

**Автономная некоммерческая организация
Областной детский оздоровительно-образовательный центр
«Ребячья республика»**

Утверждено педагогическим советом
АНО ОДООЦ «Ребячья республика»
Протокол № _____
от «__» _____ 2014 г.

Утверждаю
Директор АНО ОДООЦ «Ребячья
республика»
_____ Л.В. Шилова

**СИСТЕМА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
РАЗВИВАЮЩИХ ЦЕНТРОВ
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ
(учебные планы)**

Тюмень, 2014 г

СОДЕРЖАНИЕ

Пояснительная записка	3
1. Программа развивающего центра «Водный туризм».....	4
Пояснительная записка	4
Учебно-тематический план проведения занятий	6
Программа курса	7
2. Программа развивающего центра «Скалолазание».....	7
Пояснительная записка	7
Учебно-тематический план проведения занятий	9
Программа курса	10
3. Программа развивающего центра «Туризм».....	14
Пояснительная записка	14
Учебно-тематический план развивающего центра	15
Программа курса	16
4. Программа развивающего центра «Школа выживания».....	18
Пояснительная записка	18
Учебно-тематический план развивающего центра	20
Программа курса	21
Список литературы	26

Пояснительная записка

Туризм и краеведение в системе образования России являются традиционным и эффективным средством обучения и воспитания детей и молодежи. Специальные методики использования экскурсий, путешествий, систематических краеведческих наблюдений и исследований для расширения кругозора детей, освоения разносторонних практических навыков, воспитания в них патриотизма и нравственности, любви к малой родине получили широкое распространение в России с начала XX века. В истории отечественной педагогики это один из ярких примеров длительного и устойчивого сохранения и развития принципов и методов организации и осуществления образовательной деятельности [1].

Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины.

Туризм – это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности [2].

Цель развивающих центров туристско-краеведческой направленности: Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности, а также создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи:

– содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;

- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
- гуманное отношение к окружающему миру;
- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости;
- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями).

В АНО ОДООЦ «Ребятчья республика» туристско-краеведческое направление реализуется посредством развивающих центров «Водный туризм», «Скалолазание», «Туризм», «Школа выживания», представленных ниже.

Программа развивающего центра «Водный туризм»

Пояснительная записка

Водный туризм – один из видов спортивного туризма, который заключается в преодолении маршрута по водной поверхности. Различают несколько видов водного туризма: сплав по рекам, рафтинг, парусный туризм, морской каякинг. Для занятия водным туризмом используются спортивные суда каркасной, каркасно-надувной, надувной конструкции, приводимые в движение силой течения, мускульной силой или силой ветра:

Катамараны - двухкорпусные судна; корпуса судна соединяются сверху рамой:

- сплавные катамараны, используемые для сплава по рекам;
- парусные катамараны - для совершения путешествий под парусом (в том числе морского и океанского класса).

Байдарки и Каяки – малоразмерные лёгкие беспалубные судна, приводимые в движение, главным образом, мускульной силой человека.

Плоты – суда разнообразных конструкций, рассчитанные на движение главным образом с потоком воды, с маленькой собственной скоростью.

Честеры – разновидность плота, отличающаяся способом гребли и посадки гребцов: гребцы сидят лицом друг к другу на гондолах, расположенных поперёк хода судна;

надувные (рафт).

Для совершения несложных путешествий может использоваться резиновая надувная лодка.

Водные походы условно разделяются на не категорированные и категорированные (с 1 по 6 категорию сложности). 6 категория сложности - самая сложная и доступна только очень подготовленным группам.

Цель: развитие физической и психологической готовности к встрече с чрезвычайной ситуацией.

Задачи:

- Воспитывать безопасный образ мышления;
- Научить управлять катамаранами, байдарками, рафтом, плотом;
- Научить тактике и технике движения по реке без препятствий;
- Научить технике и тактике прохождения шиверы;
- Научить технике и тактике прохождения прижимов;
- Научить оказывать помощь в чрезвычайных ситуациях.

Ресурсное обеспечение:

Для проведения развивающего центра «школа выживания» используется материально-техническая база АНО ОДООЦ «Ребьячья республика»:

- Озеро Арсеньевское.
- Методическая и популярная литература.
- Оборудование.

