

**Учебно-тематический план занятий по дополнительной образовательной
общеразвивающей программе «Юный турист»**

№ п/п	Название раздела, темы	Кол-во часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Основы туристской подготовки	2	2		Самостоятельная работа Практическая работа
2.	Краеведение	6	4	2	Самостоятельная работа Практическая работа
3.	Топография и ориентирование	3	1	2	Самостоятельная работа Практическая работа
4.	Обеспечение безопасности	3	1	2	Самостоятельная работа Практическая работа
5.	Организация страховки	2	1	1	Самостоятельная работа Практическая работа
6.	Итоговое занятие	2		2	Самостоятельная работа Практическая работа
		18	9	9	

Содержание учебно-тематического плана занятий

1. Основы туристской подготовки

Теория. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России. Краеведение, туристско-краеведческое движение «Отечество», основные его направления. Личное групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Снаряжение для зимних походов. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: костровое оборудование, рукавицы, ножи, половник. Самодельное снаряжение, не причиняющее вреда природе. Ремонтный набор, аптечка.

Практика. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Подготовка личного снаряжения к походу. Уход за снаряжением, его ремонт.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Бивак дневной и ночной, для дневков. Выбор места для привала и ночлега (бивака). Организация работы по устройству бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров. Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке. Свертывание лагеря. Уборка места лагеря. Противопожарные меры. Типы костров. Правила разведения костра. Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов. Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком. Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт). Организация ночлегов в помещении. Игры в пути и на привале. Нормы поведения туристов в населенных пунктах.

Практика. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра). Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом. Игры в пути и на привале.

Питание в походе

Теория. Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

Практика. Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Приготовление пищи на костре.

Подготовка и организация путешествия

Теория. Права и обязанности участников похода. Подбор группы. Должности в группе постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе. Определение цели и района похода. Подбор литературы и картографического материала. Составление плана подготовки похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Маршрутный лист и маршрутная книжка. Путевой дневник. Отчетная документация. Требования к отчету. Систематика и оформление собранного материала. Написание отчета.

Практика. Работа с краеведческой литературой. Подготовка и чтение докладов по географии, истории и культуре района путешествия при подготовке к походу. Работа с собранным материалом, его определение, систематика, оформление. Подготовка и чтение докладов по итогам похода.

Физическая подготовка туриста

Теория. Краткие сведения о строении, функциях организма и влиянии физических упражнений на организм. Значение физической подготовки для туриста. Физическая и морально-волевая подготовка. Закаливание. Утренняя зарядка.

Практика. Подвижные игры на воздухе, в спортивном зале.

2. Краеведение

Географическое положение, природные условия и ресурсы края

Теория. Рельеф, полезные ископаемые, климат, реки, озера, болота, растительный и животный мир края.

Практика. «Путешествия» по карте. Виртуальное посещение музея. Подготовка мини докладов о природе родного края.

Туристские возможности края

Теория. Наиболее интересные места походов и экскурсий. Музеи края. Особо охраняемые природные территории (ООПТ).

1. Страницы истории Калужского края.

Образование Калужской губернии. Соотнесение истории прошлого и настоящего Калужского края с развитием нашей страны.

2. Калуга историческая

2.1. Калуга - город музеев

2.2. Герб, флаг и гимн города Калуги

2.3. К истокам. Калуга в событиях отечественной истории. Этапы развития города

2.4. Калуга-крепость

2.5. «Великое стояние на реке Угре».

2.6. События смутного времени.

2.7. Отечественная война 1812 года сражение под Малоярославцем

2.8. Калуга на рубеже 20 века

2.9. Участие калужан в русско-японской войне 1904-1905 года.

2.10. Калуга в годы Великой Отечественной войны. Оккупация Калуги. Калуга в годы Великой Отечественной войны. Оккупация Калуги.

2.11. Освобождение города Калуги в ходе контрнаступления под Москвой.

2.12. Г.К. Жуков – маршал Победы.

2.13. Виртуальная экскурсия памятники города Калуги.

2.14. Встреча с ветеранами войны и воинской службы.

3. Калуга архитектурная.

3.1. Начало плановой застройки. Архитектура XVIII в.

3.2. Архитектура 1-й половины XIX в. Усадебное строительство. Общественные постройки. Усадебное строительство. Усадьба Золотарева. Усадьба Билибина. Общественные постройки. Дворянское собрание* Хлюстинские богоугодные заведения.

3.3. Архитектура 2-й половины XIX в. начала XX века. Стиль «модерн». Дом Теренина (ул. С. Перовской и Урицкого). Дом Унковского. Здание окружного суда. Бывшее управление Сызрано-Вяземской железной дороги.

