

МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ОБЩЕРОССИЙСКОГО ПРОФСОЮЗА ОБРАЗОВАНИЯ



УТВЕРЖДАЮ
Председатель Московской
городской организации
Общероссийского
Профсоюза образования
М.А. Иванова

Дополнительная профессиональная программа
(повышение квалификации)

**Организация туристского похода выходного дня
с обучающимися.**

36 часов

Авторы курса:

Маркотенко Екатерина Васильевна -
заместитель директора
ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ, канд. пед. наук
Рыжков Владимир Михайлович –
методист ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ
Костерев Николай Александрович –
методист ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ

Раздел 1. «Характеристика программы»

1.1. Цель реализации программы совершенствование профессиональных -компетенций слушателей в области организации туристского похода выходного дня с обучающимися.

Совершенствуемые компетенции

№ п/п	Компетенция	Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
		Бакалавриат
		Код компетенции
1.	Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики.	ОПК-1

1.2. Планируемые результаты обучения

№ п/п	Знать - уметь	Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование
		Бакалавриат
		Код компетенции
1.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - нормативные документы и законодательные акты, регламентирующие организацию детского туризма; - методику разработки маршрутов походов выходного дня. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - подготовить туристско-краеведческое мероприятие начального уровня. 	ОПК-1

1.3. Категория слушателей: уровень образования – высшее образование, область профессиональной деятельности – учителя, педагоги дополнительного образования, педагоги-организаторы, вожатые.

1.4. Область профессиональной деятельности: общее образование, дополнительное образование.

1.5. Форма обучения: очная с применением дистанционных образовательных технологий.

1.6. Режим занятий: не менее 1 занятия в неделю продолжительностью не менее 3 часов.

1.7. Срок освоения программы: 36 часов; 1 месяц.

Раздел 2. «Содержание программы»

2.1. Учебный (тематический) план

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Аудиторные учебные занятия, учебные работы			Внеаудиторная работа	Форма контроля	Трудоемкость
		Всего часов	Интерактивные лекции	Практические занятия	Самостоятельная работа		
1.	Модуль 1. Общая туристская подготовка	12	7	5	1		13
1.1.	Основные руководящие материалы по детско-юношескому туризму. Детский туризм в системе образования г. Москвы	1	1				1
1.2.	Разнообразие форм туристско-	2	1	1			2

	краеведческой деятельности. Подготовка, проведение и подведение итогов туристского мероприятия						
1.3.	Особенности пешеходного туризма. Материальное обеспечение похода выходного дня	2	1	1			2
1.4.	Топография и ориентирование на местности	2	1	1			2
1.5.	Медицинское обеспечение пешего похода выходного дня. Гигиена туриста.	1	1				1
1.6.	Обеспечение безопасности в походах выходного дня. Причины травматизма в простых путешествиях.	1	1				1
1.7.	Организация движения и быта туристской группы. Привалы и ночлеги	3	1	2	1	Тестирование № 1	4
2.	Модуль 2. Организация, проведение и подведение итогов похода выходного дня	22	2	20	1		23
2.1.	Подготовка, проведение и подведение итогов похода	2	1	1		Практическая работа № 1	2
2.2.	Проверка готовности групп к учебно-тренировочному походу.	1	1		1		2

2.3.	Учебно-тренировочный поход (выездное массовое мероприятие)	17		17			17
2.4.	Подготовка отчёта об учебно-тренировочном походе	2		2		Практическая работа № 2	2
3.	Итоговая аттестация					Зачет на основании совокупности выполненных практических работ 1 и 2, и результата выполнения тестирования № 1	
	ИТОГО:	34	9	25	2		36

2.2. Сетевая форма обучения

№ п/п	Наименование предприятия партнера	Участвует в реализации следующих модулей	Формы участия
1.	Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования города Москвы "Московский детско-юношеский центр экологии, краеведения и туризма"	-	Предоставление специализированных ресурсов для организации обучения.

