исследователи земли белорецкой» обучающиеся **должны знать***:*

- историю, природу, культуру этнографию г. Белорецк и Белорецкого района;

- ономастику, легенды края;

- известных людей города, их биографию;

- исторические факты и даты;

- произведения литературы, музыки, художественного творчества о крае;

- основные формы, методы, приемы исследований;

**уметь:**

- сопоставлять исторические факты и применять полученные знания на практике;

- собираться в поход и организовывать бивак;

- работать с картой, ориентироваться в лесу и в городе;

- оказывать первую медицинскую помощь;

- находить необходимую информацию в различных источниках, анализировать и обрабатывать ее;

- собирать краеведческий материал, обрабатывать его, представлять;

- ставить задачи, определять объект и предмет исследований;

- проводить исследования, оформлять их, публично защищать работу;

- составлять, оформлять и представлять экскурсии;

- разрабатывать сценарии и выступать на сцене;

- взаимодействовать в команде в процессе совместной деятельности;

**проявлять:**

- интерес к истории и культуре родного края;

- ответственность, настойчивость, целеустремленность в достижении цели деятельности;

- чувства сопричастности к судьбе родного края.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ**

**Учебно-тематический план**

**(первый год обучения)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №№ п/п | Наименование тем и разделов | Количество часов |
| Всего | Теория | Практика |
| **1. Введение** |
| 1.1 | Оздоровительная роль туризма | 2 | 1 | 1 |
| 1.2 | Правила поведения юных туристов-краеведов | 4 | 1 | 3 |
|  | **6** | **2** | **4** |
| **2. Азбука юного туриста** |
| 2.1 | Основы безопасности в природной среде | 2 | 1 | 1 |
| 2.2 | Личное снаряжение и уход за ним | 4 | 1 | 3 |
| 2.3 | Питьевой режим на туристской прогулке | 2 | 0 | 2 |
| 2.4 | Групповое снаряжение и уход за ним | 8 | 1 | 7 |
| 2.5 | Организация биваков и охрана природы | 7 | 1 | 6 |
| 2.6 | Туристская группа на прогулке (экскурсии) | 16 |  | 16 |
| 2.7 | Личная гигиена юного туриста | 3 | 1 | 2 |
| 2.8 | Оказание первой доврачебной помощи. Профилактика | 5 | 1 | 4 |
| 2.9 | Обработка ранок, ссадин и наложение простейших повязок | 3 | 1 | 2 |
| 2.10 | Индивидуальная и групповая медицинская аптечки | 3 | 1 | 2 |
| 2.11 | Способы транспортировки пострадавшего | 5 | 1 | 4 |
|  | **62** | **9** | **53** |
| **3. Азбука ориентирования**  |
| 3.1 | Карта | 4 | 1 | 3 |
| 3.2 | Условные знаки | 10 | 2 | 8 |
| 3.3 | Ориентирование по сторонам горизонта | 10 | 2 | 8 |
| 3.4 | Ориентирование на местности | 10 | 2 | 8 |
| 3.5 | Туристское ориентирование | 9 | 1 | 8 |
| 3.6 | Экскурсионное ориентирование | 9 | 1 | 8 |
|  | **52** | **9** | **43** |
| **4. Основы краеведения** |
| 4.1 | Летопись родного края | 62 | 24 | 38 |
| 4.2 | Природа моего края | 42 | 20 | 22 |
| 4.3 | Культура края | 30 | 12 | 18 |
| 4.4 | Этнография края | 24 | 12 | 12 |
| 4.5 | Легенды, ономастика | 18 | 12 | 6 |
|  | **176** | **80** | **96** |
| **5. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка** |
| 5.1 | Общая физическая подготовка и оздоровление организма | 22 | 2 | 20 |
| 5.2 | Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающихся | 6 | – | 6 |
|  | **26** | **2** | **24** |
| **Итого за период обучения:** | **324** | **102** | **222** |

**Содержание программы первого года обучения**

**1. Введение**

**1.1 Оздоровительная роль туризма**

 Организационные занятия. Знакомство с группой, заполнение анкет. «Вот оно, какое наше лето» - впечатление о проведённых летних каникулах. Обсуждение программы (нужно ли дополнить, выясняется, что бы ещё детям хотелось узнать, куда сходить). Практика: Экскурсия в центр туризма. Знакомство с ним и его правилами. «Кто есть кто?» Дискуссия по теме: «Личность в коллективе». Её позиция, взаимоотношение людей в коллективе. Тесты: «Познай себя», «Я и коллектив», «Мой характер». Анкетирование на выявление особенностей организации досуга подростка. Тестирование.

Значение туризма (прогулок и экскурсий) и краеведения для оздоровления организма человека, познания окружающего мира и самого себя. Польза чистого воздуха парков, лесов и полей для организма человека.

**1.2 Правила поведения юных туристов**.

Требования к занятиям, техника безопасности на них. Правила поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу). Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов. Правила поведения на экскурсиях и туристских прогулках. Правила поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Права и обязанности участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр.

***Практические занятия***

Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении общественно полезных дел: охране природы, заботе о птицах и животных и пр. Охрана природной среды (зеленой зоны) вокруг школы, дома и на улице и в своем микрорайоне (населенном пункте). Знакомство с правилами поведения кружковцев.

**2. Азбука юного туриста**

**2.1. Основы безопасности в природной среде**

Правила поведения и соблюдение тишины во время туристской прогулки, экскурсии в парк (лес). Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений (снегопада, гололеда, грозы, ливня, тумана и пр.). Правила поведения в парке (лесу) при обнаружении задымления или очага возгорания. Правила безопасности при встрече в природной (городской) среде с представителями животного мира (в том числе домашними животными).

Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы. Взаимопомощь в туристской группе.

**2.2. Личное снаряжение и уход за ним**

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки, экскурсии: рюкзачок, обувь, одежда (белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор и пр.); личная посуда; средства личной гигиены. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Укладка рюкзачка, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными и погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

***Практические занятия***

Игра «Собери рюкзачок к туристской прогулке». Сбор группы и прогулка по микрорайону (окрестностям школы) в межсезонье для проверки умений готовиться к туристским мероприятиям.

**2.3. Питьевой режим на туристской прогулке**

Питьевой режим во время туристской прогулки, экскурсии. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристской прогулки.

***Практические занятия***

Соблюдение правил гигиены при заборе воды для питья во время туристской прогулки (экскурсии). Рациональное расходование воды во время туристской прогулки (экскурсии). Формирование силы воли и выносливости, соблюдение питьевого режима во время туристской прогулки (тренировки).

**2.4. Групповое снаряжение и уход за ним**

Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки.

Кухонное и костровое снаряжение: котелки (каны), таганок, саперная лопатка, рукавицы, кухонная клеенка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания.

Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты) для туристской прогулки (экскурсии).

Завхоз туристской группы и его обязанности на туристской прогулке.

***Практические занятия***

Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для туристской прогулки. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время туристской прогулки.

**2.5. Организация биваков и охрана природы**

Бивак на туристской прогулке. Охрана природы при организации привалов и биваков. Требования к бивакам (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака (места для установки палаток, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, забора воды и мытья посуды, туалеты).

Выбор места на площадке (поляне) для установки палатки. Требования к месту для установки палатки на поляне (биваке). Установка палатки, тента для палатки или тента для отдыха группы.

***Практические занятия***

Планирование места организации бивака по плану (спорткарте) местности. Планирование и организация бивака на местности во время туристской прогулки. Организация бивачных работ.

Проверка комплектации палатки и ее целостности перед выходом на прогулку. Упаковка палатки для транспортировки.

Овладение навыками установки, снятия и упаковки палатки (на пришкольной площадке или в парке).

**2.6. Туристская группа на прогулке (экскурсии)**

Строй туристской группы. Направляющий, замыкающий в туристской группе. Организация привалов во время прогулки (экскурсии). Ритм и темп движения туристской группы во время прогулки (экскурсии). Правила перехода дорог, улиц. Взаимопомощь в туристской группе. Привалы промежуточный, обеденный. Распорядок дня юного туриста во время экскурсии и на прогулке.

Охрана природы на туристской прогулке или во время экскурсии.

***Практические занятия***

Построение в походную колонну, отработка движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Туристская прогулка (экскурсия).

**2.7. Личная гигиена юного туриста**

Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации перекусов. Личная гигиена юного туриста при занятиях физическими упражнениями и оздоровительно-познавательным туризмом. Зарядка. Утренний и вечерний туалет. Закаливание организма, необходимость принятия душа после выполнения физических упражнений. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Обязанности санитара туристской группы.

***Практические занятия***

Выполнение правил личной гигиены на привале, при организации перекуса. Работа санитара туристской группы.

Обсуждение правил личной гигиены с организацией чаепития.

**2.8. Первая доврачебная помощь. Профилактика.**

Соблюдение гигиенических требований в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Порезы, ссадины, ушибы, мозоли. Причины, характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки.

Профилактика и защита глаз от попадания посторонних предметов, химических жидкостей, газов. Необходимая помощь.

Причины ожогов и обморожений. Профилактика обморожений и защита организма от мороза. Признаки и виды ожогов и обморожений.

Профилактика пищевых отравлений. Признаки отравления. Оказание первой помощи при тошноте, рвоте.

Причины теплового и солнечного удара. Признаки заболевания. Необходимая помощь.

