



УТВЕРЖДАЮ
Начальник ДОЛ
«Звёздный»
Бабицкая
М.Б.

01.06.2026 г

**Дополнительная общеразвивающая программа кружка/отряда
технической и социально-педагогической направленности.**

“Туристическая тропа”

Составил:

Лабузный В.Ю.

Скороходов М.С.

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа "Туристическая тропа" туристско-краеведческой направленности.

В программе использовано содержание отдельных фрагментов образовательных учебных программ по различным видам туризма:

М.И.Крайман «Юные спасатели», (2000); В.М.Куликов, Л.М.Ротштейн «Пешеходный туризм»,(2005); Ю.С.Константинов «Туристы проводники» (2004). Туризм - очень мобильный и разнообразный вид отдыха. Его популярность объясняется, прежде всего доступностью и многообразием средств, которые применяются для восстановления и развития физических и духовных сил школьника. Длительное пребывание на свежем воздухе, активные способы передвижения, посильные и регулируемые физические нагрузки, положительные эмоции – все это благотворно сказывается на здоровье школьников.

Большинство детей и подростков ведут малоподвижный образ жизни, много времени проводят за компьютером, что становится причиной ухудшения их здоровья, снижения физических показателей. Освоение информационных технологий помимо плюсов становится причиной того, что дети все чаще ограничиваются виртуальным общением. Не менее важной проблемой является то, что дети, проявляя интерес к туризму и краеведению, не имеют определенных знаний и навыков туристической и краеведческой деятельности, выживания в экстремальных условиях, оказания первой медицинской помощи.

Актуальность дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Туристическая тропа» заключается в том, что она призвана способствовать решению обозначенной проблемы: удовлетворить потребности детей в данном виде дополнительного образования. Дать юным туристам и краоведам основы знаний походной деятельности, первой медицинской помощи, развить их физические показатели, сформировать

мотивацию к изучению родного края, участию в туристических мероприятиях, привить навыки выживания в экстремальных ситуациях. В условиях туристической деятельности учащиеся получают навыки взаимопомощи, сотрудничества и взаимодействия, у них сформируются чувства гражданственности и патриотизма, такие качества характера, как толерантность, желание прийти на помощь.

Педагогическая целесообразность программы заключается в том, что туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, и в первую очередь своей Малой Родины, занятия способствуют укреплению не только физического, но и психического здоровья, развитию лидерских качеств, преодолению определенных комплексов. Отмечено, что учащиеся, входящие в состав туристской группы, стараются вести здоровый образ жизни, реже совершают поступки асоциального характера.

Отличительной особенностью этой программы является деятельный подход к воспитанию, образованию и развитию ребенка. Программа предполагает межпредметные связи, тесно переплетаясь со школьными предметами: ОБЖ, географией, математикой, историей, биологией, физкультурой. Исследование, направленное на оптимизацию образовательного процесса посредством среды с применением работы с компасом, топографической картой, курвиметром с туристическим снаряжением умение оказать медицинскую помощь бороться за выживание, это показывает, что в такой среде гармонизируется развитие детей, воспитывается активное познавательное отношение, удовлетворяется стремление детей к движению, выносливости, конкретной деятельности, деятельному общению.

Наименование программы: Кружок (секция) "Туристическая тропа"

Направленность: Туристско-краеведческая, физкультурно-спортивная, естественнонаучная (экологическая).

Срок реализации: 1 лагерная смена (21 день).

Возраст обучающихся: 10-15 лет (возможна адаптация для 7-9 лет с упрощением заданий и усилением игровых элементов).

Количество обучающихся: 12-15 человек (оптимально для безопасности и индивидуального подхода).

Количество часов: 28 часов (14 занятий по 2 часа, 3-4 раза в неделю).
Примечание: Частота может зависеть от расписания лагеря и погоды.

Форма занятий: Групповая, с элементами индивидуальной работы и работы в малых группах.

Место проведения: Обустроенная (или подлежащая обустройству) экологическая тропа на территории лагеря и в его ближайших окрестностях, специально отведенная безопасная лесная/парковая зона.

Актуальность:

Потребность детей в активном отдыхе на природе.

Необходимость формирования экологического сознания и бережного отношения к природе.

Развитие навыков ориентирования, выживания в природной среде, наблюдательности.

Укрепление физического здоровья.

Развитие коммуникативных навыков, командного духа, взаимопомощи.

Расширение кругозора в области краеведения, биологии, географии.

Цель программы: Формирование у детей основ туристической культуры, экологической грамотности и навыков безопасного поведения в природной среде через практическое освоение туристической тропы.

Задачи программы:

Обучающие:

Познакомить с правилами безопасного поведения в лесу (на тропе).

Обучить основам ориентирования на местности (по компасу, природным признакам, карте-схеме тропы).

Научить распознавать основные виды растений и животных родного края.

Дать представление о чтении следов жизнедеятельности животных.

Обучить простейшим туристическим навыкам: укладка рюкзака, разведение учебного костра (с соблюдением всех правил пожарной безопасности, часто только макет), установка тента/укрытия от дождя.

