

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«КАДЕТСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ «НАВИГАЦКАЯ ШКОЛА»

Рекомендована  
Педагогическим советом  
(протокол ПС № 1  
от 30.08.2016)



И.Е. Старчеус

Направленность: туристско-краеведческая направленность

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА**

**«Азбука туризма»**

Программа разработана  
педагогом дополнительного образования  
Щетанов Владимир Борисович

Программа рассчитана на 1 год  
Возраст с 12 до 18 лет

Москва  
2016

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Что нужно брать с собой в поход? Как ориентироваться по солнцу и звездам? Как разжечь костер во время дождя? Какими свойствами обладает дерево? Кто придумал байдарки, каяки и комбинезоны? Что представляет собой ненецкий чум и чукотская яранга? На эти и многие другие вопросы дети смогут получить ответ на занятиях «Азбука туризма». А кроме того, они смогут отправиться в поход, где испытают радости и трудности походной жизни, сами научатся разводить костер и ставить палатку, различать деревья и ориентироваться в пространстве. На экскурсиях и в походах дети узнают много нового о своей стране и о народах, которые испокон веков населяют ее – об их верованиях, обычаях, навыках выживания на природе и удивительном мировосприятии. Сегодня, в век цифровых технологий и культурных смешений, подобные знания становятся особенно актуальными – они помогают детям оторваться от виртуального мира интернета и компьютерных игр, и в полной мере ощутить и оценить красоту мира настоящего – мира дикой природы, самобытных народных обычаев, живого общения и трудных испытаний.

Программа рассчитана на ознакомление детей с основами выживания на природе, обучение практическим навыкам походной жизни, а также на восполнение недостатка знаний в области этнологии. Особенностью учебного процесса является привлечение детей к анализу опыта различных народов по выживанию на природе и оценка вклада народной культуры в развитие туристической отрасли. Практические занятия предполагают тематические экскурсии в музеи Москвы и Подмосковья, а также туристические выходы и исследовательские экспедиции. Программа рассчитана на один учебный год, по истечению которого у ребенка должно сформироваться комплексное представление о различных регионах России и мира, а также о способах выживания в этих регионах.

## ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ

- Воспитание в детях самостоятельности, ответственности, а также бережного отношения к природному и культурному наследию России

## ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

- Предоставление знаний основ выживания в различных природных зонах
- Развитие практических навыков проведения туристических походов
- Формирование представления о различных народах России и мира
- Привлечение детей к исследовательской деятельности в области изучения культурного и природного наследия России

## СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ И ФОРМЫ ЗАНЯТИЙ

Срок реализации – 1 год. Теоретические занятия предполагают прослушивание необходимого курса лекций, практические – посещение музеев и организацию туристических выходов.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

<i>№ темы</i>	<i>Название темы.</i>	<i>Количество часов</i>		
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>
	<b>Первое полугодие</b>			
1	Вступительное занятие. Урок по технике безопасности	1	1	-
2	Природные зоны Земли. Народы России и мира	2	2	-
3	Средняя полоса России. Русская крестьянская культура	2	2	-
4	Ориентирование в пространстве	2	1	1
5	Применение веревки и вязание узлов	4	1	3
6	Обустройство лагеря. Установка палатки	4	1	1

7	Разведение костра и приготовление пищи	2	1	1
8	Основы жизнедеятельности. Оказание первой помощи	2	1	1
9	Топографические карты	4	2	2
10	Степная зона. Культура кочевников-степняков	2	2	-
11	Конные походы. Велопоходы	2	2	-
12	Горная местность. Народы Кавказа.	2	2	-
13	Альпинизм. Форсирование горных рек	2	1	1
14	Тайга и болота. Таежные охотники и кочевники	2	2	-
15	Сооружение временных укрытий. Следопытство	2	2	-
16	Итоговое занятие	2	2	-
	<b>Второе полугодие</b>			
1	Вступительное занятие	1	1	-
2	Арктика. Народы арктической зоны	2	2	-
3	Культура морских зверобоев северо-востока Евразии	4	4	-
4	Тундра. Кочевые народы Севера	4	4	-
5	Промысловая культура русских поморов	4	4	-
6	Одежда северных народов. Навыки выживания в Арктике	2	2	-
7	Зимнее снаряжение и средства передвижения	2	2	-
8	Организация полярных экспедиций	2	1	1
9	Реки. Речные народы	2	2	-
10	Управление плавсредством на реке. Пороги и перекаты	2	2	-
11	Тропики. Охотники и собиратели тропических лесов	2	2	-
12	Выживание в тропическом лесу	2	2	-
13	Рыболовы тропических морей. Выживание в теплых морях	2	2	-
14	Пустыни. Кочевники пустыни	2	2	-
15	Выживание в пустыне. Поиск и добыча воды	2	2	-
16	Итоговое занятие	2	2	-
	<b>Итого за год</b>	<b>74</b>		

# СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

## ПЕРВОЕ ПОЛУГОДИЕ

1 Тема. Вступительное занятие. Урок по технике безопасности.