**2.9. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок**

Правила и способы обработки ран, ссадин. Правила наложения повязок, материалы для обработки ран и наложения повязок.

***Практические занятия***

Первая доврачебная помощь, правила обработки ран и наложения повязок. Встреча с врачом.

**2.10. Индивидуальная и групповая медицинская аптечки**

Состав медицинской аптечки (индивидуальной и групповой) для туристской прогулки. Назначение медикаментов, их упаковка и требования к хранению, определение срока годности для использования. Обязанности санитара группы.

***Практические занятия***

Упаковка и маркировка аптечки для туристской прогулки (экскурсии). Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки.

**2.11. Способы транспортировки пострадавшего**

Организация транспортировки пострадавшего при несложных травмах. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях туристской прогулки (похода, экскурсии). Способы транспортировки пострадавшего на руках. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

***Практические занятия***

Изготовление транспортных средств из курток, штормовок. Транспортировка условно пострадавшего на слабо пересеченном рельефе на руках, простейших транспортных средствах.

**3. Азбука ориентирования.**

**3.1 Карта.**

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

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Назначение спортивной карты, её отличие от топографической карты. Масштабы спортивной карты. 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.

**3.2 Условные знаки.**

 Понятие об условных знаках. Изучение топознаков по группам. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

***Практические занятия***

Рисовка условных знаков. Кроссворды по условным знакам. Рисовка условными знаками поляны, лагеря группы на туристской прогулке, экскурсии.

Овладение навыками чтения легенды маршрута во время туристской прогулки. Составление легенды движения группы условными знаками.

**3.3 Ориентирование по сторонам горизонта**

Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта. Определение сторон горизонта по объектам растительного и животного мира, по местным признакам.

***Практические занятия***

Выработка навыков определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях парка (леса) или пришкольного участка.

**3.4. Ориентирование на местности**

Ориентирование в лесу, у реки, в поле. Способы ориентирования на местности. Линейные ориентиры (дорожки, тропы, линии электропередачи и др.), точечные ориентиры и объекты. Рельеф. Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности: временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по описанию (легенде).

***Практические занятия***

Ориентирование с использованием легенды в парке, в микрорайоне. Ориентирование в парке по дорожно-тропиночной сети.

**3.5. Туристское ориентирование**

Знакомство с основами правил соревнований по туристскому ориентированию. Виды туристского ориентирования и их различия. Маркированный маршрут. Обозначенный маршрут. Маршруты ориентирования по выбору. Оборудование КП: призма, компостер, карандаш. Способы отметки на КП компостерные и карандашные.

***Практические занятия***

Движение по плану (схеме). Прохождение дистанции «Маркированный маршрут» совместно с педагогом.Прохождение дистанции «Обозначенный маршрут» совместно с педагогом. Прохождение дистанции «Ориентирование по выбору» совместно с педагогом. Обучение навыкам отметки на КП компостером в карточке участника. Игра-состязание на местности (школьный двор, стадион) «Отметься на КП». Затем участие в соревнованиях.

**3.6. Экскурсионное ориентирование**

Экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в микрорайоне школы, на своей улице (населенном пункте). Выявление и нанесение на бумажную основу (план микрорайона школы, улицы, двора) различных памятников и других интересных объектов.

***Практические занятия***

Чтение легенды. Движение по легенде в микрорайоне школы, по улице с отслеживанием указанных в легенде объектов, расстояний и направлений. Работа туристской группы при движении по легенде на экскурсии. Прохождение дистанции под руководством педагога. Участие в городском экскурсионном ориентировании.

**4. Основы краеведения**

**4.1 Летопись родного края.**

Изучение истории возникновения города и района. Основатели города. Основные исторические даты. Изучение первых улиц посёлка Верхнего и Нижнего селения. Самая длинная улица города.

***Практические занятия***

 Экскурсия в городской музей (раздел история). Экскурсия на заводской пруд: история основания городского посёлка, строительство плотины. Экскурсия предназначена для наглядного ознакомления с предметом обсуждения. Сиреневые улицы города – экскурсия по центральным улицам города и памятным местам (Верхнее селение). Экскурсия по улицам Нижнего селения. Преобразование посёлка в город. Строительство первых многоэтажек. Экскурсия в музей комбината. Заканчивается раздел итоговым мероприятием (тесты, викторина, игра и т.д.) Городская олимпиада по школьному краеведению.

**4. 2 Природа родного края**

Погода, климат своей местности. Местные признаки погоды. Времена года, сезонные изменения в природе. Растения и животные своей местности в разные времена года. Административная карта города и района. Место в карте РБ, соседние районы. Рельеф. Полезные ископаемые. Водоёмы.

Значение наблюдений за погодой. Правила поведения на природе и наблюдения за ней во время экскурсии. Приборы для наблюдений за погодой.

***Практические занятия***

Организация наблюдений за погодой, ведения календаря наблюдений. Экскурсии, походы выходного дня. Выполнение краеведческих заданий (сбор листвы различных пород деревьев, поиск и зарисовка отпечатков следов животных и птиц, сбор растений для гербариев и пр.). «Путешествия» по карте. Посещение музеев. Подготовка мини докладов о природе родного края.

**4.3 Культура края.**

Памятники истории и культуры и их значение: научное, историческое и художественное. Памятники истории и культуры родного края. Конституция об охране памятников истории и культуры. Закон «Об охране и использовании памятников истории и культуры». Изучение архитектурных ансамблей, отдельных зданий. Архитектурные памятники родного края. Творчество земляков: музыка, литература, художественное творчество.

***Практические занятия****.* Выявление памятников истории и культуры, архитектурных ансамблей, их фотографирование и зарисовка. Знакомство и алгоритмом паспортизация памятников истории и культуры. Экскурсии.

**4.4 Этнография края.**

Понятие этнография. Народы, населяющие город Белорецк и Белорецкий район. Особенности. Народные праздники нашего района: религиозные, календарные. Ремесла. Изучение народных игр.

***Практические занятия***

Посещение праздников: масленица, Михайлов день, Курбан-Байрам, участие в фольклорно-этнографических праздниках нашего района, посещение фольклорно-этнографического фестиваля «Истоки». Освоение народных игр, простейших ремёсел: вышивание, вязание, валяние и т.д.

**4.5 Легенды, ономастика.**

Легенды края: башкирские, русские. Знакомство с наукой ономастикой – наукой о возникновении имён собственных. История возникновения названий рек, гор, селений, значение этих названий. Национальные герои.

***Практические занятия***

Встречи со специалистами: филологами, краеведами, музейными работниками. Мини-исследование «Моя фамилия», экскурсии.

**5. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка.**

**5.1.Общая физическая подготовка и оздоровление организма**

Влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности. Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

***Практические занятия***

Освоение основ техники бега. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантином», бег с препятствиями. Прыжки в длину и высоту. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Гимнастические упражнения. Спортивные (в том числе народные) игры.

**5.2. Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающихся**

**Входное тестирование и диагностика**(проводится осенью)

Рассказ детей о своих друзьях и своих семьях «Я и моя семья». Рисование детей на тему «Моя семья». «Моя родина»

Выявление психолого-педагогического портрета окружения обучающихся. Режим дня, физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся.

Проведение тестов с целью выявления темперамента, воображения, типа памяти и пр.

Проведение в игровой (состязательной) форме тестов с целью определения (выявления) общего физического и функционального уровня развития воспитанников.

**Констатирующее тестирование и диагностика** (проводится весной)

Организация самоконтроля за соблюдением режима дня, ведение (совместно с родителями воспитанников) Анализ параметров физического развития организма обучающихся: поведение контрольных тестов с целью выявления динамики общего физического и функционального развития воспитанников за год.

**Учебно-тематический план**

**(второй год обучения)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Кол-во часов |
| всего | теория | практика |
| **1. Введение** |
| 1.1 | Познавательная роль туризма | 6 | 2 | 4 |
| 1.2 | Правила поведения юных туристов-краеведов | 6 | 2 | 4 |
|  | **12** | **4** | **8** |
| **2. Азбука туризма** |
| 2.1 | Основы безопасности в природной среде | 2 | 1 | 1 |
| 2.2 | Личное снаряжение и уход за ним | 6 | 4 | 2 |
| 2.3 | Индивидуальный и групповой ремонтный набор | 4 | 2 | 2 |
| 2.4 | Организация биваков и охрана природы | 4 | 2 | 2 |
| 2.5 | Туристская группа в походном строю. Преодоление естественных препятствий: болота, реки, овраги. | 20 | 2 | 18 |
| 2.6 | Личная гигиена туриста | 4 | 2 | 2 |
| 2.7 | Оказание первой доврачебной помощи | 4 | 4 | 0 |
| 2.8 | Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок | 4 | 2 | 2 |
| 2.9 | Индивидуальная и групповая медицинская аптечки | 2 | 1 | 1 |
| 2.10 | Способы транспортировки пострадавшего | 6 | 4 | 2 |
|  |  | **56** | **24** | **32** |
| **3. Основы краеведения** |
| 3.1 | По страницам истории | 54 | 12 | 42 |
| 3.2 | Земляки | 18 | 5 | 13 |
| 3.3 | Родословие | 16 | 2 | 14 |
| 3.4 | Проект. Поиск. Исследование | 22 | 4 | 18 |
| 3.5 | Объект и предмет исследования, методы исследования  | 20 | 2 | 18 |
| 3.6 | Защита проекта, поиска, исследования | 10 | 4 | 6 |
| 3.7 | Этнография – наука о народах | 60 | 20 | 40 |
|  | **200** | **49** | **151** |
| **4. Азбука ориентирования** |
| 4.1 | Компас и его устройство | 5 | 1 | 4 |
| 4.2 | Ориентирование по компасу | 2 | 1 | 1 |
| 4.3 | Карта и компас. Условные топографические знаки | 11 | 4 | 7 |
| 4.4 | Туристское ориентирование | 7 | 1 | 6 |
| 4.5 | Экскурсионное ориентирование | 9 | 1 | 8 |
|  | **34** | **8** | **26** |
| **5. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка** |
| 5.1 | Общая физическая подготовка и оздоровление организма | 16 | \_ | 16 |
| 5.2 | Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающихся | 6 | – | 6 |
|  | **22** | **\_** | **22** |
| **Итого за период обучения:**  | **324** | **85** | **239** |

