

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ  
«НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ  
ЛУГАНСКОЙ НАРОДНОЙ РЕСПУБЛИКИ»

ТИПОВАЯ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
туристско-краеведческой направленности  
для образовательных организаций (учреждений)  
Луганской Народной Республики

### Историческое краеведение

Срок реализации: 3 года  
Уровни программы: углубленный  
Возраст обучающихся: от 11 лет

Луганск  
2017

Утверждено  
Министерством образования и науки Луганской Народной Республики  
(приказ №13 от 18.01.2017)

Рассмотрено  
Научно-методическим советом  
Государственного учреждения Луганской Народной Республики  
«Научно-методический центр развития образования  
Луганской Народной Республики»  
(протокол №1 от 11.01.2017)

**Составители:**

Портная О.В., методист Государственного учреждения Луганской Народной Республики «Центр поддержки и развития воспитательной работы и дополнительного образования детей и учащейся молодежи».

Портной Б.Д., заместитель директора по туристско-краеведческому направлению Государственного учреждения Луганской Народной Республики «Центр поддержки и развития воспитательной работы и дополнительного образования детей и учащейся молодежи».

**Общая редакция:**

Осадчая Е.В., методист отдела управления объектами образования Государственного учреждения Луганской Народной Республики «Научно-методический центр развития образования Луганской Народной Республики».

**Рецензент:**

Анпилогова Т.Ю., заведующий кафедрой истории Отечества Государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования Луганской Народной Республики «Луганский национальный университет имени Тараса Шевченко», кандидат исторических наук, доцент.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Историческое краеведение-** ступенька к познанию родного края, реализации интересов обучающихся в изучении окружающей среды и историко-культурного наследия родного края и мира, формирование туристско-спортивных и краеведческих знаний, умений и навыков средствами дополнительного образования.

**Актуальность** дополнительной общеразвивающей программы заключается в том, что она предусматривает творческое развитие личности в системе дополнительного образования; обеспечение потребностей обучающихся в профессиональном самоопределении, с учетом индивидуальных особенностей, склонностей и интересов.

Программа разработана для реализации в творческих объединениях по интересам образовательных учреждений Луганской Народной Республики и рассчитана на обучающихся возраст которых не младше 11 лет.

**Целью программы** является развитие разносторонней творческой личности в процессе занятий историческим краеведением.

### **Основные задачи программы.**

#### **Обучающие:**

- познакомить с памятниками истории и культуры родного края;
- формировать личностное восприятие исследуемого материала;
- формировать умение исследовать окружающую среду.
- способствовать формированию умений описывать краеведческие объекты, оформлять тетрадь и полевой дневник исследований по выбранной теме, ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, проходить маршруты по легенде, устанавливать палатку, разжигать костер в различных погодных условиях, готовить блюда в походных условиях на костре, преодолевать естественные препятствия, придерживаться основных правил техники безопасности участия в туристских путешествиях и соревнованиях.

#### **Развивающие:**

- развивать природные задатки обучающихся, их творческий потенциал, фантазию, наблюдательность;
- развивать образное и пространственное мышление, память, воображение, внимание;
- развивать положительные эмоции и волевые качества;

#### **Воспитательные:**

- способствовать формированию социальной активности;
- воспитывать культуру общения;

- прививать сознательное отношение к собственной безопасности и безопасности окружающих, сохранению и приумножению природных богатств, уважение к людям;

- формировать положительные качества эмоционально-волевой сферы (самостоятельность, коллективизм, трудолюбие, инициативность, ответственность и прочие);

- воспитывать доброжелательность, умение работать в коллективе.

Учебный материал программы распределен в соответствии с принципом последовательного и постепенного расширения теоретических знаний, практических умений и навыков.

Программа предусматривает обучение в творческих объединениях углубленного уровня на протяжении трех лет.

На обработку учебного материала отводится по 216 часов ежегодно.

Содержание программы направлено на формирование системного мышления, углубление знаний, умений и навыков по отдельным предметам и туристско-краеведческой работе.

В основу программы „Историческое краеведение” положены базовые блоки:

- краеведение;
- спортивно-туристская подготовка;
- физическая культура и безопасность жизнедеятельности.

Программа включает сведения, углубляющие и дополняющие содержание учебных предметов по истории, географии, краеведению и тому подобное.

Важная роль отводится формированию у обучающихся языковой культуры, усвоению краеведческой терминологии, практических навыков работы с краеведческим оборудованием, компасом, картографическими материалами, пользование туристским снаряжением и оборудованием, выполнение топографических работ, сознательного отношения к собственному здоровью.

Занятия творческого объединения организуются следующим образом: одно занятие теоретическое, второе – практическое. Продолжительность занятий определяется с учетом психофизиологического развития и допустимой нагрузки и составляет в академических часах (45 минут). Ориентировочное соотношение теоретических и практических часов 1:6. Экскурсии и практические занятия являются обязательными и необходимыми составляющими учебно-воспитательного процесса. Они предусматривают создание условий для приближения содержания тем к реальной жизни. Периодичность экскурсий и практических занятий на местности – один раз в

месяц. Необходимым условием организации экскурсий и практических занятий на местности является соблюдение санитарно-гигиенических требований и техники безопасности.

При планировании экскурсий, практических занятий, путешествий и соревнований принимаются во внимание сезонные изменения погоды, дополнительные возможности для реализации запланированных мероприятий во время каникул.

Для закрепления и реализации приобретенных обучающимися знаний, умений и навыков в конце учебного года проводится летнее туристско-краеведческое путешествие (вне сетки учебных часов).

Программа предусматривает вариативность как дидактических принципов, так и элементов инновационных методов обучения направленных на формирование творческой личности, включая оздоровительную и инструктивную направленность.

#### **Формы организации деятельности с обучающимися.**

На занятиях творческого объединения используются различные формы и методы обучения в зависимости от возраста обучающихся: объяснительно-иллюстративные (рассказ, объяснение, беседа, иллюстрация, дискуссия и др.), репродуктивные (воспроизводящие), тренинговые (развитие знаний, приобретения умений и навыков), дискуссионные, проблемно-поисковые (исследовательские, поисковые) методы обучения. Наряду с групповыми, коллективными формами работы проводится индивидуальная работа с обучающимися, в том числе при подготовке соревнований, конкурсов, выставок и других массовых мероприятиях. Создаются условия для дифференциации и индивидуализации обучения в соответствии с творческими способностями, одаренностью, возрастом и психофизическими особенностями состояния здоровья детей.

Результативность освоения данной программы осуществляется во время проведения соревнований, викторин, конкурсов и посещения экскурсионных и промышленных объектов.

Педагог имеет право самостоятельно корректировать количество часов, выделенных на изучение отдельных тем, перераспределять учебное время в зависимости от местных условий, уровня подготовки обучающихся, запланированных походов, массовых мероприятий и тому подобное.