К концу смены дети должны знать: устройство, технические данные, катамаранов, байдарок, рафтов, плотов. Правила поведения на воде, правила управления катамараном, байдаркой, рафтом.

К концу смены дети должны уметь: вязать узлы; подъём бечевой (корабликом, с мачтой и рулевым, с шестом, с усами с двух берегов)

Участники: дети в возрасте от 7 до 17 лет.

Итог обучения:

- Сплавы по озеру вниз по течению;
- Зачёт по итогам обучения;
- Награждение дипломами за успехи в обучении.

Тематический план проведения занятий

Тема	Общее количество часов			Теоретический курс			Практический курс		
	7 дней	14 дней	18 дней	7 дней	14 дней	18 дней	7 дней	14 дней	18 дней
Инструктаж по технике безопасности на занятиях водным туризмом.	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	-	-	-
Устройство, технические данные, катамаранов, байдарок, рафтов, плотов.	1	1.5	2.5	0.5	0.5	0.5	0.5	1	2
Правила поведения на воде, правила управления катамараном, байдаркой, рафтом.	1	1.5	2.5	0.5	0.5	1	0.5	1	1.5
Подготовка к походу: информация о районе похода, маршрута. Наблюдение в походе.	0.5	1	1	0.5	1	1	-	-	-
Узлы. Освоение навыков вязки.	1.5	2.5	3	-	-	-	1.5	2.5	3
Подъём бечевой (корабликом, с мачтой и рулевым, с шестом, с усами с двух берегов) закрепление навыков.	1	2	3	0.5	0.5	0.5	0.5	1.5	2.5
Обучение сигнализации.	1	2	3	0.5	0.5	0.5	0.5	1.5	2.5
Тактика и техника движения по реке без препятствий.	1	2	3	-	-	-	1	2	3
Топографическая съёмка порогов.	-	1	2	-	0.5	0.5	-	0.5	1.5
Техника и тактика прохождения шиверы. Просмотр и организация страховки (ознакомление).	-	1	2	-	0.5	1	-	0.5	1

Техника и тактика прохождения прижимов (ознакомление).	-	1	2	-	0.5	1	-	0.5	1
Организация движения группы.	1	1	1	1	1	1	-	-	-
Ориентирование на местности (ознакомление).	1	2	3	0.5	0.5	0.5	0.5	1.5	2.5
Организация и проведение похода. Оказание помощи на воде в Ч.С.	2	3	5	-	-	-	2	3	5
Итого	11.5	22	33.5	4.5	6.5	8	7	15.5	25.5

Программа курса

Занятие 1. Инструктаж по технике безопасности на занятиях водным туризмом.

Занятие 2. Устройство, технические данные, катамаранов, байдарок, рафтов, плотов.

Занятие 3. Правила поведения на воде, правила управления катамараном, байдаркой, рафтом.

Занятие 4. Подготовка к походу: информация о районе похода, маршрута. Наблюдение в походе.

Занятие 5. Узлы. Освоение навыков вязки.

Занятие 6. Подъём бечевой (корабликом, с мачтой и рулевым, с шестом, с усами с двух берегов) закрепление навыков.

Занятие 7. Обучение сигнализации.

Занятие 8. Тактика и техника движения по реке без препятствий.

Занятие 9. Топографическая съёмка порогов.

Занятие 10. Техника и тактика прохождения шиверы. Просмотр и организация страховки (ознакомление).

Занятие 11. Техника и тактика прохождения прижимов (ознакомление).

Занятие 12. Организация движения группы.

Занятие 13. Ориентирование на местности (ознакомление).

Занятие 14. Организация и проведение похода. Оказание помощи на воде

Программа развивающего центра «Скалолазание»

Пояснительная записка

Скалолазание – очень интересный вид спорта. В каждом ребенке генетически заложена потребность куда-нибудь залезть, будь то дерево или гараж. В городе не везде можно найти место, где мальчишки и девчонки смогли бы полазать по настоящему скалодрому – симулятору скального массива. Поэтому в лагере на центре у каждого ребенка есть возможность безопасно покорить вершину скалодрома. И не просто залезть, а используя различные интересные приспособления и страховки.

