

Администрация Кстовского муниципального округа  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Запрудновская средняя школа»

РАССМОТРЕНО  
НА ЗАСЕДАНИИ  
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО  
СОВЕТА

Протокол №14  
от «19» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО  
ПРИКАЗОМ ПО МБОУ  
ЗАПРУДНОВСКОЙ СШ

Приказ №170  
от «19» августа 2024 г.

**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа**  
туристско-краеведческой направленности

**«Родные тропы»**

Возраст детей: 10-15 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель:  
Шеронова Оксана Владимировна  
Педагог дополнительного  
образования

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|   |    |
|---|----|
| ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА .....   | 3  |
| ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА .....  | 3  |
| АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ «РОДНЫЕ ТРОПЫ» .....   | 4  |
| ЦЕЛЬ КУРСА «РОДНЫЕ ТРОПЫ» .....   | 5  |
| ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ КУРСА «РОДНЫЕ ТРОПЫ».....   | 5  |
| МЕСТО КУРСА «РОДНЫЕ ТРОПЫ».....   | 7  |
| ВЗАИМОСВЯЗЬ С ФЕДЕРАЛЬНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММОЙ<br>ВОСПИТАНИЯ.....                               | 8  |
| ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ<br>ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОДНЫЕ ТРОПЫ» ..... | 9  |
| ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:.....   | 9  |
| МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....   | 10 |
| ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....   | 12 |
| СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ.....   | 14 |
| «РОДНЫЕ ТРОПЫ» .....  | 14 |
| ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ .....   | 21 |
| МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ И УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.<br>.....                               | 22 |
| СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....  | 23 |

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

---

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА

Рабочая программа дополнительного образования «Родные тропы» (далее – Программа) для 5–9 классов составлена на основе положений и требований к результатам освоения основной образовательной программы, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования, утвержденном приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287

«Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования», а также с учетом:

– федеральной рабочей программы воспитания, утвержденной приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 23.11.2022 г. № 1014 «Об утверждении федеральной образовательной программы среднего общего образования»;

– Концепции преподавания учебного курса «История России» в образовательных организациях, реализующих основные общеобразовательные программы (утверждена решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 23 октября 2020 г.);

– письма Министерства культуры Российской Федерации от 28.02.2017 № 49-01.1-39-НМ «О направлении Методических рекомендаций по отнесению историко-культурных территорий к объектам культурного наследия в виде достопримечательного места»;

– письма Министерства просвещения Российской Федерации от 05.07.2022 № ТВ-1290/03 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Информационно-методическим письмом об организации внеурочной деятельности в рамках реализации обновленных федеральных государственных

образовательных стандартов начального общего и основного общего образования»);

– федеральной рабочей программы по истории для 5–9 классов образовательных организаций.

При разработке данной программы использовались следующие нормативные документы:

1. Федеральный закон от 25.06.2002 г. № 73-ФЗ «Об объектах культурного наследия (памятниках истории и культуры) народов Российской Федерации» (с дополнениями и изменениями);

2. Указ Президента Российской Федерации от 09.11.2022 г. № 809 «Об утверждении Основ государственной политики по сохранению и укреплению традиционных российских духовно-нравственных ценностей»;

3. Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400 «О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации».

4. Закон Нижегородской области от 12.02.2008 N 8-3 "О туристской деятельности на территории Нижегородской области"

5. Устав МБОУ Запрудновской СШ

## АКТУАЛЬНОСТЬ ПРОГРАММЫ «РОДНЫЕ ТРОПЫ»

Актуальность курса дополнительного образования «Родные тропы» обусловлена необходимостью формирования российской гражданской идентичности, патриотизма, приобщения обучающихся к исторической памяти многих поколений россиян.

Создание программы продиктовано важностью стоящих перед школой задач исторического просвещения подрастающего поколения россиян, формирования у них способности к восприятию и бережному отношению к историческому и культурному наследию, сохранения исторической памяти о подвигах и достижениях предков, о ключевых исторических событиях и их

участниках.

