



### **Содержание:**

1. Комплекс основных характеристик образовательной программы
2. Пояснительная записка
3. Цель и задачи программы
4. Содержание программы
5. Учебный план
6. Содержание учебного плана
7. Учебно-тематический план
8. Планируемые результаты
9. Комплекс организационно-педагогических условий
10. Календарный учебный график
11. Условия реализации программы
12. Формы аттестации
13. Методические материалы
14. Список литературы

## 1.1. Пояснительная записка

**Направленность программы.** Программа «Юный спасатель «Псковские каникулы» - дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности, реализуемая в условиях временного детского объединения в летний период.

### Актуальность программы

Летний отдых для детей- радостная пора и очень важно, чтобы он стал интересным, наполненным смыслом, пополнил багаж знаний, стал полезным и развивающим. Летние занятия становятся альтернативой пассивного проведения времени, наиболее полно учитывают индивидуальные особенности. Такие занятия могут стать школой коммуникации вне школы и дома.

Кроме того, она может стать рекламой военно-патриотического объединения и способом популяризации занятий туризмом.

**Адресат программы** – занятия рассчитаны на детей школьного возраста от 8 до 18 лет.

**Объем программы:** 18 часов

Занятия проводятся 3 раза в неделю по 2 учебных часа.

**Форма обучения** – очная.

## 1.2. Цель и задачи программы:

**Цель:** Создание условий и популяризация эффективного летнего отдыха детей, направленного на их интеллектуальное, моральное и физическое развитие.

### **Задачи:** *Образовательные:*

- познакомить с ориентированием и туризмом;
- расширить знания обучающихся в области экологии, истории и культуры родного края;

### *Воспитательные:*

- способствовать формированию здорового образа жизни;
- формировать культуру экологически оправданного поведения;
- воспитывать волю, терпение, трудолюбие, ответственность, взаимовыручку;
- создать сплочённый и дружный коллектив, способный решать общественно ценные и лично значимые задачи.

### *Развивающие:*

- способствовать развитию у обучающихся волевых и моральных качеств, самостоятельности, выносливости, ловкости;

- развивать потребность в стремлении к активной деятельности в области охраны природы, изучения истории родного края;
- развивать коммуникативные способности детей с учетом их индивидуальности, привить навыки работы в коллективе;
- способствовать развитию познавательного интереса.

### 1.3. Содержание программы:

#### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	
		Теория	Практика
1	Тема1. <b>Вводное занятие.</b> Занятие 1- 2 час. Знакомство детей друг с другом. Игры на знакомство и сплочение. Инструктаж по технике безопасности.	0,5	1,5
2	Тема 2. <b>Основы туристской подготовки.</b> Занятие 1- 2 часа. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт. Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения Занятие 2- 2 часа Типы палаток, их назначение, установка	1	3
3	Тема 3. <b>Туристские возможности Псковского края</b> Занятие 1- 2 часа. Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов Занятие 2- 2 часа. Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов	-	4
4	Тема 4. <b>Топография и ориентирование</b>	2	4

	<p>Занятие 1- 2 часа. Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие по карте». Упражнения на запоминание условных знаков.</p> <p>Занятие 2- 2 часа. Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту.</p> <p>Занятие 3- 2 часа. Ориентирование по местным предметам. Действия при потере ориентировки.</p>		
5	<p>Тема 5. <b>Итоговое занятие</b></p> <p>Занятие 1-2часа. Игра по станциям</p>	-	2
	<b>Итого: 18 ч.</b>	3,5	14,5

## Содержание учебного плана

### Вводное занятие.

**Практика.** Знакомство детей друг с другом. Игры на знакомство и сплочение

**Теория.** Инструктаж по технике безопасности.

### Основы туристской подготовки.

**Теория** Укладка рюкзака, подгонка снаряжения .Уход за снаряжением, его ремонт.

**Практика.** Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения

**Теория** Типы палаток, их назначение

**Практика.** Установка палаток

### Туристские возможности Псковского края

*Практика.* Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов

### **Топография и ориентирование**

*Теория.* Изучение форм рельефа на карте и на местности.

*Практика.* «Путешествие по карте». Упражнения на запоминание условных знаков.

*Теория.* Компас, его устройство, правила обращения.

*Практика.* Азимут, определение азимута. Движение по азимуту.