## **Прогнозируемые результаты.**

### Обучающиеся должны знать:

- основные исторические, археологические и природные памятники родного края, документацию для проведения археологических раскопок, основные документы музейного дела;
- основные требования к отчету о краеведческой экспедиции и туристском походе;
- краеведческую и другую литературу по истории родного края;
- схема описания маршрута краеведческой экспедиции;
- кино-фотодокументы и другие источники об истории родного края;
- правила безопасности участников туристских походов и соревнований, при преодолении препятствий, организации бивака;
- права и обязанности участников путешествий и соревнований;
- основные положения Инструкции по проведению туристских путешествий с учащейся и студенческой молодежью и правил соревнований по спортивному туризму;
- требования к походам различной степени и категории сложности;
- основные виды препятствий, определяющих уровень сложности похода;
- особенности организации бивака;
- требования к организации питания туристов;
- условные знаки спортивной и топографической карты, порядок прохождения дистанций на соревнованиях по спортивному ориентированию;
- туристские возможности родного края;
- краеведческую и специальную литературу по истории родного края;
- основные виды краеведческих наблюдений, которые могут осуществляться в краеведческой экспедиции или туристическом походе, инструменты (приборы), которые при этом применяются;
- местные признаки ухудшения и улучшения погоды;
- симптомы основных видов травм и заболеваний, которые могут случиться в походе или на соревнованиях;
- порядок действий в экстремальной (аварийной) ситуации в походе или на соревнованиях, порядок оказания первой доврачебной помощи;

### Обучающиеся должны уметь

- работать с краеведческой и специальной литературой в архивах и других научных учреждениях;
- разрабатывать анкеты и вопросники;
- систематизировать собранный краеведческий материал;

- оформлять отчет о краеведческой экспедиции, выступать с докладами, рефератами, пропагандировать работу творческого объединения;

- ориентироваться на местности с помощью карты и компаса, проходить маршрут по легенде, карте, преодолевать дистанцию спортивного ориентирования в заданном направлении и/или по выбору, по маркированной дистанции;

- разрабатывать маршруты экспедиций и походов 1-3 степени сложности;

- измерять расстояния и определять высоту предметов на местности различными способами;

- преодолевать реку вброд, по бревну, веревке с перилами, навесной переправе, преодолевать крутые травяные и песчаные склоны (спуск спортивным способом, подъем спортивным способом, траверс препятствия;

- вязать узлы, применяемые в туристских походах и соревнованиях;

- организовать бивак, разжигать костер;

- составлять меню для туристского похода;

- готовить пищу в походных условиях на костре;

- соблюдать правила санитарии, гигиены и техники безопасности;

- оценивать свои достижения и достижения других обучающихся;

- сотрудничать с ровесниками во время коллективной работы;

- составлять отчет о краеведческой экспедиции, техническое описание маршрута;

- оказывать первую доврачебную помощь при травмах;

Обучающиеся должны принять участие в краеведческой экспедиции или туристском походе.

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
(1 год обучения – 216 часов)

№ п/п	Название раздела, темы	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>
	<b>РАЗДЕЛ I.</b>			
1.	<b>Вступительная часть</b>	<b>8</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
1.1.	Вводное занятие	2	2	-
1.2.	Туристско-краеведческие возможности родного края	2	-	2
1.3.	Обеспечение безопасных условий проведения учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий	2	2	-
1.4.	Инструкция по проведению туристских путешествий с учащейся и студенческой молодежью	2	2	-
2.	<b>РАЗДЕЛ II.</b> <b>Краеведение</b>	<b>146</b>	<b>32</b>	<b>114</b>
2.1.	Актуализация знаний предыдущего года обучения	2	2	-
2.2.	Подготовка отчета о краеведческой экспедиции	12	4	8
2.3.	Организация туристско-краеведческих экспедиций	36	4	32
2.4.	Историко-культурные объекты	14	2	12
2.5.	Историко-краеведческие исследования родного края	50	14	36
2.6.	Краеведческие исследования. Оборудование для краеведческих исследований	6	2	4
2.7.	Природоохранная деятельность	6	2	4
2.8.	Массовые мероприятия: туристско-краеведческие путешествия, слеты, конференции и т.п.	20	2	18



3.	<b>РАЗДЕЛ III. Туристско-спортивная подготовка</b>	<b>32</b>	<b>5</b>	<b>27</b>
3.1.	Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка.	10	2	8
3.2.	Туристское снаряжение	2	1	1
3.3.	Туристский быт. Организация питания в краеведческой экспедиции	4	-	4
3.4.	Техника пешеходного туризма	8	2	6
3.5.	Подготовка к летней экспедиции	8	2	6
4.	<b>РАЗДЕЛ IV. Физическая подготовка и безопасность жизнедеятельности</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
4.1.	Физическая подготовка. Спортивные игры	22	2	20
4.2.	Правила санитарии и гигиены. Первая (доврачебная) медицинская помощь	6	2	4
5	<b>РАЗДЕЛ V. Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>2</b>
5.1.	Многодневный туристско-краеведческий поход по родному краю	Вне сетки часов		
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>49</b>	<b>167</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### РАЗДЕЛ 1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ (8 ч.)

#### 1.1. Вводное занятие (2 ч.)

*Теоретические занятия:* историческое краеведение, его значение и сущность. История развития туризма и краеведения. Возникновение интереса к истории родного края. Развитие краеведения в XIX веке. “Золотая эра” краеведения 20-х годов XX века.

Традиции и современное состояние развития туризма и краеведения. Содержание и задачи работы творческого объединения, особенности работы юных историков-краеведов.

#### 1.2. Туристско-краеведческие возможности родного края (2 ч.)

**Практические занятия:** географическое положение родного края. Разнообразие фауны, флоры, богатство историко-культурного наследия. Транспортная связь и границы родного края.

### **1.3. Обеспечение безопасных условий проведения учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий (2 ч.)**

**Теоретические занятия:** техника безопасности во время проведения занятий в помещениях, спортивных залах, спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации экскурсий. Правила дорожного движения. Нормы поведения в городском и междугородном транспорте.

Противопожарная безопасность в лесопарковой зоне, в туристских походах и краеведческих экспедициях.

### **1.4. Инструкция по проведению туристских путешествий с учащейся и студенческой молодежью (2 ч.)**

**Теоретические занятия:** права и обязанности участников туристско-краеведческих путешествий. Обеспечение безопасных условий проведения путешествий.

## **РАЗДЕЛ II. КРАЕВЕДЕНИЕ (146 ч.)**

### **2.1. Актуализация знаний предыдущего года обучения (2 ч.)**

**Теоретические занятия:** повторение основных тем творческого объединения начального уровня “Юные туристы–краеведы”, контрольная проверка уровня туристско-краеведческих знаний, умений и навыков обучающихся.