**Содержание программы второго года обучения**

1. **Введение**

**1.1. Познавательная роль туризма**

Туризм – средство познания своего края. Знаменитые русские путешественники и исследователи, их роль в развитии России. Подведение итогов 1-го года занятий. Беседа с обучающимися о том, кто и как справлялся с туристскими должностями в течение 1-го года, об основных достижениях каждого воспитанника. Постановка целей и задач на новый год. Уточнение интересов и пожеланий обучающихся на новый год.

***Практические занятия***

Рисование или аппликация на тему «Как я провел лето…». Рассказы воспитанников о наиболее ярких впечатлениях, полученных летом в путешествиях, поездках или на экскурсиях. Оформление газеты из фотографий и рисунков, рассказов о занятиях в объединении в течение 1-го года и летнем отдыхе.

**1.2. Правила поведения юных туристов-краеведов**

Общественно полезные и личностно значимые дела юных туристов на экскурсиях и туристских прогулках. Проблемы охраны природной среды (зеленой зоны) в микрорайоне и ближайшем окружении – в лесу (парке), на реке, а также посильное участие юных туристов в их решении.

Знакомство с кодексом чести юного туриста. Девиз юных туристов: «После тебя должно стать лучше, чем было до тебя». Правила поведения в местах туристских прогулок и экскурсий. Уважительное отношение к окружающим людям. Помещения и сооружения для учебных занятий и оздоровительных тренировок. Правила безопасного поведения в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке, в лесу. Порядок хранения снаряжения, оборудования, инвентаря и материалов. Лидер туристской группы – помощник руководителя туристского мероприятия (прогулки, экскурсии), его права и обязанности. Укрепление здоровья. Аккуратность, пунктуальность, стремление к чистоте и порядку.

***Практические занятия***

Прогулка на берег реки (пруда или озера) с целью закрепления знаний о правилах поведения в природе и развития наблюдательности, внимания обучающихся.Наблюдение за красотой окружающего мира. Просмотр фрагментов видеофильмов о выполнении в течение 1-го года занятий общественно полезных дел по охране природы, помощи птицам и животным и участии в туристских состязаниях и соревнованиях.

Совместное оформление газет, выставок, подготовка сообщений для родителей и одноклассников. Обсуждение работы друг друга и коллектива (команды) в целом.

1. **Азбука туризма.**

**2.1. Основы безопасности в природной среде**

Безусловное выполнение требований руководителя туристской (экскурсионной) группы – основа безопасного поведения. Правила передвижения туристской группы, правила перехода улиц в населенных пунктах. Правила поведения юных туристов во время различных природных явлений. Правила разведения и поддержания туристского костра, а также его тушения при оставлении места бивака. Правила сбора лекарственных и дикорастущих растений (цветов), грибов и ягод. Правила личной безопасности при встрече в природной среде с представителями животного мира. Соблюдение тишины во время туристских прогулок, учебных экскурсий. Элементарные правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в природной среде.Взаимопомощь в туристской группе.

***Практические занятия***

Соблюдение правил безопасности во время туристской прогулки, экскурсии. Распознавание во время прогулки лекарственных и съедобных дикорастущих растений (цветов), грибов и ягод.

**2.2. Личное снаряжение и уход за ним**

Личное снаряжение юного туриста для туристской прогулки (экскурсии) в зимнее время (межсезонье). Требования к обуви и к одежде: белье, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор, носки, рукавички и пр. Личная посуда туриста, средства гигиены, туристский коврик, спальный мешок, рюкзак. Специальное туристское снаряжение для соревнований: рукавицы, перчатки, штормовки, головной убор, обувь – и требования к нему.

Укладка и упаковка рюкзачка для зимней прогулки. Требования к упаковке продуктов для перекуса во время зимней туристской прогулки (экскурсии). Термос и правила безопасности при пользовании им на экскурсии или зимней прогулке.

Подбор личного снаряжения в соответствии с погодными условиями (зима и межсезонье). Уход за личным снаряжением (сушка, проветривание, чистка) и его своевременный ремонт.

***Практические занятия***

Игра «Собери рюкзачок для зимней туристской прогулки» (правильная укладка, в том числе с точки зрения гигиены). Упаковка продуктов для перекуса. Сбор группы и прогулка по парку или лесу в зимнее время для проверки готовности к участию в туристских мероприятиях. Ремонт личного снаряжения (наложение заплаток, пришивание пуговиц).

**2.3. Индивидуальный и групповой ремонтный набор**

Состав ремонтного набора (пассатижи, ножницы, шило, отвертка, напильник, наждачная бумага, шурупы, гвозди, проволока, изолента, клей и др.). Назначение предметов ремонтного набора и правила обращения с ними при ремонте снаряжения. Обязанности ремонтного мастера группы и завхоза группы по организации своевременного ремонта группового снаряжения. Правила ремонта личного и группового снаряжения во время прогулки или экскурсии в межсезонье или зимой.

***Практические занятия***

Игра-состязание «Мастер на все руки» (способы штопки, наложения заплат, заклеивания, пришивания пуговиц, простейший ремонт лыж, стоек, палаток, рюкзаков и пр.; знание назначения предметов ремнабора).

**2.4. Организация бивака и охрана природы**

Охрана природы при организации биваков. Утилизация бытовых отходов и мусора в зимнем туристском походе, на экскурсии. Устройство и оборудование бивака на берегу водоема (реки, озера): кострище, места для приема пищи, для отдыха, для умывания, для забора воды и мытья посуды, мусорная яма, туалет.

Выбор площадки для установки палаток. Установка палатки и тента на поляне (биваке). Установка и снятие палаток в зимних условиях. Упаковка палатки для транспортировки.

Основные типы и назначение туристских костров: «шалаш», «колодец», «таежный». Выбор места для костра. Соблюдение правил пожарной безопасности при разведении и поддержании костра. Заготовка дров (охрана природы и правила сбора валежника, сухостоя). Растопка для костра, ее заготовка и хранение. Разведение костров. Обязанности дежурного у костра. Упаковка спичек и сухого горючего. Таганок, костровый тросик. Транспортировка и упаковка кострового снаряжения. Тушение костров и охрана природы.

***Практические занятия***

Игра «Выбор места для бивака». Определение места бивака на туристской прогулке по плану (спорткарте) местности с учетом всех требований и необходимости выполнения общественных и краеведческих заданий. Организация бивачных работ во время туристской прогулки. Разбивка лагеря.

Проверка комплектации палаток. Установка палаток в спортивном зале (крепление туристскими узлами (петлями) за горизонтальные опоры). Снятие и упаковка палаток.

Заготовка растопки и хвороста для костра. Оборудование и обустройство кострищ. Разведение и поддержание костра. Приготовление пищи на костре. Сооружение костра для обогрева и сушки одежды.

**2.5. Туристская группа в походном строю**

Строй туристской группы во время зимней туристской прогулки: направляющий (тропящий ) и замыкающий туристской группы, порядок смены направляющего (тропящего). Организация отдыха и привалов на зимних прогулках. Ритм и темп движения туристской группы на маршруте. Взаимопомощь в туристской группе. Привалы:промежуточный, для организации перекуса.

Основные способы преодоления препятствий. Действия группы. Техника безопасности. Страховка. Самостраховка.

***Практические занятия***

Поход выходного дня зимой на гору Малиновая. Тропление по снегу. Построение в колонну, организация движения группы. Работа направляющего и замыкающего. Преодоление естественных препятствий на маршруте, тренировки в зале. Участие в соревнованиях на туристской полосе препятствий.

**2.6. Личная гигиена туриста**

Соблюдение правил «Чистота – залог здоровья» и «В здоровом теле – здоровый дух». Соблюдение правил личной гигиены на туристских прогулках при организации перекусов в зимнее время (межсезонье). Личная гигиена при занятиях физической культурой, спортом и туризмом. Утренняя зарядка. Утренний и вечерний туалет, контрастный душ. Закаливание. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Организация простейших наблюдений за состоянием самочувствия и здоровья. Обязанности санитара туристской группы по контролю за соблюдением правил личной гигиены юными туристами.

***Практические занятия***

Игра «Упаковка продуктов питания для перекуса во время зимней туристской прогулки». Личная гигиена на зимнем привале при организации перекуса.