*Теория.* Ориентирование по местным предметам.

*Практика.* Действия при потере ориентировки.

### **Итоговое занятие**

*Практика.* Игра по станциям

## **УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН**

И№ п/п		Количество часов			Формы аттестации (контроля)
		Всего	Теория	Практика	
1	Тема 1. Вводное занятие.		0,5	1,5	
2	Тема 2. Основы туристской подготовки.		1	3	
3	Тема 3. Туристские возможности Псковского края		-	4	

4	Тема 4. Топография и ориентирование		2	4	
5	Тема 5. Итоговое занятие		-	2	Педагогическое наблюдение
	<b>ИТОГО ПО ПРОГРАММЕ</b>	<b>18</b>	3,5	14,5	

#### 1.4. Планируемые результаты

- формирование сознательного отношения к здоровому образу жизни и интереса к занятиям туризмом;;

-формирование благоприятного психологического климата в созданной группе обучающихся.

В результате обучения по данной программе дети получают полноценный отдых, насыщенный познавательной деятельностью, общением со сверстниками и единомышленниками.

#### 2. Комплекс организационно-педагогических условий:

##### 2.1- Календарный учебный график.

#### КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

№ п\п	Месяц	Число	Время проведения занятия	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1	июнь	1		Беседа Игры	2	Тема1. <b>Вводное занятие.</b> Занятие 1- 2 час. Знакомство детей друг с другом. Игры на знакомство и сплочение. Инструктаж по технике безопасности.	Патриот	Педагогическое наблюдение

2	июнь	2		Презентация Практика	2	Тема 2. <b>Основы туристской подготовки.</b> Занятие 1- 2 часа. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт. Комплектование личного и общественного снаряжения. Подгонка личного снаряжения	Патриот	Педагогическое наблюдение
3	июнь			Презентация Практика	2	Тема 2. <b>Основы туристской подготовки.</b> Занятие 2- 2 часа Типы палаток, их назначение, установка	Патриот	Педагогическое наблюдение
4	июнь			экскурсия	2	Тема 3. <b>Туристские возможности Псковского края</b> Занятие 1- 2 часа. Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение экскурсионных объектов	Кремль	Педагогическое наблюдение
5	июнь			экскурсия	2	Тема 3. <b>Туристские возможности Псковского края</b> Занятие 1- 2 часа. Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение экскурсионных объектов	Центр города	Педагогическое наблюдение
6	июнь			Презентация Практика	2	<b>Топография и ориентирование</b> Занятие 1- 2 часа. Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие по карте». Упражнения на	Патриот Финский парк	Педагогическое наблюдение



						запоминание условных знаков.		
7	июнь			Практическое занятие, беседа	2	<b>Топография и ориентирование</b> Занятие 2- 2 часа. Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту.	Патриот Финский парк	Педагогическое наблюдение
8	июнь			Презентация Практика	2	<b>Топография и ориентирование</b> Занятие 3- 2 часа. Ориентирование по местным предметам. Действия при потере ориентировки.	Патриот Финский парк	Педагогическое наблюдение
9	июнь			Практическое занятие	2	<b>Итоговое занятие</b> Занятие 1 - 2 часа. Игра по станциям	Патриот	Педагогическое наблюдение

## 2.2. Условия реализации программы:

- учебные классы Центра «Патриот»
- учебное имущество (приложение №2);

## 2.3. Формы аттестации:

В течение учебного периода проводится текущий контроль полученных компетенций :

- в форме педагогического наблюдения; опроса; беседы;

В конце учебного периода проводится **итоговая аттестация** в форме игры по станциям

## 2.4. Методические материалы:

- разработка планов занятий по темам;
- подготовка дидактического материала ;
- разработка и оформление методических и наглядных пособий;