### **2.2. Подготовка отчета о краеведческой экспедиции (12 ч.)**

**Теоретические занятия:** собранные во время экспедиции письменные и устные источники. Паспортизация маршрутов и памятников истории и культуры. Схема туристско-краеведческого маршрута и его описание. Итоговая работа с полевым дневником.

Пропаганда материалов туристско-краеведческой экспедиции в учебном заведении.

**Практические занятия:** оформление полевого дневника. Составление письменного отчета о туристско-краеведческой экспедиции. Подготовка материалов, собранных во время экспедиции для передачи в краеведческий музей учебно-воспитательного учреждения. Оформление отчетной выставки.

Выступления с отчетом о туристско-краеведческой экспедиции в учебном учреждении, на конференции.

### **2.3. Организация туристско-краеведческих экспедиций (36 ч)**

**Теоретические занятия:** цель и задачи туристско-краеведческой экспедиции. Распределение обязанностей между членами группы. Разработка маршрута экспедиции. Специальные вопросники.

Методы сбора историко-краеведческих материалов: непосредственное ознакомление с предметами материальной культуры, наблюдение за повседневной жизнью местного населения, анкетный опрос населения, выявление уровня духовной жизни по памятникам материальной культуры, применение масштабного чертежа, съемки планов поселений.

**Практические занятия:** работа с картографическим материалом с целью составления маршрута путешествия, подготовка оборудования и технических средств. Ведение полевого дневника и тетради. Записи воспоминаний старожилов. Сбор фольклорно-этнографического материала. Описание археологических и историко-культурных памятников.

### **2.4. Историко-культурные объекты (14 ч)**

**Теоретические занятия:** исторические и культурные памятники – достояние народа. Виды памятников истории и культуры:

- памятники истории: здания, памятные места, связанные с важными историческими событиями в жизни народа;
- памятники археологии: городища, курганы, остатки древних поселений, каменные сооружения, наскальные изображения;
- памятники градостроительства и архитектуры;
- памятники искусства-произведения монументального, изобразительного, декоративно-прикладного и иных видов искусства;
- документальные памятники: акты органов государственной власти и органов государственного управления, другие письменные документы, кино - фотодокументы и тому подобное.

Государственный учет памятников истории и культуры. Ремонтные и реставрационные работы.

**Практические занятия:** мероприятия по пропаганде памятников истории и культуры родного края. Экскурсии и походы с целью ознакомления и изучения памятников истории и культуры родного края и других стран.

Выполнение заданий Общества охраны памятников истории и культуры, других государственных и общественных организаций.

## **2.5. Историко-краеведческие исследования родного края (50 ч)**

**Теоретические занятия:** роль исторического краеведения в изучении культурно-исторических, трудовых и духовных традиций родного края.

Пути сбора историко-краеведческих материалов:

- планомерный систематический сбор документов, памятников и других краеведческих материалов;
- учет подарков и других поступлений в музей.

Понятие “родной край”, границы, природные условия и население родного края.

Методы краеведческих исследований:

- литературный (использование печатных источников о родном крае);
- полевых наблюдений (использование технических средств);
- картографический (использование карт);
- статистический (сбор и обработка количественных показателей при изучении населения, хозяйства, экономических связей).

**Практические занятия:** изучение границ родного края, работа с литературными источниками. Установление связей с архивами, музеями, поиск свидетелей исторических событий, и встречи с ними, записи их воспоминаний. Обработка писем, документов, фотографий. Походы и экспедиции.

## **2.6. Краеведческие исследования. Оборудование для краеведческих исследований (6 ч)**

**Теоретические занятия:** изучение приборов и оборудования для краеведческой работы. Местные признаки и прогноз погоды (признаки устойчивой ясной погоды и непогоды).

Приборы для метеонаблюдений: термометр, барометр, гигрометр, осадкомер, флюгер. Воздушные массы, атмосферный фронт, давление. Облака и другие атмосферные явления.

**Практические занятия:** метеорологические наблюдения во время экспедиции. Составление “розы ветров” данной местности. Ведение дневника наблюдений.

## **2.7. Природоохранная деятельность (6 ч)**

**Теоретические занятия:** охрана природы - дело всех людей планеты. Формы охраны природы – государственная, общественная, индивидуальная. Роль юных туристов–краеведов в охране окружающей среды.

**Практические занятия:** заповедники и заказники как форма сохранения отдельных участков нетронутой природы для научных исследований. Посещение заповедников и заказников.

## **2.8. Массовые мероприятия: туристско-краеведческие путешествия, слеты, конференции (20 ч)**

**Теоретические занятия:** ознакомление с Положениями и Условиями проведения различных слетов и соревнований. Определение цели и задач экспедиции. Подбор группы и распределение обязанностей.

**Практические занятия:** подготовка снаряжения и топографических материалов. Участие в краеведческих путешествиях выходного дня, слетах, конференциях и т.п.

## **РАЗДЕЛ III. ТУРИСТСКО - СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА (32 ч)**

### **3.1. Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка (10 ч)**

**Теоретические занятия:** общие сведения об ориентировании. Способы ориентирования на местности по компасу, небесным светилам. Определение сторон горизонта. Компас. Понятие об азимуте, масштабы спортивных карт. Условные знаки спортивных карт. Виды соревнований по спортивному ориентированию.

**Практические занятия:** определение сторон горизонта по компасу. Движение по указанному азимуту. Ориентирование по карте и компасу. Движение по легенде.

### **3.2. Туристское снаряжение (2ч)**

**Теоретические занятия:** общие требования к снаряжению (масса, надежность, компактность, эстетичность, соответствие назначению). Групповое, индивидуальное, специальное снаряжение.

**Практические занятия:** установка палатки. Укладка рюкзака. Подготовка и ремонт снаряжения.

### **3.3. Туристский быт. Организация питания в краеведческой экспедиции (4 ч)**

**Практические занятия:** обустройство мест привалов и ночевок. Заготовка дров. Обустройство места для костра. Разжигание костров различного типа. Приготовление пищи в полевых условиях.

### **3.4. Техника пешеходного туризма (8 ч)**

*Теоретические занятия:* движение группы в пешем походе. Строй туристской группы. Особенности движения туристской группы в определенном районе. Способы преодоления препятствий. Обеспечение техники безопасности при преодолении препятствий.

*Практические занятия:* преодоление простых пешеходных препятствий (движение по склону с альпенштоком, преодоление условного болота по кочкам и с помощью жердей, преодоление препятствия «маятником», преодоление ручьев и оврагов по бревну).

### **3.5. Подготовка к летней экспедиции (8 ч)**

*Теоретические занятия:* цель и задачи экспедиции. Изучение района экспедиции. Методы сбора историко-краеведческих материалов. Полевая тетрадь и полевой дневник, требования к их ведению, специальные вопросы.