**2.7. Оказание первой доврачебной помощи**

Оказание первой доврачебной помощи при различных заболеваниях и травмах. Материалы для обработки ран и наложения повязок. Растяжение, вывих.Характеристика травм. Необходимая помощь. Профилактика.

Ожоги, обморожения.Причины, признаки, виды ожогов и обморожений. Профилактика ожогов и защита организма от мороза.

Укусы животных и кровососущих насекомых.Правила обработки ран и наложения повязок. Профилактика укусов клещей и других насекомых.

Отравление. Профилактика пищевых отравлений. Признаки, оказание необходимой помощи.

Тепловой и солнечный удар.Причины и признаки. Профилактика, необходимая помощь.

***Практические занятия***

Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшим.

**2.8. Обработка ран, ссадин, мозолей и наложение простейших повязок**

***Практические занятия***

Обработка ранок, ссадин, мозолей. Наложение повязок.

Игра «Айболит»: необходимая доврачебная помощь условно пострадавшему.

**2.9. Индивидуальная и групповая медицинская аптечки**

Комплектованию групповой (индивидуальной) медицинской аптечки для туристской прогулки. Состав индивидуальной и групповой аптечки. Назначение медикаментов, витаминов и перевязочных материалов, их упаковка и требования к хранению и использованию, сроки хранения медикаментов и их маркировка.

***Практические занятия***

Упаковка и маркировка аптечки. Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки. Игра «Лучший знахарь» (назначение медикаментов, лекарственных растений и народных средств).

**2.10. Способы транспортировки пострадавшего**

Способы транспортировки пострадавшего. Организация транспортировки пострадавшего при различных травмах и заболеваниях: вывихах, тепловом ударе, отравлении и др. Правила транспортировки пострадавшего по лестницам, склонам (спуски и подъемы) при различных травмах. Взаимопомощь в туристской группе при транспортировке пострадавшего.

***Практические занятия***

Изготовление средств для транспортировки пострадавшего из курток, штормовок.

Транспортировка пострадавшего на пересеченном рельефе на руках, с помощью простейших транспортных средств (носилок из штормовок, курток).

1. **Основы краеведения**

**3.1 По страницам истории.**

Изучение истории возникновения города и района. Основатели города. Основные исторические даты. Изучение первых улиц посёлка Верхнего и Нижнего селения. Улицы города, история возникновения, названия. Предприятия города. Город во время главных исторических событий России: ВОВ, гражданская война, репрессии и т.д.

***Практические занятия***

Экскурсии на предприятия города. Обзорные, тематические экскурсии по городу. Работа над экскурсионным проектом: « Вечный зов»

* 1. **Земляки.**

Известные люди края: врачи, художники, директора школ, поэты, музыканты прошлого столетия и наши современники.

***Практические занятия*.**

Встречи с известными людьми, взятие интервью. Написание групповой поисковой работы по истории военных судеб наших земляков, участников Великой Отечественной войны 1941-1945 гг, выступление на классном часе.

* 1. **Родословие.**

Ближайшие родственники семьи воспитанников. Родословная. Семейные традиции и праздники. География родни.

***Практические занятия***

Составление совместно с родителями родословной, генеалогического древа. Рассказы о своих друзьях, бабушках, дедушках, других родственниках. Выставка «Семейный альбом». Защита поисковой работы «Моя семья»

**3.4. Проект. Поиск. Исследование.**

Основные виды исследовательских работ. Отличие и сходство. Определение проектной деятельности, поисковой, исследовательской, поисково-исследовательской. Определение научного исследования. Цели и задачи научного исследования, классификация. Основные требования предъявляемые к научному исследованию. Формы и методы научного исследования. Теоретический уровень исследования, основные его элементы. Эмпирический уровень исследования и его особенности. Этапы научно-исследовательской деятельности. Правильная организация. Формулирование темы научного исследования. Постановка проблемы исследования, её этапы. Определение цели и задач исследования. Планирование научного исследования.

***Практические занятия***

Определение исследовательских работ среди других. Проведение алгоритма исследования на примере сказочных героев и героев мультфильмов.

* 1. **Объект и предмет исследования. Методы исследования.**

Субъект и объект научного исследования. Интерпретация основных понятий. План и его виды. Определение предмета и объекта исследовании. Определение понятий «информация» и «научная информация» . свойства информации. Основные требования, предъявляемые к научной информации. Источники информации. Основные виды работы с информацией. Работа с книгой. Ведение записей. Работа со словарём. Сбор материала на объекте. Устный источник. Работа с респондентом.

***Практические занятия***

Определение предмета и объекта исследования. Составление плана исследования. Проведение алгоритма исследования на примере сказочных героев и героев мультфильмов.

**3.6. Защита исследования, проекта, поиска**.

Требования к исследовательским работам. Введение, теоретическая, практическая часть, заключение, словарь, литература, приложение. Требования к написанию тезисов, выступление на публике, культура публичных выступлений.

***Практические занятия***

Написание своих мини-работ и их защита.

* 1. **Этнография – наука о народах.**

Что такое этнография. Что она изучает. Народы проживающие в нашем крае. Уклад жизни местных жителей. Народные жилища. Изучение видов жилищ башкирского и русского народов. Их сходства и различия. Приметы, связанные со строительством. Костюмы и украшения русского и башкирского народов. Повседневная одежда и обувь башкирского и русского народов. Материал для их изготовления. Праздничная одежда и обувь. Сходства и различия. Украшения. Временные изменения. Приметы и поверья связанные с одеждой, символы в одежде, узоры и их значение.

Поверья, приметы, обряды. Что такое поверья, приметы, обряды. Какие существуют традиционные народные поверья, приметы, обряды. Ребята их изучают, проходит опрос. Какое место в жизни занимают приметы и поверья, Нужно ли в них верить. Что такое обряд. Смысл обрядов. Для чего они нужны. Имена, что они значат. Значение имени в жизни человека. Ребята готовят объяснение значения своего имени. Схоже ли это описание с чертами их характера. Ребята изучают родильный обряд в башкирской семье. Имя наречение. Как выбирали имена. Для чего ребенку давали два имени. Русский фольклор. Народные игры.изучение фольклора: песни, частушки, игры.

***Практические занятия***: ребята рисуют дома русские и башкирские, их убранство. Придумывают и рисуют домовых. Экскурсия в музей лицея – интерната. (этнографический музей). Ребята рисуют костюмы, украшения. Придумывают свои, делают эскизы. Итоговое занятие по последним темам. Вопросы – ответы, анализ полученных результатов. Конкурс на лучший эскиз праздничных костюмов башкирского и русского народов. Ребята изучают самый известный на Руси обряд «Праздник березки». Ребята самостоятельно ищут сведения о нем. Подготовка к проведению обряда. Пишем сценарий, выбираем слова. Подготовка костюмов. Групповая работа. Проводим обряд «Праздник березки». Ребята изучают родильный обряд в русской семье, рассматривая временные изменения. «День частушки» подготовка и проведение. Поисковая индивидуальная работа среди родственников, одноклассников, учителей «Наши игры».

**4.Азбука ориентирования.**

**4.1. Компас и его устройство**

Знакомство с компасом – прибором для определения сторон горизонта. История создания компаса. Виды компасов по их назначению (морские, геологические, спортивные, учебные, горные и пр.). Направления С, З, Ю и В на циферблате компаса. Устройство компаса и его работа. Компас Адрианова и спортивный компас.

***Практические занятия***

Обсуждение эпизодов из книг, кинофильмов или мультфильмов, герои которых пользуются компасом. Проведение опыта с намагниченной иглой. Знакомство с компасом для ориентирования на местности и правилами работы с ним.

**4.2. Ориентирование по компасу**

Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование компаса. Определение направлений С, З, Ю и В при помощи компаса.

***Практические занятия***

Определение направлений С, З, Ю, В на КП, установленных в зале, классе, на школьном дворе, на удаленные предметы во время туристской прогулки.

**4.3 Карта и компас. Условные топографические знаки.**

Овладение навыками чтения карты. Ориентирование спортивной карты по сторонам горизонта (по компасу) Ориентирование спортивной карты по предметам и линейным ориентирам на местности. Движение по карте. Ориентирование по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам, по линейным ориентирам.

Топознаки водных объектов, сооружений, растительности и пр. Простейшие условные знаки. Чтение карты с помощью знаков.

***Практические занятия***

Формирование умений и навыков движения по карте полигона с использованием дорожно-тропиночной сети. Ориентирование по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам в условиях леса, речной долины.

Рисовка условных знаков планов местности и спортивных карт. Топографический диктант, кроссворд. Понятие «легенда». Формирование навыков чтения легенды маршрута туристской прогулки, выполненной условными знаками плана местности.

Овладение навыком составления легенды и движения группы по легенде, выполненной условными знаками.

**4.4. Туристское ориентирование**

Виды туристского ориентирования (летние и зимние). Права и обязанности участников соревнований по ориентированию. Элементарные способы изображения легенды КП и их назначение. Карточка участника для отметки на КП и правила пользования ею.

***Практические занятия***

Выбор оптимального пути (его рисование на карте) до нужного КП по линейным ориентирам (дорожкам, тропам и др.) на старте. Чтение пути движения до КП по выбранному маршруту.