3.4. Архитектура XX в. Довоенная застройка. Здание железнодорожного вокзала.

Стиль «модерн»: ул. Ленина, 64 (бывший магазин Домогацкого); «Детский мир» - бывший дом Ракова; здание Дома учителя. Стиль «конструктивизм»: кинотеатр «Центральный». Знакомство с выдающимися калужскими архитекторами П.Р. Никитиным и И.Д. Ясныгиным

3.5. Архитектура XX в. Послевоенная застройка. Драматический театр. Музей космонавтики. Сквер Мира. Площадь Победы. Памятник 600-летию Калуги.

Знакомство с выдающимися калужскими архитекторами П.Р. Никитиным и И.Д. Ясныгиным

3.6. Презентация проектов «Калуга - город моей мечты»

Знакомство с наиболее значимыми архитектурными постройками г. Калуги; Калужское барокко. Палаты Макаровых. Палаты Коробовых. Московские ворота. Каменный мост. Ансамбль присутственных мест. Регулярный парк. Жилая застройка. Дом Польшан. Дом Толстых. Дом Яновских. Купеческие дома по ул. Ленина. Учебные заведения (ул. Ленина, д.79, здание художественной школы, - бывшая частная гимназия Саловой; здание педуниверситета - бывшая Николаевская мужская гимназия).

4. Калуга в лицах.

4.1. Самоуправление калужан: И.И. Борисов, Билибины, И.В. Торубаев, И.К.

Ципулин, С.Н. Блистанов В.В. Архангельский т.д.

4.2. Калужские губернаторы

4.3. Почетные граждане Калуги

Жизнь и деятельность наиболее известных и значимых людей г. Калуги, участников местного самоуправления, городских губернаторов, почетных граждан города.

1. Калуга православная.

- ✓ Православные храмы Калуги
- ✓ Свято-Троицкий кафедральный собор
- ✓ Свято-Георгиевский собор
- ✓ Храм Жен-Мироносиц; Храм в честь Пророка, предтечи и Крестителя Господня Иоанна
- ✓ Храм Покрова Пресвятой Богородицы

Знакомство с *Православными храмами г. Калуги*: Свято-Троицкий кафедральный собор; Церковь Николая Чудотворца на Козинке; Церковь Георгия за Верхом (ул. Баумана); Церковь Жен-Мироносиц (ул. Кирова); Храм Покрова на рву (ул. Марата); Церковь Петра и Павла (на Пятницком кладбище); Церковь Спас-Преображения на глубоком (на Смоленской горе); Храм Иоанна Предтечи (перекресток улиц Кирова и Московской).

Описание чтимых икон Калужской земли и летопись чудес, происходящих по молитвам перед иконами. Казанская икона Божией Матери в Казанской церкви г. Калуги. Икона Божией Матери «Утоли Печали» в церкви Георгия «за верхом» в г. Калуге. Икона Божией Матери «Всех скорбящих радость». Икона Космы и Дамиана. Икона Божией Матери «Калуженская» в храме Рождества Богородицы на Калужке.

Практические занятия

Презентация проектов «Калуга - город моей мечты»

Подготовка и защита проектов экскурсий

6. Калуга космическая.

- Калуга - Родина космонавтики
- Музей космоса в Калуге
- К.Э.Циолковский - основоположник космонавтики Дорогой К.Э. Циолковского
- А.Л. Чижевский - основоположник новой научной отрасли – космической авиации
- Презентация творческих проектов по теме «Калуга космическая»

Знакомство с Калугой как колыбелью космонавтики; Создание в Калуге мемориального Дома-музея К.Э. Циолковского (19 сентября 1936 год). Парк им. К.Э.Циолковского. Открытие в сквере Мира памятника основоположнику космонавтики К.Э.Циолковскому (1958 год). Открытие Государственного музея истории космонавтики им. К.Э.Циолковского (3 октября 1967 год). Дом, где работал ученый и исследователь А.Л.Чижевский (ул. Московская 62). Улица Королёва, Гагарина, космонавта Королёва. Монумент в честь 600-летия Калуги (1971 год)

Практические занятия.

Составление презентации и проведение виртуальной экскурсии в Государственный музей истории космонавтики им. К.Э.Циолковского

Знакомство с историей развития музея, экспозиций музея. Пропаганда научного наследия великого русского ученого К.Э. Циолковского, достижений государства в изучении и освоении космического пространства, активная работа по воспитанию подрастающего поколения.

КЗ. Циолковский - основоположник космонавтики.

Виртуальная экскурсия в мемориальный Дом-музей КЗ. Циолковского

Биография ученого. Воздухоплавание в трудах КЭ.Циолковского. Проблемы аэродинамики. Мечты о самолёте.

