

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Центр образования
«Санкт-Петербургский городской Дворец творчества юных»
Отдел гуманитарных программ и детских социальных инициатив

СОГЛАСОВАНО

Заведующий отделом
ГПиДСИ

 В.А.Петрова

Протокол педагогического совета

№ 7 от «20» мая 2014

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор
ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ»

 М.Р.Катунова

Приказ № 1849
от «19» июня 2014



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ (ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ)
ПРОГРАММА

Туристско-краеведческого клуба «Тури»

Срок реализации программы: 4 года

Возраст обучающихся: 10 - 16 лет

Автор-составитель:

Сафонова Наталия Алексеевна,
педагог дополнительного образования

Рассмотрено Методическим советом

ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ»

Протокол № 8 от «17» июня 2014 г.

Санкт-Петербург
2014

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа туристско-краеведческого клуба «Тури» (далее, Программа) имеет **туристско-краеведческую направленность**.

Туризм и краеведение открывает большие возможности для приобретения многих важных для жизни общеобразовательных и специальных знаний, различных умений и навыков, способствует укреплению здоровья. В основу туристско-краеведческой деятельности, под которой мы понимаем активность учащихся по знакомству с окружающим миром, изучению, исследованию и освоению природной и социокультурной среды средствами детско-юношеского туризма и краеведения. Наиболее эффективными из них являются походы, экскурсии, туристско-краеведческие экспедиции. Как вид спорта, туризм, доступный практически каждому, формирует волевые качества характера. Как образ жизни, позволяет обрести опыт работы с различными инструментами, обеспечить безопасное существование в природных условиях. Занятия туризмом позволяют психологически подготовить личность к нестандартным ситуациям и к адекватной реакции в экстремальных условиях жизни.

В основу программы положены концепции:

1. Туристско-краеведческой деятельности, разработанная А.А.Остапцом-Свешниковым.. Основные положения концепции сводятся к следующему:

- Всесторонне развитие личности, здоровый образ жизни
- Единство туризма и краеведения
- Освоение окружающего мира «по спирали»- от родного дома до границ своего Отечества и зарубежных стран. Углубленно – от созерцания к исследованию
- Цикличное построение туристско-краеведческой деятельности: подготовка, проведение. Подведение итогов.
- Самоуправление туристско-краеведческой группы. Распределение должностей среди участников для обеспечения жизнедеятельности группы.
- Выполнение нравственно-этической основы туристско-краеведческой деятельности, содержащей общечеловеческие ценности. Соблюдение законов, правил, норм, заповедей и традиций, необходимых как во время похода, так и в жизни.
- На каждом этапе туристско-краеведческой деятельности сочетание обучения, воспитания и оздоровления

2. Концепция И.П. Иванова (1923-1992) коллективного творческого воспитания.

- Сущность концепции - общая творческая забота обучающихся и педагогов об улучшении окружающей жизни. Тактика воспитательных отношений «содружества старших и младших» в совместной творческой деятельности, технология « коллективной творческой деятельности».

Концептуальные идеи, принципы:

- идея включения воспитанников в улучшение окружающего мира;
- идея соучастия воспитанников в воспитательном процессе;
- коллективно – деятельностный подход к воспитанию: коллективное целеполагание, коллективная организация деятельности, коллективное творчество, эмоциональное насыщение жизни, организация соревновательности и игры в жизнедеятельности воспитанников;
- комплексный подход к воспитанию;
- личностный подход, одобрение социального роста воспитанников

Новизна программы

Выражена в целостном системном подходе к процессу развития личности в быстро меняющихся условиях окружающей жизни: социальной и природной среды Личность мы рассматриваем как субъект разносторонней жизнедеятельности, познающей, разумно потребляющей, активно влияющий на свою и окружающую жизнь. Результатом является

компетентностный подход к разным сторонам жизни подростка. Для этого создается система условий:

✓ отбор содержания программы: включение элементов научных дисциплин наук о природе (география, метеорология, астрономия, геология, экология, ботаника, зоология, археология, палеонтология); наук о социуме (история, обществоведение, экономика, этнография, психология, культуроведение.) При этом сохраняются единство курсов и этапов освоения материала.

✓ подбор средств: лекции, семинары, практические занятия, экскурсии, тренировки, походы, учебно-тренировочные сборы, зачеты

✓ организация форм жизнедеятельности коллектива: общий сбор, совет клуба, творческое объединение, совет дела, совет выпускников, родительский комитет.

Содержание изучаемого материала делится на модули: «Туристские знания и умения», «Общекультурная подготовка» («Валеология», «Краеведение», «Социализация», «Клубная деятельность», проведение слетов и соревнований). Принцип отбора содержания от простого - к сложному. Содержание программы строится по принципу расширяющейся спирали. Каждый модуль повторяется на новом этапе при переходе на следующий год обучения

Актуальность программы:

Данная общеобразовательная программа позволяет создать оптимальные условия для развития личности ребенка. Возможность создания таких оптимальных условий мы видим в том, что сам туризм и краеведение как форма жизнедеятельности это и область человеческих знаний. И образ жизни, и вид спорта, и форма проведения досуга, и способ самовыражения личности, самосовершенствования и оздоровления организма.

Программа **предназначена** для подростков **10-16 лет**, обоих полов, имеющих интерес к туристско-краеведческой деятельности, желающих найти свой круг общения, потребность в самореализации, самоутверждении.

По данной программе могут обучаться, как и **новички**, так и те, кто уже имеет опыт походов и хочет углубить свои знания. **Не исключается составление индивидуального маршрута** прохождения программы. Для этого на первом этапе знакомства с обучающимися проводится анализ уровня знаний, конкретных умений, психологической готовности и социального развития личности подростка.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что туристско-краеведческое объединение в системе дополнительного образования дает возможность свободы выбора занятий по интересам: формировать определенный стиль отношений между педагогами и воспитанниками, нивелировать индивидуалистические тенденции в развитии личности, формируя заботливое отношение к окружающей жизни и людям. В процессе жизнедеятельности коллектива личность поэтапно овладевает различными ролями (командир группы, завхоз, костровой, врач, штурман, краевед, летописец, фотограф, судья, контролер, инструктор), что дает возможность реализовать себя в разных областях туристской и социальной деятельности.

Цели и задачи программы

- создание условий для развития личности ребенка в процессе занятий туристско-краеведческой деятельности и раскрытию его творческого потенциала.
- формирование общей культуры личности и развитие индивидуальных качеств подростка в коллективной деятельности.

Программа направлена на решение следующих задач:

1. Освоение определенной системы знаний по туризму и краеведению, географии, психологии, экологии, социальным проблемам
2. Овладение умениями и навыками туристско - краеведческой деятельности в рамках каждого курса.
3. Формирование морально-волевых и психологических качеств личности.
4. Развитие навыков здорового образа жизни.

5. Формирование гражданственности и патриотизма.
6. Формирование гуманистического отношения к людям, самому себе и окружающей жизни.

Содержание программы строится на данных современной психологии показывающей, что у каждого ребенка от природы имеется четыре группы задатков:

- интеллектуальные, мыслительные, связанные с особенностями памяти, типом внимания;
- инструментальные, включающие двигательные способности, реакцию, на овладение орудиями труда, на развитие пространственного мышления;
- художественные, связанные с наличием различных групп анализаторов, специфики эмоциональной атмосферы;

-социальные, определяемые принадлежностью к интровертам и экстравертам, а значит, расположением контактов с другими людьми.

Эти задатки могут развиваться, могут оставаться нереализованными в зависимости от обстоятельств, условий развития, от целенаправленного включения ребенка в деятельности и обучении. В жизнедеятельности человек развивается и формируется как личность.

Под *развитием* - подразумевается процесс последовательных прогрессивных внутренних и внешних умений, который характеризуется переходом от низших к высшим формам и уровням жизнедеятельности человека. Таким образом, в ходе развития количественные изменения переходят в качественные, к образованию нового качества, появлению новых структур в организации, психике, социальных проявлениях личности. Именно поэтому Программа содержит не только образовательные блоки прикладных знаний, но и блок клубной работы. Мы знаем, что человек имеет биологические и социальные факторы развития. К числу социальных факторов развития относится и воспитание. Однако, влиянием биологических и социальных факторов нельзя объяснить процесс развития. Следовательно, важным для его понимания является положение об активности личности, которая в ходе практики, преобразуя окружающий мир, преобразует себя.

Следовательно, для полноценного развития всех человеческих сил жизненно необходима активность самого человека, основными формами проявления которого являются деятельность и общение. Именно в них совершенствуются или замирают данные природой задатки или компенсируются. В известной мере, их отсутствием.

Программа способствует формированию ценностных ориентации:

- гражданское отношение к социальной и природной жизни;
- заботливое отношение к окружающим людям, к себе;
- формирование качеств гуманной личности.

Структура содержания программы

Программа делится на 4 курса. В каждом курсе присутствует 2 модуля. Первый модуль туристские знания, умения, навыки. Второй модуль - общекультурная деятельность, включающая в себя разделы: краеведения, социализация, валеология, клубная деятельность, проведение соревнований и слетов. Мы знаем, что человек имеет биологические и социальные факторы развития. К числу социальных факторов развития относится и воспитание. Однако, влиянием биологических и социальных факторов нельзя объяснить процесс развития. Следовательно, важным для его понимания является положение об активности личности, которая в ходе практики, преобразуя окружающий мир, преобразует себя.

Следовательно, для полноценного развития всех человеческих сил жизненно необходима активность самого человека, основными формами проявления которого являются деятельность и общение. Именно в них совершенствуются или замирают данные природой задатки или компенсируются нереализованные способности. Этим объясняется включение в Программу не только образовательных разделов прикладных знаний, но и туристскую, социальную практику и клубную деятельность.

Отличительные особенности данной программы в том, что она позволяет создать оптимальные условия для развития личности ребенка. Возможность создания таких условий мы видим в том, что сам туризм и краеведение как форма жизнедеятельности это и область

человеческих знаний. И образ жизни, и вид спорта, и форма проведения досуга, и способ самовыражения личности, самосовершенствования и оздоровления организма. При этом содержание программы включает в себя сочетание трех функций жизнедеятельности детского объединения: учебной деятельности, клубной и общественно-полезной работы. Содержание образовательной программы предполагает поэтапное создание условий для развития личности, познающей, чувствующей, действующей в природной и социальной среде.

Для достижения поставленных задач устанавливаются контакты с семьей и организуются следующие события:

1. Проведение родительских собраний:

- **стартовые:** для родителей кружковцев первого года обучения. Знакомство с традициями и программой клуба. Требования к обучающимся в ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ».

- **текущие:** для родителей кружковцев 2-4 годов обучения. Знакомство с программой работы клуба на конкретный год. Поведение итогов летних походов и экспедиций.

- **тематические.** Перед конкретными мероприятиями. Походами, экспедициями, выездами.

2. Организация совместных клубных дней: «День рождения клуба», «Вечер выпускников», соревнования «Папа, мама, я – туристская семья», «Привет, новичок!».

3. Участие родителей в тренировках, экскурсиях, выездах, походах, экспедициях.

4. Работа родительского комитета. В течение года. Сборы 1 раз в квартал.

5. Индивидуальная работа с семьей по решению проблемных ситуаций.

Формы и режим занятий:

Форма организации деятельности: групповая, индивидуально-групповая.

Занятия по данной программе, включают в себя теоретические занятия (аудиторные), практические (аудиторные и на выездах), тренировки, практикумы, соревнования, походы выходного дня, экскурсии, туристско-краеведческие экспедиции, сборы по ОФП, учебно-тренировочные сборы, экскурсионные выезды, выполнение домашних работ и заданий, деловые игры, конкурсы

Изучение теоретического и практического материала частично реализуется на выездах и учебно-тренировочных сборах.

Формы занятий: лекции, ситуативные игры, лекция-визуализация, экскурсии, практикумы, мастер-классы, походы, экспедиции.

В воскресенье выезды - 8 часов, экскурсии - 4 часа, клубные праздники - 6 часов.

Однодневный дальние выезды в Приозерск, Выборг, Капорье, Старую Ладугу – 12 часов.

Часть педагогической нагрузки вырабатывается на каникулах, выходные и праздничные дни.

Походы, экспедиции, сборы. Нагрузка 8 часов ежедневно.

Сроки реализации программы – 4 года на бюджетной основе.

1 год обучения - «Погружение»

Группы 1 года обучения составляют учащиеся в количестве от 15 человек в группе.

Учебная нагрузка 216 часов. Теоретические занятия - 1 раз в неделю по 2 академических часа.

Практические занятия - 1 раз в неделю по 4 академических часа.

Задачи:

Обучающие: получить знания по основам туризма в разделах азимут, питание, костер, бивак, снаряжение. О гигиенических требованиях, правилах наложения повязок. Получить знания о темпераменте.

Развивающие: овладение умениями и навыками необходимыми в походах выходного дня пеших походах, экскурсионных выездах. Развитие зрительной памяти и умение ориентироваться в природном окружении.

Воспитательные: формирование волевых качеств, умение строить отношения со сверстниками и педагогами, уважительно относиться к окружающим. Реализовать себя в клубной деятельности.