*Прохождение маршрутов ориентирования по выбору.* Правила и условия соревнований туристского ориентирования по выбору. Определение победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути и количества КП. Прохождение дистанции в ближнем окружении школы или в парке группами по 5–6 человек в сопровождении старшеклассников.

*Прохождение маршрута ориентирования в заданном направлении.* Правила и условия соревнований туристского ориентирования в заданном направлении. Последовательность взятия КП. Прохождение дистанции в группами по 5–6 человек в сопровождении педагога.

**4.5. Экскурсионное ориентирование**

Виды экскурсионного ориентирования.

***Практические занятия***

Выявление по обозначенному маршруту памятников истории, архитектуры, искусства, природы и т. п. в ближнем окружении микрорайона, школы (населенного пункта) по их описанию. Нанесение объектов на план маршрута движения по микрорайону (населенному пункту) под руководством педагога (старших школьников). Соблюдение правил перехода пешеходами улиц при организации движения

**5. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка**

**5.1 Общая физическая подготовка и оздоровление организма**

Основная цель утренней физической зарядки. Значение совершенствования выносливости и морально-волевых качеств. Развитие общей и специальной выносливости, кроссовая подготовка. Совершенствование функциональных возможностей обучающихся (гимнастика, спортивные игры, походы выходного дня). Развитие силы. Соблюдение личной гигиены при занятиях физическими упражнениями.

***Практические занятия***

Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения. Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантином», прыжки в длину и высоту. Бег с препятствиями. Спортивные (в том числе народные) игры.

Упражнения на развитие гибкости, быстроты и пластичности. Навыки расслабления мышц после занятий физическими упражнениями.

* 1. **Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающихся**

Входное тестирование и диагностика(проводится осенью). Рассказ детей о своих друзьях и одноклассниках «Я и мой класс (объединение)». Рисование на темы: «Мои друзья», «Мой класс».

Выявление психолого-педагогического портрета окружения обучающихся в учебном классе (объединении дополнительного образования). Физическое развитие и подготовленность, самоконтроль учащихся.

Проведение психолого-педагогических тестов с целью сопоставления обучения и развития обучающихся.

**Констатирующее тестирование и диагностика** (проводится весной)

Организация самоконтроля за соблюдением режима дня (совместно с родителями воспитанников) Анализ параметров физического развития организма обучающихся: поведение контрольных тестов с целью выявления динамики общего физического и функционального развития воспитанников за год.

**Учебно-тематический план**

**(третий год обучения)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов | Кол-во часов |
| всего | теория | практика |
| **1. Введение** |
| 1.1 | История отечественного туризма | 8 | 3 | 5 |
| 1.2 | Правила поведения юных туристов-краеведов | 8 | 2 | 6 |
|  | **16** | **5** | **11** |
| **2. Азбука туризма** |
| 2.1 | Основы безопасности в природной среде | 2 | 2 | - |
| 2.2 | Личное и групповое снаряжение и уход за ним | 6 | 2 | 4 |
| 2.3 | Организация биваков и охрана природы | 4 | 1 | 3 |
| 2.4 | Туристская группа в походе: преодоление естественных препятствий. | 8 | 2 | 6 |
| 2.5 | Питание туристской группы | 4 | 2 | 2 |
| 2.6 | Личная гигиена туриста | 2 | 1 | 1 |
| 2.7 | Оказание первой доврачебной помощи | 2 | - | 2 |
| 2.8 | Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок, жгутов и шин | 4 | 2 | 2 |
| 2.9 | Медицинская аптечка | 2 | – | 2 |
| 2.10 | Способы транспортировки пострадавшего | 2 | 1 | 1 |
|  | **36** | **13** | **23** |
| 1. **Основы краеведения**
 |
| 3.1 | Исследование. | 12 | 4 | 8 |
| 3.2 | Объект и предмет исследования, методы исследования.  | 8 | 3 | 5 |
| 3.3 | Защита проекта, поиска, исследования.  | 26 | 6 | 20 |
| 3.4 | Родословие | 8 | 2 | 6 |
| 3.5 | Земляки | 20 | 2 | 18 |
| 3.6 | Культурное и природное наследие | 26 | 8 | 18 |
| 3.7  | Этнография – наука о народах.  | 65 | 16 | 49 |
| 3.8  | Экскурсоведение.  | 35 | 13 | 22 |
|  | **200** | **54** | **146** |
| 1. **Азбука ориентирования**
 |
| 4.1 | Топографическая и спортивная карты. Условные топографические знаки | 11 | 4 | 7 |
| 4.2 | Ориентирование по карте и компасу, азимут | 8 | 2 | 6 |
| 4.3 | Ориентирование на местности | 10 | 2 | 8 |
| 4.4 | Туристское ориентирование | 4 | – | 4 |
| 4.5 | Экскурсионное ориентирование | 11 | 3 | 8 |
|  | **44** | **11** | **33** |
| **5. Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка** |
| 5.1 | Общая физическая подготовка и оздоровление организма | 22 |  | 22 |
| 5.2 | Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающихся | 6 | – | 6 |
|  | **28** |  | **28** |
| **Итого за период обучения:**  | **324** | **83** | **241** |

**Содержание программы третьего года обучения**

**1. Введение**

**1.1. История отечественного туризма**

Отечественные мореплаватели, путешественники и исследователи. Туристы и путешественники родного края. Знакомство с туристами-старшеклассниками своей школы (учреждения дополнительного образования) и их деятельностью (вечер-встреча). Подведение итогов общественно полезных дел объединения за прошедший год.

***Практические занятия***

Рассказы воспитанников о наиболее ярких впечатлениях, полученных летом от оздоровительных туристских прогулок, экскурсий, походов. Подведение итогов 2-го года занятий, выяснение основных знаний, умений и навыков, полученных за два года занятий. Выявление (совместно с воспитанниками) положительной динамики занятий оздоровительно-познавательным туризмом в объединении. Постановка целей и задач на новый год занятий. Уточнение интересов и пожеланий обучающихся.

Оформление выставки (экспозиции) из творческих работ (фотографий, рисунков, рассказов, поделок и пр.) воспитанников по итогам года занятий и летнего отдыха.

**1.2. Правила поведения юных туристов-краеведов**

Охрана природной среды (зеленой зоны) в своем микрорайоне и городе, посильное участие в ее улучшении. Кодекс чести юного туриста. Девизы: «В здоровом теле – здоровый дух», «Чистота – залог здоровья», «После тебя должно стать лучше, чем было до тебя». Взаимопомощь и взаимовыручка. Готовность оказать помощь слабым и тем, кто в ней нуждается. Уважение к коллективу (группе), стремление к сплоченности. Ответственность за порученное дело. Правила хорошего тона, взаимоотношения между мальчиками и девочками в туристской группе. Подготовка и участие в туристских прогулках, экскурсиях, походах, в спортивно-оздоровительных состязаниях, играх и соревнованиях. Права и обязанности участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и игр. Спортивное и неспортивное поведение. Укрепление своего здоровья. Аккуратность, пунктуальность, соблюдение чистоты и порядка. Соблюдение правил культурного поведения в местах туристских прогулок и экскурсий.

***Практические занятия***

Туристская прогулка в лес, в парк с целью закрепления знаний и навыков межличностных взаимоотношений, поведения в природе, на улице и в транспорте, а также выявления навыков наблюдательности, вежливости, отзывчивости, доброты, внимания. Ролевые игры по правилам взаимоотношений между мальчиками и девочками; правилам хорошего тона; правилам поведения участников спортивно-туристских состязаний, соревнований и пр.

Совместное оформление впечатлений от прогулки. Обсуждение работы членов группы и коллектива (команды) в целом.

**2. Азбука туризма.**

**2.1 Основы безопасности в природной среде**

Необходимость выполнения требований руководителя туристской (экскурсионной) группы; соблюдения порядка и тишины на привале и во время движения группы. Взаимопомощь и доброжелательность во взаимоотношениях в туристской группе – одно из условий безопасности.

Правила поведения у водоемов и при организации купания в них. Поведение во время различных природных явлений. Правила пожарной безопасности при обращении с огнем (костром), действия при обнаружении незатушенных костров (сильного задымления) в лесу. Безопасность при сборе лекарственных растений, цветов, грибов, ягод. Соблюдение мер безопасности во время туристской прогулки (похода); опасные (ядовитые) растения и животные своего края. Требования безопасности при выполнении природоохранных мероприятий (утилизация мусора, бытовых отходов)

**2.2 Личное и групповое снаряжение и уход за ним**

Личное снаряжение юного туриста для участия в однодневном походе, экскурсии, соревнованиях. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезоном года и погодными условиями. Особенности личного снаряжения для походов летних, зимних и в межсезонье и требования к нему: практичность, удобство и пр. Личная аптечка и ремонтный набор. Требования к упаковке продуктов для перекуса. Упаковка рюкзака для похода (правильная, в том числе и с точки зрения гигиены, его укладка и упаковка; индивидуальная регулировка рюкзака). Уход за личным снаряжением и его своевременный ремонт. Предметы личной гигиены юного туриста (полотенце, мыло в футляре, зубная щетка в футляре, зубная паста и пр.). Групповое снаряжение (котелки, таганок, костровый тросик, саперная лопатка, топоры, пилы, рукавицы) и кухонное (клеенка, половники, ножи, терки, мешки и пакеты для упаковки продуктов). Палатки и тенты, их виды и назначение, устройство палаток и тентов, правила ухода за ними и их ремонт. Колышки и стойки для палатки и уход за ними. Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения краеведческих, исследовательских заданий. Фотоаппараты, видеокамера в туристской группе. Аптечка и ремонтный набор. Маршрутные документы и туристские схемы и карты. Навигационное оборудование и снаряжение. Специальное снаряжение (веревки, карабины) и требования, предъявляемые к нему. Уход за снаряжением, сушка и ремонт.