Творчество КЭ.Циолковского по вопросам ракетодинамики и космонавтики. Признание трудов КЭ.Циолковского официальной наукой

Дорогой КЗ. Циолковского

Знакомство с историей ракетной техники. Воплощение мечты К.Э. Циолковского СП. Королёвым. Ракеты на службе науки, запуск первой в мире метеоракеты в 1951 году, первый полёт собак. Запуск первого искусственного спутника Земли в 1957 году. Первый полёт человека в космос в 1961 году. Развитие мирового сотрудничества в исследовании и освоении космоса

Знакомство с А.Л. Чижевским как основоположником новой научной отрасли космической биологии.

Биография ученого. А.Л. Чижевский - основоположник гелиобиологии. Дружеская и научная связь А.Л. Чижевского и К.Э. Циолковского. Влияние космических факторов на поведение организованных человеческих масс и на течение всемирно-исторического процесса

Практические занятия.

Презентация творческих проектов по теме «Калуга космическая».

Группы учащихся проводят презентацию своего творческого проекта, демонстрируя и публично аргументируя отчетный материал о проделанной видео- и фотоработе
Виртуальная экскурсия в музей АЛ. Чижевского.

7. Калуга литературная.

7.1. Гоголь в Калуге, Россет-Смирнова

7.2. Г.Р. Державин, Б. Зайцев в Калуге

Знакомство с пребыванием Н.В. Гоголя в Калуге. Персонажи «Мёртвых душ» - «зарисовки с калужской натуры». Финал «реvizора» и «калужский реvizор» Г.Р. Державин.

Знакомство и переписка со А.О. Смирновой-Россет. Первая поездка Гоголя в Калугу (1849 г.). Второй краткосрочный визит (1850 г.). Последнее пребывание в Калуге (1851 г.). Персонажи «Мертвых душ» и «Ревизора» - «зарисовки с калужской натуры». Финал «Ревизора» и «калужский реvizор» Г.Р. Державин.

Практические занятия.

Экскурсия «Гоголевские и державинские места Калуги»

Б. Зайцев в Калуге. Анализ рассказа «Атлантида». Экскурсия по Калуге Б.Зайцева

Рассказ «Атлантида» - самое «калужское» произведение в русской литературе

8. Образ города в старинных зеркалах музеев.

8.1. Обзор музеев города Калуги

8.2. Калужский краеведческий музей

8.3. Калужский художественный музей

8.4. Музей Боевой Славы

Знакомство с историей краеведческого и художественного музеев, зданий, коллекций.

Практические занятия

Виртуальные экскурсии в краеведческий музей, экскурсия в музей боевой славы г. Калуги, экскурсия в Государственный музей истории космонавтики имени К.Э. Циолковского, экскурсия в дом-музей Э.К. Циолковского

Презентация проектов и др. творческих работ учащихся: «Моя экспозиция в историко-краеведческом музее»

9. О чем рассказали названия калужских улиц.

Из истории застройки Калуги. Улицы и переулки Калуги - «времен связующая нить»: как появились калужские улицы. Куда вели улицы - дороги? Город мастеров: быт города и его обывателей по названиям улиц. Бунтовщики и писатели в названиях улиц.

Практика. Виртуальная экскурсия по своему населенному пункту, в музей.

3. Топография и ориентирование

Основы топографии.

Теория. Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и рамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт. Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы. Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.

Практика. Определение масштаба карты. Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие» по карте. Упражнения на запоминание условных знаков.

Ориентирование

Теория. Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки.

Практика. Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков.

4. Обеспечение безопасности в походе

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий

Теория. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Правила поведения при движении группы (пешком и на транспорте). Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Практика. Правила поведения при движении группы.

5. Организация страховки. Правила пользования альпенштоком. Использование простейших узлов и техника их вязания. Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением. Правила поведения в условиях полевого лагеря. Правила купания.

Практика. Обучение технике вязания узлов. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах.

Здоровье и безопасность

Теория. Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста. Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах (переломы, кровотечения), тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых и пресмыкающихся. Правила переноски пострадавшего.

Практика. Комплектование медицинской аптечки. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи. Переноска пострадавшего.

6. Итоговое занятие. Основы исследовательской работы. Методы сбора материала. Правила оформления исследовательской работы. Защита исследовательской работы.

Практика. Выбор темы исследования, составление плана исследовательской работы, подбор литературы, правила оформления исследовательской работы. Исследовательская деятельность в природе.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575803

Владелец Алёшин Дмитрий Геннадиевич

Действителен с 29.03.2021 по 29.03.2022