Просто забраться на стену – скалу без физической подготовки невозможно, поэтому нужны тренировки всех мышц, чему и обучаются ребята на центре скалолазание. Достигая определённой высоты, ребята воспитывают в себе волю к победе и достижению различных вершин.

Цель: Развитие разносторонней физической подготовки детей, укрепление общей мускулатуры.

Задачи:

1. Обучить правильной технике страховки и само страховки.
2. Научить специализированным упражнениям для тренировки мышц; плечевого, брюшного пояса, мышцы ног и рук.
3. Обучить технике скалолазания.

К концу смены дети должны знать: комплекс специализированных упражнений, технику захватов и перехватов, систему страховки.

К концу смены дети должны уметь: пользоваться карабинами, вязать страховочные узлы, передвигаться по скалодрому со страховкой, покорить трассы № 1 – сложность, № 2 – скорость.

Ресурсное обеспечение:

Для проведения развивающего центра «Скалолазание» используется материально-техническая база АНО ОДООЦ «Ребятчья республика»:

- Скалодром;

- Методическая и популярная литература;
- Страховочное оборудование, карабины, веревки.

Участники: дети в возрасте от 7 до 17 лет.

Итог обучения:

- Личные и отрядные соревнования в возрастных группах на время.
- Показательные выступления.
- Награждение дипломами за успехи в обучении.

Учебный план спортивно-туристского центра «Скалолазание»

Тема занятий	Количество часов			Теория			Практика		
	7 дней	14 дней	18 дней	7 дней	14 дней	18 дней	7 дней	14 дней	18 дней
Вводное занятие: Техника безопасности. Знакомство со страховочной системой	1,5ч	1,5ч	1,5ч	1ч	1ч	1ч	30 мин	30 мин	30 мин
Общая Физическая Подготовка. Упражнения на растяжку. Траверз склона	1ч	1ч	1ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Техника расположения конечностей (рук, ног) при подъеме	1,5ч	1,5ч	1,5ч	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	1ч	1ч
Специальная Физическая Подготовка. Изучение зацепок и способов их захвата	1ч	2ч	2ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	1,5ч	1,5ч
СФП. Техника перестановки рук. Изучение узлов	1ч	1,5ч	3ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	2,5ч
СФП. Техника перестановки ног. Изучение узлов	1ч	1,5ч	3ч	15 мин	30 мин	30 мин	45 мин	1ч	2,5ч
Расположение корпуса и распределение нагрузки на конечности	1ч	1ч	2ч	15 мин	15 мин	30 мин	45 мин	45 мин	1,5ч
Техника безопасности при спуске. Техника спуска.	1ч	2ч	2ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	1,5ч
СФП. Закрепляющая тренировка. Работа над ошибками.	-	1ч	2ч	-	-	-	-	1ч	2ч

СФП. Старт. Вольная тренировка	-	2ч	2ч	-	30 мин	30 мин	-	1,5ч	1,5ч
СФП. Сложность и выносливость	-	-	2ч	-	-	30 мин	-	-	1,5ч
Работа на трассе №1,2 с оттяжками	-	-	2ч	-	-	30 мин	-	-	1,5ч
Работа на трассе № 1 сложность	-	3ч	3ч	-	30 мин	30 мин	-	2,5ч	2,5ч
Соревнования на трассе №1 сложность	-	1ч	1ч	-	-	-	-	1ч	1ч
СФП. Спурт. Финишный прыжок	1ч	2ч	2ч	15 мин	30 мин	30 мин	45 мин	1,5ч	1,5ч
Работа на трассе № 2 скорость	3ч	3ч	3ч	30 мин	30 мин	30 мин	2,5ч	2,5ч	2,5ч
Соревнования на трассе №2 скорость	1ч	1ч	1ч	-	-	-	1ч	1ч	1ч
Вольная тренировка	-	2ч	2ч	-	-	-	-	2ч	2ч
Итого:	14ч	27ч	36ч	4,45ч	6,15ч	7,5ч	9,15ч	20,45	28,5ч

Программа курса

Занятие 1. Тема: Вводное занятие: Техника безопасности. Знакомство со страховочной системой.