***Практические занятия***

Укладка рюкзачка для туристского однодневного похода, размещение снаряжения в рюкзаке. Подгонка и регулировка рюкзака для похода. Ремонт личного снаряжения, знание назначения предметов личного ремнабора и правил обращения (работы) с ними. Упаковка и распределение группового снаряжения между участниками туристской прогулки, однодневного похода. Составление перечня необходимого группового снаряжения для туристского похода (зимнего и летнего). Распределение группового снаряжения, упаковка рюкзачков для совершения похода. Организация ремонта группового снаряжения членами туристской группы. Изготовление обуви или одежды из подручных материалов. Игра-состязание «Как и чем отремонтировать личное снаряжение?» (выбор способов штопки, наложения заплат, заклеивания, пришивания пуговиц или ремонта молний, пришивание лямок или тесемок, ремонт лыж, ботинок и пр.) Игра-сбор для выяснения и корректировки умения воспитанников готовиться к участию в туристских мероприятиях.

**2.3. Организация биваков и охрана природы**

Требования к бивакам в зимнем походе (дрова, источники воды, безопасность, эстетичность). Устройство и оборудование бивака в зимнем походе: кострище, место для приема пищи, для отдыха, для гигиены и умывания, для забора воды (снега) и мытья посуды. Особенности разведения костра в зимнем походе.

Охрана природы в туристском походе или на экскурсии. Правила заготовки дров для костра (печки) в зимнем лесу. Уборка места бивака туристской группой. Утилизация пищевых и бытовых отходов.

Основные типы туристских костров: «нодья», «звездный», их назначение. Костры в лесу, на опушке, у реки; летом, в межсезонье и зимой. Заготовка дров, их разделка с соблюдением мер безопасности. Заготовка растопки для костра и ее хранение. Упаковка спичек и сухого горючего. Правила безопасности при работе с туристской печкой для палатки «Зима».

***Практические занятия***

Игра в спортивном зале «Организация походного бивака туристской группы». Распределение и выполнение должностных обязанностей между членами туристской группы. Планирование бивака на местности. Организация бивачных работ. Разбивка лагеря в зимнем походе (на прогулке). Природоохранные мероприятия, очистка мусора на прилегающей к биваку территории и его утилизация. Выбор места для костра и его обустройство. Разведение костра костровым из заготовленного топлива и растопки. Приготовление пищи на костре. Организация дежурства для поддержания костра. Соблюдение правил безопасности при работе у костра. Проверка комплектации палатки перед выходом. Снятие палатки и ее упаковка для транспортировки.

Изготовление простейших укрытий от дождя, ветра в лесу, у реки из подручных средств (шалаш, навес, ветрозащитная стенка).

**2.4. Туристская группа в походе. Преодоление естественных препятствий.**

Способы безопасного преодоления препятствий с туристским рюкзачком. Организация движения группы в однодневном походе по пересеченной и залесенной местности, преодоление водных преград, крутых склонов, траверсы склонов «серпантином», движение вдоль шоссе. Переправа через условное болото с наведением кладей (жерди). Переправа через условное болото по кочкам. Переправа через канавы, завалы. Переправа вброд. Оказание взаимопомощи.

***Практические занятия***

Туристский учебный поход. Маршрут туристской группы. Движение в походной колонне, преодоление естественных препятствий в туристском однодневном походе (на прогулке). Скорость движения, темп и ритм. Интервал между туристами в группе. Движение по склонам, в лесу, преодоление водных преград. Разведка пути движения и требования к знаниям и умениям юных разведчиков. Распорядок походного дня однодневного похода. Работа направляющего и замыкающего, разведчиков и штурмана, хронометриста группы. Организация привалов. Взаимопомощь в туристской группе.

Просмотр сюжетов видеофильмов.

**2.5. Питание туристской группы**

***Практические занятия***

Основные продукты питания для приготовления пищи в походе. Составление меню для туристских походов, экспедиций с расчетом требуемых продуктов. Хранение продуктов. Распределение продуктов в туристской группе. Завхоз по питанию туристской группы и его обязанности. Дежурные повара, их обязанности и организация дежурства.

Приготовление пищи в полевых условиях на костре (при участии и при контроле взрослых: родителей, педагога).

**2.6. Личная гигиена туриста**

***Практические занятия***

Соблюдение правил личной гигиены на туристских прогулках и в походах, при организации перекусов. Личная гигиена на привале, при организации перекуса, приготовлении пищи и ее приеме. Гигиена ног в походе. Способы закаливания организма. Работа санитара в туристской группе. Простейшие приемы самомассажа и их выполнение после физических упражнений. Ведение дневника наблюдений за самочувствием. Просмотр и обсуждение видеосюжетов о приемах выполнения восстановительного самомассажа и о закаливании организма. Приборы для измерения температуры тела. Способы измерения пульса. Основные показатели состояния здоровья и самочувствия юных туристов.

Измерение температуры тела и пульса до занятий физическими упражнениями и по их окончании. Ведение дневника наблюдения за состоянием здоровья и самочувствием (личного и туристской группы) в течение года и в туристском походе (на прогулке).

**2.7. Оказание первой доврачебной помощи**

***Практические занятия***

Оказание первой доврачебной помощи при ранах, порезах, ссадинах, ушибах, мозолях, растяжениях, вывихах. Требования к материалам для обработки ран и наложения повязок. Использование медикаментов и лекарственных растений.

Первая помощь при переломах конечностей. Иммобилизация, транспортировка пострадавшего.

Правила обработки ран и наложения повязок при укусах змей, ядовитых насекомых.

**2.8. Обработка ран, ссадин и наложение простейших повязок, жгутов и шин**

***Практические занятия***

Отработка способов обработки ран, ссадин, наложение жгутов и шин. Игра «Айболит» (необходимая доврачебная обработка и наложение простых повязок на конечности).

**2.9. Медицинская аптечка**

***Практические занятия***

Состав медицинской аптечки для туристской прогулки (индивидуальной и групповой). Упаковка и маркировка аптечки. Проверка ее комплектности, срока годности медикаментов, их упаковки. Использование лекарственных растений для настоев и заварки чая.

**2.10. Способы транспортировки пострадавшего**

***Практические занятия***

Организация транспортировки пострадавшего при различных травмах. Способы транспортировки. Простейшие средства для транспортировки пострадавшего в условиях похода. Изготовление транспортных средств из курток, штормовок, спецполотна. Транспортировка пострадавшего на пересеченном рельефе. Взаимопомощь при транспортировке пострадавшего.

**3. Основы краеведение.**

**3.1. Исследование.**

Основные виды исследовательских работ. Отличие и сходство. Определение научного исследования. Цели и задачи научного исследования, классификация. Основные требования предъявляемые к научному исследованию. Формы и методы научного исследования. Теоретический уровень исследования, основные его элементы. Эмпирический уровень исследования и его особенности. Этапы научно-исследовательской деятельности. Правильная организация. Формулирование темы научного исследования. Постановка проблемы исследования, её этапы. Определение цели и задач исследования. Планирование научного исследования.

***Практические занятия***

Определение и выбор темы краеведческих исследовательских работ. Проведение необходимой до- исследовательской работы.

**3.2 Объект и предмет исследования. Методы исследования.**

Субъект и объект научного исследования. Интерпретация основных понятий. План и его виды. Определение предмета и объекта исследовании. Определение понятий «информация» и «научная информация» . свойства информации. Основные требования, предъявляемые к научной информации. Источники информации. Основные виды работы с информацией. Работа с книгой. Ведение записей. Работа со словарём. Сбор материала на объекте. Устный источник. Работа с респондентом. Тестирование. Анкетирование. Опрос. Моделирование.

***Практические занятия***

Определение предмета и объекта своего краеведческого исследования. Составление плана исследования. Определение и выбор методов и способов исследования.

**3.3 Защита исследования, проекта, поиска**.

Требования к исследовательским работам. Введение, теоретическая, практическая часть, заключение, словарь, литература, приложение. Требования к написанию тезисов, выступление на публике, культура публичных выступлений. Требования к электронной презентации. Внешний вид. Культура речи.

***Практические занятия***

Написание своих мини-работ и их защита. Составление презентации.

**3.4. Родословие.**

***Практические занятия***

Составление совместно с родителями генеалогического древа своей семьи. Профессии и увлечения членов семьи, бабушек, дедушек и других ближайших родственников (династии и родословная).

Составление рассказов о профессиях и работе родителей, старших братьев или сестер.

**3.5. Земляки**

Знакомство с национальностями, проживающими в своей местности. Известные люди края: врачи, художники, директора школ, поэты, музыканты прошлого столетия и наши современники.

***Практические занятия*.**

Встречи с известными людьми, взятие интервью. Написание поисковой работы по теме «Педагоги – участники Великой отечественной войны»

**3.6. Культурное и природное наследие**

Достопримечательности своего района (населенного пункта), охрана памятников истории, природы, культуры и архитектуры.

