БЕРЕЗОВСКИЙ ФИЛИАЛ

КРАЕВОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО АВТОНОМНОГО

ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

«ЕМЕЛЬЯНОВСКИЙ ДОРОЖНО-СТРОИТЕЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

**ПРОГРАММа ДОПОЛНИТЕЛЬНого ОБразования**

**ТРОПИНКАМИ КРАЯ**

для профессий среднего профессионального образования

п. Березовка, 2020

**1. Пояснительная записка**

Данная программа дополнительного образования способствует развитию профессиональной компетенции Туризм. Программа составлена на основе авторской программы комплексной туристско – краеведческой подготовки (авторы А.Евтушенко, И.Стороженко), опубликованной в сборнике авторских программ дополнительного образования детей (Москва: Народное образование, - 2002), и адаптирована к условиям работы туристическогообъединения.

Пешеходный туризм - самый распространенный и доступный вид туризмадля обучающихся, основой которого является организация самодеятельноготуристского похода, включающего в себя активный отдых, углубление знанийполученных на дисциплинах: история, математика, литература,физика, основы безопасности жизнедеятельности и других специальных знаний. Походы по родному краю, работа в коллективе содействует общекультурному уровню иэкологическому воспитанию, формирует любовь к большой и малой Родине.

Главная задача пешеходного туризма —удовлетворить естественную потребность студентов в непосредственном познании мира, кроме того, туризм в силу специфики деятельности и воспитательной среды предоставляет большие возможности в деле дополнительной профессиональной ориентации обучающихся. В туристской деятельности трудовое воспитание сливается с политехническим образованием, которое студенты получают, осваивая сложные туристские навыки: пошив и ремонт рюкзаков, палаток, спальных мешков, изготовление и совершенствование оборудования и др. Любой профессиональный работник детского туризма всегда назовет вам десятки примеров, того, как походы помогли молодым людям найти свое дело в жизни. Этому содействуют ролевые позиции обучающихся в туристской группе, устанавливающиеся при получении ими походной должности. Так же, во врем походов, туризм неотделим от углубленного изучения истории, природы и культурыродного края — своей малой родины, и о нем можно говорить не только как обуникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурно - патриотического воспитания.

Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возрослаопасность природных и техногенных катастроф, террористических актов,необходимо использовать возможности туризма для подготовкиобучающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций.Растущая отчужденность между людьми вызывает необходимостьиспользовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Цель программы — формирование здорового образа жизни средствамитуризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальнойадаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и дополнительного профессионального самоопределения личности.

Задачи:

* развивающие:

расширение и углубление знаний обучающихся, дополняющихобщеобразовательную программу по естествознанию, ОБЖ;

расширение и углубление знаний обучающихся по истории родного

края и района.

* обучающие:

приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом;

приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;

обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с

проблемами экологии и охраны природы.

* воспитательные:

содействие гармоничному развитию личности, совершенствование

духовных и физических потребностей;

формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;

формирование гуманного отношения к окружающей среде;

выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.

Дополнительная образовательная программа рассчитана на 2 года обучения и полностью соответствует существующей нормативной документации, регламентирующейнаполняемость объединений, выделение учебных часов на подготовку ипроведение походов в зависимости от степени сложности.

Для зачисления в объединение, работающее по данной программе,специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, неимеющие медицинских противопоказаний. Для контроля качества усвоения программы разработана система контроля.

Для реализации программы используются разнообразные формы работы: проведение соревнований по туризму, ориентированию, топографии, военно-спортивные игры, краеведческо - экскурсионные мероприятия (экскурсии, краеведческие викторины).

Походы проводятся в соответствии с программой, начиная с однодневных, и далее — до сложных многодневных спортивных маршрутов (походы проводятся сразличной тематикой и направленностью: изучение родного края, по местамбоевой славы, спортивные походы и др.).

Прогнозируемые результаты и критерии их оценки:прямыми критериями оценки результатом обучения служит успешное усвоение программы по годам обучения, участие в походах, разработка маршрутов.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива объединения (группы), заинтересованность участников в выбранном видедеятельности, привитие любви и уважения к своей малой Родине, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге — воспитание физически здоровых.

В процессе обучения предусматриваются: итоговая и промежуточная аттестации, теоретические зачеты, тестирование, зачетные соревнования имногодневные походы.