**Методы** проведения занятий : сочетание словесных, наглядных, практических.

### Список литературы

1. 1000 +1 совет туристу Школа выживания, - Минск, 2005
2. Бгатов А.П., Безопасность в туризме : учеб. пособие / А.П. Бгатов. - М.: ФОРУМ, 2007. - 176 с. - (Высш. образование) . - ISBN 978-5-91134-175-6:
3. Долженко Г.П.: Основы туризма. - М.-Ростов на/Д: MapT, 2009
4. Истомин П.И. Организация массового самодеятельного туризма, 2010.
5. Колбовский Е.Ю.: Экологический туризм и экология туризма. - М.: Академия, 2011
6. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие - 2-е изд., стереотип. - М.: ФЦДЮТиК, 2008 г. - 600 с.
7. Константинов Ю.С., Митрахович С.С. Туристско-краеведческая деятельность в школе. Учебно-методическое пособие. - М.: ФЦДЮТиК, ИСВ РАО, 2011. - 352 с.
8. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря, - М, 2000
9. Махов И.И.: Туризм на уроках физической культуры для 5-8 классов. - Белгород: ИПК НИУ "БелГУ", 2012
10. Михайлов Б. А. Жизнеобеспечение человека в полевых и походных условиях, - СПб, 1998.
11. Петров С.В., Безопасный отдых и туризм: учеб. пособие / С.В. Петров, О.Л. Жигарев, О.Н. Токарева. - Новосибирск: АРТА, 2011. - 296 с. ISBN 978-5-902700-32-6:
12. Пидкасистый П.И., Педагогика: учебник / П.И. Пидкасистый, В.А. Мижериков, Т.А. Юзефовичус. - 2-е изд., перераб. и доп. - М.: Академия, 2014. - 624с.
13. Правила охраны государственных памятников природы на территории Псковской области,- Псков, 1984
14. Правила соревнований по спортивному ориентированию, - М,2007

## Приложение №1


### УЧЕБНОЕ ИМУЩЕСТВО

1. Палатки
2. Компаса
3. Рюкзаки;
4. Спальники
5. Коврики
6. Тент
7. Личное снаряжение
8. Общественное снаряжение
9. Карты
10. Наглядные пособия.

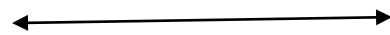
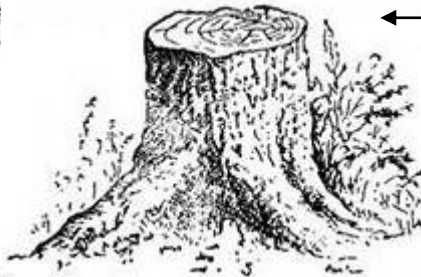
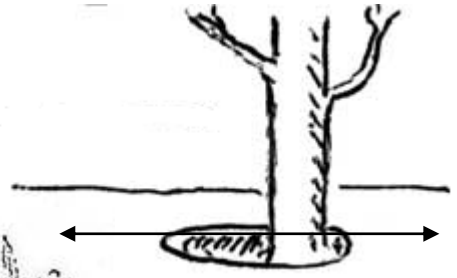
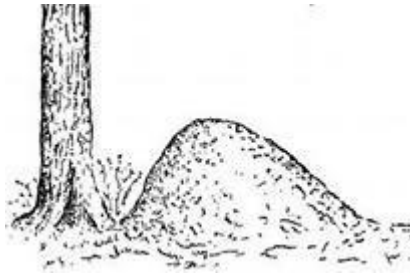


## Игра по станциям

1. Что нужно положить в рюкзак в поход на 2-3 дня? Вычеркнете лишние предметы.

Спальный мешок	Коврик	Постельное белье	Полотенце
Пижама	Календарь	Свеча	Кружка
Зубная щетка	Щетка для одежды	Сменная одежда	Шило
Радио	Кастрюля	Ножницы	Туалетные принадлежности
Палатка	Компьютер	Фотоаппарат	Ложка
Дымовая шашка		Спортивный костюм	Одеяло
Котелок			Лампочка
Обувь			
Канистра	Носки	Компас	Очки
Сачок	Табурет	Спички	Карта
Лодка	Бинокль	Кепка	Нож
Фонарь	Аптечка	Топор	Кружка

2. Определите стороны света по картинкам.



3. Пришло время пообедать. Для этого необходимо развести костер. Соедините правильное название костра с рисунком.