Ожидаемые результаты

Раздел	Знания	Умения	Навыки
Туризм	Техника безопасности. Базовые по темам ориентирование, питание, туристский быт, снаряжение	Подбирать личное и общественное снаряжение ставить палатку, разжигать 2-3 вида костра, определять азимут, готовить простейшие блюда на костре.	В сборке рюкзака, определению азимута, разведению костра.
Валеология	О гигиенических требованиях к участникам похода. Приемах самоконтроля. О правилах наложения повязок	Соблюдение правил личной гигиены а походе. Контролировать свое самочувствие. Накладывать повязки: круговую черепичную, чепец, шапочку Гиппократова, крестообразную.	Правильный подбор одежды, обуви для различных видов путешествий.
Социализация	Понятие о темпераменте, экстраверсии, интроверсии.	Определять ведущие типы темперамента	Общения в малой группе.
Клубная деятельность	История ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ». Традиции и история ТКК «Тури»	Выполнять отдельные поручения в коллективной творческой деятельности (КТД)	В четком и ответственном подходе к любому поручению

II год обучения- «Наполнение»

Группы 2 года обучения составляют учащиеся от 12 человек в группе. Учебная нагрузка 288 часов. Теоретические занятия 1 раз в неделю по 2 часа. Практические занятия на выездах в воскресенье и праздничные дни, в каникулы – 6 часов.

Задачи:

Обучающие: развитие знаний об основах экологии, физиологии человека, топографии, технике безопасности в различных видах путешествий, медицине, краеведению.

Развивающие: закрепление базовых умений в соответствии с индивидуальными особенностями учащихся. Овладеть техникой лыжных ходов. Научиться приемам восстановительного массажа.

Воспитательные: помочь научиться работать в команде, брать на себя ответственность за конкретное дело, научиться творчески подходить к любому заданию.

Ожидаемы результаты

Раздел	Знания	Умения	Навыки
Туризм	О правилах прохождения элементов туристской полосы и преодоления естественных препятствий, знания по топографии, стратегии и тактике ориентирования. Составление маршрутов	Преодолевать естественные препятствия и этапы веревочного курса. Двигаться на лыжах классическим и коньковым ходами. Ориентироваться по природным и искусственным объектам. Овладеть техникой гребли	В движении на лыжах, спусках, подъемах, торможении. В работе с компасом и картой. В подборе личного и общественного снаряжения для пеших, лыжных и

	походов, способы организации движения на маршруте. Снаряжения для водных, лыжных походов	на лодках.		водных путешествий.
Валеология	О физиологии и анатомии человека. О способах остановки всех видов кровотечений, классификации травм. Переломах и способах оказания доврачебной помощи. Основные приемы восстановительного массажа	Проводить массаж отдельных групп мышц. Оказывать доврачебную помощь при переломах, о остановке кровотечений. Изготавливать шины из подручного материала.		Овладение навыками самомассажа.
Краеведение	Исторические, природные памятники Ленинградской области. Краеведческие знания о местах походов и путешествий.	Вести сбор краеведческого материала.		В работе с источниками информации по краеведению.
Социализация	Об особенностях своей личности. Понятие самооценки.	Умение понимать других людей.		В общении со сверстниками и взрослыми.
Клубная деятельность	О детских и молодежных общественных объединениях Санкт-Петербурга.	Работать в составе совета дела или творческой группы.		В организации традиционных дел клуба.

III год обучения - «Утверждение»

Группы 3 - 4 годов обучения составляют учащиеся в количестве 12 -10 человек. Учебная нагрузка 360 часов. Теоретические занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 часа, 4 часа практические занятия на выездах. Или теоретические занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 часа, практические занятия – 4 часа. Часть теоретических и практических занятий во время комплексной туристско-краеведческой практики (в рамках накопительной системы).

Задачи:

Обучающие: расширение взглядов на явление окружающей жизни в природе и социуме и свои возможности в различных видах деятельности;

Развивающие: освоить технику пешеходного туризма, проводить соревнования, составлять отчеты,, умение преодолевать различные препятствия.,вести наблюдения. Закрепление умений, навыков необходимых в пеших и водных походах II категории сложности.

Воспитательные: развитие устойчивой мотивации и возможностей личности в различных сферах жизнедеятельности детского объединения, способность к принятию решений в нестандартных ситуациях;

Ожидаемы результаты

Разделы	Знания	Умения	Навыки
Туризм	О составлении	Грамотно оформлять	В преодолении

	<p>походной документации: маршрутные листы, заявочные книжки, письменные отчеты. Об этапах развития туризма в истории человеческой цивилизации. О методике наблюдений метеорологических, гидрологических. О технике вязания туристских узлов. О туристских нормативах в разных видах путешествий. Об организации соревнований по различным видам туризма. О преодолении препятствий в водных пеших лыжных, горных походах</p>	<p>походную документацию. Проводить простейшие метеорологические и гидрологические наблюдения. Вязать до 10 типов узлов. Рассчитывать категорию похода. Проводить соревнования по разным видам туризма. Управлять байдарками и катамаранами.</p>	<p>различных видов препятствий на маршруте в пеших, горных и водных походах.</p>
Валеология	<p>О лекарственных препаратах и препаратах народной медицины. О сложных заболеваниях в походе и правил оказания доврачебной помощи.</p>	<p>Составлять походную аптечку, использовать средства народной медицины. Изготавливать средства иммобилизации и переноски пострадавших.</p>	<p>Оказание доврачебной помощи при травмах и заболеваниях в походе. Использование приемов восстановительного массажа и само массажа</p>
Краеведение	<p>О краеведческих объектах Ленинградской области.</p>	<p>Собирать и обрабатывать материал по краеведению.</p>	<p>В работе с источниками информации по краеведению.</p>
Социализация	<p>О целях, их выборе, об этических ценностях</p>	<p>Выбирать проблему, ставить цель, принимать решение. Умение отстаивать собственную позицию.</p>	<p>В решении проблемных ситуаций.</p>
Клубная деятельность	<p>О детском движении в России и в мире. (СПО-ФДО, Димси, скауты и др.)</p>	<p>Организовывать и проводить блок коллективного творческого дела.</p>	<p>Расширение навыков в организации различных творческих дел клуба.</p>

IV год обучения - «Совершенствование»

Группы 4 года обучения составляют учащиеся в количестве 10-12 человек. Продолжительность программы 360 часов. Теоретические занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 академических часа, 4 часа - практические занятия на выездах. Или теоретические занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа, практические занятия – 4 академических часа. В том числе тренировки, соревнования, учебно-тренировочные сборы, экскурсии, походы выходного дня, экскурсионные выезды, клубные дни. Часть теоретических и практических занятий во время комплексной туристско-краеведческой практики (в рамках накопительной системы).

Задачи:

Обучающие: получить устойчивые знания о травмах, возможных в походных условиях и способах оказания доврачебной помощи, экологических проблемах региона, знать как действовать в аварийной ситуации. формирование убеждений и собственной позиции во взаимодействии с окружающей жизнью и людьми

Развивающие: развитие потребностей, способностей и привычек в самосовершенствовании, самореализации и передаче своего опыта младшим. Закрепление умений, навыков необходимых в пеших походах I категории сложности и водных походах II категории сложности, дальних путешествий.

Воспитательные: формирование навыков организатора туристских праздников, игр, соревнований, коллективных творческих дел.

Ожидаемы результаты

Разделы	Знания	Умения	Навыки
Туризм	Об основных документах регламентирующих туристско-краеведческую деятельность. О способах выживания в разных природных зонах.	Подготавливать документацию и разрабатывать маршруты. Адекватно действовать в экстремальных ситуациях.	В аварийном ориентировании, в оборудовании походных лагерей. В преодолении различных препятствий на маршруте и проведении спасательных работ.
Валеология	О комбинированных травмах, о заболеваниях, вызванных природными очагами инфекции. Концепция здорового образа жизни.	Умение оказывать доврачебную помощь в различных видах путешествий.	В оказании помощи и взаимопомощи. В изготовлении носилок и других средств иммобилизации пострадавших.
Краеведение	Об экологических проблемах современного мира. Об экологическом	Сбор и обработка краеведческого материала с использованием	В подготовке исследовательских работ по краеведению.

	состоянии Ленинградской области.	различных изучения.	методов	
Социализация	Об эмоциях, чувствах, воле. Понятие о деятельности.	Справляться с эмоциями и ситуациями.	Управлять эмоциями.	своими
Клубная деятельность	О методике работы с коллективом.	Организовать и провести коллективное творческое дело.	В работе с разновозрастными детскими объединениями.	с

Основные условия реализации целей.

Основными условиями представляются сочетание учебной (теоретико-практической работы), практики (совершение походов, экскурсий, экспедиций) и клубной работы. Формы учебной работы, используемые при изучении программы:

- лекции, семинары, домашние задания, зачеты, бригадно-лабораторные занятия, экскурсии, работа малых групп. Также важно сочетание разнообразных методов обучения - лекция, беседа, показ видео-, слайд-фильмов, самостоятельная работа в аудитории, дома, практические работы, деловые игры, конкурсы, обсуждение изучаемого материала.

Формы клубной работы - праздники, коллективные творческие дела, слеты, соревнования, традиционные клубные массовые мероприятия.

Реализация данной программы возможна педагогами-специалистами в отдельных областях знаний, туристами-практиками.

Выпускники клуба, закончившие обучение по программе могут продолжить образования в средних специальных учебных заведениях; в высших учебных заведениях и других профильных образовательных учреждениях по направлениям: медицина, туризм, география, история, спорт.

Формы контроля

1. Входной контроль.

Осуществляется перед формированием учебных групп.

Что диагностируется:

1. Уровень знаний по туризму и краеведению.
2. Практические умения по работе с компасом, разведению костра, установке палатки, заготовке дров, переноске пострадавших, приготовлению пищи.
3. Определение уровня навыков в работе с туристским инструментом и оборудованием.

Методы контроля.

Тестирование, опрос, выполнение практических заданий, ответы на теоретические вопросы, анкетирование, игры на ситуации выживания, подготовка докладов и презентаций, наблюдения за взаимодействиями участников при работе в малых группах.

Уровень результативности	Характеристика уровня результативности.
Низкий уровень знаний, умений, навыков.	Отрывочные представления о регионе, незнание краеведческих объектов Ленинградской области. Слабые представления о способах разведения костра и неумение развести костер, правилах установки палатки. Неумение определить сухие дрова в лесу и их заготовить. Частичные знания по ориентированию с помощью компаса, о методах приготовлении походных блюд. Недостаточные знания об оказании 1 медицинской помощи.
Средний уровень знаний, умений, навыков.	Знания основных географических характеристик Ленинградской области и владение информацией о 2-3 краеведческих объектах. Умение развести 1-2 вида костра, находить сухие дрова, умение безопасно осуществлять пилку дров, устанавливать палатку, проводить иммобилизацию конечностей и правильно переносить

пострадавшего (прием «руки в замке»). Умение работать с компасом и знание основных топографических знаков. Умение сварить на костре кашу.

Высокий уровень знаний, умений, навыков. Широкие географические знания о регионе северо-запада, о 4-5 краеведческих объектах Ленинградской области. Умение ориентироваться по компасу и природным объектам, «читать карту». Умение развести 3-4 вида костра, устанавливать 1-2 вида палаток. Безопасно осуществлять пилку и рубку дров. Умение накладывать 2-3 вида повязок, правильно проводить иммобилизацию верхних и нижних конечностей. Умение приготовить 2-3 блюда из походного меню.

2. Промежуточный контроль.

Что диагностируется:

1. Знания о правилах безопасного поведения при посадке и проезде в электричках, при передвижении группы на маршруте в походе выходного дня, о личном и общественном снаряжении, устройстве бивака, условных знаках топографических карт
2. Умение работать с картой и компасом, использовать разные способы измерять расстояния, правильно выбирать место лагеря и привалов.
3. Умение разводить 2-3 вида костров, собирать рюкзак, безопасно работать с туристскими инструментами.

Методы контроля. Тесты, выполнение практических заданий, ситуативные игры, теоретический зачет, практикум по различным разделам программы, экспресс-опросы.

Уровень результативности	Характеристика уровня результативности.
Низкий уровень знаний, умений, навыков.	Недостаточно уверенные знания о правилах безопасного поведения на выездах в походах выходного дня. Элементарные умения работы с компасом, недостаточные знания по чтению карты и определению сторон горизонта по природным объектам. Ошибки при выборе места бивака, подбору личного и общественного снаряжения, неверная сборка рюкзака. Нарушение алгоритма действий по разведению костра. Незнание о правилах переноски, хранения и работы с туристскими инструментами в походе. Ошибки при определении азимута на объект.
Средний уровень знаний, умений, навыков	Недостаточно уверенная работа с компасом и картой и умение ориентироваться по природным объектам. Неполное знание техники безопасности в туристском походе выходного дня. Небольшие ошибки при подборе личного и общественного снаряжения. Умение развести 2-3 вида костра в хороших погодных условиях. Устойчивые знания по переноске и хранению туристского снаряжения в походе, сборке рюкзака. Знания о принципах выбора места бивака и его составляющих. Правильно определять азимут.
Высокий уровень знаний, умений, навыков.	Уверенная работа с компасом, картой, знания других способов определения сторон горизонта. Умение определять расстояния по видимым предметам, звукам, ширины реки, высоты деревьев. Знания о технике безопасного поведения в общественном транспорте, в местах большого скопления людей, при передвижении в электричках, при движении группы по шоссе, в лесу, действия участника, если заблудился или отстал от группы. Умение правильно оценивать выбор места бивака с точки зрения безопасности. Умение разводить костры в неблагоприятных погодных условиях. Самостоятельно вести группу по азимуту.