Задачи:

- Ознакомить детей с техникой безопасности на занятиях.
- Ознакомить детей с программой курса «Скалолазание» и привлечь к занятиям на центре.
- Научить детей правильно надевать страховочную систему и знать принцип действия страховки.

Занятие 2. Тема: Общая Физическая Подготовка. Упражнения на растяжку. Траверз склона.

Задачи:

- Выяснить уровень физической подготовки каждого участника на центре.
- Научить детей упражнениям на разогрев и растяжение мышц.
- Дать возможность каждому участнику центра попробовать свои силы на скалодроме, преодолевая его траверзом на всю ширину не выше 2м.

Занятие 3. Тема: Техника расположения конечностей (рук, ног) при подъеме.

Задачи:

- Научить детей поочередности использования рук и ног.
- Обучить правилу «Трех постоянных точек опоры».

Занятие 4. Тема: Специальная Физическая Подготовка. Изучение зацепок и способов их захвата.

Задачи:

- Обучить детей специализированным упражнениям, на развитие групп мышц используемых при скалолазании.
- Дать возможность детям узнать (осмотреть, потрогать) все виды зацепок и научить правильным захватам за них.

Занятие 5. Тема: СФП. Техника перестановки рук. Изучение узлов.

Задачи:

- Использовать полученные знания по СФП.
- Развитие техники перестановки рук при подъеме.
- Научить детей узлам «Восьмерка», «Штык», «Булинь».

Занятие 6. Тема: СФП. Техника перестановки ног. Изучение узлов.

Задачи:

- Использовать полученные знания по СФП.
- Развитие техники перестановки ног при подъеме.
- Научить детей узлам «Восьмерка одним концом», «Брам-шкотовый».

Занятие 7. Тема: Расположение корпуса и распределение нагрузки на конечности.

Задачи:

- Показать и научить детей правильной позе при движении: вверх, остановке, боковом перемещении, спуске с выдачей страховочной веревки.

Занятие 8. Тема: Техника безопасности при спуске. Техника спуска.

Задачи:

- Обучить детей правильному срыву со скалодрома.
- Обучить правильному спуску с помощью перестановки ног и рук, прыжковой технике при спуске.
- Научить спуску при самостраховке с использованием «Восьмерки».

Занятие 9.Тема: СФП. Закрепляющая тренировка. Работа над ошибками.

Задачи:

- Использовать полученные знания по СФП.
- Проверить полученные знания на предыдущих тренировках.
- Устранить возможные у детей ошибки в технике скалолазания.

Занятие 10. Тема: СФП. Старт. Вольная тренировка.

Задачи:

- Использовать полученные знания по СФП.
- Показать и научить детей различным техническим и тактическим способам действий на старте.
- Провести тренировку на отработку технически сложных участков трасс, применяемо к каждому участнику центра.

Занятие 11. Тема: СФП. Сложность и выносливость.

Задачи:

- Использовать полученные знания по СФП.

- Показать и научить детей специализированным упражнениям на выносливость необходимую для занятий на скалодроме.

- Провести тренировку на выносливость с использованием технически сложных участков маршрута.

Занятие 12. Тема: Работа на трассе №1 и №2 с оттяжками.

Задачи:

- Показать и научить детей дополнительной самостраховке с использованием оттяжек, на произвольной трассе (№1 и №2).

Занятие13. Тема: Работа на трассе № 1 сложность.

Задачи:

- Подготовка к соревнованиям на технически сложном маршруте.

Занятие 14. Тема: Соревнования на трассе №1 сложность.

Задачи:

- Провести соревнования.
- Дать возможность детям получить соревновательный опыт.
- Выявить победителей по лучшим результатам, наградить.

Занятие 15. Тема: СФП. Спурт. Финишный прыжок

Задачи:

- Использовать полученные знания по СФП.
- Научить детей использованию мускульной памяти, для возможности применения финишного спурта.
- Обучить детей технике финишного прыжка.

Занятие 16. Тема: Работа на трассе № 2 скорость.

Задачи:

- Подготовка к соревнованиям на скоростном маршруте.