Траншейный



Колодець

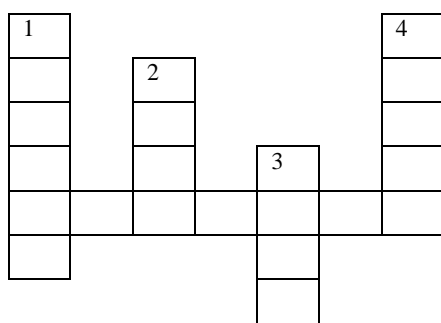


Звездный

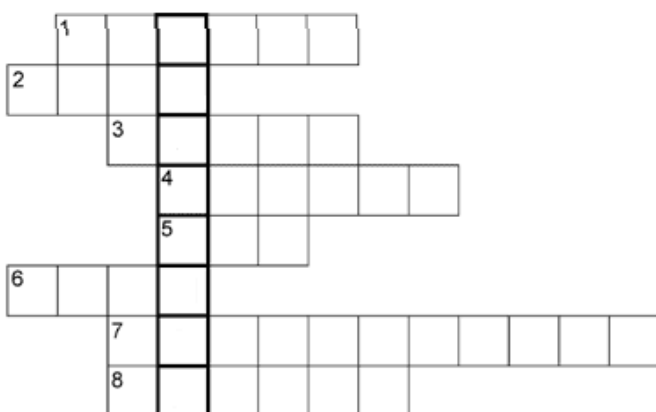


Шалаш

4. Разгадав эти слова, вы узнаете главное слово кроссворда



1. Средство для ловли рыбы
2. Его используют для преодоления болот
3. С его помощью можно преодолеть водную преграду
4. Место, где берет начало река



**5. А теперь вместе подумаем.  
Вот вам загадки**

### **Загадки к кроссворду**

1. Клейкие почки, зеленые листочки. С белой корой расту под горой.
2. С моего цветка берет .Пчелка самый вкусный мед.
3. Что за дерево стоит –Ветра нет, а лист дрожит?
4. Летом с него снег –Просто смех!  
Снег по городу летает,  
Почему же он не тает?
5. Зимой и летом одним цветом.
6. У меня длинней иголки, чем у елки. Очень прямо я расту в высоту.
7. Есть у родственницы елки .  
Неколючие иголки, но в отличие от елки опадают те иголки.
8. В сенокос – горька,  
А в мороз – сладка.  
Что за ягодка?



Я горячее храню,  
Я холодное храню,  
Я и печь, и  
холодильник  
Вам в походе заменю.  
(\_\_\_\_\_)

В кармане моем –  
замечательный друг:  
Он знает, где север, и  
знает, где юг.  
(\_\_\_\_\_)

На привале нам помог:  
Суп варил, картошку пек.  
Для похода — хорошо,  
Но с собой не понесешь.  
(\_\_\_\_\_)

За тобою он плетется,  
Хоть на месте остается.  
(\_\_\_\_\_)

Все меня топчут,  
А я всем в пути —  
помощник.  
(\_\_\_\_\_)

Два ремня висят на мне,  
Есть карманы на спине.  
А в поход пойдешь со  
мною –  
Я повисну за спиной.  
(\_\_\_\_\_)

На ладонь он ляжет  
весь.  
Не часы – а стрелки  
есть.  
(\_\_\_\_\_)

На себе он тяжесть  
носит,  
А устанет – наземь  
бросит.  
(\_\_\_\_\_)

Этот дом в поход берут,  
На спине его несут.  
(\_\_\_\_\_)

Над рекой она  
склонилась,  
Ловко-ловко  
исхитрилась:  
Обменяла червяка  
На большого окунька.  
(\_\_\_\_\_)

Он в походе очень  
нужен,  
Он с кострами очень  
дружен.  
Можно в нем уху  
сварить,  
Чай и кофе  
вскипятить.  
(\_\_\_\_\_)

Он с тобою и со мною  
Шел лесными стежками –  
Друг походный за спиною  
На ремнях с застежками.  
(\_\_\_\_\_)

Моря есть, а плавать  
нельзя,  
Дороги есть, а ехать  
нельзя,  
Земля есть, а пахать  
нельзя.  
Что это?  
(\_\_\_\_\_)

Я – сборник карт;  
От ударения зависят  
два моих значенья.  
Захочешь –  
превращусь в  
название,  
Блестящей,  
шелковистой ткани я.  
(\_\_\_\_\_)

Все меня топчут,  
А я всем в пути —  
помощник.  
(\_\_\_\_\_)

## 6. Викторина «Есть улицы центральные»

1. Кому было видение о Святой Троице, после чего было принято заложить храм, а рядом – благоустроить город Псков?