3. Итоговый контроль.

Что диагностируется:

1. Знания по подбору, упаковке, хранению продуктов в походе, методику приготовления простейших походных блюд: каши, пюре, макароны, напитки.
2. Знания о правилах соблюдения личной гигиены и контроля самочувствия в походе.
3. Умения делать повязки: круговую, черепичную, чепец, шапочку Гиппократ, крестообразную.
4. Знания о типах темперамента человека. Умение общаться в малой группе.
5. Знания об истории Аничкова Дворца.
6. Уровень выполнения поручений в коллективной творческой деятельности.

Уровень результативности	Характеристика уровня результативности.
Низкий уровень знаний, умений, навыков.	Недостаточно уверенные знания о подборе, упаковке, хранению продуктов в походе. Умение приготовить 1-2 походных блюда. Несоблюдение правил личной гигиены в походе. Ошибки при наложении повязок. Слабые представления о темпераменте человека. Избегание выполнения поручений в походе и коллективной творческой деятельности.
Средний уровень знаний, умений, навыков	Уверенные знания по подбору, упаковке и хранению продуктов в походе. Знание правил личной гигиены. Умение наложить 2-3 вида повязок. Средний уровень коммуникативной культуры. Знание истории Аничкова Дворца. Ответственное выполнение поручений в походной группе и в коллективной деятельности.
Высокий уровень знаний, умений, навыков.	Умение приготовить до 5 блюд походной кухни. Знания по упаковке, признакам порчи и хранению продуктов в походе. Высокий уровень коммуникативной культуры. Умение рассказать об истории Учреждения, современном этапе развития. Выполнение поручений по организации работы малых групп как в походных условиях, так и в коллективной творческой деятельности.

Подведение итогов освоения программы проводится 2 раза в год в каждой группе. Формы подведения итогов: зачет, устный экзамен, тесты, деловые игры, ситуационные задания, письменные работы.

В конце каждого учебного года 1-2 мая и 8-9 мая сдается зачет по практическим умениям:

I год - учебно-тренировочный полигон УТП;

II год - учебно-тренировочный поход;

III год - программа «Соло -1»

IV год - программа «Соло - II».

Учебно-тренировочный полигон - заранее оборудованное заранее место, где проводится практический зачет для кружковцев 1 года обучения.

Темы зачета: бивачные работы, ориентирование, техника безопасности (игровые ситуации), первая медицинская помощь, питание

Учебно-тренировочный поход - 2-х дневный поход с выполнением блока заданий по пути следования по разделам: ориентирование, питание, медицина, преодоление естественных препятствий, бивачные работы, техника безопасности.

«Соло-1», «Соло-II»

Самостоятельное движение групп от момента заброски до выхода в базовый лагерь. Программы отличаются продолжительностью: «Соло-1» -1 ночевка в лесу, «Соло -II» - 2 ночевки в лесу. Для обеспечения безопасности с каждой группой идет взрослый: педагог или представитель от родителей.

По каждому зачетному заданию разработана шкала баллов, которая учитывает уровень овладения практическими умениями. Оценка коммуникативной культуры учащихся происходит в результате наблюдений, анкетирования со шкалой взаимооценок и самооценок.

Оценка результативности теоретического зачета: вопросы и задания теоретического зачета представляют собой 3 уровня.

I - воспроизведение изученного материала

II - использование знаний в привычных ситуациях

III - использование знаний в новых ситуациях

Максимальной результативностью считается такой уровень знаний и умений, который позволяет участнику обучаться по программе, быть на III ступени.

Оценка личных достижений учащихся происходит через

- выявления умений и навыков для совершения походов в соответствии с годом прохождения программы.

- судейство отдельных видов соревнований;

- проведение игр и соревнований;

- занятий для обучающихся и школьников города.

Походы и экспедиции на каникулах

Этапы	Осень	Зима	Весна	Май
1.	УТС на базах Ленинградской области, в ЗЦДЮТ «Зеркальный»	Экскурсионные выезды по Ленинградской области Лыжные тренировки.	Лыжные сборы	Зачетный УТС. Соревнования обучающихся Санкт-Петербурга на комбинированном туристском маршруте в программе «Кубок здоровья»
2.	Пеший поход II степени сложности (Ленинградская область и Северо-Запад) УТС на базах Ленинградской области.	Экскурсионные выезды в города Центрального региона России Лыжные сборы.	Лыжные сборы. Пеший поход в горных условиях II степени сложности.	Зачетный УТС. Соревнования обучающихся Санкт-Петербурга на комбинированном туристском маршруте в программе «Кубок здоровья»
3.	Пеший поход I степени сложности в горных условиях	Лыжные сборы. Экскурсионные выезды в страны ближнего и дальнего зарубежья.	Лыжные сборы. Лыжный поход 2 степени сложности.	Зачетный поход «СОЛО-1»
4.	Пеший поход 1 категории сложности. УТС на базах Ленинградской области	Лыжные сборы. Экскурсионные выезды в страны ближнего и дальнего зарубежья	Лыжный поход 1 степени сложности.	Зачетный поход «СОЛО-2»

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год «Погружение»

Разделы	№	Тема	Всего	Теория	Практика
Модуль 1. «Туристские знания, умения, навыки»					
1. Введение в специальность	1.1	Комплектование группы	2	2	
	1.2	Общеобразовательная программа ТКК «Тури»	2	2	
	1.3	Подготовка к слету учащихся 1 года обучения	4		4
	1.4	Техника безопасности в походах выходного дня	2	2	
	1.5	Соревнования «Привет, новичок!»	4		4
2. Туристический быт	2.1	Снаряжение	6	2	4
	2.2	Бивак	18	6	12
3. Топография и ориентирование	3.1	Условные обозначения карт (теория)	2	2	
	3.2	Условные обозначения карт (практика)	4		4
	3.3	Азимут (теория)	4	4	
	3.4	Азимут (практика)	4		4
	3.5	Тренировка по ориентированию	12		
	3.6	Подготовка к соревнованию (теория)	10	10	
	3.7	«Снежная тропа»	20		20
4. Питание	4.1	Организация питания в походе	2	2	
	4.2	Учет и хранение продуктов	2	2	
	4.3	Хранение и транспортировка	4		4
	4.4	Приготовление пищи в полевых условиях	4		4
	4.5	Комплексная туристическая практика	18		18
Модуль 2. Общекультурная подготовка					
1. Валеология	1.1	Личная гигиена туриста	2	2	
	1.2	Кожа, ее функции, строение	2	2	
	1.3	Бинтование	6		6
2. Социализация	2.1	Темперамент	4	4	
3. Клубная деятельность	3.1	История Аничкова Дворца	2	2	
	3.2	Подготовка Дня рождения клуба «Тури»	4	4	
	3.3	День рождения клуба	4		4
	3.4	Подготовка клубного дня «Новый год»	2	2	
	3.5	Клубный день «Новый год»	4		4
	3.6	Подготовка клубного дня 23 февраля	2	2	
	3.7	Клубный день 23 февраля	4		4
	3.8	Подготовка клубного дня 8 марта	2	2	
	3.9	Клубный день 8 марта	4		4
	3.10	Соревнования «Папа, мама, я – туристская семья»	4		4
	3.11	Подготовка вечера выпускников	4		4
	3.12	Вечер выпускников	4		4
	3.13	Подготовка к соревнованиям	14	14	
	3.14	Участие в соревнованиях	24		24
Итого			216	68	148

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

I год «Погружение»

Модуль 1 «Туристские знания, умения, навыки»

1. Введение в специальность

1. Комплектование группы

Теория

1.2 Общеобразовательная программа ТКК «Тури»

Теория

Знакомство с образовательной программой ТКК «Тури». Требования к обучающемуся ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ». Режим занятий. Необходимое снаряжение для однодневных выездов и учебных занятий. Организация тренировок и походов выходного дня.

1.3 Подготовка к слету учащихся 1 года обучения.

Теория

Обучение: установка палатки, работа с компасом, техника безопасности на веревках..

1.4 Техника безопасности в походах выходного дня.

Теория

Правила поведения участников похода на платформе, в транспорте, в лесу, на дороге.

Преодоление естественных препятствий. Питьевой режим в природных условиях. Поведение участников в случае ЧП.

1.5 Соревнования «Привет, новичок!»

Практика

Конкурсы, эстафеты, туристическая тропа заданий.

2 Туристский быт

2.1. Снаряжение.

Теория

Групповое и личное снаряжение для походов. Техника безопасности при работе с инструментами. Правила хранения и эксплуатации туристского снаряжения.

2. Бивак.

Теория.

Выбор места для бивака. Оборудование лагеря и организация бивачных работ. Обязанности групп («дровосеки», «повара», «хозяева»). Снятие бивака. Уборка. Противопожарные меры. Типы костров. Заготовка дров. Укладка рюкзака, установка палатки.

Практика

Правила укладки рюкзака, правила установки палатки, техника безопасности установки палатки. Установка палаток на местности, тент, рубка, пила. Разведение костров.

3.Топография и ориентирование

3.1 Основные условные обозначения.

Теория

Элементы топографии и ориентирование на местности. Значение топографии и ориентирования для туристов. Картографический материал.

3.2 Основные условные обозначения.

Практика

На местности найти предметы, обозначенные на карте.

3.3 Азимут

Теория

Компас. Ориентирование на местности с помощью карты, компаса, местных предметов.

3.4 Азимут.

Практика

Определение сторон горизонта по местным: предметам, часам, солнцу, звездам. Азимут и движение по нему.

3.5 Тренировка по ориентированию в парках города.

Практика

Определение азимута. Движение по азимуту. Работа с картой, схемой маршрута, определения точки стояния

3.6 Подготовка к соревнованиям.

Теория

Обсуждение прошлых соревнований, выявление и устранение ошибок.

3.7 Участие в соревнованиях по парковому ориентированию «Снежная тропа».

Практика

4. Питание в походе

4.1 Организация питания в походе.

Теория

Раскладка. Режим питания в походе. Походное меню. Оборудование и костровые принадлежности для приготовления пищи.

4.2 Учет, хранение и транспортировка продуктов.

Теория

Учет и распределение продуктов среди участников. Факторы, способствующие порче продуктов: влажность и температура.

4.3 Хранение и транспортировка: мясо, соль, чай, колбаса, сахар, кофе, масло, хлеб и т.д.

Практика

Как сохранять свежесть продуктов. Как переносит продукты в походе.

4.4 Приготовление пищи в полевых условиях.

Практика

Готовка на костре.

4.5 Комплексная туристская практика в каникулы и праздничные дни.

Практика

Установка бивака, приготовление пищи, разведение костров, соревнования, эстафеты.

Модуль 2 «Общекультурная подготовка»

1. «Валеология»

1.1 Личная гигиена туриста.

Теория

Гигиенические требования в походе. Подготовка к походу: закаливание, физические тренировки. Предупреждение потертостей, опрелости, появление мозолей. Гигиена тела, требование к одежде и обуви.

2. Кожа, ее функции, строение.

Теория

Уход за кожей. Травмы и заболевания кожи.

3. Бинтование.

Практика

Правила. Приемы наложения повязок. Повязки на верхние конечности, голову. Изготовление шин из подручных средств, иммобилизация конечностей.

2. «Социализация»

2.1 Темперамент.

Теория

Понятие о темпераментах. Типы темпераментов. Экстраверты, интроверты. Практические занятия по определению темперамента.

3. «Клубная деятельность»

3.1 История Аничкова Дворца.

Теория

Экскурсия по интерьерам и в музей Дворца.

3.2 Подготовка дня рождения клуба.

Теория

Обсуждение сценария, конкурсов, заданий, презентаций.

3.3 День рождения клуба «Тури».

Практика

Коллективное творческое дело.

3.4 Подготовка клубного дня «Новый год в «Тури»

Теория

Подготовка творческих сюрпризов – поздравлений, конкурсов, плакатов.

5. Клубный день «Новый год в «Тури»

Практика

Коллективное творческое дело.

3.6 Подготовка клубного дня «День защитника Отечества»

Теория

Подготовка сценария, творческих выступлений, конкурсов, плакатов.

3.7 Клубный день «День защитника Отечества»

Практика

Коллективное творческое дело.

3.8 Подготовка клубного дня 8 марта

Теория

Подготовка сценария, творческих выступлений, конкурсов, плакатов.

3.9 Клубный день 8 марта.

Практика

Коллективное творческое дело.

3.10 Соревнование «Папа, мам, я – туристская семья».

Практика

Соревнования, эстафеты, туристическая тропа.

3.11 Подготовка вечера выпускников.

Практика

Репетиции творческих выступлений

3.12 Вечер выпускников

Практика

Концерт-сюрприз для выпускников

3.13 Подготовка к соревнованиям

Теория

Подготовка к соревнованиям. Строевание АК, ОВЗК. Изучение военной техники Великой Отечественной войны. Лекарственные растения. Грибы. Правила пожарной безопасности.