2 Тема. Природные зоны Земли. Народы России и мира.

Краткое описание основных природных зон – от арктических пустынь до тропического леса. Краткое описание наиболее выразительных примеров приспособления народного хозяйства под суровые природные условия.

3 Тема. Средняя полоса России. Русская крестьянская культура.

Описание климата, фауны и флоры средней полосы. Хозяйственный цикл русского крестьянина. Типы крестьянских домов и их внутреннее устройство. Русский народный костюм.

4 Тема. Ориентирование во пространстве.

Ориентирование по компасу, по небесным светилам и другим природным признакам. Способы ориентирования по времени. Определение расстояния с помощью звука, с помощью угловой величины.

5 Тема. Применение веревки и вязание узлов.

Основные туристические узлы – булинь, шкотовый, схватывающий, проводник, грейпвайн. Применение узлов в реальных условиях.

6 Тема. Обустройство лагеря. Установка палатки.

Выбор подходящего места для стоянки в различных природных зонах. Выбор места для разведения костра, для установки палатки. Типы туристических палаток, устройство палатки. Основные правила при установке палатки и ночлеге.

7 Тема. Разведение костра и приготовление пищи.

Различные способы добывания огня и его поддерживания. Выбор дров для костра. Типы туристических костров. Приготовление пищи на костре.

8 Тема. Основы жизнедеятельности. Оказание первой помощи.

Необходимые условия для нормальной жизнедеятельности человека в туристическом походе. Правильное распределение нагрузок. Оказание первой

помощи при вывихах, переломах. Техника искусственного дыхания. Предупреждение отравления, кишечных инфекций, переохлаждения.

9 Тема. Топографические карты.

Топографическая карта как часть карты мира. Понятие о масштабе. Условные обозначения на картах. Определение местоположения на карте с помощью азимутов.

10 Тема. Степная зона. Культура кочевников-степняков.

Природные условия степной зоны Евразии. Кочевые народы Южной Сибири. Хозяйство, одежда, пища, технология кочевки. Устройство киргизской и монгольской юрты.

11 Тема. Конные походы. Велопоходы.

Особенность организации конных походов. Различные способы верховой езды. Велосипеды для туризма и их снаряжение.

12 Тема. Горная местность. Народы Кавказа.

Особенности климата, растительного и животного мира в горах. Народы Кавказа – быт и культура. Сакля – традиционное жилище горцев.

13 Тема. Альпинизм. Форсирование горных рек.

Основные опасности в горной местности. Альпинистское снаряжение. Способы самостраховки и страховки в группе при движении на склоне. Различные способы форсирования рек.

14 Тема. Тайга и болота. Таежные охотники и кочевники.

Особенности природы тайги и болотистой местности. Снаряжение для различных времен года. Опыт таежных охотников и кочевников. Русские старожилы Сибири, манси, ханты, эвенки.

15 Тема. Сооружение временных укрытий. Следопытство.

Типы временных укрытий и способы их сооружения в лесу. Следопытство – определение по следу физических параметров объекта, направление и время передвижения.

16 Тема. Итоговое занятие.

## **ВТОРОЕ ПОЛУГОДИЕ**

1 Тема. Вступительное занятие. Урок по технике безопасности.

2 Тема. Арктика. Народы арктической зоны.

Многообразие природы Арктике. Выживание в полярной пустыне. Перечень коренных малочисленных народов арктической зоны в России и западных странах.

3 Тема. Культура морских зверобоев северо-востока Евразии.

Эскимосы и береговые чукчи. Технология зверобойного промысла, одежда, жилища, транспорт.

4 Тема. Тундра. Кочевые народы Севера.

Ненцы и чукчи – сравнение кочевой культуры двух наиболее многочисленных оленеводческих народов тундры. Различия в жилище, одежде, транспорте, кочевой жизни.