**2. Количество часов на усвоение программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Наименование тем, разделов | Количество часов | | |
| всего | теория | практика |
|  | Вводное занятие, введение в программу дополнительного образования | 2 | 2 | - |
|  | Из истории развития Российского туризма | 4 | 4 | - |
|  | Личное и групповое туристическое снаряжение | 4 | 2 | 2 |
|  | Организация, подготовка и проведение походов, организация бивака, приготовление пищи, безопасность участников. | 17 | 4 | 13 |
|  | Туристская техника | 10 | 2 | 8 |
|  | Топография и ориентирование. | 6 | 2 | 4 |
|  | Доврачебная медицинскаяпомощь. | 8 | 2 | 6 |
|  | ПВД (походы выходного дня), экскурсии | 15 | - | 15 |
|  | Разработка туристского маршрута | 10 | 2 | 8 |
|  | Итоговое занятие | 4 | 2 | 2 |
| Итого: | | 80 | 22 | 58 |
|  | |  |  |  |

3. Содержание программы

1. Вводное занятие - знакомство с программой туристко-краеведческой подготовки; чем полезны и интересны походы и экскурсии.

2. История и развитие туризма и его виды. Зарождение туризма в дореволюционной России и во всем мире, первые походы. Зарождение спортивного туризма. Виды туризма, их особенности. Пешеходный, горный, водный, лыжный и вело туризм.

3. Личное и групповое туристическое снаряжение. Личное снаряжение туриста пешеходника, перечень основных предметов: рюкзак (типы рюкзаков, оборудование рюкзака), коврик, сидушка, накидки, одежда и обувь, умывальные принадлежности и пр. Правила ухода за личным снаряжением. Ремонт снаряжения. Правила укладки рюкзака. Проведение игры «Что взять с собой в поход». Групповое снаряжение туристов: палатки, спальники, костровое снаряжение, тенты, аптечка, ремонтный набор, хозяйственный набор и т. д. Ремонт снаряжения. Тип палаток и их постановка. Хранение и переноска посуды. Топоры, пилы и требования к ним.

4. Организация, подготовка к туристическим походам, подведение итогов. Обеспечение безопасности. Цели и задачи похода. Комплектование группы, распределение обязанностей. Разработка маршрута, подготовка снаряжения. Организация питания в походе. Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий). Правила поведения в общественном транспорте. Значение дисциплины в походе. Правила обращения с огнем. Составление отчета о походе, паспорта маршрута.

5. Туристская техника. Вязка узлов. Подъем спортивным способом. Спуск спортивным способом. Переправа по бревну. Преодоление условного «болота». Подъем по склону с альпенштоком. Спуск по склону с альпенштоком. Прохождение «траверса», параллельных перил.

6. Топография и ориентирование. Масштаб карты (линейный, числовой). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты (20-25 знаков). Компас и его устройство. Что такое азимут. Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Топографический диктант. Разбор топографического диктанта. Повторение плохо усвоенных топографических знаков. Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный. Приложение на карте маршрута по его, текстовому описанию (по легенде). Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов).

7. Доврачебная медицинская помощь, самоконтроль. Что такое самоконтроль, умение измерить ЧСС. Личная гигиена туриста. Подгонка обуви как предотвращение потертостей мозолей. Умение оказать помощь при наминах, потертостях, мозолях, при повреждениях кожи, растяжениях мышц, вывихе сустава. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями. Наложение повязок. Состав минимальной аптечки для ПВД. Умение организовать транспортировку пострадавшего.

8. Походы выходного дня. Проведение туристических походов: однодневный туристический поход-1; двухдневный туристический поход-1. В результате этих походов студенты приобретут опыт движения по маршрутам, ознакомятся с природой и достопримечательностями своего края. Во время учебно-тренировочных походов занимающиеся отрабатывают полученные теоретические знания на практике по разделам ориентирования, организации движения, преодоления различных естественных препятствий, наблюдения и отчетов.

9. Разработка туристского маршрута. Разработка новых уникальных туристских маршрутов. Составление карты – схема маршрута. Определение требований безопасности на маршруте.

10.Итоговое занятие. Подведение итогов за первый год обучения.

По завершении программы обучающиеся должны:

знать:

- порядок организации и проведения походов выходного дня;

- правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии, туризма; - основы туристической техники;

- основы топографии и ориентирования;

- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

- опасные и ядовитые растения, растущие в окрестностях города;

- историю города.

уметь:

- передвигаться по дорогам, тропам в составе группы;

- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для ПВД;

- преодолевать несложные естественные препятствия;

- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне по спортивному ориентированию;

- оказывать элементарную медицинскую помощь;

- ориентироваться на местности.