Научить основам оказания первой помощи при порезах, ссадинах, укусах насекомых, солнечном ударе.

Познакомить с принципами "Не оставляй следов" (Leave No Trace).

Развивающие:

Развивать наблюдательность, внимание к деталям природного окружения.

Развивать логическое мышление, умение анализировать информацию.

Развивать физические качества: выносливость, ловкость, координацию.

Развивать навыки работы в команде, лидерские качества.

Развивать творческие способности (ведение дневника наблюдений, создание природных поделок из найденного мусора или с разрешения педагога).

Воспитательные:

Воспитывать любовь и уважение к природе родного края.

Формировать экологическую ответственность и культуру поведения на природе.

Воспитывать чувство взаимопомощи, товарищества, ответственности за себя и других.

Воспитывать самостоятельность и инициативность.

Воспитывать патриотизм через изучение местности.

Принципы реализации:

Принцип безопасности (абсолютный приоритет).

Принцип доступности и посильности.

Принцип наглядности и практической направленности.

Принцип связи теории с практикой.

Принцип активности и сознательности детей.

Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей.

Принцип положительного эмоционального фона.

2. Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Кол-во часов	Формы работы	Практическая деятельность	Оборудование
1	Введение. Знакомство с тропой. Безопасность.	2	Беседа, инструктаж, экскурсия	Прохождение первого участка тропы, разметка пути, изучение правил поведения.	Карта-схема тропы, аптечка (демо), памятки по безопасности.
2	Турист - это кто? Снаряжение юного туриста.	2	Беседа, демонстрация, игра	Практика укладки рюкзака, подбор одежды/обуви.	Рюкзаки разного типа, образцы снаряжения (фляга, компас, свисток, дождевик и т.д.).
3	Ориентирование на местности. Компас - друг.	2	Теория + практика, игры на ориентирование	Работа с компасом: определение сторон света, движение по азимуту на тропе.	Компасы (1 на 2-3 чел.), карта-схема тропы, карточки с заданиями.
4	Природа говорит: следы и знаки.	2	Наблюдение, беседа, практикум	Поиск и определение следов животных, погрызов, погадок, птичьих гнезд (наблюдение).	Лупы, определители следов (фото/карточки), блокноты, карандаши.
5	Зеленые страницы тропы (Деревья и кустарники).	2	Экскурсия, беседа, игра "Угадай растение"	Сбор гербария (по правилам!), определение деревьев и кустарников по листьям, коре.	Определители растений, папки для гербария, пресс (простой), этикетки.
6	Цветочный ковер (Травянистые растения, цветы).	2	Наблюдение, беседа, творческая работа	Рисование/фотографирование растений, изучение их особенностей. Красная книга (знакомство).	Определители, фотоаппараты (если есть), блокноты, цветные карандаши.

7	Пернатые обитатели тропы.	2	Наблюдение (бинокли), беседа, аудиозаписи голосов птиц	Определение птиц по внешнему виду и голосам, поиск гнезд (наблюдение издалека!).	Определение птиц по внешнему виду и голосам, поиск гнезд (наблюдение издалека!).
8	Мир насекомых под ногами и над головой.	2	Наблюдение (лупы), беседа, мини-исследование	Поиск и наблюдение за насекомыми, изучение их роли в природе.	Лупы, сачки (опционально, с осторожностью), контейнеры для временного наблюдения, определители.
9	Водоемы тропы и их обитатели (если есть).	2	Наблюдение, беседа, практикум (с берега!)	Изучение водных растений, наблюдение за водными насекомыми, моллюсками (если безопасно).	Сачки водные, контейнеры, лупы, определители. (Строгий контроль безопасности у воды!)
10	Погода и мы. Природные явления.	2	Наблюдение, беседа, эксперимент	Наблюдение за облаками, ветром, измерение t° воздуха (термометр), предсказание погоды.	Термометр, флюгер (самодельный), блокноты для дневника погоды.
11	Туристические навыки: Укрытие и Костер (Теория + Макет).	2	Беседа, демонстрация, практика на макете	Установка тента/палатки, выбор места для костра, виды костров (изображения), (без реального огня!)	Тент/плащ-палатка, веревки, колышки, макет костровища, картинки видов костров. Аптечка.
12	Первая помощь в походе.	2	Беседа, демонстрация, практические упражнения (на себе/манекене)	Обработка ссадин, порезов; наложение повязок; помощь при ушибах, укусах насекомых.	Аптечка (полный состав), бинты, пластыри, манекен (опционально), памятки по ПМП.
13	Экологический десант. Акция "Чистая тропа".	2	Трудовая акция, беседа	Сбор мусора по тропе, его сортировка (если возможно), обустройство	Перчатки, мешки для мусора, грабли (опционально).

				тропы (укрепление).	
14	Итоговый поход-квест по тропе.	2	Игра-квест, соревнование	Прохождение тропы с выполнением заданий на станциях (ориентирование, следопытство, растения, ПМП).	Карты, задания на станциях, компас, необходимое оборудование по станциям, призы.

3. Содержание программы: (Краткое описание тем - см. Учебно-тематический план)

Каждое занятие включает:

Организационный момент (сбор, переключка, настрой).