5 Тема. Промысловая культура русских поморов.

Рыболовные и зверобойные поморские промыслы. Основные типы рыболовных снастей и ловушек. Техника зверобойного промысла. Актуальные проблемы русских поморов в XXI веке.

6 Тема. Одежда северных народов. Навыки выживания в Арктике.

Крой и материал одежды различных северных народов. Обеспечение витаминами, обустройство временного укрытия.

7 Тема. Зимнее снаряжение и средства передвижения.

Современное зимнее снаряжение – лыжи, волокуши, зимние палатки, спецодежда. Средства безопасности и связи в полярных условиях. Средства передвижения – лыжи, буера, олени и собачьи упряжки.

8 Тема. Организация полярных экспедиций.

Практические рекомендации по организации полярных экспедиций в различные времена года.

9 Тема. Реки. Речные народы.

Исторические функции реки как среды обитания и транспортной артерии. Речные народы – особенности хозяйства и возведения жилищ.

10 Тема. Управление плавсредством на реке. Пороги и перекаты.

Направление стрежня в зависимости от рельефа дна и изгиба береговой линии реки. Особенность управления плавсредством в подвижной воде. Опасные участки порогов и перекатов и техника их прохождения.

11 Тема. Охотники и собиратели тропических лесов.

Народы-обитатели тропических лесов Африки, Евразии и Южной Америки. Краткие сведения об особенностях хозяйственной жизни и культуре.

12 Тема. Выживание в тропическом лесу.

Основные сведения о наиболее опасных для жизни человека обитателях тропического леса. Добыча воды и обустройство ночлега в тропическом лесу.

13 Тема. Рыболовы тропических морей. Выживание в теплых морях.

Жилища, водный транспорт и питание народов Океании. Ориентирование в пространстве и добыча пищи и пресной воды в мировом океане.

14 Тема. Пустыня. Кочевники пустыни.

Типы пустынь и их особенности. Бедуины и туареги – происхождение, хозяйство, культура.

15 Тема. Выживание в пустыне. Поиск и добыча воды.

Предохранение тела от перегрева и от потери влаги. Ядовитые обитатели пустынь. Признаки близости воды. Различные способы поиска и добычи пресной воды в пустыне.

16 Тема. Итоговое занятие.



# **МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

## **ТЕОРЕТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

Теоретическая часть предполагает проведение цикла лекций по основам выживания в различных природных зонах (способы разведения костра, виды временных укрытий и т.д.), а также по народной культуре различных регионов России и мира. Для лучшего усвоения материала лекции сопровождаются иллюстрированными презентациями и видео-пособиями. Занятие основано на принципе «диалога» с учащимися, во время которого дети лучше воспринимают и запоминают учебный материал, также на занятиях используется метод «командной игры», когда учащиеся разделяются на группы, и каждой дается соответствующее задание, требующее не только демонстрации знаний, но также находчивости ребенка и сплоченности всей команды.

## **ПРАКТИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ**

Практические занятия разделяются на два типа: экскурсионные и выездные. Экскурсионные занятия подразумевают посещение музеев Москвы и других городов в рамках краеведческих и этнографических занятий («Русская крестьянская культура» – Музей деревянного зодчества, «Кочевые народы Севера» – Музей кочевой культуры, «Культура морских зверобоев северо-востока Евразии» – Музей антропологии и этнографии и т.д.). Выездные занятия предполагают организацию однодневных туристических выходов в лесные массивы Подмосковья с целью проведения практических уроков (разведение костра, приготовление пищи в походных условиях и т.д.), а также проведение туристических походов на территории России (Подмосковье, Крым, Карелия и т.д.). Таким образом, практическая часть занятий должна дать детям навыки в области организации и проведения походов, а также помочь формированию в сознании учащегося целостной картины восприятия историко-культурного наследия народов России.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Арктика – мой дом. Народы севера земли. Коллектив авторов.– М.: Северные просторы, 2001
2. Гигиена и самоконтроль туриста: методические рекомендации. – М.: Турист, 1980
3. Евтушенко А. Организация, подготовка и проведение походов выходного дня: Методическая разработка.
4. Питание в туристском путешествии. – М.: Профиздат, 1987
5. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации. – М.: Турист, 1989
6. Справочник путешественника и краеведа. / Под ред. С. Обручева. Т. 1-2. – М.: государственное издательство географической литературы, 1950.
7. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983.