Памятники природы родного края. Редкие и исчезающие растения и животные родного края. Сезонные изменения в жизни фауны и флоры. Растения и животный мир леса, луга, берега реки. Голоса птиц и животных, следы их жизнедеятельности в лесах, парках и других закрытых пространствах (по сезонам года). Краеведческие задания и их выполнение на экскурсии.

***Практические занятия***

Походы выходного дня к памятникам природы: гора Арвяк-рязь, кедровый питомник, вековая лиственница и т.д., наблюдение за поведением птиц, животных. Выполнение краеведческих заданий (сбор сведений о местах обитания редких растений и животных родного края). Сбор лекарственных растений по маршруту группы. Изготовление скворечников, кормушек. Подведение итогов.

Ведение дневников наблюдений за природой. Рисунки о том, что увидели на туристской прогулке, экскурсии, в походе. Обсуждение рисунков, поделок из природных материалов и защита работ их авторами. Экскурсия в заводской музей для знакомства с миром профессий. Соблюдение правил поведения и культуры общения в культурно-зрелищных учреждениях, музеях. Оформление газеты-отчета об экскурсии.

**3.7. Этнография – наука о народах.**

 Мир фольклора – мир народной мудрости. Потешки, скороговорки. Небылицы и их место в жизни. Детская обрядовая поэзия. Отражение человеческой жизни в игре. Соответствие игр календарному годовому кругу. Припевы в играх. Их особенности. Призывы к игре – кричалки. Роль комментатора в игре. Народный календарь. Языческие и Христианские праздники на Руси. Составление сценария обряда, особенности каждого персонажа. Составление паспорта обряда, роль комментатора. Выбор ремесла для конкурса «Город мастеров». Народный костюм. Ремесла.

***Практические занятия****:* Освоение песенного материала посиделок. Хороводы. Святочный репертуар. Игры – посиделки деревенской молодёжи. Выбор игры для городского фестиваля «Истоки». История, составление паспорта игры. Отработка сюжета игры для конкурса. «Я – это моя команда». Подготовка сценария к конкурсу представления команд. Выбор обряда для городского фестиваля «Истоки», работа над поиском материала. Подготовка костюмов и атрибутики. Отработка ролей каждого персонажа. Репетиции обряда и визитки. Подготовка выставки для конкурса «город мастеров». Участие в мастер классах по подготовке к городскому фестивалю. Групповая консультация по участию в фестивале «Истоки» и участие в нём. Изготовление изделий: цветы, бусы из войлока, плетение корзин, коробов. Пошив народных костюмов.

**3.8. Экскурсоведение.**

Экскурсия, её сущность. Классификация экскурсий. Из истории экскурсионного дела в Европе и в России. Современное состояние экскурсионного дела. Основные признаки классификаций экскурсий (по составу экскурсантов, по содержанию, по тематике, по месту проведения, по форме проведения, по способу передвижения). Показ и рассказ в экскурсии. Время в экскурсии и его роль. Методика составления экскурсий

Основные ступени подготовки новой экскурсии: предварительная работа, непосредственная разработка самой экскурсии, заключительный этап. Схема экскурсии: вступление, основная часть, заключение. Определение вида экскурсии. Название экскурсии. Цели и задачи. Маршрут экскурсии. Требования к экскурсии. Продолжительность экскурсии. Экскурсионный объект. Его сущность. Классификация экскурсионных объектов: по содержанию, по функциональному значению, по степени сохранности. Технологическая карта экскурсии. Экскурсоводческое мастерство. Манеры поведения экскурсовода и его внешний облик. Культура поведения экскурсовода, речь, жесты и их значение. Разработка историко-этнографического экскурсионного маршрута (экскурсии). Групповая консультация по подготовке к городскому конкурсу «Разработка историко-этнографического экскурсионного маршрута».

**Практические занятия.**  Учет особенностей экскурсантов (возраст, уровень образования, род занятий и т.п.) при проведении экскурсии (составление таблицы).

Отбор объектов и их оценка для раскрытия содержания экскурсии.Разработка собственного маршрута, отбор. Определение темы, цели экскурсии. Составление текста. Заполнение технологической карты экскурсии. Разработка экскурсии на местности. Проведение экскурсий по выбранным темам. Экскурсии в городской музей, картинную галерею, музей милиции с целью с ознакомлением и сравнением работы экскурсовода. Конкурс «Разработка историко-этнографического экскурсионного маршрута» (экскурсии).

**4. Азбука ориентирования.**

**4.1 Топографическая и спортивная карты. Условные топографические знаки.**

Топографическая и спортивная карта. Рельеф и его изображение. Горизонтали. Сетка карты. Магнитные меридианы. Простейшие приемы зарисовки местности в туристском походе. Способы изображения на планах и картах различных природных и искусственных объектов и сооружений. Условные знаки. Изображение местности на спортивных картах. Обязанности топографа и штурмана туристской группы.

***Практические занятия***

Чтение карты. Чтение рельефа по карте. Работа с топографическими и спортивными картами разного масштаба. Рисовка основных условных знаков спортивных и топографических карт. Топографический диктант, кроссворды. Чтение карт. Сбор карты (мозаики) по образцу. Составление легенды движения группы из набора условных знаков. Движение по карте с использованием форм рельефа, линейных ориентиров.

**4.2** **Ориентирование по карте, компасу. Азимут.**

Ориентирование компаса. Правила работы с компасом. Азимут (0, 90, 180, 270 ). Определение азимута на предметы с помощью компаса. Чтение спортивной и топографической карты. Ориентирование карты по компасу. Ориентирование карты по предметам и линейным ориентирам на местности. Движение по карте и при помощи компаса. Измерение расстояний по карте.

***Практические занятия***

Определение азимутов (0, 90, 180, 270 ) на КП, установленные в парке, в лесу на поляне. Определение азимутов на удаленные предметы во время туристской прогулки (похода). Движение по азимутам (0, 90, 180, 270 ). Игра «Найди клад» с использованием компаса (определения по азимутам). Работы с картой и компасом. Чтение карты. Измерение расстояний. Движение на местности по карте и при помощи компаса.

**4.3. Ориентирование на местности**

Ориентирование в лесу, у реки, в поле, в горах. Ориентирование по звездному небу, солнцу. Измерение расстояний на местности временем движения, парами шагов и пр. Ориентирование по линейным ориентирам и рельефу, по описанию (легенде) и по компасу (азимут). Выбор оптимального пути движения. Ориентирование в лесных массивах. Границы полигонов. Действия в аварийной ситуации.

***Практические занятия***

Ориентирование по легенде, по азимутам *с использованием расстояний* в парке, небольшом лесном массиве. Ориентирование по рельефу. Ориентирование в лесных массивах. Формирование навыка ориентирования в границах полигона (между дорог, тропинок, просек). Действия в аварийной ситуации.

**4.4 Туристское ориентирование**

Правила соревнований по туристскому ориентированию. Права и обязанности участников соревнований. Подготовка к старту. Действия спортсмена на финише и после его прохождения.

Легенды КП. Карточка для отметки на КП. Номер участника и требования к его креплению.

Использование линейных ориентиров, троп, дорожек и рельефа для передвижения при ориентировании на местности. Движение по азимуту между троп и дорожек. Контуры растительности (лесных массивов, кустарника).

***Практические занятия***

Вычерчивание пути своего движения при ориентировании. Выбор оптимального пути из различных вариантов движения на КП.

Прохождение маршрута по ориентированию по легенде. Понятие «ориентирование по легенде».

Прохождение маршрутов по ориентированию по выбору. Понятие «ориентирование по выбору». Правила и условия соревнований ориентирования по выбору. Определение победителей на дистанциях по выбору. Выбор оптимального пути и количества КП. Прохождение дистанции группами (звеньями) по 2–3 человека.

Прохождение маршрута по ориентированию в заданном направлении*.* Понятие «ориентирование в заданном направлении». Правила и условия соревнований ориентирования в заданном направлении. Последовательность взятия КП. Прохождение дистанции группами (звеньями) по 2–3 человека.

**4.5. Экскурсионное ориентирование**

***Практические занятия***

Памятники истории, архитектуры, искусства и т. п. в микрорайоне школы, городе (районе). Поиск объектов по плану микрорайона с использованием легенды маршрута движения звеньями (по 2–3 воспитанника под руководством старшеклассника) с соблюдением правил перехода улиц. Участие в краеведческом ориентировании.

**5. Общая спортивно-оздоровительная и физическая подготовка.**

**5.1. Общая физическая подготовка и оздоровление организма**

Комплекс утренней физической зарядки. Гигиена при занятиях физическими упражнениями.

***Практические занятия***

Обучение основам техники бега. Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Спортивные игры. Гимнастические упражнения. Плавание.

Бег в колонне по одному по пересеченной местности, бег по лестнице, бег «серпантином», прыжки в длину и высоту. Бег с препятствиями. Бег по склонам. Плавание. Спортивные (в том числе народные) игры.

**5.2.Психолого-педагогическое тестирование и анализ физического развития обучающихся**

Рассказ детей о своих друзьях и товарищах, рисование на темы: «Я и мои друзья – туристы», «Туристская группа в походе». Выяснение психолого-педагогического портрета обучающихся. Выявление межличностных взаимоотношений и неформальных лидеров. Проведение психолого-педагогических и функционально-физических тестов с целью сопоставления и прослеживания динамики развития обучающихся, коррекции и дозирования нагрузок и объемов физических нагрузок.