Занятие 17. Тема: Соревнования на трассе № 2 скорость.

Задачи:

- Провести соревнования.
- Дать возможность детям получить соревновательный опыт.
- Выявить победителей по лучшим результатам, наградить.

Занятие 18. Тема: Вольная тренировка.

Задачи:

- Дать возможность каждому ребенку преодолеть произвольные маршруты по собственному выбору.
- Выяснить уровень заинтересованности детей в центре «Скалолазание».

Программа развивающего центра «Туризм»

Пояснительная записка

Туризм стал одной из самых доступных и эффективных форм полезного отдыха. Он приобрел общественное значение и потому, что туристское путешествие, правильно подготовленное и хорошо проведенное благотворно, влияет не только на здоровье, развивает физически, укрепляет организм. Такое путешествие играет большую воспитательную роль: вырабатывает чувство коллективизма, организованность, дисциплинированность, развивает волю, инициативу, стремление преодолевать трудности.

Туристическая деятельность в загородном центре способствует укреплению физических сил, воспитания навыком самообслуживания, выживанию в экстремальных ситуациях, оказания первой помощи и

самопомощи. Кроме того, туристические походы создают необыкновенную романтику и формируют дружные детские коллективы.

Участники: дети в возрасте от 7 до 17 лет.

Ресурсное обеспечение:

Материально - технические (палатки, рюкзаки, полевая кухня, пенки, туристское снаряжение, компасы, карты, медицинская аптечка и др.) и кадровые ресурсы центра.

Итог обучения:

- Походы, палаточные лагеря;
- Показательные выступления;
- Зачёт по итогам обучения;
- Награждение дипломами за успехи в обучении.

Учебно-тематический план развивающего центра

Тема	Общее количество часов			Теоретический курс			Практический курс		
	6 дней	12 дней	18 дней	6 дней	12 дней	18 дней	6 дней	12 дней	18 дней
Инструктаж по Т.Б. на занятиях. Правила поведения. Одежда	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	0.5	-	-	-
Характеристика и назначение туристских походов	-	1	1	-	0.5	0.5	-	0.5	0.5
Методика организации и проведение оздоровительных турпоходов	-	1.5	1.5	-	0.5	0.5	-	1	1
Топографическая подготовка в туризме. Её содержание и назначение	1	1.5	1.5	45'	1	1	15'	0.5	0.5
Спортивное ориентирование. Виды спортивного ориентирования.	1	1.5	3	15'	0.5	0.5	45'	1	2.5
Медицинское обеспечение туристских походов.	1	1.5	2	15'	0.5	0.5	45'	1	1.5
Характеристика основных способов преодоления естественных препятствий с использованием страховочного снаряжения.	1.5	2	3	0.5	0.5	0.5	1	1.5	2.5
Правила преодоления склонов с использованием	1.5	2	3	0.5	0.5	0.5	1	1.5	2.5

страховочного снаряжения.									
Правила противопожарной безопасности на маршруте похода. Природоохранные мероприятия	1	1.5	2.5	15'	0.5	0.5	45'	1	2
Ориентирование на маршруте туристского похода.	1	1.5	2.5	15'	0.5	0.5	45'	1	2
Туристский поход	2	4	6				2	4	6
Итого:	10.5	18.5	26.5	3.15'	5.5	5.5	7.15'	13	20.5

Программа курса

1. Характеристика и назначение туристских походов.

Поход как одна из форм туризма. Содержание понятия "туристский поход". Виды походов. Определение и характеристика познавательных, агитационно-массовых, экологических и спортивных походов.

2. Методика организации и проведения оздоровительных турпоходов.

Цели и задачи оздоровительных туристских походов. Организация походов. Подготовка группы, материально-техническое обеспечение похода. Общая характеристика работы на маршруте. Организация движения и обеспечение безопасности, организация отдыха, питания.

3. Топографическая подготовка в туризме. Ее содержание и назначение.

Определение топографии. Топографическая подготовка как составная часть теоретической подготовки в туризме. Ее цель, содержание, значение. Карты их виды. Простейшие варианты глазомерной съемки маршрута.

4. Спортивное ориентирование. Виды спортивного ориентирования.