*Практические занятия:* распределение обязанностей между членами группы. Работа с картографическим материалом с целью разработки маршрута экспедиции. Составление сметы и материальное обеспечение экспедиции.

## **РАЗДЕЛ IV.**

### **ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ(28 ч)**

#### **4.1. Физическая подготовка. Спортивные игры (22 ч)**

*Теоретические занятия:* утренняя гимнастика - один из факторов физической подготовки юных туристов-краеведов. Время, условия и место проведения утренней гимнастики. Походный шаг. Упражнения для ног, приседания и прыжки. Гигиена гимнастических упражнений.

*Практические занятия:* разучивание нескольких комплексов утренней гимнастики и техники оздоровительного бега, правильного дыхания. Упражнения без предметов и на гимнастических снарядах. Бег на разные дистанции. Прыжки в длину и высоту. Плавание на различные дистанции. Бег на 50 и 100 метров, специальные беговые упражнения, кроссовый бег, прыжки в длину через препятствия.

Однодневное туристско-краеведческое путешествие.

#### **4.2. Правила санитарии и гигиены**

##### **Первая (доврачебная) медицинская помощь (6 час)**

**Теоретические занятия:** правила личной гигиены (уход за кожей, зубами, чистота ног и тому подобное).

Гигиена одежды и обуви (правильный выбор обуви и одежды).

Гигиена питания и водосолевой режим. Профилактика заболеваний и травм во время путешествия.

Помощь при травмах и заболеваниях, возникших в результате неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления).

Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушибы головы, живота, груди.

Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок.

Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Походная аптечка.

**Практические занятия:** наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений и тому подобное.

Изготовление носилок, способы транспортировки пострадавшего. Техника реанимации.

## РАЗДЕЛ V.

### ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ (2 ч)

**Практические занятия:** подведение итогов работы творческого объединения за год. Награждение лучших обучающихся творческого объединения по итогам учебного года. Задание на лето.

#### **5.1. Многодневный туристско-краеведческий поход по родному краю**

Подготовка и проведение туристско-краеведческого путешествия как формы комплексного закрепления и реализации, приобретенных обучающимися знаний, умений и навыков в учебном году (проводится вне сетки учебных часов и, как правило, во время летних каникул).

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
(2 год обучения – 216 часов)

№ п/п	Название раздела, темы	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
	2	3	4	5
1.	<b>РАЗДЕЛ I.</b> <b>Вступительная часть</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	-
1.1.	Вводное занятие	2	2	-
1.2.	Обеспечение безопасных условий проведения учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий	2	2	-
1.3.	Инструкция по проведению туристских путешествий с учащейся и студенческой молодежью	2	2	-
2.	<b>РАЗДЕЛ II.</b> <b>Краеведение</b>	<b>150</b>	<b>32</b>	<b>118</b>
2.1.	Актуализация знаний предыдущего года обучения	2	2	-
2.2.	Подведение итогов краеведческой экспедиции	12	4	8
2.3.	Организация туристско-краеведческих экспедиций	18	2	16
2.4.	Изучение исторических памятников. Жизнь и деятельность выдающихся людей родного края	24	2	22
2.5.	Историко-краеведческие исследования родного края	52	16	36
2.6.	Природоохранная деятельность	6	2	4
2.7.	Краеведческие исследования	10	2	8
2.8.	Массовые мероприятия: путешествия, экспедиции, слеты, конкурсы и т. п.	26	2	24
3.	<b>РАЗДЕЛ III.</b> <b>Туристско-спортивная подготовка</b>	<b>30</b>	<b>6</b>	<b>24</b>



3.1.	Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка.	10	2	8
3.2.	Техника пешеходного туризма	16	2	14
3.3.	Туристский быт. Организация питания во время путешествия	4	2	2
4.	<b>РАЗДЕЛ IV. Физическая подготовка и безопасность жизнедеятельности</b>	<b>28</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
4.1.	Физическая подготовка. Спортивные игры.	22	2	20
4.2.	Правила санитарии и гигиены. Первая (доврачебная) медицинская помощь.	6	2	4
5.	<b>РАЗДЕЛ V. Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
5.1.	Многодневный туристско-краеведческий поход по родному краю	Вне сетки часов		
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>50</b>	<b>166</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### РАЗДЕЛ II ВСТУПИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (6 ч.)

#### 1.1. Вводное занятие (2 ч.)

*Теоретические занятия:* развитие туризма и краеведения на современном этапе. Содержание и задачи работы творческого объединения, особенности работы юных историков-краеведов.

#### 1.2. Обеспечение безопасных условий проведения учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий (2 ч.)

*Теоретические занятия:* техника безопасности во время проведения занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации экскурсий. Правила дорожного движения. Нормы поведения в городском и междугородном транспорте.

Противопожарная безопасность в лесопарковой зоне, в туристских походах и краеведческих экспедициях.

### **1.3. Инструкция по проведению туристских путешествий с учащейся и студенческой молодежью (2 ч.)**

*Теоретические занятия:* права и обязанности участников туристско-краеведческих путешествий. Обеспечение безопасных условий проведения путешествий.

## **РАЗДЕЛ II. КРАЕВЕДЕНИЕ (150 ч.)**

### **2.1. Актуализация знаний предыдущего года обучения (2 ч.)**

*Теоретические занятия:* повторение основных тем предыдущего года обучения, контрольная проверка уровня туристско-краеведческих знаний, умений и навыков.

### **2.2. Подведение итогов краеведческой экспедиции (12 ч.)**

*Теоретические занятия:* итоговая работа с полевым дневником. Обработка собранных во время экспедиции письменных и устных источников. Паспортизация маршрутов, памятников истории и культуры. Схема туристско-краеведческого маршрута и его описание.

Пропаганда туристско-краеведческой экспедиции в учебных заведениях.

*Практические занятия:* оформление полевого дневника. Составление письменного отчета о туристско-краеведческой экспедиции. Подготовка материалов, собранных во время экспедиции, для передачи в краеведческий музей учебного учреждения. Оформление отчетной выставки.

Выступления с отчетом о туристско-краеведческой экспедиции в школе, на конференции.

### **2.3. Организация туристско-краеведческих экспедиций (18 ч.)**

*Теоретические занятия:* изучение картографического материала района туристско-краеведческой экспедиции. Разработка маршрута экспедиции. Изучение исторических событий района экспедиции по литературным и другим источникам.

Установление связей с работниками архивов, музеев и других научных учреждений для получения консультаций и других необходимых справок о районе экспедиции.

Выполнения экспедиционных задач:

- изучение материальной культуры района экспедиции;
- опрос населения об истории района экспедиции;

- поиск непосредственных участников или очевидцев различных исторических событий;
- изучение фактов или событий по документам архивов, экспонатам музеев, первоисточникам;
- письма, воспоминания, документы, фотографии, рассказы, записанные во время экспедиции.

