

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ
МИКОЛАЇВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ

МИКОЛАЇВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ЦЕНТР ТУРИЗМУ,
КРАЄЗНАВСТВА ТА ЕКСКУРСІЙ УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ

ПОГОДЖЕНО

Протокол засідання науково-методичної
ради Миколаївського обласного Центру
туризму, краєзнавства та екскурсій
учнівської молоді від 30 травня 2019 року

Голова НМР



Т. АНДРІЙЧУК

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ департаменту освіти і науки
Миколаївської облдержадміністрації

08-08-2019 № 429



Навчальна програма гуртка
туристсько-краєзнавчого напрямку
«Юні туристи-краєзнавці»

2 роки навчання

м. Миколаїв – 2019

Програму укладено на основі програми

Автори:

Андрійчук Тетяна Григорівна – заступник директора Миколаївського обласного Центру туризму, краєзнавства та екскурсій учнівської молоді

Сасюк Сергій Григорович – методист, керівник-гуртка-методист Миколаївського обласного Центру туризму, краєзнавства та екскурсій учнівської молоді

Рецензенти:

Горбова Т.О., заслужений працівник освіти України, директор Миколаївського обласного Центру туризму, краєзнавства та екскурсій учнівської молоді

Пояснювальна записка

Особливу роль у вихованні учнівської молоді посідає туристсько-краєзнавча діяльність. Туризм і краєзнавство сприяють розвитку творчих рис характеру: цілеспрямованості, ініціативності, самостійності, мужності, формує та розвиває інтелектуальні здібності, зміцнює здоров'я, виховує взаємодопомогу.

Туристські походи, змагання, краєзнавчі експедиції, операції, екскурсії, конкурси є важливим засобом формування в підростаючого покоління національної свідомості, любові до рідного краю, його природи, історико-культурної спадщини, виховання патріотизму.

Дана програма розрахована на два роки навчання основного рівня (як виключення може бути вищого – в залежності від досягнень вихованців в обласних та Всеукраїнських заходах). Вона складається з двох основних профілів – туристського і краєзнавчого. Це поєднання закономірне і впливає з основних напрямків туристсько-краєзнавчої діяльності й у зв'язку з тим, що туризм та краєзнавство доповнюють і збагачують один одного.

Розвиток туризму відбувається в двох напрямках: проведення походів, участь у змаганнях. Краєзнавчою пошуково-дослідницькою роботою вихованці мають змогу займатися під час туристсько-краєзнавчих подорожей та заходів, що не передбачають активний спосіб пересування.

У зв'язку з цим дана програма враховує підготовку й участь у туристських подорожах (походах, краєзнавчих експедиціях), змаганнях і масових заходах з краєзнавства.

Під краєзнавством розуміють всебічне вивчення певної території. Об'єктами вивчення є природа, господарство, історія, побут, населення, культура тощо. Запропонована програма має спрямувати зусилля вихованців на дослідження за такими напрямками краєзнавства: історичне, географічне, етнографічне.

Розвиток туризму передбачає мати юним туристам-краєзнавцям відповідну фізичну підготовку. Тому розділ „Фізична підготовка” входить до програми.

Особливістю програми є приділення значної уваги пошуково-дослідницькій роботі вихованців під час другого року навчання. Це стимулює розвиток пізнавальної активності школярів, сприяє створенню умов для розвитку творчої особистості, допомагає втілювати на практиці отримані знання та навички. Програму можна вважати підготовчим етапом для переходу на вищий рівень підготовки, а саме – навчання в наукових секціях МАН.

Програма розрахована на учнів починаючи з 7 класу. Вихованці, які беруть участь у заняттях гуртка, можуть бути різного віку, що відповідає ідеї Макаренка А.С. про різновікові загони.

На навчальний рік занять відводиться 216 годин

Кількість годин на теми в середині розділів може змінюватися відповідно до конкретних умов. При цьому загальна кількість годин кожного розділу має залишатися незмінною.

У випадку, коли гуртку на заняття відводиться 72 або 144 години на рік, то загальна кількість годин кожного розділу зменшується відповідно в 3 та 1,5 рази.

Як виняток, у зв'язку з виробничою необхідністю програма може бути збільшена до 240 годин.

Керівним працівникам закладів освіти, які мають право проводити заняття з гуртками в даному закладі з навантаженням до 9 годин на тиждень, загальна кількість годин на навчальний рік становитиме 360 годин за рахунок розширення розділів та проведення туристських подорожей.

При укладанні даної програми використані власний досвід роботи та окремі положення програм, авторами яких є: Трощенко В.О., Штангей Ю.В., Мельних В.В., Василенко Т.М., Пронкіна Л.Є.