**Констатирующее тестирование и диагностика** (проводится весной)

Организация самоконтроля за соблюдением режима дня (совместно с родителями воспитанников) Анализ параметров физического развития организма обучающихся: поведение контрольных тестов с целью выявления динамики общего физического и функционального развития воспитанников за год.

**Контроль результатов обучения за весь период работы**

По завершении обучения по программе «Практическое краеведение» обучающиеся **должны знать***:*

- историю, природу, культуру этнографию г. Белорецк и Белорецкого района;

- ономастику, легенды края;

- известных людей города, их биографию;

- исторические факты и даты;

- произведения литературы, музыки, художественного творчества о крае;

- основные формы, методы, приемы исследований;

**уметь:**

- сопоставлять исторические факты и применять полученные знания на практике;

- собираться в поход и организовывать бивак;

- работать с картой, ориентироваться в лесу и в городе;

- оказывать первую медицинскую помощь;

- находить необходимую информацию в различных источниках, анализировать и обрабатывать ее;

- собирать краеведческий материал, обрабатывать его, представлять;

- ставить задачи, определять объект и предмет исследований;

- проводить исследования, оформлять их, публично защищать работу;

- составлять, оформлять и представлять экскурсии;

- писать сценарии и выступать на сцене;

- взаимодействовать в команде в процессе совместной деятельности;

**проявлять:**

- интерес к истории и культуре родного края;

- ответственность, настойчивость, целеустремленность в достижении цели деятельности;

- чувства сопричастности к судьбе родного края.

**Критерии оценки результативности программы «Юные исследователи земли белорецкой» :**

1. Уровень полученных знаний, умений, навыков (тестирование, наблюдение, опрос, анализ)

2. Сохранение контингента воспитанников в кружке по годам обучения. (анализ) и комплектование групп детей для реализации препрофессиональных программ дополнительного образования детей («Студия этнографии», «Я-исследователь», «Народный костюм») из числа обучающихся, освоивших программу «Юные исследователи земли белорецкой». (анализ)

1. Участие в массовых туристско-краеведческих, туристско-спортивных и экскурсионных мероприятиях. Успешность. (анализ).
2. Уровень здоровья обучающихся (тестрование)
3. Уровень самооценки и уровень способности к рефлексии у воспитанников. (Устойчивые интегративные личностные новообразования, возникающие в подростковом периоде, характеризующие произвольность поведения и являющиеся стержневой основой становления личности ребенка) Тестирование. Анализ.

**III. Условия реализации программы.**

**Рекомендуемый перечень**

**учебного оборудования, туристского снаряжения и инвентаря**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование | Кол-во единиц |
|  | Палатки туристские | Компл. |
|  | Тенты для палаток (нижние) | Компл. |
|  | Тенты для палаток (верхние) | Компл. |
|  | Колышки для палаток | Компл. |
|  | Стойки для палаток | Компл. |
|  | Веревка основная (40 м) | 1 шт. |
|  | Компас жидкостный для ориентирования | Компл. |
|  | Призмы для ориентирования на местности | Компл. |
|  | Компостеры для отметки прохождения КП | Компл. |
|  | Секундомер электронный | 2 шт. |
|  | Аптечка медицинская в упаковке | Компл. |
|  | Топор в чехле | 2 шт. |
|  | Таганок костровой | 2 шт. |
|  | Тросик костровой | 1 шт. |
|  | Рукавицы костровые (брезентовые) | Компл. |
|  | Тент хозяйственный | 1 шт. |
|  | Клеенка кухонная | 2 шт. |
|  | Посуда для приготовления пищи (ножи, терка, консервный нож и т. п.) | Компл. |
|  | Каны (котлы) туристские | 2 компл. |
|  | Ремонтный набор в упаковке | Компл. |
|  | Лопата саперная в чехле | 1 шт. |
|  | Проектор  | 1 шт. |
|  | Экран демонстрационный | 1 шт. |
|  | Рулетка 15–20 м | 1 шт. |
|  | Лента мерная | 1 |
|  | Карандаши цветные, чертежные | Компл. |
|  | Карты топографические учебные | Компл. |
|  | Условные знаки спортивных карт | Компл. |
|  | Условные знаки топографических карт | Компл. |
|  | Фильм «Туристский поход» (Ч. 1. Ориентирование на местности по карте и компасу. Пешеходные походы) | 1 экз. |
|  | Маршрутные документы (маршрутные листы) | Компл. |
|  | Карты спортивные, планы местности, планы микрорайона школы, карты своей местности | Компл. |
|  | Предметы утвари, народные костюмы | компл |
|  | Фотографии | компл |
|  | Фотоаппарат  | 1 шт |
|  | ПК | 1 шт |

**Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения учащегося**

1. Рюкзачок для туристских прогулок и походов выходного дня (для 3-го года занятий рюкзак А-60 л).
2. Спальный мешок.
3. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве.
4. Обувь спортивная.
5. Сапоги резиновые.
6. Фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л).
7. Головной убор.
8. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм).
9. Спортивный тренировочный костюм.
10. Свитер шерстяной.
11. Брюки ветрозащитные.
12. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной).
13. Блокнот и ручка.
14. Мазь от кровососущих насекомых.
15. Варежки (для лыжных походов).
16. Коврик туристский.
17. Перчатки рабочие.
18. Носки шерстяные.
19. Сидушка походная.

 **Список рекомендуемой литературы для педагога:**

1. Алферов Р., Дмитриев А. Хумай – птица счастья. – Уфа, 2000.

2. Арсланова А.М. (зам. главного редактора), Фахретдинов М.М. (ответственный редактор) Белорецкая Энциклопедия. – Белорецк: (ИП Абдуллин Р.К.), 2007.

3. Белорецкий П. Другая история Белорецка

4. Винклер П.П. Гербы городов, губерний, областей и посадов Российской империи, внесенные в полное собрание законов с 1649 по 1900 год / П. П. фон Винклер. – Спб.: изд. Книгопродавца Ив. Ив. Ивановича, тип. И.М. Комелова, 1899

5. Владимир Пропп – Исторические корни волшебной сказки. – Лабиринт, 1998

6. Детские подвижные игры народов СССР: Пособие для воспитателя дет. сада/Сост. А.В. Кенеман; Под ред. Т.И. Осокиной. – М.: Просвящение, 1988. – 239с.: ил.

7. Круглова Л.Д. Воробьёв А.Н. Империя Белорецкой Железной Дороги. – Магнитогорск, 2013.ф

8. Куприянов Б.В., Рожков М.И., Фридман И.И.Организация и методика проведения игр с подростками: Взрослые игры детей: Учебно-методическое пособие. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.

9. Мы мечтали о жизни достойной [Текст]/А.В.Егоров.- Уфа: Полиграфкомбинат, 2000.-272 с.

10.Обвинцев Н. Овчаренко В. М.: «Сталь варить – не веревки вить». // Белорецкий субботний курьер. 1999. 12 июля. № 37. с.2.

11.Ожегов С. И. и Швецова Н. Ю. Толковый словарь русского языка: 80000 слов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов, Н. Ю. Швецова – 4-е изд., дополненное. – М.: ООО «А ТЕМП», 2007, с. 128

12.Прочнее стали. Р. Алферов. Историко-художественный очерк – Башкирское книжное издательство, 1954

13.Семёнова М.В. Мы славяне. – Спб: Азбука-классика, 2009.

14.Технология игры в XXI веке. Игровые формы и методы в работе детских общественных объединений для установления равных возможностей детей и изучение и прав. -М., 1999.

15.Ткачев А. Белорецк: страницы истории. Кн. 1, 2. — Белорецк, Издательство «Белорецкий Дом печати», 2003, с. 140.

16.Энциклопедия обрядов и обычаев Спб.: «РЕПЛЕКС». 1996г.

17. Я познаю мир: Детская энциклопедия. М.: АСТ: Астрель, 2005

**Список литературы для обучающихся:**

1. Алферов Р., Дмитриев А. Хумай – птица счастья. – Уфа, 2000.

2. Арсланова А.М. (зам. главного редактора), Фахретдинов М.М. (ответственный редактор) Белорецкая Энциклопедия. – Белорецк: (ИП Абдуллин Р.К.), 2007.

3. Белорецкий П. Другая история Белорецка

4. Круглова Л.Д. Воробьёв А.Н. Империя Белорецкой Железной Дороги. – Магнитогорск, 2013.ф

5. Мы мечтали о жизни достойной [Текст]/А.В.Егоров.- Уфа: Полиграфкомбинат, 2000.-272 с.

6.Ожегов С. И. и Швецова Н. Ю. Толковый словарь русского языка: 80000 слов и фразеологических выражений / С. И. Ожегов, Н. Ю. Швецова – 4-е изд., дополненное. – М.: ООО «А ТЕМП», 2007, с. 128

7.Ткачев А. Белорецк: страницы истории. Кн. 1, 2. — Белорецк, Издательство «Белорецкий Дом печати», 2003, с. 140.

8.Энциклопедия обрядов и обычаев Спб.: «РЕПЛЕКС». 1996г.

9. Я познаю мир: Детская энциклопедия. М.: АСТ: Астрель, 2005