**Практические занятия:** описание маршрута краеведческой экспедиции. Оформление записей в дневнике. Сопоставление материалов, собранных во время экспедиции, с опубликованными источниками. Проверка фактов и дат, обнаруженных в ходе экспедиции. Консультации с учеными и специалистами. Подготовка к отчету перед организацией, которая давала задачи перед экспедицией. Подготовка и чтение рефератов, сообщений об историческом прошлом и современной жизни района экспедиции. Оформление стендов, фотоальбомов и других материалов для передачи в школьный краеведческий музей или кабинет. Пропаганда экспедиции: проведение вечера, показ слайдов, фотографий, фильмов, презентаций, буклетов.

#### **2.4. Изучение исторических памятников. Жизнь и деятельность выдающихся людей родного края (24 ч.)**

**Теоретические занятия:** памятные места, связанные с жизнью и деятельностью ученых, писателей, художников и других деятелей культуры и искусства и их значение в жизни родного края.

Мемориальные музеи, музеи-квартиры, памятники архитектуры, художественные музеи, галереи, монументы, садово-парковое искусство. Забытые имена людей родного края.

**Практические занятия:** ознакомление с памятными местами. Фотографирование, зарисовки и описание этих мест. Встречи с учеными, писателями, художниками, скульпторами и архитекторами. Записи их воспоминаний. Выполнение заданий различных общественных организаций и фондов. Оформление собранных материалов для школьного краеведческого музея.

#### **2.5. Историко-краеведческие исследования родного края (52 ч.)**

**Теоретические занятия:** родной край в далеком прошлом, его территория, границы и население. Связь с государственными архивами и научными учреждениями по вопросам изучения документов по истории родного края. Выявление и описание памятных мест на территории родного края.

Изучение краеведческих объектов на территории родного края:

- опубликованная литература и другие источники по теме исследования;
- документальные источники архивов, музеев и научных учреждений;
- связь с участниками исторических событий;
- предметы материальной и духовной культуры;
- достоверность собранного материала;
- паспорт краеведческого объекта;
- топонимический материал, легенды и географические названия родного края;
- фольклорно-этнографический материал;
- фотографии, рисунки, гравюры, плакаты, картины.

Роль нумизматики в изучении истории родного края, создание коллекций.

**Практические занятия:** изучение литературы по истории родного края и архивных данных. Записи воспоминаний старожилов и участников исторических событий.

Исследовательская работа по изучению географических названий и легенд. Записи старинных песен, обрядов. Собираание старинных монет и других денежных знаков.

Участие в массовых мероприятиях по изучению и сохранению историко-культурных ценностей и духовных традиций в рамках краеведческих движений, экспедиций, акций и тому подобное.

## **2.6. Природоохранная деятельность (6 ч.)**

**Теоретические занятия:** экологические маршруты и экологические тропы. Роль юных туристов - краеведов в охране окружающей среды. Красная книга.

**Практические занятия:** заповедники и заказники как форма сохранения отдельных участков нетронутой природы для научных исследований. Посещение заповедников и заказников.

## **2.7. Краеведческие исследования (10 ч.)**

**Теоретические занятия:** объекты краеведческих исследований.

**Практические занятия:** метеорологические наблюдения во время экспедиции. Определение изменения погоды по народным приметам. Ведение дневника исследований.

## **2.8. Массовые мероприятия: путешествия, экспедиции, слеты, конкурсы и т. п. (26 ч.)**

**Теоретические занятия:** изучение Положений и Условий проведения массовых мероприятий с ученической и студенческой молодежью. Правила

соревнований по спортивному туризму. Работа с Положением и Условиями соревнований. Основные принципы судейства соревнований. Таблицы штрафов.

**Практические занятия:** определение цели и задач экспедиции. Подбор группы и распределение обязанностей. Подготовка снаряжения и топографических материалов. Участие в туристско-краеведческих массовых мероприятиях (слеты, конференции и т.п.).

## **РАЗДЕЛ III. ТУРИСТСКО-СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА (30 ч.)**

### **3.1. Спортивное ориентирование. Топографическая подготовка (10 ч)**

**Теоретические занятия:** спортивное ориентирование как вид спорта. Масштабы спортивных карт. Условные знаки на спортивных картах. Виды соревнований в спортивном ориентировании.

Геодезия и картография. Виды картографических материалов, которые используются во время туристско-краеведческих походов и экспедиций.

**Практические занятия:** измерения и откладывания расстояний на карте с помощью линейки, циркуля, курвиметра. Вычерчивание условных топографических знаков. Топографический диктант. Вычерчивание условных знаков спортивных карт. Упражнения с чтения спортивных карт. Упражнения на местности по ориентированию в заданном направлении, на маркированной дистанции.

### **3.2. Техника пешеходного туризма (16 ч.)**

**Теоретические занятия:** правила соревнований по пешеходному туризму, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований.

**Практические занятия:** техника преодоления естественных препятствий в различных условиях:

- движение по тропам (приемы движения на подъемах и спусках);
- движение по травянистым склонам (способы „елочка”, „серпантин”, ”спортивный”);
- движение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов, буреломов, скоплений валунов и другое);
- движение через болото, способы преодоления;
- способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мосткам, „маятник”, навесная переправа);
- вязание основных туристских узлов.

### **3.3. Туристский быт. Организация питания во время путешествия (4 ч.)**

*Теоретические занятия:* общие требования к местам привалов и ночевок в походах: безопасность, удобство, наличие питьевой воды и дров. Выбор места, планирование лагеря, распределение обязанностей. Противопожарная безопасность, типы костров и их назначение. Порядок и чистота в местах привалов и ночевок.

Режим питания и водосолевой режим в путешествии. Калорийность, питательность, вкусовые качества и разнообразие питания.

*Практические занятия:* установка палаток. Обустройство места для костра. Разжигание костров различного типа. Приготовление пищи в полевых условиях. Сушка одежды и снаряжения в полевых условиях.

## **РАЗДЕЛ IV. ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ(28 ч.)**

### **4.1. Физическая подготовка. Спортивные игры (22 ч.)**

*Теоретические занятия:* требования к физическому состоянию юных туристов-краеведов. Общая и специальная физическая подготовка. Утренняя гимнастика важная составляющая физической подготовки юных туристов-краеведов. Основы техники оздоровительного бега. Обеспечение безопасности на занятиях в воде.

*Практические занятия:* разучивание техники оздоровительного бега, правильного дыхания. Бег на 50 и 100 метров, специальные беговые упражнения, прыжки в длину, через препятствия.

Совершенствование навыков игры в баскетбол, футбол, гандбол и тому подобное. Приемы коллективных игровых действий и противодействия сопернику в ответной игре. Проведение эстафет.