Виходячи із змісту роботи гуртка, програма має на меті:

- оволодіння вихованцями базовими знаннями, вміннями та навичками з техніки туризму, історичного, географічного, етнографічного краєзнавства;
- ознайомлення зі становленням, джерелами краєзнавства, методикою краєзнавчих досліджень і збиранням краєзнавчих матеріалів;
- набуття навичок краєзнавчих досліджень;
- підготовка до участі в ступеневих походах, краєзнавчих експедиціях, змаганнях з туристського багатоборства; масових заходах з краєзнавства.

1 рік навчання

НАВЧАЛЬНО – ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу (теми)	Кількість годин		
		теоретичних	практичних	Всього
1. Загальні теми				
1.1	Бесіда про туризм та краєзнавство	2	-	2
1.2	Робота туристсько-краєзнавчого об'єднання. Завдання роботи гуртка в навчальному році	1	-	1
Всього по розділу		3	-	3
2. Туристсько-спортивна підготовка				
2.1	Основи топографії. Орієнтування на місцевості	4	14	18
2.2	Спортивне орієнтування.	4	14	18
2.3	Туристське спорядження	1	1	2
2.4	Гігієна туриста. Долікарська медична допомога	2	4	6
2.5	Організація харчування в туристській подорожі (поході, краєзнавчій експедиції). Привали і ночівлі	2	2	4
2.6	Основи тактики і техніки туризму. Подолання простих пішохідних перешкод	2	4	12
Всього по розділу 2		15	45	60
3. Краєзнавча підготовка				
<i>3.1. Історичне краєзнавство</i>				
3.1.1	Історичне краєзнавство та його джерела	2	4	6
3.1.2	Пам'ятники історії та культури	2	4	6
3.1.3	Археологічна спадщина краю	2	4	6
3.1.4	Збирання історико-краєзнавчих матеріалів про рідний край	4	8	12
<i>Всього по темі 3.1</i>		<i>10</i>	<i>20</i>	<i>30</i>
<i>3.2. Географічне краєзнавство</i>				
3.2.1	Географічне положення,	2	4	6

	територія рідного краю			
3.2.2	Характеристика рельєфу, ґрунту і корисних копалин рідного краю	1	2	3
3.2.3	Погода і клімат	1	2	3
3.2.4	Водні ресурси рідного краю	1	2	3
3.2.5	Рослинний і тваринний світ рідного краю	1	2	3
3.2.6	Населення і господарство	2	4	6
<i>Всього по темі 3.2</i>		8	16	24
3.3. Етнографічне краєзнавство				
3.3.1	Що вивчає етнографія	1	-	1
3.3.2	Етнічний склад України. Історико – етнографічні райони України	2	3	5
3.3.3	Матеріальна культура	1	5	6
3.3.4	Духовна культура	1	5	6
3.3.5	Дослідження життя і побуту населення краю	1	5	6
<i>Всього по темі 3.3</i>		6	18	24
Всього по розділу 3		24	54	78
4. Фізична підготовка				
4.1	Загальна фізична підготовка	1	17	18
4.2	Спеціальна фізична підготовка	-	9	9
Всього по розділу 4		1	26	27
5. Підготовка та участь у масових заходах з туризму і краєзнавства				
5.1	Тактична підготовка до туристських змагань	1	5	6
5.2	Технічна підготовка до туристських змагань	-	6	6
5.3	Участь у туристських змаганнях	-	12	12
5.4	Підготовка та участь у масових заходах з краєзнавства	6	18	24
Всього по розділу 5		4	44	48
6. Проведення ступеневих походів, краєзнавчих експедицій				
Поза сіткою годин				
6.1	Проведення ступеневих походів	поза сіткою годин		
6.2	Проведення краєзнавчих експедицій	поза сіткою годин		
Всього		46	160	216

1. Загальні теми

1.1.Бесіда про туризм і краєзнавство

Поняття про фізичну культуру, спорт і туризм.

Історія, традиції, сучасний стан і основні напрями розвитку туризму. Види туризму.

Види і напрями краєзнавчих досліджень. Зв'язок туризму і краєзнавства.

1.2. Робота туристсько-краєзнавчого об'єднання.

Завдання роботи гуртка в навчальному році

Форми і напрями роботи туристсько-краєзнавчих об'єднань учнів. Рух учнівської молоді „Моя земля – земля моїх батьків”. Участь творчих об'єднань у масових туристських заходах.

Мета, завдання, основні напрями роботи гуртка в навчальному році.