3.14 Участие в соревнованиях

Практика

Гражданская оборона. Стрелковое многоборье. Пожарный дозор. Медико-санитарная подготовка. Ориентирование. Техника пешеходного туризма.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН II год «Наполнение»

№	Разделы	Тема	Всего	Теория	Практика
Модуль Туристские знания, умения, навыки					
1	Отчеты	1. Анализ летних походов	2		2
		1.2. Составление отчетов	2	2	
		1.3. Составление отчетов	6		6
2	Элементы туристской техники	2.1.Туристская полоса	4	4	
		2.2.Практикум по туристской технике	8		8
		2.3.Соревнование «Открытие сезона»	8		8
3	Ориентирование	3.1.Способы ориентирования	2	2	

		на местности			
		3.2. Способы ориентирования	2		2
		на местности			
		3.3. Практические занятия	4		4
		3.4. Топографическая карта	6	6	
		3.5. Топографическая карта	6		6
		3.6. «Снежная тропа»	20		20
4	Медицина	4.1. Кровотечения	6	6	
		4.2. Кровотечения	2		2
		4.3. Травмы	6	6	
		4.4. Травмы	2		2
		4.5. Переломы	4	4	
		4.6. Переломы	4		4
5	Зимние походы	5.1. Снаряжение	6	6	
		5.2. Снаряжение	8		8
		5.3. Техника безопасности	2	2	
		5.4. Лыжные тренировки	32		32
6	Тактика пеших походов	6.1. Тактика движения группы	2	2	
		6.2. Тактика движения группы	8		8
7	Водные походы	7.1. Снаряжение	2	2	
		7.2. Техника безопасности	2	2	
		7.3. Техника гребли	4		4
8	Комплексная туристско-краеведческая практика		20		20
Модуль Общекультурная подготовка					
9	Краеведение	9.1. Краеведческий обзор	2	2	
		9.2. Памятники природы Ленинградской области	2	2	
		9.3. Памятники природы Ленинградской области	32		32
10	Валеология	10.1. Физиология здорового человека	2	2	
		10.2. Мышечная система человека	2	2	
		10.3. Массаж	4	4	
		10.4. Массаж	4		4
		10.5. Заболевания	4	4	
11	Социализация	11.1. Общение	4	4	
		11.2. Общение	4		4
12	Клубная деятельность	12.1. Сборы, собрания	6	6	
		12.2. Запись в клуб	4		4
		12.3. Подготовка клубных дел	12		12
		12.4. Клубные дни	26		26
		Итого	288	70	218

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

II год обучения «Наполнение»

Модуль «Туристские знания, умения, навыки»

1. Раздел Отчеты

1. Анализ летних походов

Практика

Просмотр видеофильмов, фотоматериалов

2. Составление отчетов

Теория

Обсуждение походов (маршрут, стоянки, места), работы звеньевых, начпрода, завхоза, врача. Составление отчетов о походах и экспедициях, создание газет и презентаций.

3. Составление отчетов

Практика

Просмотр видеофильмов, фотоматериалов, презентаций, устные отчеты о походах.

2. Раздел Элементы туристской техники

1. Туристская полоса

Теория

Туристская полоса препятствий. Техника пешеходного туризма, использование веревок, карабинов и др. для преодоления препятствий. Правила прохождения элементов тур. Полосы: качающееся бревно, параллель, «паутина», «мышеловка». Работа на «воздушной переправе», организация переправы на болоте, переправа по бревну, организация спуска и подъема.

2. Практикум по туристской технике

Практика

Практикум по туристской технике, практическая работа по наведению элементов туристской полосы. Выезд. Индивидуальная работа по овладению туристской техникой.

3. Соревнования «Открытие сезона»

Практика

Соревнования проводятся по командам, учитывается возраст участников. Проверка и оценка полученных туристских умений и навыков в области ориентирования, сборов туристского снаряжения, преодоления препятствий и т.д.

3. Раздел Ориентирование

1. Способы ориентирования на местности

Теория

Способы ориентирования на местности: по местным предметам, по природным объектам, в разное время суток, в различных походных условиях, по небесным светилам. Элементы астрономии. Простейшие способы геометрических измерений на местности, таблицы расстояний видимости предмета. Измерение расстояния шагами.

2. Ориентирование на местности

Практика

Ориентирование на местности по природным объектам.

3. Практические занятия по ориентированию

Практика

Практикум по определению расстояний на местности, конкурс по тренировке глазомера, азимутальный ход, определение сторон света по природным объектам и др.

4. Топографическая карта

Теория

Понятие масштаба. Определение масштаба, измерение расстояний, оценка рельефа, копирование. Старение карты, лента маршрута. Понятие «рельеф» и его характеристика. Определение понятий: гора, высота, хребет, седловина, барханы, долина, овраг, котловина и др. Их изображение на карте. Топографические знаки: масштабные, внемасштабные, пояснительные. Особенности составления и разработки топографических карт.

5. Топографическая карта

Практика

Составление топографической карты по предложенной местности. Выезд

6. Соревнования по парковому ориентированию «Снежная тропа»

Практика

4. Раздел Медицина

1. Кровотечения

Теория

Виды кровотечений: капиллярное, венозное, артериальное, внутреннее. Способы остановки. Оказание первой помощи.

2. Кровотечения

Практика

Практикум по теме «Остановка кровотечения»

3. Травмы

Теория

Ушибы, вывихи верхних и нижних конечностей. Правила наложения шин при травмах плечевого сустава, локтя, предплечья, запястья, кисти, тазобедренного сустава, бедра, колена, голени, лодыжки, стопы. Травмы позвоночника. Оказание первой медицинской помощи. Перевязка, ее правила.

4. Практикум по теме «Травмы»

Практика

Оказание первой помощи при травмах разной степени сложности.

5. Переломы

Теория

Костная система человека. Закрытый и открытый перелом. Оказание первой помощи при переломах верхних и нижних конечностей, костей таза, ребер, костей черепа. Правила наложения шин. Другие способы иммобилизации конечностей. Правила транспортировки пострадавших.

6. Практикум по теме «Переломы»

Практика

Оказание первой помощи при открытом и закрытом переломе верхних и нижних конечностей

5. Раздел Зимние походы

1. Снаряжение в зимних походах

Теория

Личное и общественное снаряжение для зимних многодневных походов. Особенности палаток. Установка. Обеспечение работы печки. Личное снаряжение для лыжных тренировок. Виды лыж, подбор ботинок, палок. Одежда лыжника. Подготовка лыж. Мази. Парафины. Установка креплений.

2. Снаряжение зимних походов

Практика

Практические занятия по установке зимних палаток.

3. Техника безопасности в зимних походах

Теория

Особенности зимних путешествий. Правила безопасного поведения. Преодоление естественных препятствий в зимних походах. Техника безопасности во время однодневных лыжных походов.

4. Лыжные тренировки

Практика

Обработка разных видов лыжного хода, подъемов и спусков, поворотов, торможений.

6. Раздел Тактика пеших походов

1. Тактика пеших походов

Теория

Режим дня в походе в летних условиях и условиях межсезонья. Организация походов. Привалы. Техника движения. Поручения в туристической группе. Выбор маршрута движения. Преодоления естественных препятствий.

2. Практикум по тактике движения в пеших походах

Практика

Движение по маршруту с преодолением естественных препятствий.

7. Раздел Водные походы

1. Снаряжение туриста – водника

Теория

Личное и общественное снаряжение для водных походов. Виды плавательных средств, их особенности и различия. Ремонтный набор для путешествия на лодках, катамаранах, байдарках.

2. Техника безопасности в водных походах

Теория

Правила поведения на суше и воде, правила безопасности во время движения.

3. Техника гребли на различных судах

Практика

Работа по экипажам.

8. Раздел Комплексная туристско-краеведческая практика в зимние каникулы и выходные дни

Практика

Посещение мест историко-культурного значения, осмотр достопримечательностей.

Модуль «Общекультурная подготовка».

9. Раздел Краеведение

1. Краеведческий обзор Санкт-Петербурга и Ленинградской области

Теория

Географическое положение, природные ресурсы, крупнейшие географические объекты: реки, озера. История края. Основные исторические события на территории Ленинградской области. Памятные места, связанные с выдающимися деятелями литературы, искусства, науки, политики.

2. Памятники природы Ленинградской области

Теория

Обзор памятников природного и культурно-исторического наследия Санкт-Петербурга и Ленинградской области. История возникновения.

3. Памятники природы Ленинградской области

Практика

Походы выходного дня на такие объекты как, Линдуловская роща, Токсовский заказник, Саблинские пещеры, Дудургофские высоты, Западный Котлин

10. Раздел Валеология

1. Физиология здорового человека

Теория

Утомление и переутомление, работоспособность.

2. Мышечная система человека

Теория

Типы телосложения. Мышцы тела.

3. Массаж

Теория

Виды массажа, техника. Приемы самомассажа в условиях похода: поглаживания, выжимания, растирания. Разминание, потряхивания.

4. Массаж

Практика

Предварительный и восстановительный массаж. Практические занятия по массажу.

5. Заболевания

Теория

Воспаление верхних дыхательных путей, грипп, ангина, переохлаждение, обморожение, воспаление легких. Симптомы, первая медицинская помощь в природных условиях.

11. Раздел Социализация

1. Общение

Теория

Особенности общения в подростковом возрасте. Формирование самооценки. Тренинги на общение.

2. Общение

Практика

Психотехнические игры на общение: «Приветствие», «Прорыв», «Точка зрения», «Метафора», «Принятие решения», «Желания», «Слепец и поводырь», «Печатная машинка» и др.

12. Раздел Клубная деятельность

1. Совместное собрание детей и родителей учащихся 2-4 годов обучения

Теория

Итоги летних походов и экспедиций. Учебные планы на текущий год, планы на каникулы.

2. Работа на записи кружковцев

Практика

Подготовка выставочных материалов, реклам, газет, стендов.

3. Подготовка клубных дел

Практика

Подготовка творческих отчетов о летних походах, оформление стендов, разработка конкурсов ко Дню Рождения клуба. Репетиции творческой программы Вечера выпускников.

4. Клубные дела

Практика

День рождения клуба «Тури», Клубный день «Новый год в «Тури», Клубный день «День защитника Отечества», Клубный день 8 марта, Клубный день «Вечер выпускников».

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

III год «Утверждение»

№	Разделы	Тема	Всего	Теория	Практика
1	Туристские знания, умения, навыки	История развития туризма в стране	4	4	
1.2	Туристская документация	Заявочные книжки	4	2	2
		Отчет о походе	9	3	6
		Организация похода	9	3	6
1.3	Наблюдения в походе	Метеорологические	6	2	4

	наблюдения			
	Гидрологические наблюдения	6	2	4
1.4	Медицина			
	Походная аптечка	6	6	
	Витамины	2	2	
	Обморожения	4	4	
	Травматизм	14	6	8
	Практикумы в полевых условиях	16		32
1.5	Лыжные походы			
	Лыжные ходы	30	6	24
	Лыжные соревнования	16		16
1.6	Узлы			
	Практикум	12		12
1.7	Техника туристского быта			
	Туристская техника	14	2	12
	Подготовка к зачету МКК	30		30
1.8	Стратегия и тактика походов			
	Стратегия и тактика походов	9	9	
1.9	Поход «СОЛО I»			
	Подготовка и проведение СОЛО I	20		20
2	Общекультурная подготовка			
2.1	Валеология			
	Народная медицина	9	6	3
2.2	Краеведение			
	Составление маршрутов походов	6		6
	Охрана природы	27	9	18
	Система реки Вуокса	6	3	3
2.3	Социализация			
	Толерантность	14	2	12
2.4	Клубная деятельность			
	Сборы, собрания	6		6
	Запись в клуб	6		6
	Подготовка клубных дел	27		27
	Клубные дни	26		26
	Итого	360	83	277

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

III год «Утверждение»

Модуль «Туристские знания, умения, навыки»

1. Раздел История туризма.

1.1 История развития туризма в стране.

Теория.

Организация туристского и экскурсионного дела в дореволюционной России. Туристское движение в 1917– 1936 гг. Добровольное Общество Пролетарского Туризма и Экскурсий (ОПТЭ). Советы по туризму и экскурсиям (1962-1990). Создание федераций туризма (1976 год).

1.2 История развития детского туризма.

Теория. Система детского туризма в СССР и России. Станции юных туристов. Всесоюзные и Всероссийские массовые мероприятия по туризму для школьников. Контролирующие организации: МКК, КСС, МЧС. Их функции и организация работы. Клубы туристов, туристские секции.

Туристская документация.

2. Раздел Туристская документация.

2.1 Туристская документация.

Теория.

Маршрутные листы, заявочные книжки, смета похода. Значок «Турист России», справки о прохождении походов.

2.2 Туристская документация.

Практика

Заполнение маршрутных листов и заявочных книжек.

2.3 Отчеты о походах.

Теория.

Отчетная документация. Требования к составлению отчетов. Разделы, используемые приложения. Возможные творческие формы представления отчетов о походах

2.4 Отчеты о походах. Практика

Знакомство с отчетами о походах в библиотеке ГОРСЮТУР «Балтийский берег».

2.5 Составление отчетов о летних походах и экспедициях.