Совершенствования техники плавания.

Однодневное туристско-краеведческое путешествие.

### **4.2. Правила санитарии и гигиены.**

#### **Первая (доврачебная) медицинская помощь (6 ч.)**

*Теоретические занятия:* правила личной гигиены (уход за кожей, зубами, чистота ног и тому подобное). Гигиена одежды и обуви (правильный выбор обуви и одежды).

Гигиена питания и водосолевой режим. Профилактика заболеваний и травм во время путешествия.

Помощь при травмах и заболеваниях, возникших в результате неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления).

Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушибы головы, живота, груди.

Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок.

Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Походная аптечка.

**Практические занятия:** наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжек, ударов и тому подобное.

Изготовление носилок, способы транспортировки пострадавшего, техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами.

## РАЗДЕЛ V.

### ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ (2 ч.)

**Теоретические занятия:** подведение итогов работы творческого объединения за год. Награждение лучших обучающихся творческого объединения по итогам учебного года. Задание на лето.

#### **5.1. Многодневный туристско-краеведческий поход по родному краю.**

Подготовка и проведение туристско-краеведческого путешествия, экспедиции как формы комплексного закрепления и реализации, приобретенных обучающимися, знаний, умений и навыков в учебном году (проводится вне сетки учебных часов и, как правило, во время летних каникул).

**УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**  
(3 год обучения – 216 часов)

№	Название раздела, темы	Всего	Количество часов	
			Теория	Практика
	2	3	4	5
1.	<b>РАЗДЕЛ I.</b> <b>Вступительная часть</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>-</b>
1.1	Вводное занятие	2	2	-
1.2.	Обеспечение безопасных условий проведения учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий	2	2	-
1.3.	Инструкция по проведению туристских путешествий с учащейся и студенческой молодежью	2	2	-
2.	<b>РАЗДЕЛ II.</b> <b>Краеведение</b>	<b>150</b>	<b>34</b>	<b>116</b>
2.1.	Актуализация знаний предыдущего года обучения	2	2	-
2.2.	Подведение итогов краеведческой экспедиции. Подготовка письменного отчета об экспедиции	20	4	16
2.3.	Организация туристско-краеведческих экспедиций	20	4	16
2.4.	Археологическое наследие родного края, организация работы краеведческого музея	16	6	10
2.5.	Научно-исследовательская работа	42	10	32
2.6.	Природоохранная деятельность	6	2	4
2.7.	Записи краеведческих исследований и наблюдений	10	2	8
2.8.	Массовые мероприятия: путешествия, слеты, конференции, конкурсы и т.д.	34	4	30
3.	<b>РАЗДЕЛ III.</b> <b>Туристско-спортивная подготовка</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
3.1.	Туристское и спортивное ориентирование. Топографическая подготовка	6	-	6
3.2.	Техника пешеходного туризма	12	2	10
3.3.	Правила проведения соревнований по спортивному туризму. Участие в соревнованиях.	12	2	10



4.	<b>РАЗДЕЛ IV. Физическая подготовка и безопасность жизнедеятельности</b>	<b>28</b>	<b>6</b>	<b>22</b>
4.1.	Физическая подготовка. Спортивные игры.	22	4	18
4.2.	Правила санитарии и гигиены. Первая (доврачебная) медицинская помощь	6	2	4
5.	<b>РАЗДЕЛ V. Итоговое занятие</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
5.1.	Многодневный туристско-краеведческий поход по родному краю	Вне сетки часов		
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>52</b>	<b>164</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### РАЗДЕЛ I. ВСТУПИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ (6 ч.)

#### 1.1. Вводное занятие (2 ч.)

*Теоретические занятия:* состояние и возможности туризма и краеведения на современном этапе. Содержание и задачи работы творческого объединения, особенности работы юных историков-краеведов.

#### 1.2. Обеспечение безопасных условий проведения учебных занятий и туристско-краеведческих путешествий (2 ч.)

*Теоретические занятия:* техника безопасности во время проведения занятий в помещениях, спортивных залах, на спортивных площадках и на местности. Безопасные условия организации экскурсий. Правила дорожного движения. Нормы поведения в городском и междугородном транспорте.

Противопожарная безопасность в лесопарковой зоне, в туристских походах и краеведческих экспедициях.

#### 1.3. Инструкция по проведению туристских путешествий с учащейся и студенческой молодежью (2 ч.)

*Теоретические занятия:* права и обязанности участников туристско-краеведческих путешествий. Обеспечение безопасных условий проведения путешествий. Права и обязанности заместителя руководителя похода. Нормативы туристских путешествий.

## **РАЗДЕЛ II. КРАЕВЕДЕНИЕ (150 ч.)**

### **2.1. Актуализация знаний предыдущего года обучения (2 ч.)**

*Теоретические занятия:* повторение основных тем предыдущего года обучения, контрольная проверка уровня туристско-краеведческих знаний, умений и навыков.

### **2.2. Подведение итогов краеведческой экспедиции.**

#### **Подготовка письменного отчета об экспедиции (20 ч.)**

*Теоретические занятия:* итоговая работа с полевым дневником, собранными во время экспедиции письменными и устными источниками. Паспортизация маршрутов, памятников истории и культуры. Схема туристско-краеведческого маршрута и его описание.

Пропаганда туристско-краеведческой экспедиции в учебных заведениях.

*Практические занятия:* оформление полевого дневника. Составление письменного отчета о туристско-краеведческой экспедиции. Подготовка материалов, собранных во время экспедиции, для передачи в краеведческий музей учебного учреждения. Оформление отчетной выставки.

Выступления с отчетом о туристско-краеведческой экспедиции в учебном учреждении, на конференции.

### **2.3. Организация туристско-краеведческих экспедиций (20 ч.)**

*Теоретические занятия:* изучение картографического материала района туристско-краеведческой экспедиции. Разработка маршрута экспедиции. Изучение исторических событий района экспедиции по литературным и другим источникам.

Установление связей с работниками архивов, музеев и других научных учреждений для получения консультаций и других необходимых справок о районе экспедиции.

Выполнения экспедиционных задач:

- изучение материальной культуры района экспедиции;
- опрос населения об истории района экспедиции;
- поиск непосредственных участников или очевидцев различных исторических событий;
- изучение фактов или событий по документам архивов, экспонатам музеев, первоисточникам;

- письма, воспоминания, документы, фотографии, рассказы, записанные во время экспедиции.

**Практические занятия:** описание маршрута краеведческой экспедиции. Оформление записей в дневнике. Сопоставление материалов, собранных во время экспедиции с опубликованными источниками. Проверка фактов и дат, обнаруженных в ходе экспедиции. Консультации с учеными и специалистами. Подготовка к отчету перед организацией, которая давала задачи перед экспедицией. Подготовка и чтение рефератов, сообщений об историческом прошлом и современной жизни района экспедиции. Оформление стендов, фотоальбомов и других материалов для передачи в краеведческий музей или кабинет. Пропаганда экспедиции: проведение вечера, показ слайдов, фотографий, фильмов.