2.3. Учебная программа

Темы	Виды учебных занятий/работ	Содержание
Модуль 1. Общая туристская подготовка		
1.1. Основные руководящие материалы по детско-юношескому туризму. Детский туризм в системе образования г. Москвы	Интерактивная лекция (1 ч.)	Кодекс путешественника. Положение о туристско-спортивных маршрутно-квалификационных комиссиях России. Основные нормативные документы и законодательные акты, регламентирующие организацию детского туризма. нормативные документы и законодательные акты, регламентирующие организацию детского туризма. Алгоритм составления документов необходимых для организации работы детского туристского объединения.
1.2. Разнообразие форм туристско-краеведческой деятельности. Подготовка, проведение и подведение итогов туристского мероприятия	Интерактивная лекция (1ч.)	Разнообразие форм туристско-краеведческих мероприятий. Прогулка, экскурсия, поход, экспедиция, путешествие – их образовательные (обучающие, воспитательные, развивающие, социализирующие в неразрывном единстве) возможности. Туризм и спорт. Массовые формы работы в детском туризме. Алгоритмы организации туристско-краеведческих мероприятий. От разового мероприятия – к туристско-спортивному клубу обучающихся.
	Практическое занятие (1ч.)	Семинар: составление уведомления службы консалтинга о предстоящем походе.
1.3. Особенности пешеходного туризма. Материальное обеспечение похода выходного дня	Интерактивная лекция (1ч.)	Особенности пешеходного туризма с учётом района путешествия и применяемого снаряжения. Снаряжение групповое и личное, основные требования к нему. Ремонтный набор и ремонт снаряжения на маршруте. Организация питания в походе. Режим питания, Понятие сбалансированного питания. Составление меню, закупочной ведомости. Раскладка, хранение и транспортировка продуктов. Натуральные нормы закладки основных продуктов.
	Практическое занятие (1 ч.)	Практическое занятие: работа в малых группах. Подготовить список группового и личного снаряжения для

		<p>похода выходного дня в различные сезоны и различные районы походов. Подготовка меню и закупочной ведомости для похода выходного дня.</p>
<p>1.4. Топография и ориентирование на местности.</p>	<p>Интерактивная лекция (1 ч.)</p>	<p>Значение топографии и ориентирования для туристов. Карты, используемые в спортивных пешеходных походах. План, схема, кроки местности. Основные условные обозначения. Чтение карты и составление схемы маршрута. Изучение местности по карте. Использование навигационных компьютерных приложений.</p> <p>Ориентирование на местности с помощью карты, компаса и местных предметов. Определение сторон горизонта по местным предметам, часам и солнцу. Действия при потере ориентировки.</p>
	<p>Практическое занятие (1 ч.)</p>	<p>Семинар: описание по карте маршрута похода выходного дня.</p>
<p>1.5. Медицинское обеспечение пешего похода выходного дня. Гигиена туриста.</p>	<p>Интерактивная лекция (1 ч.)</p>	<p>Личная гигиена в походе. Гигиенические требования к обуви, одежде, снаряжению. Основные травмы и их предупреждение. Заболевания, их симптомы и предупреждения, лечение в походных условиях. Предупреждение переохлаждений и перегрева, контроль и самоконтроль, оказание первой помощи. Медицинская аптечка (групповая и личная). Своевременная диагностика и основные навыки оказания первой помощи в походе.</p>
<p>1.6. Обеспечение безопасности в походах выходного дня. Причины травматизма в простых путешествиях.</p>	<p>Интерактивная лекция (1 ч.)</p>	<p>Анализ данных о случаях травматизма и несчастных случаях в пешеходных походах. Основные причины травматизма и несчастных случаев в походе. Планирование безопасного прохождения маршрута.</p> <p>Профилактика травматизма в путешествиях. План действий при несчастном случае.</p>

1.7. Организация движения и быта туристской группы. Привалы и ночлеги.	Интерактивная лекция (1 ч.)	Порядок движения группы по пересеченной местности. Планирование и уточнение плана преодоления сложного участка. Привалы и ночлеги. Факторы, влияющие на выбор места ночлега (бивака). Различные методы организации работ при разбивке бивака в зависимости от погоды, наличия светлого времени и состояния участников. Меры предосторожности и безопасности во время бивачных работ и отдыха, при сушке одежды, приготовлении пищи на костре и др. Типы и виды костров, применение их в зависимости от условий и назначения.
	Практическое занятие (1 ч.)	Работа в малых группах. Разжигание костра в сложных метеоусловиях.
	Самостоятельная работа (1 ч.)	Самостоятельная работа с интернет-источниками, изучение маршрутов ближайшего Подмосковья.
	Практическое занятие (1ч.)	«Тестирование № 1».
Модуль 2. Организация учебно-тренировочного похода		
2.1. Подготовка, проведение и подведение итогов похода	Интерактивная лекция (1 ч.)	Понятие стратегии и тактики пешего похода. Методика разработки маршрутов походов выходного дня. Планирование дневного перехода: график движения, распорядок дня, выбор места бивака. Этапы подготовки и проведения путешествия: выбор района, времени и определение целей; сбор и изучение информации; комплектование группы (требования к участникам и руководителю), распределение обязанностей; индивидуальные и групповые тренировки; подбор снаряжения и питания; транспортные вопросы; оформление заявочных и маршрутных документов, защита маршрута в МКК; действия участников на пути к району путешествия и обратно; сообщения в МКК. Подведение итогов похода, разбор похода. Подготовка отчёта о походе, защите маршрута в МКК.

