



Департамент образования города Москвы  
Государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования города Москвы  
«МОСКОВСКИЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР ЭКОЛОГИИ,  
КРАЕВЕДЕНИЯ И ТУРИЗМА»



«Тверждаю»  
Директор ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ  
Д.Ф. Моргун  
7 июня 2016 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
«Полевая практика»**

**Краткосрочная программа туристско-краеведческой направленности  
вводного уровня на летний период обучения**

для обучающихся 12 – 17 лет

**Одобрена:**

Педагогическим советом ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ  
Протокол № \_\_\_\_\_ от « 7 » июня 2016 г.

**Автор-составитель программы:**

Скобелев Алексей Алексеевич,  
педагог дополнительного образования

Москва, 2016 г.

## **Пояснительная записка**

Данная программа имеет практическую направленность и предназначена для обучения школьников основам практического использования знаний базового курса спортивного туризма в полевых условиях. В рамках программы воспитанники научатся самостоятельно решать всевозможные проблемы и задачи, которые могут возникнуть во время похода или при подготовке к нему.

Программа актуальна, так как в процессе обучения дети получают навыки, без которых невозможно полноценное безопасное участие как в походах выходного дня, так и в многодневных путешествиях. Многие умения пригодятся учащимся не только в походах, но и в повседневной жизни.

**Целью программы** является овладение детьми знаниями, умениями и навыками, необходимыми для работы в полевых условиях, а также для самостоятельной подготовки к походу, систематизации и анализу результатов похода по различным направлениям работы.

**Основная образовательная задача** – ознакомить детей с практическими основами самообеспечения жизнедеятельности и движения в полевых условиях.

**Развивающей задачей программы** выполнение экспедиционных краеведческих и гуманитарных задач в полевых условиях в процессе похода.

**Также важен воспитательный аспект данной программы:** развитие у воспитанников умения адаптироваться в детском коллективе, обучение их умению находить взаимопонимание, воспитание бережного отношения к своему труду и труду своих товарищей, формирование не только умения принимать решения и воплощать их в жизнь в различных нестандартных ситуациях, но и умение такие ситуации предвидеть и не создавать их.

В рамках данной программы планируется обучение школьников в

возрасте от 12 до 17 лет. Состав учебной группы 15 человек.

Получение воспитанниками знаний проходит как в форме активного диалога, объяснения и обсуждения теоретического и наглядного материалов, так и в практической форме в полевых условиях.

Занятия проводятся по 8 часов в неделю.

По окончании курса обучающиеся получают знания, необходимые для работы в полевых условиях. Материальным итогом должен стать технический отчёт.

На занятиях преподаватель может лично оценить работу каждого воспитанника, помочь тем, кто чего-то не понял или не успел. Во время подготовки к походу можно индивидуально проверить качество усвоения ими полученных знаний, умений и навыков. В длительном походе педагог может оценить качество подготовки учащихся при их самостоятельной работе по всем направлениям.

#### Учебно-тематический план.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1</b>	<b>Подготовка туристского похода:</b>			
1.1	Подготовка к походу, путешествию. Техника безопасности при проведении туристских походов, занятий.	4	2	2
1.2	Туристские должности в группе. Питание в туристском походе.	4	2	2
1.3	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	4	2	2
<b>2</b>	<b>Работа в полевых условиях:</b>			
2.1	Правила движения в походе	4	2	2
2.2	Топография	4	2	2
2.3	Ориентирование в полевых условиях	4	2	2
2.4	Преодоление естественных препятствий	4		4
2.5	Направления работы участников	2		2
2.6	Общая и специальная физическая подготовка	2		2
<b>3</b>	<b>Подведение итогов похода:</b>			
3.1	Технический отчёт	4	2	2
3.2	Подведение итогов похода по	4	2	2

	направлениям работы			
	<b>Итого:</b>	<b>40</b>	<b>16</b>	<b>24</b>

## Содержание программы

### *1. Подготовка туристского похода.*

**Теория.** Организационное занятие. План работы. Порядок подготовки к походу. Основные источники сведений о районе похода. Меры безопасности при проведении тренировочных занятий и в походе, при преодолении естественных препятствий. Правила поведения в населенных пунктах. Перечень должностей членов туристской группы и основные их обязанности. Гигиена тела, одежды и обуви. Сущность закаливания и систематических занятий спортом. Состав медицинской аптечки, ее хранение при транспортировке. Назначение и дозировка препаратов. Оказание первой доврачебной помощи. Способы обеззараживания воды. Комплекс упражнений утренней зарядки.