Спортивное ориентирование как вид спорта. Виды соревнований по спортивному ориентированию, их характеристика. Карты, применяемые на соревнованиях по спортивному ориентированию. Возможности применения спортивного ориентирования как средства массовой физкультурно-оздоровительной работы.

5. Медицинское обеспечение туристских походов.

Медицинские требования к участникам туристских походов. Профилактика заболеваний и травм на маршруте туристского похода. Состав походной медицинской аптечки. Оказание доврачебной помощи в условиях туристского похода. Способы транспортировки пострадавшего.

6. Характеристика основных способов преодоления естественных препятствий (канавы, ручья, рва) с использованием страховочного снаряжения.

Возможность преодоления различных естественных препятствий силами туристской группы. Специальное снаряжение, необходимое для преодоления препятствий. Индивидуальное, групповое и страховочное туристское снаряжение. Его назначение и использование. Особенности снаряжения, применяемого в горно-пешеходном, водном, лыжном и велотуризме. Навесная переправа, виды, характеристики. Правила организации. Переправа по параллельным перилам. Характеристика, правила организации и преодоления. «Маятник». Характеристика, правила организации и использования.

7. Правила преодоления склонов с использованием страховочного снаряжения.

Склоны различной крутизны, как наиболее распространенное препятствие на туристских маршрутах. Способы передвижения по склонам (подъем, траверс, спуск). Самостраховка при движении по склонам. Организация командной страховки при движении по склону.

8. Правила противопожарной безопасности на маршруте похода. Природоохранные мероприятия

Правила разведения костра в пожароопасный сезон. Содержание и организация природоохранных мероприятий на маршруте туристского похода.

9. Ориентирование на маршруте туристского похода.

Сущность ориентирования в пространстве. Характеристика различных способов ориентирования: по компасу; небесным светилам; растениям;

постройкам.

Программа развивающего центра «Школа выживания»

Пояснительная записка

Большинство учащихся одомашненные дети, т.е. не владеющие элементарными знаниями и умениями пребывания в природных условиях: неумение учащихся организовать лагерь, разбить костер, приготовить пищу, организовать ночлег, обсушиться и т.д. Город накладывает определенный отрицательный отпечаток: учащиеся больше стремятся к комфорту и в отсутствие его становятся беспомощными.

В последнее время мы слышим о том, что все чаще дети и подростки попадают в экстремальные ситуации природного характера и становятся жертвами в результате незнания основных правил поведения в природе. Это и отравления различными растениями и грибами, гибель в результате несчастных случаев на воде и в лесу. По данным статистики дети - это одна из тех категорий, которая наиболее часто оказывается в экстремальных ситуациях природного характера. Они же являются самыми незащищенными.

Безопасность жизнедеятельности является важнейшим условием существования человека наряду с его потребностью в пище, воде, одежде, жилище, информации и предполагает подготовку личности к действиям в чрезвычайных ситуациях различного характера.

Способность человека защитить себя формируется на основе обучения и формирования определенного типа сознания, создающего потребность в овладении соответствующими навыками и средствами защиты, а также мотивацию деятельности, направленную на получение дополнительной информации, определение соответствующего выбора в сложившейся ситуации и участия в управлении риском на уровне общества. Формирование

такого типа сознания базируется на системе знаний о риске, и, в свою очередь, представляет собой некий плацдарм для активных, обдуманных и целенаправленных действий. Таким образом, важнейшая задача в области защиты человека состоит в том, чтобы направить разум людей на достижение цели гармоничного развития человека, природы, техносферы и таким образом обуздать стихийные процессы.

Цель: развитие физической и психологической готовности к встрече с чрезвычайной ситуацией.

Задачи:

- Воспитывать безопасный образ мышления;
- Обучить детей изготовлению и применению «костров»;
- Научить готовить пищу на костре;
- Научить ориентироваться в лесу;
- Научить оказывать помощь в чрезвычайных ситуациях.

Ресурсное обеспечение:

Для проведения развивающего центра «Школа выживания» используется материально-техническая база АНО ОДООЦ «Ребятчя республика»:

- Туродром;
- Методическая и популярная литература;
- Оборудование: полоса препятствия, весь необходимый инвентарь для туриста.