2. Туристсько-спортивна підготовка

2.1. Основи топографії. Орієнтування на місцевості

Поняття про топографію, значення карти в різних галузях господарства, військовій справі, туризмі. План і карта, їх подібність і відмінність.

Загальне поняття про масштаб карти. Види масштабу, їх використання. Вимірювання відстаней на карті. Умовні топографічні знаки. Види умовних знаків: масштабні, позамасштабні, пояснювальні.

Поняття "рельєф місцевості". Зображення рельєфу горизонталями. Способи визначення напрямку схилу. Умовні знаки форм рельєфу, що не зображуються горизонталями на картах. Відмітки висот. Абсолютна і відносна висоти.

Орієнтування за компасом. Орієнтування за місцевими ознаками. Азимут та рух по ньому. Визначення місця знаходження. Визначення відстаней на місцевості.

Практичні заняття. Вимірювання відстаней на карті. Задачі з масштабом. Робота з компасом. Визначення сторін горизонту. Рух за азимутом. Визначення місцезнаходження за картою. Визначення відстаней на місцевості.

Орієнтування по карті. Види орієнтирів—лінійні та точкові. Значення безперервного читання карти. Орієнтування при відсутності огляду. Види і організація розвідок у поході. Зберігання карти в поході.

2.2. Спортивне орієнтування

Загальні відомості про спортивне орієнтування. Відомості з тактики спортивного орієнтування. План проходження і розподіл сил на дистанції.

Практичні заняття. *Вправи по читанню рельєфу.* Робота з умовними знаками спортивних карт. *Завдання на масштаб карти.* Навчальні змагання в заданому напрямі, за вибором, на маркірованій трасі. *Відмітка КП на швидкість.*

2.3. Туристське спорядження

Групове та особисте спорядження для туристського походу. Склад ремонтного набору. Вимоги до саморобного спорядження.

Групове та особисте спорядження для змагань. Основні вимоги до спорядження: міцність, безпечність, зручність, відповідність призначенню, естетичність вигляду. Вимоги до саморобного спорядження, порядок його випробування. Догляд за спорядженням, його ремонт.

Практичні заняття. Складання переліку особистого спорядження. Укладання рюкзаку.

2.4. Гігієна туриста. Долікарська медична допомога

Правила особистої гігієни (дотримання режиму дня, догляд за шкірою, зубами). Гігієна одягу та взуття. Гігієна харчування та водно-сольовий режим.

Захворювання, які найчастіше зустрічаються під час подорожей, їх симптоми та лікування. Профілактика захворювань і травм під час подорожі.

Похідна аптечка. Транспортування потерпілого. Способи транспортування.

Практичні заняття. Накладання пов'язок, шин. Способи транспортування. Техніка реанімації.

2.5. Організація харчування в туристській подорожі (поході, краєзнавчій експедиції). Привали і ночівлі

Режим харчування в туристському поході. Залежність меню та режиму харчування від складності походу. Калорійність, поживність, смакові якості та різноманітність харчування. Пакування, транспортування і зберігання продуктів. Облік витрат продуктів. Кишенькове харчування. Водно-сольовий режим.

Загальні вимоги до місць привалів і ночівель у походах: безпечність, зручність, наявність питної води, дров. Послідовність робіт: вибір місця, планування табору, розподіл обов'язків, встановлення наметів, улаштування і розпалювання вогнища, заготівля дров, робота чергових, розміщення індивідуального спорядження тощо. Послідовність встановлення наметів. Протипожежна безпека. Типи вогнищ та їх призначення. Порядок і чистота в місцях привалів і ночівель.

Практичні заняття. Розробка меню складного походу. Улаштування місця для вогнища. Розпалювання вогнищ різного типу.

2.6. Основи тактики і техніки туризму. Подолання простих пішохідних перешкод

Лінійна, кільцева та радіальна схеми побудови маршруту. Розробка запасних та аварійних варіантів. Теми руху залежно від умов походу. Режим дня та рух. Розвідка шляху. Рух стежками. Рух по схилах (трава, осип). Вибір місця броду, порядок проходження, способи страховки, вибір виду переправ.

Практичні заняття. Розробка плану-графіка проходження основних і запасних варіантів маршруту. Організація і проведення розвідки на маршруті. Вироблення навичок руху. Вироблення навичок подолання перешкод.

3. Краєзнавча підготовка

3.1. Історичне краєзнавство

3.1.1. Історичне краєзнавство та його джерела

Історичне краєзнавство та його становлення. Джерела історичного краєзнавства. Речові джерела, їх види.