#### **2.4. Археологическое наследие родного края, организация работы школьного краеведческого музея (16 ч.)**

**Теоретические занятия:** поселения и захоронения на территории родного края. Стоянки и городища. Виды захоронений: курганы, могильники. Археологическая разведка и раскопки. „Открытые письма” и правила работы археологов. Фонды музея и их значение, правила отбора и сохранения экспонатов.

**Практические занятия:** определение археологических памятников, участие в археологических раскопках. Использование археологических находок в работе краеведческого музея, подготовка экскурсий для музея, массовые мероприятия в музее.

#### **2.5. Научно-исследовательская работа (42 ч.)**

**Теоретические занятия:** овладение методикой краеведческого исследования с различными видами источников.

Краеведческая библиография. Работа с библиографическими указателями и библиографическими каталогами. Печатные источники. Статистические источники краеведения. Картографические источники. Архивные источники. Фольклорные источники. Памятники истории и культуры как источники краеведческих исследований.

Население родного края как объект краеведческих исследований. Хозяйство и его исследование. Исследования населенных пунктов.

Изучение документальных источников о родном крае: происхождение названия села (города), история фамилий и имен, древнейшие семьи, семейное дерево. Виды хозяйственной деятельности, национальный состав, культура, быт, исторические личности и выдающиеся люди родного края.

**Практические занятия:** изучение литературы по истории родного края и составление списка использованной и рекомендуемой литературы, практическая работа в архивах и других научных учреждениях. Записи воспоминаний старожилов и участников исторических событий. Сбор и анализ материалов, поступающих из различных источников, их использования в работе.

Исследовательская работа по изучению географических названий и легенд. Составление родословных. Написание статей по выбранной теме. Рецензирование работ сверстников.

Участие в полевых краеведческих исследованиях, массовых мероприятиях по изучению и сохранению историко-культурных ценностей и духовных традиций в рамках краеведческих движений, экспедиций, акций и тому подобное.

## **2.6. Природоохранная деятельность (6 ч.)**

**Теоретические занятия:** природа как объект краеведческих исследований. Естественнонаучное краеведение, его значение и сущность. Краеведческое исследование геологического строения, рельефа и полезных ископаемых. Краеведческие исследования климата. Краеведческое исследование гидрологических условий края. Изучение почвы, растительности и животного мира.

Экологические маршруты и экологические тропы. Роль юных туристов - краеведов в охране окружающей среды. Красная книга.

**Практические занятия:** заповедники и заказники как форма сохранения отдельных участков нетронутой природы для научных исследований. Посещение заповедников и заказников. Разработка экологических проектов. Участие в экологических акциях.

## **2.7. Записи историко-краеведческих исследований и наблюдений (10 ч.)**

**Теоретические занятия:** объекты краеведческих исследований. Практическая значимость фиксации наблюдений. Точность и историческая достоверность записей. Правила фиксирования исторических событий. Работа в фондах музеев, архивах, библиотеках. Изготовление копий с документов, хранение документов. Специальный дневник для записей исторических событий и порядок его ведения.

**Практические занятия:** метеорологические наблюдения во время экспедиции. Определение изменений погоды по народным приметам. Фиксирование исторических событий, работа с первоисточниками и

каталогами. Ведение дневника исследований и наблюдений. Использование архивных материалов в написании краеведческих работ. Практическая работа с источниками.

Подготовка рефератов, докладов перед представителями общественных организаций и научных учреждений.

## **2.8. Массовые мероприятия: путешествия, слеты, конференции, конкурсы и т. п. (34 ч.)**

*Теоретические занятия:* изучение Положений и Условий проведения массовых мероприятий с учащейся и студенческой молодежью. Правила туристских соревнований. Основные принципы судейства соревнований. Таблицы штрафов. Определение цели и задач экспедиции.

*Практические занятия:* подбор группы и распределение обязанностей. Подготовка снаряжения и топографических материалов. Участие в туристско-краеведческих массовых мероприятиях.

## **РАЗДЕЛ III.**

### **ТУРИСТСКО-СПОРТИВНАЯ ПОДГОТОВКА (30 ч)**

#### **3.1. Туристское и спортивное ориентирование. Топографическая подготовка (6 ч.)**

*Теоретические занятия:* геодезия и картография. Виды картографических материалов, используемых во время туристско-краеведческих походов и экспедиций.

Общие сведения о спортивном ориентировании. Масштабы спортивных карт. Условные знаки на спортивных картах. Виды соревнований в спортивном ориентировании.

*Практические занятия:* измерение и откладывание расстояний на карте с помощью линейки, циркуля, курвиметра. Вычерчивание условных топографических знаков. Топографический диктант. Вычерчивание условных знаков спортивных карт. Упражнения в чтении спортивных карт. Упражнения на местности по ориентированию в заданном направлении, на маркированной дистанции.

#### **3.2. Техника пешеходного туризма (12 ч.)**

*Теоретические занятия:* правила соревнований по пешеходному туризму, классификация соревнований, требования к классу дистанции соревнований.

**Практические занятия:** техника преодоления естественных препятствий в различных условиях:

- движение по бездорожью (приемы движения на подъемах и спусках);
- движение по травянистым склонам (способы „елочка”, „серпантин”, „спортивный”);
- движение через лесную чащу (способы преодоления лесных завалов, буреломов, скоплений валунов и другое);
- движение через болото, способы преодоления препятствий;
- способы преодоления водных преград (вброд, по камням, по мосткам, „маятник”);
- вязание основных туристских узлов;
- приемы самостраховки и движения по перилам;
- отработка приемов преодоления рек вброд, по бревну и веревке с перилами, по навесной переправе, подъёмов и спусков с самостраховкой.

### **3.3. Правила проведения соревнований по спортивному туризму. Участие в соревнованиях. (12 ч.)**

**Теоретические занятия:** общие положения правил соревнований по пешеходному туризму: классификация соревнований, допуск к участию в соревнованиях, основные принципы определения результатов.

Правила соревнований по пешеходному туризму: требования к классу дистанции соревнований, перечень и описание технических этапов и специальных заданий, оборудования и маркировка дистанции, таблицы штрафов.

**Практические занятия:** соревнования обучающихся на дистанциях „Полоса препятствий”, „Кросс-поход” (1-2 класс дистанции в зависимости от уровня туристско-спортивных навыков обучающихся).