4. Методические рекомендации по реализации программы

Во время теоретических занятий используются:

различная литература: Ю.С.Самохин «Туризм в детском оздоровительном лагере», Н.Б.Садикова «1000 + 1 совет туристу: школавыживания», И.Н.Крайнова «Узлы: простые, забавные, сложные.», Ю.А.Штюрмер«Краткий справочник туриста», методическая разработка «Узлы, применяемые втуристском многоборье», методическая разработка «Технические приемы,применяемые на соревнованиях по туризму», «Руководство для судей иучастников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма»,методическая разработка «Туристические маршруты по Красноярскому краю», методическая разработка «Советы организатору туристско-краеведческогокружка», методическая разработка «Как правильно оформить отчет о походе»,«Рабочая тетрадь по туризму», А.А.Михайлов «Игровые занятия в курсе ОБЖ»,В.В.Шумилова «Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма»,авторские программы элективных курсов «Школа безопасности», «Мы и дорога». Компьютерные обучающие и развивающие программы – CD игра«Спортивное ориентирование», CD «Знаки топографии», CD «ОБЖ», CD «Азбукаориентирования», CD «Тур-Тула», CD «Школа безопасности, CD «Основы здорового образа жизни»;

комплект обучающих таблиц-плакатов – «Первая медицинская помощь при различных травмах», «Индивидуальные средства защиты», «Приборырадиационной разведки», «Автономное выживание».

Во время практических занятий используются:

туристское снаряжение – веревка различной длины и толщины, туристические палатки с тентами и стойками, спусковое устройство, прусик,страховочная система, карабины, компасы рюкзаки и др.;

медицинские приборы – бинты, вата, жгуты кровоостанавливающиерезиновые, индивидуальные перевязочные пакеты, ватно-марлевые повязки, респираторы, противогазы, шинный материал и др.

Во время подведения итогов по темам или разделам проводятся:

тесты- «Основы медицинских знаний», «Выживание в условиях автономного существования», «Ориентирование»;

проверочные работы - «Знаки топографии», «Ориентирование»;

карточки-задания по различным темам;

игры, викторины, КВН – «Внимание авария», «Безопасная дорога»,

«Лото», «Огонь – друг и враг человека»;

походы – проведение однодневных-двухдневныхтуристических походов различной направленности и категории сложности;

соревнования – участие в соревнованиях и тематических вечерах, центром Туризма города Красноярска.

5. Литература

Учебная литература:

1. Арефьев В. Е. Введение в туризм. Барнаул, 2002

2. Даньшин Н. К. Организация и технология туризма. Донецк, 2006.

3. Квартальнов В. А. Теория и практика туризма. М., 2003.

4. Костюкова О. И. Основы туризма. Владивосток, 1998.

5. Менеджмент туризма. Туризм как вид деятельности.//Н. И. Гаранин, И. В.Зорин, Е. Н. Ильина, В. А. Квартальнов и др. М., 2001.

6. Окишев П. А. Основы туризмоведения. Томск, 2005.

7. Организация туризма.//Под ред. Н. И. Кабушкина. Мн., 2005.

Дополнительная литература:

1. Гулиев Н. А., Кулагина Е. В. Введение в специальность: Туризм. Омск, 2002.

2. Гуляев В. Г. Организация туристских перевозок. М., 200

3. Долженко Г. П. Экскурсионное дело. М.-Ростов-на-Дону, 2005.

4. Долматов Г. М. Международный туристический бизнес: история, реальность,перспективы. Ростов-на-Дону, 2001.

5. Дроздов А. В. Основы экологического туризма. М., 2005.

6. Егоренков Л. И. Экология туризма и сервиса. М., 2003.

7. Емельянов Б. В. Экскурсоведение. М., 2004.

8. Жарков Г. Н. Правовое обеспечение международного туризма. М., 2004.

9. Ильина Е. Н. Организация водных путешествий. М., 2002.

10. Ильина Е. Н. Организация железнодорожных путешествий. М., 2003.

11. Косолапов А. Б. Теория и практика экологического туризма. М., 2005.

12. Крачило Н. П. Основы туризмоведения. Киев, 1980.

13. Курило Л. В. Краеведение и туризм. М., 1999.

14. Сборник законодательства Российской Федерации в области туризма.//С. Р.Ахмеров, Н. Ю. Репина и др. Саратов, 2002.

15. Севастьянов Д. В. Основы страноведения и туризма. СПб., 2003.

16. Седова Н. А. Культурно-просветительный туризм. М., 2004.