Княгине Ольге  
Папе Римскому  
Екатерине II

2. Сколько раз был захвачен город с момента основания вплоть до XX века?

1 раз  
3 раза  
8 раз

3. Как называют жителей Пскова и Псковской области?

Псковцы  
Скобари  
Псковары

4. В каком году был построен Троицкий храм в Пскове?

В 1436-м году  
В 1056-м году  
В 998-м году

5. Откуда появились крокодилы в Пскове?

Купец из Каира растерял их по реке, когда сел на мель  
Их выращивали искусственно для развлечения  
Сбежали из зоопарка

6. Куда делись крокодилы из речки Пскова?

Были выловлены и съедены местными жителями  
Ушли на сапоги князю  
Замёрзли зимой

7. Как назывался нынче разрушенный город возле Псковского кремля, называемый сейчас Псковскими Помпеями?

Псковбург  
Довмонтов город  
Скрягин

8. Какой фестиваль проводят в Пскове ежегодно в середине августа?

Фестиваль крокодилов  
Фестиваль сладостей  
Фестиваль мёда

9. Кто такой Поганкин в Пскове?

Местный купец, который зарабатывает целое состояние  
Бедняк, нашедший клад и получивший за это такое прозвище  
Управляющий городом

10. Что гнул и не разогнул Пётр I, приезжая в Псков?

Подкову  
Кочергу

**Баранку**

**11. В каком году основался город Псков?**

**В 803-м году**

**В 903-м году**

**В 1003-м году**

**12. Как называлась улица Ленина до 1923 года?**

**Дворянская улица**

**Петербургская улица**

**Архангельская улица**

**7. Тест «Правила безопасности во время ночлега в полевых условиях».**

**1. Вы ищете место для ночлега в летнем походе. В первую очередь оно должно быть:**

- а) рядом с водой
- б) рядом с дровами
- в) подальше от людей

**2. Воду из ручья можно пить, если она:**

- а) прозрачная
- б) мутная
- в) на поверхности – пена
- г) на поверхности – мусор ( хвоя, ветки)

**3. Вода из пруда, озера, реки:**

- а) можно сразу же пить
- б) сначала нагреть, потом пить
- в) сначала прокипятить, потом пить

**4. Если для очистки воды использовать раствор перманганата калия, то цвет раствора должен быть:**

- а) бледно – розовой
- б) красный
- в) темно – красный

**5. Если вы увидели змею, что лучше:**

- а) громко закричать
- б) тихо уйти, не привлекая внимания
- в) топая ногами, дать ей уползти

**6. Как лучше завалить дерево толщиной свыше 20 см?**

- а) спилить
- б) срубить
- в) раскачать руками

**7. Если при спиливании дерева оно начало падать, надо:**

- а) руками толкать его в нужную сторону
- б) отойти подальше
- в) отклонять в сторону деревьев, растущие на пути падения.