Письмові джерела. Образотворчі джерела. Фотографії, кіноплівки, листівки – документальний матеріал.

Збирання та вивчення пам'яток усної народної творчості.

Практичні заняття. Визначення та ознайомлення з об'єктами краєзнавчих досліджень. Фотографування та замальовування краєзнавчих об'єктів. Записи творів усної народної творчості (історичних легенд).

3.1.2. Пам'ятники історії та культури

Види пам'ятників історії та культури:

- пам'ятники історії;
- пам'ятники археології;
- пам'ятники містобудування та архітектури;
- пам'ятники мистецтва.

Практичні заняття. Визначення та ознайомлення з пам'ятниками історії та культури рідного краю.

3.1.3. Археологічна спадщина

Археологія – історична наука.

Археологічні об'єкти на території рідного краю. Стоянки, городища. Види захоронень. Ознайомлення з роботою археологів.

Практичні заняття. Визначення типів археологічних пам'ятників рідного краю. Участь в обробці археологічних матеріалів. Вивчення спеціальної літератури з археології.

3.1.4. Збирання історико-краєзнавчих матеріалів про рідний край.

Поняття „рідний край”. Методи дослідження історії рідного краю:

- літературний метод;
- метод польових спостережень;
- статистичний метод (добір і обробка кількісних показників при вивченні історії населення, господарства, економічних зв'язків рідного краю);
- використання картографічного матеріалу (значення карт у вивченні історії рідного краю).

Практичні заняття. Вивчення краєзнавчої літератури. Записи спогадів, обробка листів, документів, фотографій, розповідей. Обробка зібраних матеріалів. Підготовка творчих робіт (звітів).

3.2. Географічне краєзнавство

3.2.1. Географічне положення, територія рідного краю.

План, схема. Види карт: топографічні, географічні, туристські. Визначення географічного положення.

Практичні заняття. Складання плану місцевості. Визначення координатів на карті, географічного положення території.

3.2.2. Характеристика рельєфу, ґрунту і корисних копалин рідного краю

Поняття рельєфу. Характеристика рельєфу рідного краю. Види корисних копалин. Види ґрунтів краю.

Практичні заняття. Виявлення форм рельєфу. Вивчення видів ґрунту та корисних копалин.

3.2.3. Погода і клімат

Поняття про погоду і клімат, їх складові. Прогноз погоди за місцевими ознаками.

Практичні заняття. Складання опису погоди. Спостереження за змінами температури повітря, опадами, напрямом вітру.

3.2.4. Водні ресурси рідного краю

Ознайомлення з водними ресурсами краю.

Практичні заняття. Дослідження водних об'єктів рідного краю.

3.2.5. Населення і господарство

Розселення населення. Види господарської діяльності населення на території краю.

Практичні заняття. Обробка статистичних та довідкових даних.

3.3. Етнографічне краєзнавство

3.3.1. Що вивчає етнографія

Термін „етнографія”. Предмет і об'єкт етнографії. Зв'язок етнографії з іншими науками.

3.3.2. Етнічний склад України. Історико-етнографічні райони України

Етнос. Етнічні групи. Національний склад населення України. Національні меншини.

Етнографічні зони України.

Практичні заняття. Ознайомлення з етнічними групами, національними меншинами, які проживають на території рідного краю.

3.3.3. Матеріальна культура

Основні та допоміжні заняття населення. Домашні промисли і ремесла.

Житло та його вбрання. Традиційний одяг.

Практичні заняття. Ознайомлення з традиційними видами господарської діяльності свого регіону, домашніми промислами і ремеслами, характерними рисами житла та традиційного одягу. Зустрічі з народними умільцями.

3.3.4. Духовна культура

Суспільний та сімейний побут.

Усна народна творчість.

Народне образотворче мистецтво.

Практичні заняття. Записи усної народної творчості. Ознайомлення зі зразками художніх промислів і ремесел, декоративно-ужиткового мистецтва.

3.3.5. Дослідження життя і побуту населення краю

Основні методи польових досліджень: особисті спостереження, опитування населення, фіксація етнографічних матеріалів.

Складання польової документації.

Практичні заняття. Зустрічі з інформаторами. Фіксація речових джерел. Складання польової документації.

4. Фізична підготовка

4.1. Загальна фізична підготовка

Необхідність постійних занять фізичними вправами. Групи м'язів, що несуть основне навантаження в поході. Заняття різними видами спорту. Вправи направлені на розвиток різних груп м'язів, зміцнення вестибулярного апарату, витривалості. Похідний крок. Хода та біг. Стрій туристської групи.