## **РАЗДЕЛ IV.**

### **ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА И БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (28 ч.)**

#### **4.1. Физическая подготовка. Спортивные игры (22 ч.)**

**Теоретические занятия:** требования к физическому состоянию юных туристов-краеведов. Общая и специальная физическая подготовка как фактор предупреждения и профилактики заболеваний, травм, несчастных случаев. Утренняя гимнастика важная составляющая физической подготовки юных

туристов-краеведов. Основы техники оздоровительного бега. Обеспечение безопасности на занятиях в воде. Правила спортивных игр.

**Практические занятия:** разучивание техники оздоровительного бега, правильного дыхания. Бег на 50 и 100 метров, специальные беговые упражнения, кроссы по пересеченной местности, прыжки в длину, через препятствия.

Совершенствование навыков игры в баскетбол, футбол, гандбол и т.п.. Приемы действий с партнером и противодействия с соперником в соответствующей игре, проведение эстафет.

Совершенствование техники различных видов плавания.

Однодневный поход.

#### **4.2. Правила санитарии и гигиены. Первая (доврачебная) медицинская помощь (6 ч.)**

**Теоретические занятия:** профилактика заболеваний и травм во время путешествия.

Помощь при травмах и заболеваниях, возникших в результате неправильных действий туристов (ожоги, раны, порезы, отравления).

Потертости, мозоли, переломы и их виды, вывихи, растяжения, сотрясение мозга, ушибы головы, живота, груди.

Острая сосудистая недостаточность, обморок, шок.

Виды кровотечений. Правила и техника наложения жгута. Походная аптечка.

**Практические занятия:** наложение повязок, шин при различных типах переломов, вывихов, растяжений и тому подобное.

Изготовление носилок, способы транспортировки пострадавшего (в том числе и через природные препятствия, по техническим этапам), техника реанимации. Помощь при травмах и отравлении травами, грибами.

### **РАЗДЕЛ V.**

#### **ИТОГОВОЕ ЗАНЯТИЕ (2 ч.)**

**Теоретические занятия:** подведение итогов работы творческого объединения за год. Награждение лучших обучающихся творческого объединения по итогам учебного года. Задание на лето.

#### **5.1. Многодневное туристско-краеведческое путешествие**

Подготовка и проведение туристско-краеведческого путешествия, экспедиции как формы комплексного закрепления и реализации, приобретенных обучающимися знаний, умений и навыков в учебном году (проводится вне сетки учебных часов и, как правило, во время летних каникул).

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бардин К.В. Азбука туризма. - М.: Просвещение, 1981.
2. Бамебанов И.В. Узлы.- М: 1998.
3. Башкина В.Я., Поболелов А.И., Сумишин Ю.С. Привет из Луганска. История Луганска на почтовых открытках и фотографиях. – Луганск: Издательство «Максим», 2007. – 128 с.
4. Биржаков М.Б. Введение в ТУРИЗМ. - СПб. „Издательский дом Герда". 2003. - 320 с.
5. Боплан Г.Л. Описание Украины. К.: Наукова думка, 1991.
- 6.Вадименко М.В. Дорогами воинского подвига. – Донецк: Донбас, 1985. – 16 с.
- 7.Верменич Я.В. Донбас як порубіжний регіон: територіальний вимір. – Київ: Інститут історії України НАН України, 2015. – 69 с.
8. Вечерський В.В. Загальні відомості про історико-культурні ресурси в туристичних регіонах України //Туристично-краєзнавчі дослідження. Вип. 2. - К: ЧП Кармаліта. - 1999. - С. 99-122.
9. Ганопольський В.І. Уроки туризму .- К .: Шкільний світ.-2004.
10. Державний реєстр нерухомих пам'яток України національного значення. - К., 2001.
11. Донік О.М. З історії індустріального освоєння Донбасу (XIX - початок ХХ ст.) Київ: Інститут історії України НАН України, 2014. — 60 с.
12. Дмитрук О.Ю., Щур Ю.В. Спортивно-оздоровчий туризм – К.: Альтерпрес, 2008.
13. Звоницький Е.М., Шестопапов Ю.Н. Спутник туриста - Х.: Везелица, 2003.
- 14.История Донбасса: научно-популярное издание / С.Ю.Бунтовский. – Донецк: Донецкая Русь, 2015 – 416 с.
15. Историческое краеведение: Страницы древней истории Донецкого края. 6 класс / Сост. Морозов П.Л., Ткаченко Д.Л. / Под общ.ред. Л.П.Поляковой, А.И.Чернышева. – Донецк: Истоки, 2016. – 82 с.
16. История родного края (часть первая). Учебное пособие для 6-9 классов. А.В.Колесник, В.А.Пирко, С.М.Нестерцова, Е.В.Щербинина. – Донецк: Фирма «Кардинал», 1998. – 320 с.
17. Історія України.–К.: Знання.-1992.–224с..
18. История Луганского края: Учеб.пособие / А.С. Ефремов, В.С. Курило, И.Ю. Бровченко. – Луганск: Альма - Матер, 2003. – 432с.



19. Курило В.С., Бровченко І. Ю., Климов А.О., Красильников К.І., Подов В.І. История Луганського краю. Держ. закл. «Луган. Нац. Ун-т імені Тараса Шевченка». – Луганск: Вид-во ДЗ.-2008.

20. Литвинов Д.А. Справочник туриста.- Днепропетровск: ЭЦ „Восхождение”, 2005.

21. Кострица Н.Ю., Обозный В.В. Школьная краеведческо-туристическая работа – К. Высшая школа, 1995.

22. Колесник

А.В. Технологическая вариабельность памятников среднего палеолита Донбасса // Літопис Донбасу: Краєзнавчий збірник. Випуск XIII. Донецьк. Літопис, 2005..

23. Колесник А.В., Коваль Ю.Г., Давыденко В.В. Позднепалеолитическая кремнеобрабатывающая мастерская в Теплинском лесу (среднее течение Северского Донца) // Археологический альманах. № 19. Донецк, 2008.

24. Красильников К.И., Красильникова Л.И. К 100-летию археологических поисков и открытий в Станично-Луганском районе // История Станично-Луганского района. Луганск: Глобус, 2008.

25. Кротова А.А. Новые палеолитические местонахождения в Донбассе // Открытия Молодых археологов Украины. Часть 1. К.: Наукова думка, 1976.

26. Краєзнавство. – К. : Пам’ятки України, 1994.- № 1,2.

27. Любичева.А. География туризма в Украине // География и основы экономики в школе. - 1997. - № 2. - С.3-6

28. Наровлянський О.Д., Наровлянська М.Д., Пустовойт В.О. Шкільний туризм . – К.: Шкільний світ - 2009. 29. Памятные места Донбасса / Уклад. С.П.Булкин, Г. В. Тепляков. – Донецк: Донбас, 1968. – 319 с.

30. Панов Н. Экологический туризм и его роль в устойчивом развитии территорий // Вести МГУ. Сэр.5. - 1998. -№ 6.-С. 13-18.

31. Петров В.П. Походження українського народу. – К., 1992.