	Практическая работа №1 (1 ч.)	Практическая работа №1. «Подготовка туристско-краеведческого мероприятия начального уровня».
2.2. Проверка готовности групп к учебно-тренировочному походу	Интерактивная лекция (1 ч.)	Проверка готовности групп к учебно-тренировочному походу. Техническая готовность. Физическая готовность. Психологическая готовность к походу. Проверка готовности групп к УТП. Должностная инструментовка: штурман, завпит, фотограф, ответственный за снаряжение, краевед, физорг и т.д.
	Самостоятельная работа (1 ч.)	Самостоятельная работа. Доклады ответственных по должностям о готовности групп к выходу на маршрут.
2.3. Учебно-тренировочный поход (выездное массовое мероприятие)	Практические занятия (17 ч.)	Практические занятия. Учебно-тренировочный поход. Отработка походных навыков Прохождение на местности спланированного, оформленного в соответствии с нормативными документами и заявленного в МКК маршрута с учебно-тренировочными и образовательными целями.
2.4. Подготовка отчёта об учебно-тренировочном походе	Практические занятия (2 ч.)	Практическая работа №2 «Разработка отчёта о походе в соответствии с требованиями»
3. Итоговая аттестация		Зачет на основании совокупности выполненных практических работ 1 и 2, и результата выполнения тестирования № 1

Раздел 3. «Формы аттестации и оценочные материалы»

3.1. Промежуточный контроль проводится в форме тестирования и практических работ.

3.2. Аттестация по модулю 1 представляет собой Тестирование № 1.

Примеры тестовых вопросов Тестирование № 1.

№ вопроса	Вопрос / Инструкция к заданию	Варианты ответа	Правильный вариант
1.	Выберите один правильный ответ Какой этап развития туризма в России характеризовался отдельными примерами использования экскурсий, походов, путешествий, в первую очередь для образовательных целей и сбора научно-географической, краеведческой информации о различных районах и родном крае?	1.Предпринимательский. 2. Организационно-централизованный. 3. Просветительский. 4. Переходный. 5. Административно-нормативный.	3
2.	Выберите один правильный ответ Географически определенная, привязанная к данной местности и особенным объектам и описанная с различной степенью детальности, трасса похода, путешествия, передвижения – это...	1.Путешествие. 2. Туристский маршрут. 3. Карта. 4. План похода. 5. Спецификация маршрута.	2
3.	Отметьте объективные опасности в походе:	1. Небрежное обращение с огнем. 2. Слабая предпоходная подготовка. 3. Резкое изменение погоды. 4. Стихийные бедствия. 5. Переоценка сил группы. 6. Солнечные ожоги в горах и на снегу.	3,4,6

Оценивание: зачёт / незачёт. Зачет, если правильных ответов более 60%.

3.3. Аттестация по модулю 2 представляет собой выполнение практических работ:

Практическая работа № 1. «Подготовка туристско-краеведческого мероприятия начального уровня».

Требования к практической работе:

1. Разработать маршрут учебно-тренировочного похода в соответствии с алгоритмом.
2. Разработать пакет необходимых документов для оформления выездного туристско-краеведческого мероприятия.
3. Разработать план действий группы в экстремальных условиях, с указанием необходимых ресурсов.
4. Разработать план действий по оказанию первой доврачебной помощи в походе.
5. Предложенные решения отвечают требованиям безопасности, нормативно обоснованы.

Критерии оценивания: слушатели получают зачет, если практическая работа выполнена с учетом всех требований.

Оценивание: зачёт / незачёт.

Практическая работа № 2 «Разработка отчёта о походе в соответствии с требованиями»

Требования к практической работе:

- I. Разработать отчет о походе в соответствии с требованиями:
 1. Общая смысловая идея похода (путешествия), его необычность, уникальность, новизна и т.п.
 2. Варианты подъезда и отъезда.
 3. Аварийные выходы с маршрута и его запасные варианты.
 4. Изменения маршрута и их причины.
 5. График движения (оформление в виде таблицы; рекомендуемые графы: дни пути, дата, участок пути, протяжённость, чистое ходовое время, определяющие препятствия на участке, метеоусловия).
 6. Техническое описание прохождения группой маршрута (сложные участки: перевалы, пороги, переправы, места со сложным ориентированием и

т.п., описание мер по обеспечению безопасности на маршруте, возможных экстремальных ситуаций, техническое описание прохождения маршрута).

7. Потенциально опасные участки (препятствия, явления) на маршруте.

8. Перечень наиболее интересных природных, исторических и др. объектов (занятий) на маршруте.

9. Дополнительные сведения о походе (перечень специального и особенности общественного и личного снаряжения, характеристика средств передвижения, особенности погодных условий и другая характерная для данного вида туризма информация).

10. Стоимость проживания, питания, снаряжения, средств передвижения.

1. Итоги, выводы и рекомендации по прохождению маршрута.