Основное внимание в программе уделено современным подходам к организации деятельности, нацеливающих школьников не на пассивное восприятие сообщаемой педагогом информации, а на самостоятельный поиск и исследование, формирующие умение работать с многообразными источниками исторической и современной информации.

Программа ориентирована на расширение и дополнение знаний, получаемых обучающимися в ходе изучения учебного курса «История России», призвана обеспечить целостное и эмоционально окрашенное восприятие отечественной истории посредством обращения к знаковым личностям и памятным событиям из истории родного края и малой родины.

## ЦЕЛЬ КУРСА «РОДНЫЕ ТРОПЫ»

Ознакомление обучающихся с родным краем на примере ближнего природного и социального окружения, приобщение к культуре своего народа, духовно-нравственное и гражданско-патриотическое развитие и воспитание личности.

## ОСНОВНЫЕ ЗАДАЧИ КУРСА «РОДНЫЕ ТРОПЫ»

- дать дополнительные знания по истории малой Родины;
- расширить знания обучающихся об отечественной истории посредством привлечения внимания к хорошо известным, знаковым для их родного края достопримечательным местам, с историческими (в том числе военными) событиями, жизнью выдающихся личностей малой Родины;
- стимулировать познавательный интерес обучающихся к материальным, культурным и духовным ценностям предыдущих поколений, развивать умения поисковой, исследовательской, аналитической работы на основе широкого круга источников и в первую очередь – на региональном материале;
- способствовать осознанию обучающимися своей социальной идентичности одновременно как граждан России и жителей своего края

посредством сообщения информации о личностях, событиях, процессах и памятных местах, наиболее значимых для истории страны, региона, местности;

– формировать у обучающихся личностное, эмоционально окрашенное восприятие прошлого, понимание «человеческого измерения истории» посредством изучения памятных мест, связанных с деятельностью выдающихся соотечественников – деятелей в сферах искусства, науки, политики, военного дела и др.;

– формировать у обучающихся способность определять историко-архитектурную, художественную, научную и мемориальную ценность достопримечательных, памятных мест края, выявлять их значение для истории и культуры России, региона, местности;

– способствовать развитию у обучающихся понимания историко-культурной ценности памятных мест края и необходимости сохранения природно-культурных ландшафтов, памятных объектов археологического и культурного наследия, историко-градостроительной и природной среды как достояния региона и страны в целом;

– формировать у обучающихся чувство принадлежности к богатейшему общероссийскому культурно-историческому пространству, уважение к культурным достижениям и лучшим традициям (боевым, трудовым, художественным, нравственным и др.) народов России и края.

## МЕСТО КУРСА «РОДНЫЕ ТРОПЫ»

Программа курса рассчитана на 34 часа, которые могут быть реализованы в течение одного учебного года в составе разновозрастной группы из обучающихся 5–9 классов.

При проведении занятий предусмотрены такие формы работы, как беседы, дискуссии, виртуальные экскурсии и др.

Особенностью программы является привлечение и активное использование в образовательном процессе традиционных источников информации (учебники по истории края, ресурсы местных библиотек и краеведческих музеев) и современных цифровых информационных ресурсов (порталы и сайты историко-просветительской и историко-культурной направленности – Открытые данные Министерства культуры Российской Федерации, Археолог.РУ, Культура.РФ, История.РФ и др.), которые содержат текстовые, видео- и фотоматериалы о памятных историко-культурных объектах и наиболее значимых событиях и личностях российской и региональной истории.

Содержательные элементы программы предполагают организацию вокруг них поисково-исследовательской деятельности обучающихся, результаты которой могут быть оформлены в виде учебных исследований и проектов и представлены для презентации и оценки в рамках основного курса обучения «История России».

## ВЗАИМОСВЯЗЬ С ФЕДЕРАЛЬНОЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММОЙ ВОСПИТАНИЯ

Программа курса разработана с учетом рекомендаций федеральной рабочей программы воспитания, предполагает объединение учебной и воспитательной деятельности педагогов, нацелена на достижение всех основных групп образовательных результатов – личностных, метапредметных, предметных.