К концу смены дети должны знать: все меры предосторожности, которые спасут ребёнка и его товарищей, алгоритм оказания скорой медицинской помощи.

К концу смены дети должны уметь: оказать необходимую помощь пострадавшему.

Участники: дети в возрасте от 7 до 17 лет.

Итог обучения:

- Поход в палаточный лагерь;
- Зачёт по итогам обучения;
- Награждение дипломами за успехи в обучении.

Учебно-тематический план развивающего центра

Тема занятий	Общее количество часов			Теоретический курс			Практический курс		
	7 дней	14 дней	18 дней	7 дней	14 дней	18 дней	7 дней	14 дней	18 дней
Инструктаж по технике безопасности. Теория школы выживания	1ч	1ч	1ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин
Первая доврачебная медицинская помощь. Перевязки наложение жгутов.	1,5ч	2ч	2ч	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	1,5ч	1,5ч
Добывание огня. Виды костров, назначение костров. Виды топлива.	-	1,5ч	1,5ч	-	30 мин	30 мин	-	1ч	1ч
Съедобные растения, коренья, ягоды.	1,5ч	1,5ч	1,5ч	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	1ч	1ч
Изготовление и использование средств подачи сигнала о помощи.	1,5ч	1,5ч	3ч.	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	1ч	2,5ч
Определение местонахождения сторон света ночью и днём. Насекомые.	1,5ч	2ч	2ч	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	1,5ч	1,5ч
Определение маршрута движения для самоспасения в Ч.С.	1,5ч	2ч	2ч	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	1,5ч	1,5ч
Целебные и ядовитые растения, грибы. Животные вокруг нас	-	1,5ч	2ч	-	30 мин	30 мин	-	1ч	1,5ч
Изготовление силков, ловушек, рыболовных снастей и их использование.	1,5ч	1,5ч	1,5ч	30 мин	30 мин	30 мин	1ч	1ч	1ч
Постройка временного жилища летом и зимой.	-	2ч	2ч	-	30 мин	30 мин	-	1,5ч	1,5ч
Приготовление пищи на костре.	1ч	3ч	3ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	2,5ч	2,5ч
Закаливание	1ч	2ч	4ч	30	30	30	30	1,5ч	3,5ч

организма. Охрана здоровья. Гигиена.				мин	мин	мин	мин		
Работа с масштабными картами. Топографические знаки.	-	-	2ч	-	-	1,5ч	-	-	30 мин
Ориентирование на местности при помощи карты и компаса. Азимут.	-	-	2ч	-	-	30 мин	-	-	1,5ч
Зачётный десант. Проверка знаний на практике. Зачёт «Один в лесу»	1ч	2ч	2ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	1,5ч	1,5ч
Теоретическое занятие по технике безопасности в городе при Ч.С.. Пожар, наводнение, драка, медпомощь.	1ч	2ч	2ч	30 мин	30 мин	30 мин	30 мин	1,5ч	1,5ч
Итог	14ч	25,5ч	33,5	5,5ч	7ч	9ч	8,5ч	18,5ч	24,5ч

Программа курса

Занятие 1. Тема: Инструктаж по технике безопасности. Теория школы выживания.

Задачи:

- Ознакомить детей с техникой безопасности на занятиях «Не навреди себе и другому».
- Ознакомить детей с программой курса «Школа выживания» и привлечь к занятиям на центре.

Занятие 2. Тема: Первая доврачебная медицинская помощь. Перевязки, наложение жгутов и шин.

Задачи:

- Обучить детей основам экстренной доврачебной помощи, а также оказывать первую помощь в быту (порезы, царапины, занозы, мозоли, ожоги).

- Обучить детей работе с перевязочным материалом, средствами обеззараживания и обезболивания. Изготовление и наложение шин, жгутов из подручных материалов их характеристики.

Занятие 3. Тема: Добывание огня. Виды костров, назначение костров. Виды топлива.

Задачи:

- Научить детей добывать огонь, используя подручные средства (оптика, трение, химия).
- Показать и научить детей видам костров, объяснить какие костры для чего служат
- Дать знания об альтернативных видах топлива встречающихся в природе и при чрезвычайных ситуациях.
- Объяснить детям технику безопасности при разведении огня, научить методам противопожарных мер.