Практика

2.6. Организация похода.

Практика

Составление маршрута похода, сметы расходов, отчетной документации.

2.7 Поход выходного дня.

Практика

Практикум по составлению описания маршрута.

3. Раздел Наблюдения в походе.

3.1. Метеорологические наблюдения в походе.

Теория.

Природные условия: атмосферное давление, температура, влажность воздуха, ветер. Признаки устойчивой и ясной погоды, и признаки перемены погоды. Предсказания погоды по поведению животных, птиц, состоянию атмосферы.

Наблюдениям.

3.2 Метеорологические наблюдения.

Практика

3.3 Гидрологические наблюдения.

Теория

Гидрологический обзор района. Грунтовые и подземные воды района, искусственные водоемы. Морфология речной долины. Исследование озер и рек, площади живого сечения, скорости течения реки. Охрана вод.

3.4. Гидрологические наблюдения.

Практика

Выполнение практических заданий по гидрологическим наблюдениям.

4. Раздел Узлы.

4.1 Узлы в жизни человека.

Теория

История применения узлов в человеческой практике. Особенности использования различных веревок при вязании узлов. Классификация узлов. Технология завязывания узлов.

4.2. Практика.

В Узлы булинь на опоре, булинь на себе, булинь сдвоенной веревкой, удавка, контрольный узел, стремя.

5. Раздел Туристская техника.

1. Преодоление естественных препятствий.

2. Теория

Правила наведения различных переправ. Техника спуска и подъема по крутому склону .

3. Преодоление естественных препятствий.

4. Практика

5. Подготовка к контрольному выезду.

6. Практика
7. Контрольный выезд.
8. Практика

6. Раздел Стратегия и тактика походов

6.1. Стратегия похода.

Теория. Понятие «стратегия похода». Особенности стратегии походов различной категории сложности. Возможное безопасное проведение похода. Зависимость стратегии от целей путешествия, времени года, района, маршрута, подготовленности группы, условий и возможности обеспечения безопасности. Стратегическое построение маршрутов: линейный, кольцевой, радиальный, смешанный. Возможности, преимущества. Стратегия сложных походов в горных условиях. Особенности акклиматизации. Составление календаря похода: учет ходовых и весовых норм, запасные и аварийные варианты маршрута. Заброска на маршрут.

6.2. Тактика похода.

Теория

Понятие «тактика похода». Планирование дневного перехода: график движения, распорядок дня, выбор бивака. Организация дневных переходов в различных условиях местности и погоды, учет физического и морального состояния участников. Подведение итогов дня и выработка планов действия на следующий день. Оценка препятствий, выбор безопасного пути движения, меры страховки.

7. Раздел Зимние походы.

1. Лыжные ходы.
2. Теория
3. Основные лыжные ходы. Техника исполнения, техника спусков, подъемов, торможений.
4. Современное зимнее снаряжение. Теория.
5. Современное зимнее снаряжение.
6. Практика
7. Выход в магазины туристского снаряжения.

7.2. Лыжные ходы.

Практика.

7.3 Лыжный поход.

Практика .

«Звездный поход» в честь снятия блокады Ленинграда.

7.4. Всероссийские массовые лыжные соревнования «Лыжня России».

Практика.

8. Раздел Медицина

8.1. Походная аптечка.

Теория

Состав, назначение лекарственных препаратов, их действие, режим приема. Обязанности врача, хранение и транспортировка лекарств.

2. Витамины.
3. Теория Понятие о витаминах, их действие, различные группы. Витамины в природе.
3. Заболевания, вызванные природными факторами.
4. Теория

Обморожения и общее охлаждение организма. Солнечный и тепловой удар. Укусы змей и насекомых.

4. Травматизм.
5. Теория
6. Причины травматизма и анализ несчастных случаев в туристских группах. Основные причины: плохая подготовка, недисциплинированность участников, недостаточный опыт участников, слабые знания, изменение погоды, недостаточный самоконтроль, плохое снаряжение, незнание приемов оказания первой помощи. Анализ в случаях травматизма.
7. Травматизм.

Практика.

Транспортировка пострадавших. Имобилизация при различных травмах. Изготовление транспортировочных средств. Поиск пострадавшего. Спасательные работы в различных условиях. Подача сигнала бедствия.

8.8 Подготовка к городским соревнованиям по Медико-санитарной подготовке в программе Школа безопасности.

Практика.

8.9 Участие в соревнованиях «Медико-санитарная подготовка. Практика.

Модуль «Общекультурная подготовка»

1. Раздел «Валеология»

1. Анатомия человека.

Теория

Мышечная система человека. Принцип работы. Группы мышц. Их функции в организме человека.

2. Основные приемы массажа.

Теория.

Значение массажа для поддержания физической формы. Восстановительный массаж.

1.3. Приемы массажа.

Практика.

1.4. Народная медицина.

Теория.

Знакомство с различными направлениями в народной медицине.

5. Лекарственные растения.

Теория.

6. Лекарственные растения Северо- запада: фармакологические свойства, назначение, применение. Лекарственные растения других регионов России.

7. Лекарственные растения.

8. Практика.

Деловая игра «Лекарь».

2.Раздел «Краеведение»

1. Краеведческие возможности родного края.

Теория

Краеведческий обзор Ленинградской области. Исторические, природные памятники.

Экскурсионные возможности края.

2.2 Охрана природы.

Теория

Заповедное дело. Закон об охране природы. Заповедники, заказники, национальные парки. Их виды, роль. Краткий обзор по России, в Ленинградской области.

2.3 Охрана природы.

Практика

Выезд на экскурсию на один из охраняемых объектов. Знакомство с организацией природоохранительной деятельности.

2.4«Красная книга»

Теория.

Растения, занесенные в Красную книгу Ленинградской области. Нормы и правила поведения туриста в природном окружении.

2.5 Система реки Вуокса.

Теория

Геологические предпосылки системы реки Вуокса. Географическое положение, гидрография, сложные участки. Естественные и искусственные препятствия. Туристские маршруты.

6. Система реки Вуокса.
7. Практика.

Составление маршрутов водных походов по Вуоксе.

3 Раздел «Социализация»

1. Толерантность.
Теория.

Значение терминов «толерантность», «толерантная личность», границы толерантности.

Обсуждение проявлений толерантности и нетерпимости в обществе.

2. Толерантность.
Практика

Упражнения: «На какого сказочного героя ты похож?», «Пять Добрых слов», «Что моя вещь знает обо мне?», «Какой я?» Упражнения «Пантомима толерантности», «Лукошко», «Превращение», «Волшебная лавка», «Кто похвалит себя лучше всех?», «Нобелевская премия», «Черты толерантной личности». Толерантное общение. Упражнение: «Это здорово!», «Замороженный», «Как быть толерантным в общении?», «Угадай цвет по жесту», «Порадуй меня», «Карта нетерпимости», «Групповая картинка», Паутина предрассудков».

4. Раздел Специальные занятия.

4.1 Занятия по технике безопасности.

Теория.

4.2. Зачетные занятия.

Теория.

4.3. Зачетное занятие.

Практика.

Поход « Соло».

5. Раздел «Клубная деятельность»

5.1. Общий сбор.

Практика.

Подведение итогов летних походов и экспедиций. Планирование деятельности клуба на 2014-2015 учебный год.

5.2. Общий сбор.

Практика.

Подведение итогов за полугодие. Итоги промежуточной аттестации. Планирование второго полугодия.

5.3. Общий сбор.

Практика

Подведение итогов за год. Итоги аттестации.

5.4 Подготовка дня рождения клуба.

Практика

Подготовка творческих отчетов о летних походах, оформление стендов, альбомов, разработка конкурсов. Подготовка сценария, репетиции.

5.5 Клубный день.

Практика

День рождения клуба «Тури».

5.6 Подготовка клубного дня «Новый год в «Тури».

Практика

Разработка сценария, подготовка конкурсов, оформления и подарков.

5.7 Клубный день «Новый год в «Тури».

Практика

5.8. Подготовка клубного дня День защитника Отечества.

Практика

9. Клубный день «День защитника Отечества».

- 10. Практика
- 11. Подготовка клубного дня 8 марта.
- 12. Практика.
- 5.13. Клубный день 8 марта.
- Практика
- 5.14. Подготовка вечера выпускников.
- Практика
- Репетиция творческой программы.
- 5.15 Клубный день. Вечер выпускников.
- Практика
- 5.16 Подготовка клубного дня «Папа, мама, я – туристская семья». Практика.(4 часа) конкурсов.
- 5.17 Клубный день «Папа, мама, я – туристская семья».
- 5.18 Практика.
- 6. Проведение и участие в слетах, соревнованиях.**
- 6.1.Слет учащихся 1 года обучения «Привет, новичок!»,
Практика
- 6.2 Соревнования «Открытие сезона»
Практика
Для учащихся 2-4 годов обучения.
- 6.3 Туристский слет лидеров детских и молодежных общественных объединений.
Практика
- 6.4.Туристский слет.
Практика
- 5. Проведение игр на местности «Турград».
- Практика
- 6.6 Подготовка к соревнованиям по стрелковому многоборью.
Теория
- 6.7 Изучение строения автомата Калашникова. Подготовка к викторине «Оружие Победы», алгоритм неполной сборки и разборки автомата.
- 6.8. Подготовка к соревнованиям по стрелковому многоборью.
Практика
Занятия в тире, тренировка по сборке и разборке автомата Калашникова, наполнение магазина.
- 6.9.Городские соревнования по стрелковому многоборью.
Практика
Выполнение командой заданий в соответствии с положением о городских соревнованиях по стрелковому многоборью.
- 6.10.Подготовка к городским соревнованиям по ориентированию.
Теория
- 6.11.Соревнования по парковому ориентированию «Снежная тропа».
Практика
- 12. Городские соревнования по ориентированию в программе «Школа безопасности».
Практика
- 13. Участие в городских соревнованиях в соответствии с Положением.
- 14. Подготовка к городским соревнованиям Гражданская оборона.
Теория
- 6.15.Подготовка к городским соревнованиям Гражданская оборона.
Практика
- 6.16 Городские соревнования по Гражданской обороне.
Практика
- 6.17 Подготовка к городским соревнованиям «Пожарный дозор».
Теория.
- 6.18 Подготовка к городским соревнованиям «Пожарный дозор».

- Практика.
 6.19 Городские соревнования «Пожарный дозор»
 Практика.
 В соответствии с Положением о городских соревнованиях.

7.Раздел комплексная туристско- краеведческая практика на каникулах, выходных,в праздничные дни, на учебно-тренировочных сборах.(КП)

- 7.1. Выезд на смену ЗЦ ДЮТ «Зеркальный»
 7.2.УТС в Лосево. Практика..
 7.3 Выезд на сборы в ЗЦДЮТ «Зеркальный»
 7. 4. Практика на осенних каникулах.24 часа.
 7.5 .Практика на зимних каникулах 20 часов.
 7.6. Практика на весенних каникулах 24 часа.
 7.7 Практика с 1-4 мая
 7.8 .Практика с 9-11 мая

8 Специальные занятия.

- 8.1 Занятия по технике безопасности.

Теория.

- 8.2.Зачетные занятия. Теория.

- 8.3. Зачетное занятие.

Практика.

Поход « Соло».

Поход небольшими группами в сопровождении взрослых по специальному маршруту и программе с целью выявления умений действовать самостоятельно в природном окружении.

9 Участие в городских массовых мероприятиях.

- 9.1. Аничков град.

Практика.

Проведение конкурсной программы по туризму.

- 9.2. Свеча памяти.

Практика.

Торжественный митинг у Аничкова Дворца.

- 9.3. Митинг на Пискаревском мемориальном кладбище.

Практика

Торжественный митинг, возложение цветов.

- 9.4 День открытых дверей во Дворце.