Программа носит туристско-краеведческую и гражданско-патриотическую направленность, что позволяет обеспечить достижение следующих целевых ориентиров воспитания на уровне основного общего образования:

- осознанное принятие обучающимися своей российской гражданской идентичности в поликультурном, многонациональном и многоконфессиональном российском обществе;

- понимание обучающимися своей сопричастности к прошлому, настоящему и будущему народа России, тысячелетней истории российской государственности на основе исторического просвещения, российского национального исторического сознания;

- проявление обучающимися уважения к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране;

- сознательное отношение и проявление обучающимися уважения к духовно-нравственным ценностям российского общества, к достижениям России в науке и искусстве, к боевым подвигам и трудовым достижениям, к героям и защитникам Отечества в прошлом и современности.



## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «РОДНЫЕ ТРОПЫ»

---

Содержание программы «Родные тропы» направлено на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов обучения.

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- гражданское воспитание: активное участие в жизни местного сообщества, родного края, страны; представление о правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи; неприятие действий, наносящих ущерб социальной и природной среде;

- патриотическое воспитание: осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к историческому и природному наследию, памятникам, традициям разных народов нашей страны;

- духовно-нравственное воспитание: представление о традиционных духовно-нравственных ценностях народов России; ориентация на моральные ценности и нормы современного российского общества в ситуациях нравственного выбора;

- эстетическое воспитание: восприимчивость к традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества;

- физическое воспитание: формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия; осознание ценности жизни; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии;

- трудовое воспитание: установка на активное участие в решении практических задач в рамках организации, города, края; уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

- экологическое воспитание: ориентация на применение знаний из социальных наук для решения задач в области окружающей среды; повышение уровня экологической культуры;

- ценность научного познания: ориентация в деятельности на современную систему научных представлений; овладение основными навыками исследовательской деятельности; осмысление значения истории как знания о развитии человека и общества, о социальном, культурном и нравственном опыте предшествующих поколений; овладение навыками познания и оценки событий прошлого с позиций историзма; формирование и сохранение интереса к истории как важной составляющей современного общественного сознания.

## МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

*Универсальные учебные познавательные действия:*

- базовые логические действия: выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений); систематизировать и обобщать исторические факты; выявлять характерные признаки исторических явлений; раскрывать причинно-следственные связи событий; сравнивать события, ситуации, выявляя общие черты и различия; формулировать и обосновывать выводы;

- базовые исследовательские действия: проводить по самостоятельно составленному плану небольшое исследование на основе регионального материала; систематизировать и анализировать исторические факты, осуществлять реконструкцию исторических событий; самостоятельно

формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного исследования, определять новизну и обоснованность полученного результата;

- работа с информацией: применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников;

- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления; осуществлять анализ учебной и внеучебной исторической информации, извлекать информацию из источника; высказывать суждение о достоверности и значении информации источника.

*Универсальные учебные коммуникативные действия:*

- общение: участвовать в обсуждении событий и личностей прошлого, раскрывать различие и сходство высказываемых оценок; выражать и аргументировать свою точку зрения в устном высказывании, письменном тексте; публично представлять результаты выполненного исследования, проекта; осваивать и применять правила межкультурного взаимодействия в школе и социальном окружении;

- совместная деятельность: участвовать в групповых формах работы; принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению; планировать и осуществлять совместную работу, коллективные учебные исследования и проекты по истории на основе регионального материала; определять свое участие в общей работе, координировать свои действия с другими членами группы, оценивать полученные результаты и свой вклад в общую работу.

*Универсальные учебные регулятивные действия:*

- самоорганизация: ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой); составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте; делать выбор и брать ответственность за решение;

- самоконтроль: владеть способами самоконтроля и рефлексии; объяснять

причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в сложившейся ситуации; вносить коррективы в деятельность; оценивать соответствие результата цели и условиям;

- эмоциональный интеллект: ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого; регулировать способ выражения эмоций;

- принятие себя и других: осознанно относиться к другому человеку, его мнению;

- признавать свое право на ошибку и такое же право другого.

## ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- целостные представления об историческом пути малой Родины;

- базовые знания об основных этапах и ключевых событиях отечественной истории;

- способность применять понятийный аппарат исторического знания и приемы исторического анализа для раскрытия сущности и значения событий и явлений прошлого и современности;

- умение работать с основными видами современных источников исторической информации и с историческими (аутентичными) письменными, изобразительными и вещественными источниками;

- способность представлять устное и письменное описание событий, явлений, процессов истории родного края, истории России и их участников, основанное на знании исторических фактов, дат, понятий;

- владение приемами оценки значения исторических событий и деятельности исторических личностей в отечественной, в том числе региональной истории;

- способность применять исторические знания в общении как основу диалога в поликультурной, многонациональной и многоконфессиональной среде;

- умение устанавливать взаимосвязь событий, явлений, процессов прошлого с важнейшими событиями XX – начала XXI в.;

- осознание необходимости сохранения исторических и культурных памятников своей страны и своего региона.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

### «РОДНЫЕ ТРОПЫ»

---

#### **Краеведение**

##### **Туристско-краеведческие возможности области**

Знакомство с картой области, основными туристическими объектами и возможностями посещения.

История области и малой Родины. Административный центр и его окрестности. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Географические особенности родного края. Охрана природы. Географическое положение, рельеф и климат области. История заселения и освоения территории. Культурное наследие в виде памятников истории, архитектуры и зодчества. Охрана природы. Сохранение природного единства в зонах отдыха и туризма.

##### **Элементы топографии.**

Виды и свойства карт. Километровая сетка, копирование карт. Масштаб карты (численный, именованный и линейный). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты и умение по ним читать карту. Ориентирование с помощью карты и компаса. Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб, виды масштабов, масштабы топографических и географических карт. Пользование линейным и числовыми масштабами. Курвиметр. Преобразование числового масштаба в натуральный. Измерение прямолинейных и криволинейных расстояний на карте. Измерение направлений (азимутов) на карте. Транспортир. Определение термина «ориентирование». Магнитные свойства Земли. Истинный и магнитный полюса, магнитные меридианы, магнитное склонение, магнитные аномалии. От чего зависит точность движения по азимутам. Виды ориентирования на туристских соревнованиях: открытый, маркированный,

обозначенный и азимутальный маршруты, ориентирование по легенде, определение точки стояния (привязка).

Зарисовка новых топографических знаков и характеристик местных предметов. Отыскание на карте типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик участков местности по картам. Вычисление магнитных азимутов линий по исходным данным. Определение магнитных азимутов заданных линий (маршрута по данным карты). Составление легенд, заданных на картах маршрутов. Сравнение и оценка результатов. Задачи на вычисление пройденного пути по времени и скорости движения на разных участках местности (по карте). Перевод полученного результата в масштаб карты. Обратная задача. Сравнение и оценка результатов. Разбор случаев удачного и неудачного действия проводников на маршрутах (из практики походов кружковцев).

Приближённые измерения на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топоры, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальнометры (расстояние между телеграфными столбами, высота телеграфного столба, средняя высота леса и т.д.) Ориентир по аэрофотоснимкам. Определение сторон горизонта по Солнцу. Ориентирование по Луне. Две Медведицы. Положение Полярной звезды. Ориентирование по местным признакам в лесу и степи. Ориентирование без компаса и карты. Топография и ориентирование. Компас и его устройство. Работа с компасом и картой. Определение по компасу азимута. Движение по азимуту. Использование данных современных космических технологий при ориентировании на местности. Топография и ориентирование. Топографические знаки. Чтение карты. Приёмы ориентирования карты. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время. Ориентация во времени и пространстве (камеральная обработка).

Практические занятия. Определение сторон горизонта с помощью компаса, по небесным светилам, местным признакам. Определение направлений по

заданным азимутам (прямые засечки) и азимутов на заданные ориентиры (обратная засечка). Ориентирование карты по компасу. Движение группы по заданным азимутам на заданные расстояния. Глазомерная оценка расстояний до предметов.