**8. На месте вашего лагеря много сухостойных деревьев. Что с ними лучше сделать?**

- а) спилить все
- б) оставить их в запасе
- в) перенести лагерь в другое место

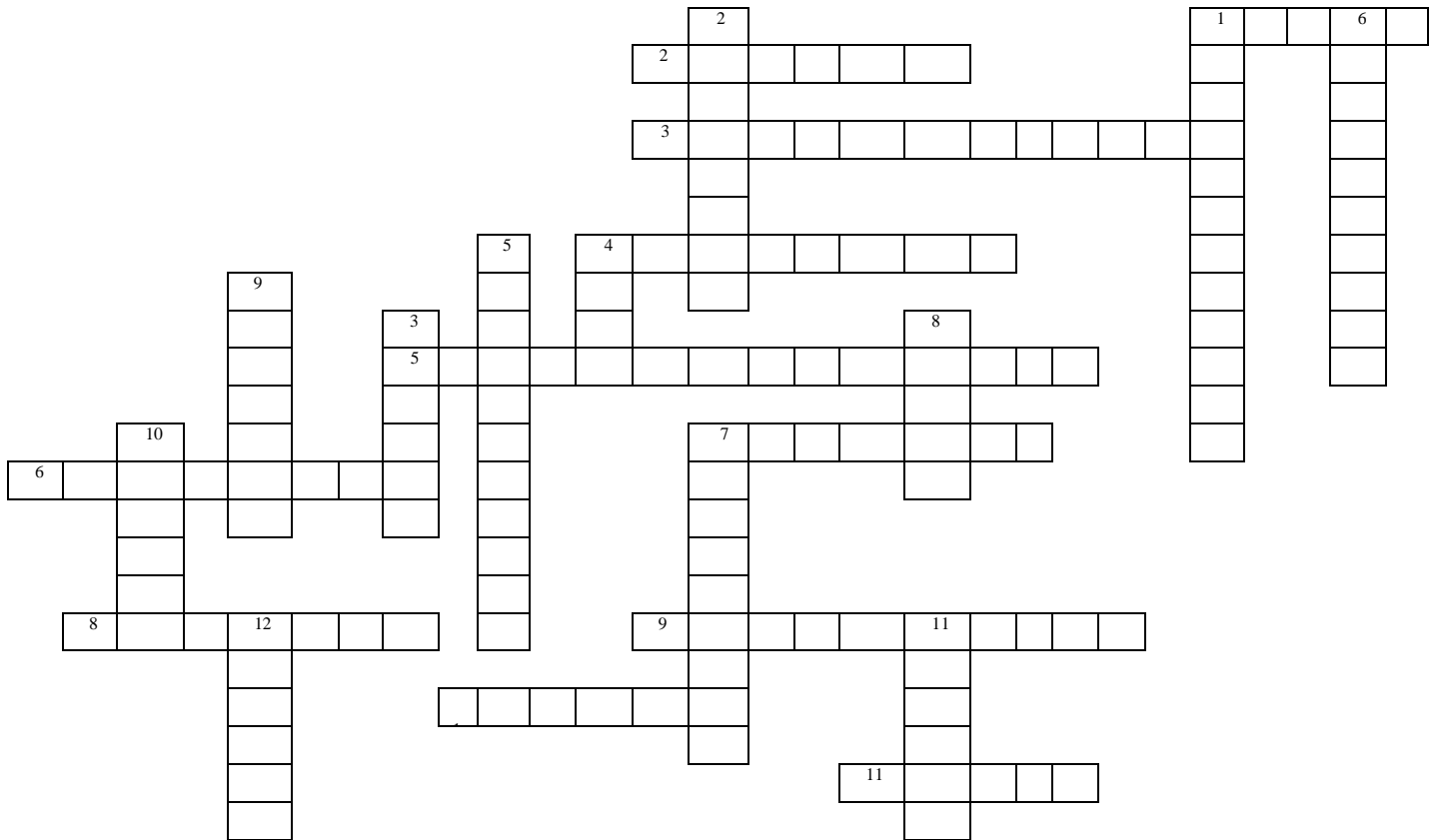
**9. На каком расстоянии от деревьев должен быть костер?**

- а) 1 метр
- б) 3 метра
- в) 5 метров

**10. В летнем походе дежурный у костра надевает:**

- а) шорты, шапочку
- б) обувь, рукавицы
- в) обувь, брюки, рубашку, рукавицы, шапочку.

## 8.Кроссворд «Ориентирование»























### ***Горизонталь:***

1. Название «начало» дистанции.
2. Возвышенность, постепенно поднимающаяся в одном направлении.
3. Умение быстро и правильно указывать цели, ориентиры и другие объекты на местности.
4. Характерная черта окружающей вас местности, комбинация ориентиров.
5. Вид спорта, в котором участники при помощи спортивной карты и компаса должны пройти контрольные пункты, расположенные на местности.
6. Основной документ, который подтверждает прохождение участником дистанции.
7. Отношение длины линии на карте к длине соответствующей линии на местности, выраженное в одинаковых мерах длины.
8. Выбор наилучших приемов для достижения цели.
9. Наука, изучающая геометрию земной поверхности и разрабатывающая способы изображения ее на плоскости.
10. Угол между направлением на север и направлением на какой-либо удаленный предмет.
11. Одна из четырёх сторон света.