Практика Проведение конкурсной программы по туризму.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
 IV год «Совершенствование»**

Разделы	№	Тема	Всего	Теория	Практика
Модуль 1. «Туристские знания, умения, навыки»					
1.Походная документация	1.1	Отчетная документация.	6		6
	1.2	Документы по спортивно-оздоровительному туризму.	4	4	
2. Туристское снаряжение	2.1	Современное туристское снаряжение	4	4	
	2.2	Современное	4		4

3. Питание в походе	3.1	туристское снаряжение Рацион туристской кухни.	4	4	
	3.2	Питание в походах.	16		16
	3.3	Дикорастущие съедобные растения.	4	4	
	3.4	Приготовление блюд из дикорастущих растений	4		4
	3.5	Обеспечение водой в походах и экспедициях	4	4	
	3.6	Очистка и обеззараживание воды.	4		4
4. Ориентирование	4.1	Аварийное ориентирование на местности	4	4	
	4.2	Аварийное ориентирование на местности	8		8
	4.3	3 Городские соревнования по парковому ориентированию «Снежная тропа».	10		10
	4.4	Соревнования по ориентированию мемориал памяти А.Окинчица.	8		8
Подготовка младших инструкторов по туризму	5.1	Положение о младшем инструкторе по туризму.	4	4	
	5.2	Методика подготовки туристского похода.	4	4	
	5.3	Методика подготовки туристского похода.	2		2
	5.4	Судейство на соревнованиях.	4	4	
	5.5	Судейство на соревнованиях.	12		12
	5.6	Организация туристских игр.	4	4	

	5.7	Стратегия похода.	4	4	
	5.8	Тактика похода	4	4	
	5.9	Безопасность в походах и экспедициях.	4		
	5.10	Школа выживания.	8	8	
	5.1.1	Опасности в различных видах путешествий	8	8	
	5.12	Аварийный набор.	4	4	
	5.13	Ситуативные игры по теме Выживание	4	.	4
	5.14.	Организация экспедиций	4	4	
	5.15	.Подготовка к осеннему учебно-тренировочному сбору	2		2
5. Зимние походы	6.1	Снаряжение	4	4	
	6.2	Зимние походы	4		4
	Модуль 2. Общекультурная подготовка				
1. Краеведение	1.1	Туристические возможности родного края.	2	2	
	1.2	Экологические проблемы региона.	2	2	
	1.3	Наблюдения	2	2	
	1.4	Наблюдения	4		4
2. Социализация	2.1	Эмоции и чувства	2	2	
	2.2	Стресс.	2	2	
3. Валеология	3.1	Психология здоровья.	2	2	
	3.2	Нервная система человека	4	4	
	3.3	Профессиональные заболевания туристов	4	4	
	3.4	Отравления.	4	4	
	3.5	Укусы членистоногих и змей	4	4	
	3.6	Травмы.	4	4	
	3.7	Травмы.	4		4
4. Специальные занятия.	4.1	Занятия по технике безопасности.	6	6	

	4.2	Зачетные занятия.	4	4
	4.3	Зачетный поход «Соло».	12	12
5.Клубная деятельность	5.1	Общий сбор	2	2
	5.2	Общий сбор	2	2
	5.3	Общий сбор	2	2
	5.4	Подготовка Дня рождения клуба «Тури»	4	4
	5.5	День рождения клуба	4	4
	5.6	Подготовка клубного дня «Новый год»	4	4
	5.7	Клубный день «Новый год»	2	2
	5.8	Подготовка клубного дня День защитника Отечества.	4	4
	5.9	Клубный день «День защитника Отечества».	2	2
	5.10	Подготовка клубного дня 8 марта.	4	4
	5.11	Клубный день 8 марта	2	2
	5.12	Подготовка вечера выпускников	4	4
	5.13	Вечер выпускников	4	4
	5.14	Подготовка клубного дня «Папа, мама, я – туристская семья».	4	4
		5.15.	Клубный день «Папа, мама, я – туристская семья».	4
6. Проведение и участие в слетах и соревнованиях	6.1	Слет кружковцев 1 года обучения«Привет, новичок!».	4	4
	6.2	Соревнования « Открытие сезона»	4	4
	6.3	Туристский слет лидеров детских и молодежных общественных объединений	8	8
	6.4	Туристский слет Московского района .	8	8
	6.5	Проведение игр на местности «Турград».	16	16
	6.6	Подготовка к соревнованиям по стрелковому многоборью	4	4
	6.7	Подготовка к	4	4

	соревнованиям по стрелковому многоборью.			
6.8	Городские соревнования по стрелковому многоборью.	4		4
6.9	Подготовка к городским соревнованиям по ориентированию по программе Школа Безопасности.	2		2
6.10	Городские соревнования ориентированию по программе Школа безопасности.	4		4
6.11	Подготовка к городским соревнованиям Гражданская оборона	4	4	
6.12	Подготовка к городским соревнованиям Гражданская оборона.	8		8
6.13	Городские соревнования по Гражданской обороне.	4		4
6.14	Подготовка к городским соревнованиям «Пожарный дозор».	4	4	

	6.16	Городские соревнования «Пожарный дозор».	4	4
7.Комплексная туристско-краеведческая практика на каникулах, выходных ,в праздничные дни, на учебно-тренировочных сборах.(КП) 140 часов. Вне учебной сетки часов. Во время КП отрабатываются темы программы, вместо аудиторных учебных занятий.	7.1	Выезд на смены по Зеркальный».	36	36
	7.2	УТС в Лосево.	12	12
	7.3	Практика на осенних каникулах.	24	24
	7.4	Практика на зимних каникулах.	20	20
	7.5	Практика на весенних каникулах.	24	24
	7.6	Учебно-тренировочный сбор.	8	8
	7.7	Поход.	16	16
8. Раздел. Участие в городских массовых мероприятиях. 12 часов.	8.1	Аничков град.	2	2
	8.2	Свеча памяти.	2	2
	8.3	Митинг на Пискаревском мемориальном кладбище.	4	4
	8.4	День открытых дверей.	4	4
Всего			360 часов.	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ IV год «Совершенствование»

Модуль «Туристские знания, умения и навыки»

1. 1 Раздел. Походная документация.

1.1 Отчетная документация.

Практика.

Подготовка отчетов о летних походах и экспедициях. Составление фото отчета, работа с летописью, описание прохождения маршрута, работа над презентациями.

1.2 Документы по спортивно-оздоровительному туризму.

Теория.

Знакомство с документами и положениями о туристско- краеведческой деятельности Всероссийского и регионального уровня, приказами и распоряжениями ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ».

2 Раздел. Туристское снаряжение.

2.1 Современное туристское снаряжение

Теория.

Обзор современного снаряжения для пеших, водных, горных, лыжных, вело походов, спелеологических экспедиций.

2.2 Современное туристское снаряжение.

Практика.

Посещение спортивных магазинов. Знакомство с образцами туристического снаряжения. Магазины: «Терра», «Снаряжение», «Ирбис», «Планета спорт», «Спорт-мастер» Спорт-мастер, Сплав и др.

3 Раздел. Питание в походе.

3.1 Рацион туристской кухни.

Теория.

Методика преподавания темы. Требования к продуктам в различных видах путешествий. Карманное питание. Режим питания. Организация питания в различных природных зонах.

3.2 Питание в походах.

Практика.

Практикум по приготовлению пищи на костре в различных климатических условиях.

3.3 Дикорастущие съедобные растения.

Теория.

Обзор дикорастущих растений нашего региона. Методика приготовления и использования в пищу дикорастущих растений. Рецепты блюд из растений региона Северного Кавказа, Урала, Алтая. Пополнение пищевых запасов в пути: правила рыбной ловли, сбора грибов, диких плодово-ягодных растений. Ядовитые и несъедобные грибы, ягоды и растения, правила их определения.

3.4 Приготовление блюд из дикорастущих растений.

Практика в КП

Выполнение заданий во время осеннего УТС и в программе «СОЛО-2». Приготовление салатов, супов, напитков из дикорастущих растений.

3.5 Обеспечение водой в походах и экспедициях.

Теория.

Природные источники воды, поиск воды в экстремальных ситуациях в различных природных зонах. Изготовление простейших накопителей питьевой воды. Очистка и обеззараживание воды. Определение качества воды. Водно-солевой режим.

3.6 Очистка и обеззараживание воды.

Практика.

Выполнение заданий по очищению воды от механических загрязнений несколькими способами, обеззараживание воды с помощью специальных средств.

4 Раздел. Ориентирование

4.1 Аварийное ориентирование на местности.

Теория.

Способы ориентирования в различных видах путешествий и в различных регионах. Международные знаки спасателей.

4.2 Аварийное ориентирование.

Практика.

Прохождение маршрута по заданной легенде. Определение точки стояния. Изготовление аварийных знаков для спасателей из подручных средств.

4.3 Городские соревнования по парковому ориентированию «Снежная тропа».

Практика.

В соответствии с Положением о соревнованиях «Снежная тропа».

4.4. Соревнования по ориентированию мемориал памяти А.Окинчица.

Практика.

Ночные соревнования по ориентированию в соответствии с Положением о соревнованиях.

5 Раздел. Подготовка младших инструкторов по туризму.

5.1 Положение о младшем инструкторе по туризму.

Теория.

Изучение документов и положений об инструкторской деятельности. Программы подготовки младших инструкторов по туризму. Функции, права и обязанности.

5.2 Методика подготовки туристского похода.

Теория.

Этапы подготовки любого похода. Особенности каждого этапа: специфика, продолжительность, трудности, логистика Походы выходного дня. Методика организации, особенности, маршруты по Ленинградской области.

5.3. Методика подготовки туристского похода.

Практика.

Разработка маршрута похода по Ленинградской области. Работа по группам.

5.4 Судейство на соревнованиях.

Теория.

Организация туристских слетов и соревнований. Разбор различных вариантов проведения соревнований и слетов. Положение о судьях. Разбор видов судейств на разных туристических мероприятиях.

5.5 Судейство на соревнованиях.

Практика.

Участие в судействе во время слетов, игр на местности.

5.6 Организация туристских игр.

Теория.

Методика подготовки и проведения серий игр «Путешествие в природу», туристская эстафета, «Папа, мама, я – туристская семья» и др.

5.7 Стратегия похода.

Теория

Понятие «стратегия похода». Особенности стратегии походов различной категории сложности. Безопасное проведение похода. Зависимость стратегии от целей путешествия, времени года, района, маршрута, подготовленности группы, условий и возможности обеспечения безопасности. Стратегическое построение маршрутов: линейный, кольцевой, радиальный, смешанный. Возможности, преимущества. Стратегия сложных походов в горных условиях. Особенности акклиматизации. Составление календаря похода: учет ходовых и весовых норм, запасные и аварийные варианты маршрута. Заброска на маршрут.

5.7 Тактика похода.

Теория.

Понятие «тактика похода». Планирование дневного перехода: график движения, распорядок дня, выбор бивака. Организация дневных переходов в различных условиях местности и погоды, учет физического состояния участников. Подведение итогов дня и выработка планов действия на следующий день. Оценка препятствий, выбор безопасного пути движения, меры страховки.

5.8. Безопасность в походах и экспедициях.

Теория.

Обеспечение безопасности в разных видах походов, экспедициях. Инструктажи по технике безопасности. Требования к ведению документации. Факторы риска. Источники опасности. Подготовка участников.

5.9 Школа выживания.

Теория.

Принципы выживания в экстремальной ситуации. Причины возникновения несчастных случаев. Психологическая, физическая подготовка участников и реакция на нестандартную ситуацию, чрезвычайное происшествие. Алгоритм поведения. Разбор конкретных примеров.

5.10. Опасности в различных видах путешествий.

Теория.

Опасности в различных природных зонах: тундра, тайга, степь, джунгли, пустыня, полярные области, океан..

5.11 Аварийный набор.

Теория.

Состав необходимого снаряжения для путешественника. Аптечка, специальный набор для путешественника. Средства сигнализации. Сублимированные продукты. Рецепты, способы приготовления.

5.12 Ситуативные игры по теме Выживание.

Практика.

1. Командные и индивидуальные задания по теме «Выживание». Игры «Кораблекрушение», «Посадка на Луну» и др.

5.13 Организация экспедиций.

Теория.

Научно-исследовательская деятельность в экспедициях и походах.

Цели, задачи, организация и проведение туристических экспедиций. Методы обучения подготовке и проведению занятий по организации исследований и наблюдений. Методы изучения флоры и фауны. Методика обработки проб. Методика обработки данных. Поисковые работы, описание исследованных районов.

5.14. Подготовка к осеннему учебно-тренировочному сбору

Практика.

Разработка заданий для кружковцев 1 года обучения, составление заданий для практикумов, подготовка туристического снаряжения.

6. Зимние походы

Теория.

Необходимое личное и общественное снаряжение. Подготовка лыж. Требования к одежде. Виды палаток. Тренинг по их установке. Работа с печкой. Преодоление естественных препятствий. Техника безопасности в зимних походах. Особенности заболеваний и травм в лыжном путешествии

Зимние походы.

Практика.

Виды палаток. Тренировка по их установке. Работа с печкой.

Модуль «Общекультурная подготовка»

1. «Краеведение»

1.1 Туристические возможности родного края.

Теория.

Обзор различных видов путешествий по Ленинградской области и Северо-Западу. Туристские кластеры в Ленинградской области. Перспективы развития внутреннего туризма.

2. Экологические проблемы региона.

3. Теория.

Что изучает экология? Экологические факторы. Среды обитания: биосфера, гидросфера, литосфера. Понятие. История формирования, современное состояние. Экология популяций. Экология сообществ. Современное состояние окружающей среды Ленинградской области. Факторы человеческой деятельности. Природные потери. Состояние водоемов, земель, лесов. Возможности изменения ситуации. Основные научные направления современной экологии. Глобальная экология. Социальная экология.

4. Наблюдения.

Теория.

Организация экологических наблюдений. Объекты природы, подлежащие охране. Сбор и обработка краеведческого материала. Знакомство с приборами для экологических наблюдений. Методики экологических наблюдений, сбора информации и обработки.

5. Наблюдения.

Практика в КП.

Проведение экологических наблюдений на одном из природных объектов.

2. «Социализация».

2.1 Эмоции и чувства.

Теория.

Сущность эмоций и чувств. Умение осознавать свои эмоции и анализировать их. Особенности проявления эмоций и чувств у подростков. Как справляться с эмоциями и чувствами?

2.2 Стресс.

Теория.

Понятие о стрессе. Защита от стресса. Техника выхода из стрессовых ситуаций. Понятие ценностей в истории развития социума. Ценностные ориентации современного общества.

3. «Валеология»

3.1 Психология здоровья.