Занятие 4. Съедобные растения, корни, ягоды.

Задачи: Дать знания детям о съедобных видах растений, ягод, орехах и кореньях Тюменской области (используя методическую литературу и окружающую природу).

Занятие 5. Тема: Изготовление и использование средств подачи сигнала о помощи.

Задачи: Обучить детей видам подачи сигналов бедствия, их особенностям на местности при чрезвычайной ситуации.

Занятие 6. Тема: Определение местонахождения сторон света ночью и днём. Насекомые.

Задачи:

- Показать детям способы определения сторон света (ночью, днем, зимой, летом).
- Дать знания о насекомых (клещи, осы, пчелы, комары, мошки, муравьи), способы защиты и помощи при укусе.

Занятие 7. Тема: Определение маршрута движения для самоспасения в Ч.С.

Задачи: Научить детей способам определения местонахождения при чрезвычайной ситуации (в лесу, в школе, дома, в городе) и эвакуации.

Занятие 8. Тема: Целебные и ядовитые растения, грибы. Животные вокруг нас.

Задачи:

- Дать знания детям о целебных и ядовитых видах растений, ягод, орехах и кореньев Тюменской области (используя методическую литературу и окружающую природу). А также съедобных и не съедобных грибах.
- Познакомить с животным ареалом дикой природы Тюменской области.

Занятие 9.Тема: Изготовление силков, ловушек, рыболовных снастей и их использование.

Задачи: Научить детей изготовлению из подручных материалов (силков, ловушек, рыболовных снастей) и их практическому использованию при чрезвычайных ситуациях.

Занятие 10. Тема: Постройка временного жилища летом и зимой.

Задачи:

- Показать детям способы постройки временного жилища.

- Научить правильному выбору места для ночлега, привала и правильному расположению бивуака.

Занятие 11. Тема: Приготовление пищи на костре.

Задачи:

- Показать и научить детей приготовлению пищи на костре (варка, жарка).
- Объяснить технику безопасности у костра.

Занятие 12. Тема: Закаливание организма. Охрана здоровья. Гигиена.

Задачи:

- Научить детей приемам самозакаливания.
- Объяснить важность соблюдения гигиенических норм и правил.

Занятие 13. Тема: Работа с масштабными картами. Изучение топографических знаков.

Задачи:

- Научить детей разбираться в картах, знать понятие масштаб.
- Научить детей топографическим знакам.

Занятие 14. Тема: Ориентирование на местности при помощи карты и компаса. Азимут.

Задачи:

- Научить детей при помощи карты и компаса ориентироваться на местности.
- Научить детей вычислять азимут на предмет.

Занятие 15. Тема: Зачётный десант. Проверка знаний на практике. Зачёт «Один в лесу».

Задачи:

- Проверить полученные знания и умения на практике.
- Оценить у каждого организацию бивуака, костра, и т.д.
- Отследить и оценить соблюдение техники безопасности.

Занятие 16. Тема: Теоретическое занятие по технике безопасности в городе при Ч.С. Пожар, наводнение, драка, медпомощь.

Задачи:

- Дать теоретические знания самоспасения при Ч.С., происходящих в городской местности.
- Научить детей пользоваться огнетушителем (виды огнетушителей).
- Дать знания и научить детей проводить искусственную вентиляцию легких и непрямому массажу сердца.

Список литературы

1. Туристско-краеведческое воспитание [Электронный ресурс] URL: http://nkosterev.narod.ru/met/otes_pr.html. (дата обращения: 10.01.2014).
2. Туристско-краеведческая деятельность школьников. [Электронный ресурс] URL: <http://evy.teach.omskedu.ru/metodiceskaa-kopilka/turistsko-kraevedceskij-kruzok-a> (дата обращения: 10.01.2014).
3. Туристско-краеведческое направление внеурочной деятельности. Учебно-методический материал «Моя Родина – Россия» для 1-4 класса. ФГОС. Под общей редакцией А.Г. Озерова – М.: УЦ «Перспектива», 2011. 124с.