**Практика.** Составление плана подготовки похода. Изучение района похода. Составление плана-графика движения. Составление меню. Упаковка продуктов. Подготовка походной медаптечки.

### *2. Работа в полевых условиях.*

**Теория.** Понятие о масштабе карты. Оформление карт. Их отличительные свойства. Различия топографических и спортивных карт. Группы условных знаков. Изображение рельефа на карте. Типичные формы рельефа. Стороны горизонта. Понятие азимута и его определение. Понятие ориентирования. Ориентирование карты по компасу. Выполнение прямой и обратной засечки. Движение по азимуту с помощью компаса. Способы ориентирования с помощью карты в походе. Порядок действий в случае потери ориентировки. Влияние физических упражнений на укрепление здоровья и предотвращение травматизма.

**Практика.** Определение масштаба и расстояния по карте. Чтение топографических знаков. Определение рельефа по карте. Измерение и построение азимутов. Ориентирование карты по компасу. Выполнение

прямой и обратной засечки. Движение по азимуту с помощью компаса. Ориентирование карты по компасу. Выполнение прямой и обратной засечки. Движение по азимуту с помощью компаса. Движение по азимуту в походе, обход препятствий. Организация разведки маршрута. Определение направления выхода в случае потери ориентировки. Использование самостраховки при преодолении несложных естественных препятствий. Вязание узлов. Практические работы по туристским должностям. Простейшие приемы контроля физического состояния.

### ***3. Подведение итогов похода.***

**Теория.** План отчётов по должностям, направлениям работы и общего технического отчёта. Порядок подведения итогов похода.

**Практика.** Систематизация отчётов по должностям и направлениям работы. Составление технического отчета о походе. Подготовка экспонатов для школьного музея и предметных кабинетов. Подготовка фотоотчёта.

### **Методическое обеспечение программы**

Проведение занятий и получение детьми знаний, умений и навыков должно проходить как в форме активного диалога, беседы, объяснения и обсуждения теоретического и наглядного материалов, так и в практической форме (практическая работа в помещении и в полевых условиях) в зависимости от изучаемой темы. Проверка результатов должна производиться в виде зачётных занятий или опросов, тестов, как на теоретических, так и на практических занятиях.

В заключительной части каждого занятия педагог должен отвести время на закрепление воспитанниками знаний, умений и навыков. Темы, связанные с подготовкой к походу, требуют для закрепления навыков проведения коллективных практических занятий. На таких занятиях дети получают индивидуальное задание, результаты которого, после самостоятельного его выполнения, оцениваются педагогом, помогающим ребятам исправить ошибки и устранить недочёты.

Занятие может быть тренировочным, а может являться

предварительной подготовкой к походу.

Все знания по технике безопасности должны быть закреплены в процессе опроса или диалога и обязательно проверены во время зачёта.

### Список литературы

*Бардин К.* Азбука туризма. – М.: Просвещение, 1981.

*Воронов Ю.С., Николин М. В., Малахова Г. Ю.* Методика обучения юных ориентировщиков тактическим действиям и навыкам. – Смоленск, 1998.

*Ганиченко Л.Г.* Котелок над костром. – М.: Изд. дом «Вокруг света», 1994.

*Дрогов И.А.* Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма.- М.:ФЦУДЮТиК, 2004.

*Константинов Ю.С.* Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2008.

*Константинов Ю.С., Слесарева Л.П.* Туристско-краеведческая деятельность в школе. – М.: ГОУ МосгорСЮТур, 2011.

*Коструб.А.А.* Медицинский справочник туриста. – М.: Профиздат, 1986.

*Крайман М.И.* У туристского костра: Сб. песен. – М., 1997.

*Куликов В.М., Ротштейн Л.М.* Школа туристских вожаков. – М.: Владос, 1999.

*Куликов В.М., Константинов Ю.С.* Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 2001.

*Штюрман Ю.А.* Опасности в туризме, мнимые и действительные. – М.: Физкультура и спорт, 1983.