### **Основы краеведческой работы**

Краеведческая работа в походе. Краеведческие наблюдения, используя данные современных космических технологий, сбор и оформление краеведческого материала. Ведение полевого дневника. Практические работы с картами атласа. Топографическая съёмка местности. Краеведческие исследования и их оформление.

### **Туристические соревнования**

Туристская техника и спортивное ориентирование. Правила по комплексу туристских соревнований. Особенности технической подготовки к различным видам соревнований. Контрольно-туристский маршрут, командная и индивидуальная техника. Узлы и их назначение. Вязка узлов. Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Страховка и самостраховка. Игры на местности.

Знакомство участников с положением о проведении соревнования по спортивному ориентированию и туристическому слёту. Подача заявки на участие в соревнованиях. Сбор справок о состоянии здоровья участников команды. Знакомство с правилами организации и проведения похода участников и их родителей под роспись с предоставлением справок о состоянии здоровья.

### **Туристический поход**

Укладка в рюкзак личного снаряжения. Состав ремонтного набора и аптечки. Питание в походе (нормы закладки продуктов на одного человека).



Распределение обязанностей по построению, движению, созданию бивака и приготовлению пищи. Возможные опасности при движении, пересечении дорог, непредсказуемые погодные условия, ядовитые насекомые, пресмыкающиеся и растения. Удобная одежда и обувь в походе. Правила разведения костра и приспособления для приготовления пищи. Экологическая культура в пути и на месте стоянки. Взаимовыручка и поддержка товарища по походу. Значение, режим и особенности организации питания туристов в сложном спортивном походе. Денежные нормы питания туристов. Весовые и калорийные нормы дневного рациона. Перечень наиболее часто применяемых в туристских походах продуктов и блюд, их калорийность, стоимость, вес. Составление расписания приема пищи в полевых условиях, в столовых населенных пунктов и во время длительных переездов. Замена обедов перекусами. Составление меню и расчет потребного количества продуктов на каждый прием пищи. Использование консервов, концентратов, сухарей, сублиматов, сухофруктов, приправ. Закупка, расфасовка и затаривание продуктов питания. Правила раскладки продуктов по рюкзакам. Хранение, экономия и учет расхода продуктов в пути. Пополнение продовольствия в пути, использование ягод, грибов, свежей рыбы, различных трав и растений для приготовления пищи. Технология приготовления походных блюд. Обязанности завхоза по питанию. Обязанности дежурных по кухне. Меры безопасности и гигиенические требования при приготовлении пищи на костре.

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Перечень основных предметов личного и группового снаряжения туриста, требования к каждому предмету.

***Личное снаряжение.*** Одежда и обувь туриста в дальнем походе, типы рюкзаков, оборудование рюкзака (подгонка лямок, войлочные подушечки на лямках, изготовление непромокаемого вкладыша). Одежда и обувь для зимних походов (меховая куртка, капюшон, маска, брюки, бахилы, рукавицы, свитер, сменная обувь, белье, носки). Типы лыж, какие лыжи и крепления пригодны

для похода, установка и подгонка креплений, смоление и смазывание лыж; предметы походной постели (спальный мешок, коврик или надувной матрас, вкладыш, «подушка», чехол для спального мешка). Альпеншток, его конструкция, изготовление, правила использования. Прочие предметы личного снаряжения: блокнот, карандаши, ручка, конверты, репшнур, туалетные принадлежности, посуда, очки, часы, мешочки для упаковки снаряжения, планшет для карты, накомарник, запасные стельки, куски тесьмы, шнура и т. д. Как готовить личное снаряжение к походу.

**Групповое снаряжение.** Особенности снаряжения для многодневных походов по малонаселенной местности. Типы палаток, как подготовить палатку к походу (конструкция стоек, колышки, веревки, амортизаторы, тенты, полог, подстилка, проклеивание швов). Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Обязанности старосты по палатке. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне (хознабор): таганок, крючки, цепочки, рукавицы, сухое горючее, растопка, неприкосновенный запас спичек, ножи разные, клеенка столовая, фанерка, половник, мочалки, мыло и горчица сухая, веревка, палка для развешивания, соль. Походная посуда для варки пищи, чехлы для посуды, хранение и переноска посуды. Топоры, пилы. Как заточить и развести пилу. Состав и назначение ремаптечки, обязанности реммастера до и во время похода. Особенности снаряжения для зимнего похода. Специальное снаряжение группы для производства краеведческих работ. Документы, инструменты, основная и вспомогательная веревки, фотоаппараты, рыболовные принадлежности, фонари. Обязанности завхоза группы по снаряжению.