Повторение пройденного (игры, викторины, обсуждение дневников).

Объяснение новой темы (кратко, наглядно, с вопросами к детям).

Основная часть: Практическая деятельность на тропе или на подготовленной площадке.

Подведение итогов занятия (рефлексия: что узнали, что понравилось, что было трудно).

Инструктаж перед уходом (особенно по безопасности).

4. Планируемые результаты

Обучающиеся будут знать:

Основные правила безопасного поведения на туристической тропе и в лесу.

Основные виды растений и животных родного края (10-15 характерных видов).

Принципы ориентирования с компасом и без него.

Основы экологически грамотного поведения в природе (принципы LNT).

Правила оказания первой помощи при простейших травмах.

Основные элементы туристического снаряжения и их назначение.

Обучающиеся будут уметь:

Применять правила безопасности на практике.

Определять стороны света по компасу и природным признакам.

Распознавать изученные растения, следы животных, птиц по голосам (основные).

Укладывать рюкзак для прогулки по тропе.

Оказывать первую помощь при ссадинах, порезах, ушибах, укусах насекомых.

Работать в команде, помогать товарищам.

Вести дневник наблюдений.

Собирать мусор, не нарушая природных объектов.

Обучающиеся приобретут:

Устойчивый интерес к природе и туризму.

Навыки наблюдательности и внимания.

Ответственное отношение к окружающей среде.

Опыт преодоления трудностей в природной среде.

Уверенность в своих силах.

5. Формы подведения итогов

Текущий контроль: Наблюдение педагога за активностью, выполнением заданий, ведением дневника; устные опросы-викторины; мини-отчеты после каждого занятия.

Итоговый контроль:

Игра-квест по всей тропе с выполнением комплексных заданий.

Защита (презентация) своего "Дневника юного следопыта" (рисунки, заметки, гербарий).

Выставка фотографий/рисунков/поделок из природного материала (собранного мусора).

Вручение памятных знаков/сертификатов "Знаток Туристической тропы".

6. Материально-техническое обеспечение

Территория: Безопасная, размеченная (или подлежащая разметке) тропа с информационными стендами/указателями.

Оборудование: Компасы, бинокли, лупы, термометр, аптечка первой помощи (полная), рюкзаки (несколько), тент/плащ-палатка, веревки, колышки, мешки для мусора, перчатки.

Наглядные пособия: Определители растений, животных, птиц, следов; карты-схемы тропы; плакаты по безопасности, ПМП, LNT; гербарные папки, пресс.

Расходные материалы: Блокноты, карандаши, цветные карандаши, ламинатор и пленка (для этикеток гербария), бумага для рисования, бинты, пластыри (для тренировок ПМП).

Аудио/видео: Аудиозаписи голосов птиц (опционально), фотоаппарат (опционально).

7. Обеспечение безопасности

Обязательные требования:

Проведение вводного инструктажа по ТБ и инструктажа перед каждым выходом на тропу с записью в журнале.

Наличие аптечки первой помощи, укомплектованной согласно нормам.

Соответствующая погоде одежда и обувь у детей (контроль педагога).

Головные уборы обязательны!

Наличие питьевой воды у каждого участника.

Обязательная проверка наличия детей до выхода, на маршруте и по возвращению.

Строгое соблюдение правил движения по тропе (не отставать, не забегать вперед без разрешения).

Запрет на употребление в пищу незнакомых растений, грибов, ягод.

Запрет на контакт с дикими животными, насекомыми (осиные гнезда!).

Строжайший запрет на разведение реального огня детьми. (Только демонстрация на макете педагогом).

Связь: Педагог должен иметь при себе заряженный мобильный телефон для экстренной связи с администрацией лагеря и медработником.

Оптимальное соотношение педагог/дети (1 взрослый на 8-10 детей, при сложной тропе - больше).

Дополнительно: Знание педагогом маршрута, мест экстренного выхода, расположения медпункта. Умение оказывать первую помощь.

8. Методическое обеспечение

Список литературы (определители, методички по детскому туризму, игры на природе).

Разработанные карточки-задания, маршрутные листы, викторины.

Образец "Дневника юного следопыта".

Сценарии итоговых мероприятий (квест).

9. Список рекомендуемой литературы (примеры)

1. Определители растений и животных средней полосы России (изд-ва: "АСТ", "Эксмо", "Фитон+").
2. Колесов Д.В., Маш Р.Д. Основы безопасности жизнедеятельности. (Разделы о природных опасностях, ПМП).
3. Шибаев А.В. Игры на природе. - М.: Айрис-пресс.
4. Методические рекомендации по организации походов и экскурсий с детьми (региональные центры детско-юношеского туризма).
5. Ресурсы интернет (надежные, например, сайты заповедников, национальных парков, проекта "Вторая жизнь мусора").

10. Приложения (разрабатываются отдельно)

Карта-схема Туристической тропы.

Журнал инструктажей по ТБ.

Инструкция по оказанию первой помощи для педагога.

Памятка для детей "Правила поведения на Тропе".

Образцы карточек-заданий, маршрутных листов.

Образец "Дневника юного следопыта".