Теория в КП

Эмоциональное состояние. Стрессы и их влияние на здоровье. Психодиагностика. Способы мышечного расслабления, расслабления дыхания, мысленные формулы. Аутогенная тренировка.

3.2 Нервная система человека

Теория.

Гормоны. Нервная система. Рефлекс. Головной и спинной мозг. Высшая нервная деятельность человека. Торможение. Условный рефлекс. Бодрствование и сон. Вторая сигнальная система.

3.3 Профессиональные заболевания туристов.

Теория.

Заболевания и травмы, характерные для туристов. Переутомление – факторы, профилактика, симптомы. Контроль и самоконтроль, первая медицинская помощь. Горная болезнь, снежная слепота, утопление – причины, профилактика. Симптомы. Первая медицинская помощь. Заболевания органов дыхания. Профилактика. Закаливание. Ангина, воспаление легких. Причины, симптомы. Сердечно - сосудистые заболевания: стенокардия, инфаркт миокарда, острая сердечная недостаточность – причины, профилактика, симптомы. Первая медицинская помощь.

2. Отравления.

Теория.

Ядовитые грибы, растения. Симптомы, первая медицинская помощь. Пищевые отравления, ботулизм, дизентерия, острый живот. Симптомы, первая медицинская помощь. Признаки аппендицита.

3.4. Укусы членистоногих и змей.

Теория.

Лесной клещ, ядовитые пауки, змеи и другие опасные представители фауны. Меры предосторожности. Симптомы, первая медицинская помощь.

3.5 Травмы.

Теория.

Классификация травм. Комбинированные травмы. Наиболее распространенные травмы во время похода. Оказание первой доврачебной помощи на маршруте.

3.6 Травмы.

Практика.

Оценка общего состояния травмируемого, определение места и характера повреждения. Правила снятия одежды и обуви с пострадавшего.

4 Раздел. Специальные занятия.

4.1 Занятия по технике безопасности.

Теория.

Инструктажи по технике безопасного поведения в ГБОУ ЦО «СПБГДТЮ», в городе, на вокзалах и во время передвижения в электричках, поездах, автобусах. Инструктажи, связанные с тренировками в различные времена года. Влияние погодных условий. Инструктаж перед выездами на каникулы.

4.2 Зачетные занятия.

Теория.

Зачетные занятия проводятся в декабре и в мае. Это блок заданий: теоретические вопросы, тестовые и практические задания. Весной добавляется программа «СОЛЮ-2» и сдача зачета на контрольном выезде.

4.3 Зачетное занятие.

Практика.

Поход «Соло». Прохождение двухдневного маршрута в сопровождении взрослого наставника. Самостоятельное выполнение всех работ на маршруте.

5 Раздел. «Клубная деятельность».

5.1 Общий сбор.

Практика.

Подведение итогов летних походов и экспедиций. Планирование деятельности клуба на 2014-2015 учебный год.

5.2.Общий сбор.

Практика.

Подведение итогов за полугодие. Итоги промежуточной аттестации. Планирование второго полугодия.

5.3Общий сбор.

Практика.

Подведение итогов за год. Итоги аттестации.

5.4 Подготовка дня рождения клуба.

Практика.

Подготовка творческих отчетов о летних походах, оформление стендов, альбомов, разработка конкурсов. Подготовка сценария, репетиции.

5.5 Клубный день.

Практика.

Коллективное творческое дело « День рождения клуба «Тури».

5.6 Подготовка клубного дня «Новый год в «Тури».

Практика.

Разработка сценария, подготовка конкурсов, оформления и подарков.

5.7 Клубный день «Новый год в «Тури».

Практика.

Коллективное творческое дело.

5.8 Подготовка клубного дня День защитника Отечества.

Практика.

«Мозговой штурм»,составление сценария, придумывание конкурсов.

5.10 Клубный день «День защитника Отечества».

Практика.

Коллективное творческое дело

5.11 Подготовка клубного дня 8 марта.

Практика.

Работа творческой группы. «Мозговой штурм»,составление сценария, придумывание конкурсов. Закупка подарков.

5.12 Клубный день 8 марта.

Практика.

Коллективное творческое дело.

5.13 Подготовка вечера выпускников.

Практика.

Репетиция творческой программы. Подготовка презентаций, оформление стендов, газет.

5.14 Клубный день. Вечер выпускников.

Практика.

Коллективное творческое дело.

5.15 Подготовка клубного дня «Папа, мама, я – туристская семья».

Практика.

Подготовка конкурсов. «Мозговой штурм», составление сценария, придумывание конкурсов.

5.16 Клубный день «Папа, мама, я – туристская семья».

Практика.

Проведение соревнований на выезде. Представляет собой игру по станциям с различными туристическими заданиями.

6 Раздел. Проведение и участие в слетах, соревнованиях.

6.1 Слет учащихся 1 года обучения «Привет, новичок!».

Практика.

Проходит в форме игры «Турград». Станции: Бивак, Полоса, Костер, Азимут, Питание, Техника безопасности.

6.2 Соревнования «Открытие сезона»

Практика.

Для кружковцев 2-4 годов обучения. Соревнования по технике пешеходного туризма, на скаладроме, заготовке дров, приготовление пищи, пилке, колке дров.

6.3 Туристский слет лидеров детских и молодежных общественных объединений.

Практика.

На базе туристского клуба «Лена» в Лосево. Участие в соревнованиях в соответствии с Положением о слете.

6.4 Туристский слет Московского района в Репино.

Практика.

Проведение игр на местности «Великолепная пятерка», «Ралли географов», «Эстафета величин», «Путешествие в природу»

6.5 Проведение игр на местности «Турград».

Практика.

Игры по станциям для участников смен в ЗЦДЮТ «Зеркальный», Детской деревни и школ города.

6.6 Подготовка к соревнованиям по стрелковому многоборью.

Теория.

Изучение строения автомата Калашникова. Подготовка к викторине «Оружие Победы», алгоритм неполной сборки и разборки автомата.

6.8 Подготовка к соревнованиям по стрелковому многоборью.

Практика.

Занятия в тире, тренировка по сборке и разборке автомата Калашникова, наполнение магазина.

6.9 Городские соревнования по стрелковому многоборью.

Практика.

Выполнение командой заданий в соответствии с положением о городских соревнованиях по стрелковому многоборью.

6.10 Подготовка к городским соревнованиям по ориентированию по программе Школа Безопасности.

Теория.

Тренировка по чтению карты, изучение тактических приемов ориентирования. Разбор прохождения маршрута каждым участником.

6.11 Городские соревнования ориентированию по программе Школа безопасности.

Практика.

Соревнования проводятся в соответствии с Положением.

- 6.12. Подготовка к городским соревнованиям Гражданская оборона.
Теория.
Изучение алгоритма надевания ОЗВК, лекарственных растений, грибов. Работа дозиметров.
Устройство противогаза.
- 6.14 Подготовка к городским соревнованиям Гражданская оборона.
Практика.
Одевания ОВЗК и противогаза.
- 6.15 Городские соревнования по Гражданской обороне.
Практика.
В соответствии с Положением о городских соревнованиях.
- 6.16 Подготовка к городским соревнованиям «Пожарный дозор».
Теория.
Знакомство с правилами пожарной безопасности в жилых помещениях, изучение устройств различных видов огнетушителей. Действия людей при пожарах в быту и в природном окружении.
- 6.17 Подготовка к городским соревнованиям «Пожарный дозор».
Практика.
Тренировка выполнения практических заданий по тушению возгораний.
- 6.18 Городские соревнования «Пожарный дозор»
Практика.
В соответствии с Положением о городских соревнованиях.

7. Раздел. Комплексная туристско-краеведческая практика на каникулах, выходных, в праздничные дни, на учебно-тренировочных сборах.(КП)

- 7.1 Выезд на смену ориентировщиков.
Практика.
Работа по программе смены.
- 7.2.УТС в Лосево.
Практика.
Проведение тренировок по технике пешеходного туризма, ориентированию, скалалазанию, стрельбе, веревочный курс, практика по приготовлению пищи на костре, заготовке дров.
- 7.3 Выезд на сборы ориентировщиков в ЗЦДЮТ «Зеркальный».
Практика.
Работа по программе смены.
- 7.4 Практика на осенних каникулах 24 часа.
- 7.5 Практика на зимних каникулах 20 часов.
- 7.6 Практика на весенних каникулах 24 часа.
- 7.7Учебно-тренировочный сбор.
Практика.
Выполнение зачетных практических заданий по итогам года и проведение зачета для 1-2 годов обучения.
- 7.8 Поход.
Практика в майские праздники. Сплав по р.Шуя.(Карелия)

8. Раздел. Участие в городских массовых мероприятиях.

- 8.1 Аничков град.
Практика.
Проведение конкурсной программы по туризму.
- 8.2 Свеча памяти.
Практика.
Торжественный митинг у Аничкова Дворца. В память о Блокаде Ленинграда.
- 8.3 Митинг на Пискаревском мемориальном кладбище.

Практика.

Торжественный митинг, возложение цветов, посвященный празднику Победы.

8.4 День открытых дверей во Дворце.

Практика.

Проведение конкурсной программы по туризму.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

В зависимости от содержания занятий, степени подготовленности детей и их заинтересованности на различных стадиях образовательного процесса используются различные методы и приёмы. От правильности выбора метода или приёма зависит успешность освоения детьми разделов и тем программы.

Вербальные методы включают в себя объяснение нового материала, беседу, инструктаж учащихся по работе с различными инструментами.

Наглядные методы реализуют принцип наглядности обучения, обеспечивая восприятие детьми конкретных предметов и их образов (например, рассматривание объектов живой и неживой природы). Эффективным представляется использование компьютерных презентаций, которые дают возможность наглядного и поэтапного объяснения нового материала, формирования у учащихся умений работать с иллюстрациями, а также возможность применения видов слуховой наглядности, например, таких, где можно использовать записи звуков природы.

Практические методы являются основными в реализации данной программы, обеспечивая непосредственное ознакомление обучающихся с окружающим миром.

Репродуктивные (воспроизводящие) методы направлены на закрепление у учащихся навыков посредством включения игровых ситуаций.

Поисковые методы направлены на проявление учащимися самостоятельности на занятиях, в походах и экспедициях.

Исследовательские методы позволяют учащемуся сделать «открытие» прежде всего для себя, найти ответы и решения на поставленные задачи. Исследовательские методы помогают в развитии мышления и фантазии, способности анализировать, сопоставлять, в формировании таких качеств, как внимательность, сосредоточенность, терпеливость, а также дают учащимся знания, приближающие процесс обучения к научному поиску. Но самое главное, они приобретают навыки, необходимые им для дальнейшей образовательной деятельности.

Материально-техническое оснащение программы

- ♦ учебный кабинет
- ♦ компьютер, принтер
- ♦ ноутбук
- ♦ музыкальный центр
- ♦ телевизор
- ♦ шкафы
- ♦ стулья, табуреты, стол
- ♦ модель Солнечной системы
- ♦ глобус Земли
- ♦ глобус Луны
- ♦ скелет человека
- ♦ наглядные пособия, схемы, плакаты
- ♦ картины, фотографии

Для реализации образовательной программы используются:

1.Оборудование:

- по туристской технике: веревки, карабины, обвязки и туристское снаряжение для совершения походов;
 - по теме «Снаряжение»: образцы личного и общественного снаряжения, раздаточный материал, наглядные пособия;
 - по топографии и ориентированию: компасы, атласы, линейки, фломастеры, цветные карандаши, миллиметровка, учебные карты, пластилин;
 - по медицине: бинты, шины, жгут, аптечка, таблицы, слайды, книги о лекарственных растениях, об оказании первой медицинской помощи, справочная литература по отдельным разделам;
 - по массажу: специальное покрытие для проведения занятий, кремы для практических занятий, полотенца;
 - по лыжному туризму: лыжное снаряжение у каждого участника, оборудование для зимних походов, мази и т.д., образцы зимних палаток, печек, тентов, ветрозащитных стенок. Ремонтный набор для лыжного похода;
 - по питанию: снаряжение для приготовления пищи, образцы продуктов, используемых в походе, рецепты походных блюд, варианты раскладок и походных меню, печи для сублимирования продуктов;
 - по теме «Выживание в экстремальных природных условиях»: образец набора необходимых вещей в походе, наглядный материал по специальному личному и общественному снаряжению для разных природных зон, карты, атласы, литература по теме, наглядный материал по опасным животным и растениям в разных климатических зонах.
2. Учебные видеофильмы, библиотека методической и учебной литературы, дидактического материала по всем разделам.
3. Литература по всем разделам, географические атласы, карты звездного неба.
4. Методические разработки, походные дневники, летописи, отчеты о походах. Фото и видеоматериалы.
5. Документы детско-юношеского туризма, положения о соревнованиях, конкурсах.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Актуальные педагогические и методические материалы

1. Ванина Э.В., Максимцова Т.А. Социально-педагогические измерения в дополнительном образовании: учебно-методическое пособие. - СПб.: СПб АППО, 2012.
2. Внеурочная деятельность обучающихся в условиях реализации ФГОС общего образования./ Материалы Всероссийской научно-практической конференции 22-25 апреля 2013 года. - РИС ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2013.
3. Дворец XXI века. / Серия: Ребенок. Общество. Семья. Творчество.- РИС ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2012.
4. Карелова И.М., Данилова Е.В. Игробанк. / Сборник авторских игровых приемов: методическое пособие. Выпуск № 1.- РИС ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2013.
5. Криван И.В., Грецова С.А., Грецова М.К. Перспективы развития инклюзивного образования в учреждениях дополнительного образования детей. Проблемы, поиски, решения.- РИС ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2014.
6. Методические комментарии к написанию образовательных программ дополнительного образования детей. - РИС ГОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2011.
7. Мониторинг образовательных результатов в учреждении дополнительного образования детей./ Методические материалы для педагогов и специалистов системы дополнительного образования детей». - Ярославль. ГОУ ЯО ЦДЮ ИЦ: «Пионер», 2003.