Личная гигиена туриста. Обувь туриста, уход за ногами и обувью во время похода. Гигиенические требования к одежде, постели, посуде туриста. Купание в походе. Предупреждение охлаждений и обморожений в зимнем походе, простудных заболеваний в летних походах. Содержание походной аптечки и первая доврачебная помощь пострадавшему. Нормы нагрузок в путешествии. Врачебный контроль. Самоконтроль в походе и на экскурсии. Признаки

заболеваний и травм. Знание съедобных растений и грибов, умение использовать лекарственные растения на практике. Знание и умение отличать в гербарии, на рисунках, в походе и на экскурсии лекарственные и ядовитые растения родного края. Применение растений в быту и медицине. Знание и умение отличать съедобные грибы от ядовитых. Умение оказать помощь при повреждениях кожи, растяжения мышц, вывихе сустава. Искусственное дыхание. Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями и укусов насекомых, обморожениях, головных болях, желудочных, простудных заболеваниях. Умение накладывать простейшую повязку на руку и ногу. Умение организовать транспортировку пострадавшего. Питьевой режим в походе. Способы обеззараживания воды. Индивидуальный медицинский пакет туриста.

Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака.

Привалы и биваки. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Эстетические требования к месту бивака. Гигиенические требования к месту бивака.

Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Туристский бивак в холодное время года, при непогоде, при отсутствии доброкачественной воды. Организация бивачных работ. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке. Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях. Использование полиэтиленовых пленок, поролона. Как ликвидировать комаров в палатке. Оборудование походной постели. Правила поведения туристов в палатке. Место для вещей и обуви. Выбор места для костра. Где запрещается разводить костер. Типы костров и их назначение.

Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Конструкции для подвески посуды над пламенем. Обложной костер. Топливо для костра, способы заготовки растопки и топлива. Использование походного примуса. Складирование дров, укрытие дров от дождя, подсушивание; место для разделки дров. Как работать пилой и топором; меры безопасности для костровых. Разведение костра при ветре, дожде, тумане; «кислородное голодание» костра, способы регулирования пламени костра. Поведение туристов у костра, сушка одежды и обуви, оборудование специального костра для сушки вещей и оборудования. Физический смысл процесса сушки, правила сушки. Место для топора, рукавиц и другого инвентаря, место для ведер с горячей пищей. Раздача пищи. Прием пищи. Яма для отбросов. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Как пользоваться русской печью, дровяной плитой. Основные правила соревнований по навыкам походного туристского быта

Составление плана похода. Оформление походных документов и сметы. Подбор картографического материала.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №  | Тема занятия   | Количество часов |
|--|--|------------------|
| <b>Краеведение (4 ч)</b>                 |  |                  |
| 1  | Туристско-краеведческие возможности области  | 1                |
| 2  | Элементы топографии  | 2                |
| 3  | Основы краеведческой работы  | 1                |
| <b>Туристические соревнования (16 ч)</b> |  |                  |
| 4  | Требования к участникам соревнований по технике пешеходного туризма  | 1                |
| 5  | Узлы   | 3                |
| 6  | Преодоление туристической полосы препятствий.  | 9                |
| 7  | Ориентирование   | 1                |
| 8  | Туристическая песня  | 1                |
| 9  | Учебные соревнования по прохождению полосы препятствий   | 1                |
| <b>Туристический поход (14 ч)</b>        |  |                  |
| 10                                       | Основные сведения из «Инструкции по организации и проведению туристических походов, путешествий и экскурсий с учащимися общеобразовательных школ». | 1                |
| 11                                       | Организация и подготовка трёхдневного пешего турпохода   | 7                |
| 12                                       | В походе   | 4                |
| 13                                       | Подготовка к туристическому двухдневному походу  | 1                |
| 14                                       | Туристический поход  | 1                |

## МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ И УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

### **Формы организации образовательного процесса:**

1. Групповые занятия (урок, семинар, лекция, экскурсии, круглый стол, дискуссия);
2. Индивидуальные занятия (урок – исследование);
3. Совместная творческая деятельность (путешествие в прошлое, заочная экскурсия, юные картографы).