### ***Вертикаль:***

1. Спортивное состязание.
2. Это объект, который отображен на карте.
3. Простейший магнитный измерительный прибор, предназначенный для ориентирования по сторонам горизонта и для приближенного измерения магнитных азимутов направлений.
4. Уменьшенное изображение земной поверхности на бумаге, выполненное условными знаками в определенном масштабе.
5. Линия на карте, соединяющая точки рельефа с таковой высотой над уровнем моря.
6. Степень удаленности объектов друг от друга.
7. Это часть земной поверхности.
8. Отображение местности в масштабе на бумаге, с помощью определенных условных знаков.
9. Цвет, которым обозначают гидрографию и болота.
10. Контрольный пункт.
11. Совокупность неровностей поверхности суши, дна океанов и морей, многообразных по очертаниям, размерам, происхождению, возрасту и истории развития.
12. Составная часть здравоохранения, физической культуры, средство духовного, культурного и социального развития личности.

## 9. Тест по теме «Условные знаки спортивных карт»

<b>1</b> Выберите один из двух вариантов и переместитесь в клетку с соответствующим номером, начиная с № 2	<b>2</b>  Яма → 8 Гора → 15	<b>3</b> Неправильно. Вернитесь к номеру 5	<b>4</b> Отлично, дальше: <u>промоина</u>  → 7  → 20	<b>5</b> Хорошо, дальше: <u>КП с пунктом питания</u>  → 13  → 3
<b>6</b> Неправильно. Вернись к номеру 8.	<b>7</b> Неправильно. Вернись к номеру 4.	<b>8</b> Правильно, дальше: <u>воронка</u>  → 25  → 6	<b>9</b> Неправильно. Вернись к номеру 25.	<b>10</b> Неправильно. Вернись к номеру 14.
<b>11</b> Неправильно. Вернись к номеру 29.	<b>12</b> Хорошо, дальше: <u>юго-восточный край</u>  → 24  → 16	<b>13</b> Хорошо, дальше:  Подъём → 21 Спуск → 29	<b>14</b> Хорошо, дальше: <u>долина</u>  → 10  → 30	<b>15</b> Неправильно. Вернись к номеру 2.
<b>16</b> Хорошо, дальше:  ЛЭП → 19 Туннель → 18	<b>17</b> Неправильно. Вернись к номеру 19.	<b>18</b> Неправильно. Вернись к номеру 16.	<b>19</b> Хорошо, дальше:  Подъём → 22 Спуск → 17	<b>20</b> Правильно, дальше:  Родник → 5 Колодец → 28
<b>21</b> Неправильно. Вернись к номеру 13.	<b>22</b> Правильно. Конец задания.	<b>23</b> Неправильно. Вернись к номеру 27.	<b>24</b> Неправильно. Вернись к номеру 12.	<b>25</b> Хорошо, дальше:  Поляна → 14 Заросли → 9
<b>26</b> Неправильно. Вернись к номеру 30.	<b>27</b> Хорошо, дальше:  Ограда → 12 Проход → 23	<b>28</b> Неправильно. Вернись к номеру 20.	<b>29</b> Отлично, дальше:  Развилка → 11 Пересечение → 27	<b>30</b> Хорошо, дальше: <u>камень</u>  → 4  → 26

## 10. Викторина «В мире животных»

1. У какой нашей лесной птицы очень крепкий клюв? (Дятел)

2. Какие птицы ночуют, зарывшись в снег? (Тетерева, куропатки, рябчики)
3. Какие птицы первыми возвращаются в родные края? (Грачи)
4. Назовите самую маленькую птичку на Земле? (Колибри)
5. Какого зверя называют шатуном? (Медведь)
6. Какого зверя в наших лесах называют лесным великаном? (Лось)
7. Назовите символ современной медицины? (Змея, обвивавшая чашу)
8. Не солнце, не огонь, а светит. (Светлячок)
9. Что согревает тюленя? (Толстый слой жира под кожей)
10. Какое животное считается самым высоким на Земле? (Жираф)
11. Назовите сухопутного долгожителя. (Черепаша, живет до 120 лет)
12. Какое наземное самое быстрое? (Гепард)

### **11. Викторина «В мире растений»**

1. Самая большая ягода. (Арбуз)
2. Из чего получается изюм. (Виноград)
3. Орех, с которого снимают стружку. (Кокос)
4. Какие хвойные деревья растут в Псковской области? (Ель, сосна)
5. Назовите самый распространённый лекарственный кустарник наших лесов. (Малина)
6. Какое дерево наших лесов самое крепкое и долговечное? (Дуб)
7. Древесина какого дерева используется для изготовления спичек?  
(Осина)