8. Оценка качества образования в УДОД: учебно-методическое пособие для специалистов учреждений дополнительного образования детей / Под редакцией Л.Р.Ситник. - РИС ГБОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2013.
9. Программы XXI века. / Сборник авторских образовательных программ. - РИС ГОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2010.
10. Результативность образовательного процесса в УДОД: информационно-методический бюллетень. (Материалы согласованного исследования проблем дополнительного образования детей). - РИЦ ГОУ «СПб ГДТЮ», 2008.
11. Стратегия действий в интересах детей в Санкт-Петербурге на 2012-2017 годы // Постановление Правительства Санкт-Петербурга от 16.08.2012 г. № 864

Список литературы для педагогов:

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л.: ЛГУ, 1968.
2. Анастаси А. Психологическое тестирование. М., 1982.
3. Андреева Г.М. Методы исследования межличностного восприятия. М.: МГУ, 1984.
4. Апполов Б. Учения о реках. М., 1963.
5. Асмолов А.Г. Психология личности. М., 1990.
6. Байбородова Л.В. Воспитательный процесс в современной школе. Ярославль, 1998.
7. Балашов Е.А. Карельский перешеек. СПб., 1998.
8. Батаршев А.В. Темперамент. Таллинн, 1986.
9. Батурич А., Гаппаров М., Коровников К., Десять шагов к стройной фигуре. М.: Советский спорт, 1992.
10. Блум Ф., Лейзерсон А., Хофстедтер Л. Мозг, разум и повеление (пер. с англ.). М.: Мир, 1988.
11. Блуменфельд А. Кому угрожает инфаркт миокарда. М.: Медицина, 1966.
12. Бодалев А.А. Личность и общение. М., 1995.
13. Божович Л.И. Проблемы формирования личности. М., 1995.
14. Бойкова Л.А. Методика воспитательной работы. Рязань, 1993.
15. Болдырев С. Сложные туристские походы. ФиС, 1969.
16. Васильев И.В. В помощь инструктору туризма. М.: Профиздат, 1966.
17. Волков И.П. Учим творчеству. М., 1982.
18. Вульф Б.З. Педагогические ситуации. М., 1983.
19. Выгодский Л.С. Детская психология. М., 1984.
20. Гадалко А.Е. Задачи и упражнения по развитию творческой фантазии учащихся. Просвещение, 1985.
21. Глазе Д. Жить до 180 лет (пер. с англ.). М.: Физкультура и спорт, 1991.
22. Говорка Я. Дорога к долголетию (пер. с чеш.). М.: Профиздат, 1990.
23. Гордин Л.Ю. Школа инициативы и самостоятельности. М., 1982.
24. Горен М. Путь к здоровью и долголетию. М.: ПТО «Селф», 1992.
25. Грэнхаген К.Б. Спутник по Финляндии, 1911.
26. Деадаптация – Сборник коррекционных программ. СПб, 1999.
27. Дроздова Т.А. Тренинг общения. Омск, 1992.
28. Емельянов Ю.Н. Активное социально-психологическое взаимодействие. Л.: ЛГУ, 1985.
29. Журавлев В.И. Педагогика в системе наук о человеке. М., 1990.
30. Иванов И.П. Методика коммунального воспитания. М., 1990.
31. Иванов И.П. Энциклопедия коллективных творческих дел. М., 1989.
32. Иванов П.В. Педагогические основы школьного краеведения. Петрозаводск, 1996.
33. Иванченко В.А. Секреты вашей бодрости. М.: Знание, 1988.
34. Игры. М., 1994.
35. Иппо Б.Б. и др. Карельский перешеек. Л., 1962.
36. К здоровой России. Политика укрепления здоровья и профилактики заболеваний: приоритет основные неинфекционные заболевания. М.: АО «Водолей», 1994.

37. Как предотвратить старение: Советы американских врачей (пер. с англ.). М., 2000.
38. Кемп П. Введение в биологию. М., 1986.
39. Кисловский С.В. Знаете ли вы? Л., 1984.
40. Книга о здоровье (сборник). Под ред. Ю.П. Лисицина. М.: Медицина, 1988.
41. Ковалев А.Г. Психология личности. М., 1965.
42. Кокарев Ю. По рекам и озерам Белоруссии. М.: ФиС, 1966.
43. Колесник С.И. Ладожское озеро. Л., 1968.
44. Кон И.С. Социология личности. М., 1967.
45. Крижановская Ю.С. Если Вы – руководитель. М., 2001.
46. Кроник А.А. Межличностное общение в малых группах. М., 2001.
47. Купер К. Аэробика для хорошего самочувствия. М.: Физкультура и спорт, 1987.
48. Ланг Андерсон К. и др. Привычная физическая активность и здоровье (пер. с англ.) М.: Медицина, 1982.
49. Леме Ж. Основы биогеографии. М., 1976.
50. Ленинградская область.- Исторический очерк. Л., 1986.
51. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., 1975.
52. Липинак В.Г. Формирование познавательных интересов учащихся в процессе краеведческой работы. Л., 1997.
53. Лобзин В.С. Аутогенная тренировка. Л.: Медицина, 1986.
54. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия. Искусство отношений. М., 1994.
55. Лямзина Л. Воспитательная работа на основе системно-ролевой модели.
56. Майоров А.М. Изменение физического развития детей в процессе занятия туризмом. Челябинск, 1970.
57. Макаренко А.С. Общие вопросы теории педагогики. М., 1957.
58. Мастере У., Джонсон В., Колодны Р. Мастере и Джонсон о любви и сексе. СПб.: СП «Ретув», 1991.
59. Мерзляков Ю.А. Методы лечебного психофизического самовоздействия. Минск, 1983.
60. Методические комментарии к написанию образовательных программ дополнительного образования детей.-РИЦ ГОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2011.
61. Методическое пособие по водно– спасательной подготовке. М.: Воениздат, 1993.
62. Михайлов Л.А. и др. Основы безопасности жизнедеятельности человека. СПб, 1995.
63. Моль Х. Семь программ здоровья (пер.с нем.). М.: Физкультура и спорт, 1991.
64. Мургулец Л.В. Социально-психологическая диагностика личности. Л., 1988.
65. Мюллер Р.Б. Очерки по истории Карелии XVI – XVII вв., Петрозаводск, 1947.
66. Нагорный А.Г. Экспериментальные исследования физических нагрузок в туристских походах старших школьников. Автореферат М., 1970.
67. Нежиховский Р.А. Наводнения на реках и озерах. Л.: Гидрометиздат, 1988.
68. Никонов В.А. Введение в топонимику. М., 1965.
69. Общение и оптимизация совместной деятельности. М.:МГУ, 1987.
70. Опарин А.И. Жизнь как форма движения материи. М.,1963.
71. Переш Э. Питание и здоровье (пер. с португ.). Алма-Ата: Казахстан, 1991.
72. Петров Ю.Л. Информация и биосфера. М., 1992.
73. Программы XXI века. Сборник авторских программ дополнительного образования детей. – РИЦ ГОУ ЦО «СПб ГДТЮ», 2011.
74. Попов А.А. Седы времен минувших. М., 1981.
75. Потресов А.С. Спутник юного туриста. М., 1962.
76. Похлебкин В.В. СССР-Финляндия. 260 лет отношений. М., 1975.
77. Практикум по психологии. М., 1972.
78. Рогальский В. Туристские маршруты в Саянах. ФиС, 1965.
79. Рогов Е.И. Настольная игра практического психолога в образовании. М., 1996.
80. Родионова И.А. Глобальные проблемы человечества. М., 1995.
81. Ромашков Е. Водный туризм. ФиС, 1957.
82. Российская педагогическая энциклопедия. М., 1993.
83. Русак О.Н. Беседы о безопасности жизнедеятельности. СПб, 1994.

84. Руф Л. Путешествие по стране озер. ФиС, 1965.
85. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности. Л., 1978.
86. Самоукина Н. Игры, в которые играют. Дубна, 1997.
87. Селье Г. Стресс без стресса. М: Прогресс, 1979.
88. Сергеев Б. «Туристские бивуаки». ФиС, 1967.
89. Симонов В.В. Эмоции воспитания. М., 1980.
90. Справочник путешественника и краеведа под ред. Обручева С.В. М., Географгиз, 1950.
91. Спутник туриста. Издание 2. М., ФиС, 1963.
92. Таранов П.С. Приемы влияния на людей. М.: ФАИР, 1997.
93. Терский В.Н. Клубные занятия, игры в практике А.С. Макаренки. М., 1961.
94. Усыскин Г.С. Из революционной истории Карельского перешейка.
95. Физиология человека. Под ред. Р. Шмидта и Г. Тревса.- М.: Мир, 1996.
96. Формановская Н.И. Речевой этикет. Л., 1985.
97. Фридман Л.М. и др. Изучение личности учащихся и ученических коллективов.
98. Цзен Н.В. Психотренинг. М.: ФиС, 1985.
99. Шершнева Л.И. Безопасность человека. М., 1994.
100. Шиянов В.Н. Введение в педагогику. Ростов, 1998.
101. Штюрмер Ю.А. Карманный справочник туриста. М., 1970.
102. Шульц Г.Э. Общая фенология. Л., 1981.
103. Эльконин Д.Б. Психология игры. М., 1978.

Список литературы для детей:

1. Азбука туриста-эколога. М., 1991
2. Балашов Е.А. Карельский перешеек. СПб., 1998
3. Бардин К.В. Азбука туризма. М., 1981
4. Вестник детско-юношеского туризма. М., 1993-2007
5. Власов А.А. «Турист» Библиотека туриста. М.: ФиС, 1974
6. Вольф В.Л. «Домашний доктор». Л., 1990
7. Ганшин В.Н. План и карта. М., 1983
8. Головаха Е.И. Психология человеческого взаимопонимания. Киев, 1989
9. Голявкин В. Что на лице написано. Л., 1984
10. Дегтярев В.Я. Вся жизнь – поход. М., 1999
11. Детские подвижные игры народов СССР. Под ред. Т.И. Осоиной. М., 1989
12. Директор Л.Б. снаряжение для горного туризма. М.: Профиздат, 1987
13. Дмитриев Ю. Пожарская Н. и др. Книга природы. М.: Детская литература, 1990
14. Додонов Б.Г. Эмоция как ценность. М., 1978
15. Из опыта работы Всесоюзного пионерского лагеря «Орленок». М.: Педагогика, 1984
16. Крейли Э. Учимся владеть чувствами. СПб., 1995
17. Куликов К.А. Планета Земля, М., 1977
18. Куприн А.М. Занимательная картография. М.: «Просвещение», 1989
19. Куприн А.М. Занимательная топография. М., 1980
20. Ленинградская область.- Исторический очерк. Л., 1986
21. Лето. Каникулы. Лагерь. Под ред. С.А. Шмакова. Липецк, 1995
22. Лишук В.А., Мосткова Е.В. Обзор «Основы здоровья. Актуальные задачи, решения, рекомендации», М., 1994
23. Медовар П. Современные концепции в биологии. М., 1983
24. Менчуков А.Е. В мире ориентиров. М., 1986
25. Можейко И.В. 7 из 37 чудес (антология тайн, чудес и загадок). М.: Современник, 1996
26. Одум Дж Экология. М., 1980
27. Оказание само и взаимопомощи при травмах. М., 1998
28. Опалов А.В. Умение общаться с людьми. М.: Культура и спорт, 1996
29. Потресов А.С. «Спутник юного туриста». М., 1967
30. Ротштейн Л.М. Школьный туристский лагерь. М., 1993

31. Русак О.Н. Беседы о безопасности жизнедеятельности. СПб., 2000
32. Руф Л.В. «Север» Библиотека туриста. М.: ФиС, 1975
33. Шмаков С.А. Дети на отдыхе.
34. Сапин М.Р., Билич Г.Л. Анатомия человека. М.: Высшая школа, 1996
35. Формозов А.Н. Спутник следопыта. М.: МГУ, 1989
36. Харченко Н.А. Справочник основных понятий по экологии. М., 1992
37. Хейердал Т. Древний человек и океан. М.: «Мысль», 1982
38. Чистякова М. Психоаналитика. М., 1995
39. Шаскольский И.П. Борьба Руси за сохранение выходов к Балтийскому морю. Л., 1987
40. Шершнева Л.И. «Безопасность человека» М., 1994
41. Штюмер Ю.А. Карманный справочник туриста. М., 1985
42. Эвенштейн З.М. Популярная диетология. М.: Экономика, 1990