**Формы организации учебного занятия** - беседа, выставка, презентация, наблюдение, практическое занятие, творческая мастерская.

**Формы контроля:** индивидуальный опрос, фронтальный опрос, зачетные занятия, творческие задания, самостоятельные проекты.

**Методы обучения** – словесный, наглядно-практический, объяснительно-иллюстративный, игровой.

**Методы воспитания** - убеждение, мотивация, стимулирование.

**Педагогические технологии** – элементы технологии группового обучения, коллективно творческой деятельности, игровой деятельности, здоровьесберегающей технологии.

**Приемы и методы организации образовательного процесса:** урок, семинар, лекции, рассказ, беседа, практические работы, экскурсии, круглый стол, дискуссия.

**Материально - техническое обеспечение занятия:** Специально оборудованный кабинет, парты, стулья, доска, компьютеры, сканер, принтер, проектор, который используется для подготовки к конференциям и конкурсам, для оформления исследовательских проектов и презентаций.

При проведении занятий используется наглядный дидактический материал: плакаты, таблицы, дидактические и методические материалы, энциклопедии, таблицы, атласы Нижегородской области, контурные карты Нижегородской области.

**Для занятий необходимы:** общая тетрадь, цветные карандаши, ручка, альбом.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бакка А.И; Бакка С.В. Особо охраняемые природные территории Нижегородской области (по состоянию на 1 марта 1997). Нижний Новгород экологический центр “ДронТ”1997.
2. Географический атлас. Нижегородская область. Верхневолжское АГП, Нижний Новгород, 2005.
3. Географический атлас. Нижегородская область. Верхневолжское АГП, Нижний Новгород,1993
4. Города нашей области. География, история, экономика, население, культура. Волго-Вятское книжное изд-во. 1969.
5. Казаков В.В. Туристическая карта. Павловский район, Нижегородской области ФГУП Верхневолжской аэрографическое предприятие “ Развитие выездного туризма в Нижегородской области в 2007-2011 годах.
6. Кряжев А.Б. Географическое краеведение. Нижегородская область. Учебное пособие для учащихся 6 классов. Нижний Новгород. 2009.
7. Кулинич Г.С.; Фридман Б.И. Геологическое путешествие по горьковской земле – Горький: Волга Вятская книжное изд-во, 1990.
8. Морохин Н.В. Географический краеведческий словарь. Нижний Новгород. изд-во «Просвещение» 1992.
9. Никишов А.И., В.Н. Кузнецов, Д.Л. Теплов. Экология: учебник для 5 (6) классов общеобразовательной школы. М.: «Устойчивый мир», АО «Московский учебник».1999.
10. Путеводитель Нижегородской области. Нижегородский туристско-информационный центр. ООО «Фабрика печати» 2016.
11. Русских А.В., Иванов А.Д. «Пещеры и карстовые озера Волго-Вятского региона» Слободская типография. 1992.
12. Спиридонов Г.В., Миронов Н.К., Ивакин С.А., Перцев Б.Н. Павлово-на-Оке: К 425-летию города: 1566-1991. – Нижний Новгород, Волго-Вятское изд-во 1991.

13. Трубе Л.П., Шубин А.Ф. Горьковская область. Природа и население. Волго-Вятское книжное изд-во. 1968.
14. Трубе Л.П., География. Горьковская область. Учебное пособие. Горький. Волго-Вятское книжное изд-во. 1978.
15. Фридман Б.И. «Природа Поволжья». Межвузовский сборник научных трудов. Н. Новгород: НГПУ, 1997.
16. Хорев Б.С. Горьковская область. Природа, население, хозяйство. Волго-Вятское книжное изд-во. 1967.