2. К отчету прилагаются обзорная и подробная карта маршрута с указанием запасных вариантов и аварийных выходов, фотографии определяющих препятствий, подтверждающие прохождение их группой, паспорта локальных препятствий, пройденных впервые.

II. Провести публичную защиту проекта.

Критерии оценивания практической работы.

1. Разделы отчета соответствуют методике ФСТР.

2. Картографический материал информативен и дополнен заметками группы, откорректирован.

3. К отчету приложены треки, записанные участниками.

4. Разработаны предложения по дальнейшему использованию маршрута и рекомендаций отчета.

5. Презентация отчета отражает основные элементы проекта и вклад каждого участника.

По каждому критерию слушатели получают от 0-3 баллов. Слушатели получают зачет, если набирают более 11 баллов.

Оценивание: зачёт / незачёт.

3.4. Итоговая аттестация - Зачет на основании совокупности выполненных практических работ 1 и 2, и результата тестирования № 1.

Раздел 4. «Организационно-педагогические условия реализации программы»

4.1. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение программы

Основная литература:

1. Арсентьев В.М. Безопасность проведения туристских походов // В сборнике: Образование в области безопасности жизнедеятельности и новых технологий: проблемы и перспективы развития // Сборник статей II Всероссийской научно-практической конференции. – Чита: ЗГУ, 2017. – С. 36-39.

2. Баканов М.В., Титлов А.Ю. Морально-психологическая подготовка в туристских группах разного возраста // Современные здоровьесберегающие технологии. – 2018. – № 1. – С. 8-15.

3. Веселова Н.Ю. Организация туристской деятельности. – М.: Дашков и К, Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 255 с.

4. Константинов Ю.С., Дрогов И.А. О системе повышения квалификации специалистов детско-юношеского туризма // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2017. – № S1 (126). – С. 103-109.

5. Черепанова И.О. Тематическое планирование занятий по подготовке к туристскому походу // В сборнике: Колпинские чтения: детско-юношеский туристско-краеведческий форум // Материалы II межрегиональной (с международным участием) научно-практической конференции. – СПб: РГПУ им. А.И. Герцена, 2020. – С. 229-232.

6. Шаяхметова Г.М. Программа туристского палаточного лагеря «Батыр» (методическое пособие для организаторов детских туристских палаточных лагерей, руководителей туристских походов, педагогов дополнительного образования, методистов) // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2017. – № 2 (123). – С. 164-191.

Дополнительная литература:

1. Алешин В. М., Серебренников А. В. Туристская топография. – М.: Профиздат, 1985. – 159 с.

2. Апатенкова А.Е. Проектирование воспитательного процесса в туристской экспедиции // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2014. № 4 (113). – С. 163-178.

3. Булашев А.Я., Топорков А.Н. Психологическая тактика руководителя туристской группы // Слобожанский научно-спортивный вестник. – 2010. – № 4 (24). – С. 63-68.

4. Буянов В.М., Нестеренко Ю.А. Первая медицинская помощь. – Я.: Медицина, 2000. – 224 с.

5. Волков Н.Н. Спортивные походы в горах. – М.: ФиС, 1974. – 97 с.

6. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я, Булатов В.Г. Туризм и спортивное ориентирование (учебник для институтов и техникумов физической культуры). – М.: ФиС, 1987. – 240 с.

7. Линчевский Э.Э. Психологический климат туристской группы. – М.: ФиС, 1981. – 48 с.

8. Логвинов В.С., Семиреков В.А., Тарасов А.Е., Шеманаев В.К. Некоторые проблемы формирования управленческой компетенции инструктора-проводника спортивно-оздоровительного туризма (руководителя туристского похода) // Сибирский педагогический журнал. – 2015. – № 2. – С. 185-190.

9. Лукоянов П. И. Безопасность в лыжных походах и чрезвычайных ситуациях зимних условий. – М.: Центр ДЮТ РФ, 1998. – 141с.

10. Нечаев М.П. Предупреждение и разрешение конфликтов в туристическом походе // Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. – 2015. – № 3 (116). – С. 75-82.

11. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2001.- 97 с.

12. Школа жизни – окружающий мир. (Опыт программирования деятельности учреждения дополнительного образования). / Ред. Алиева Л.В. – М., 2004. – 154 с.

Интернет-ресурсы:

1. Сайт МЧС России: <https://www.mchs.gov.ru> (Дата обращения – 28.03.2022).

2. Сайт Федерации спортивного туризма в России: <https://tssr.ru> (Дата обращения – 28.03.2022).

3. Сайт ГБОУДО МДЮЦ ЭКТ: <https://mducekt.mskobr.ru/#/> (Дата обращения – 28.03.2022).

4.2. Материально-технические условия реализации программы

Для реализации программы необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

- мультимедийное оборудование (компьютер, с выходом в Интернет);
- для внеаудиторных занятий туристское снаряжение индивидуальное и групповое.