Практичні заняття. Гімнастика. Акробатичні вправи. Легка атлетика. Біг на короткі дистанції. Кросова підготовка. Стрибки. Плавання. Спортивні ігри (баскетбол, футбол, волейбол, гандбол). Спортивні естафети. Виконання контрольних нормативів.

4.2. Спеціальна фізична підготовка

Практичні заняття. Стрибки через яму з водою, рівчак, струмок. Стрибки по купинах. Стрибки через перешкоди. Біг вгору. Біг вниз. Вправи на рівновагу. Переправа по колоді: через рівчак, річку. Хода на лижах. Лижні спуски та підйоми. Спеціальна вправа на місцевості: лазіння по скелях, штучних перешкодах. Гребля на шлюпках, байдарках.

5. Підготовка та участь у масових заходах з туризму і краєзнавства

5.1. Тактична підготовка до туристських змагань

Поняття про тактику. Важливість тактичної підготовки. Основні тактичні принципи виступу команди на змаганнях. Умови змагань як керівництво до дії.

Практичні заняття. Підготовка тактичного плану виступу на окремих етапах. Підготовка тактичного плану виступу на дистанції.

5.2. Технічна підготовка.

Страховка та самостраховка. Самостійне проходження етапів на змаганнях як імітація похідних умов.

Практичні заняття. Відпрацювання техніки проходження різних етапів (Перелік згідно з Правилами) та підготовка до змагань згідно з Умовами дистанцій.

5.3. Участь у змаганнях з туристського багатоборства.

(Набір змагань визначає керівник гуртка відповідно до можливостей гуртка та доцільності)

5.4. Підготовка та участь у масових заходах з краєзнавства

Всеукраїнська історико-географічна експедиція „Сто чудес України”. Всеукраїнська туристсько-краєзнавча експедиція „Краса і біль України”.

Всеукраїнський та обласний зльоти-змагання юних туристів-краєзнавців. Обласні краєзнавчі експедиції, операції. Інші заходи з краєзнавства.

Практичні заняття. Ознайомлення з положеннями та умовами проведення масових заходів з краєзнавства. Підготовка і оформлення необхідної документації та матеріалів до масових заходів з краєзнавства. Підготовка та участь в окремих видах змагань, конкурсах тощо, в масових заходах з краєзнавства.

6. Проведення ступеневих походів, краєзнавчих експедицій

6.1. Проведення ступеневих походів

6.2. Проведення краєзнавчих експедицій

2 рік навчання

НАВЧАЛЬНО – ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ п/п	Назва розділу (теми)	Кількість годин		
		практичних	теоретичних	Всього
1. Загальні теми				
1.1	Краєзнавство та туризм як основа дослідження рідного краю. Туристсько-краєзнавчі можливості рідного краю	-	2	2
1.2	Робота туристсько-краєзнавчого об'єднання. Завдання роботи гуртка в новому навчальному році	1	1	2
Всього по розділу		1	3	4
2. Туристсько-спортивна підготовка				
2.1	Основи топографії. Орієнтування на місцевості.	10	2	12
2.2	Спортивне орієнтування	10	2	12
2.3	Туристське спорядження	1	1	2
2.4	Забезпечення безпеки під час подорожі. Гігієна туриста. Долікарська медична допомога	4	2	6
2.5	Організація харчування в туристській подорожі (поході, краєзнавчій експедиції). Привали і ночівлі	2	2	4
2.6	Основи тактики і техніки туризму. Подолання простих пішохідних перешкод	10	2	12
Всього по розділу 2		37	11	50
3. Краєзнавча підготовка				
3.1	Основні віхи історії рідного краю.	6	6	12
3.2	Географія рідного краю	6	6	12
3.3	Культура та мистецьке життя Миколаївщини	6	6	12
Всього по розділу 3		18	18	36
4. Пошукова краєзнавча робота				
4.1	Ознайомлення з умовами та участь у Всеукраїнських експедицій, акцій.	5	1	2

4.2	Програма пошукової роботи: об'єкт, тема та завдання.	2		2
4.3	Правила фіксації зібраних матеріалів (речових та нематеріальних): польові щоденники, запитальники, анкети, фото- та відеозйомка, аудіозапис, графічне зображення	8	2	12
4.4	Правила обліку зібраних предметів в експедиції	1	1	2
4.5	Складання звітів про проведені експедиції	5	1	6
4.6	Робота в архівах, бібліотеках.	10	2	12
4.7	Проведення краєзнавчої експедиції	20	-	24
Всього по розділу 4		51	7	58
5. Фізична підготовка				
5.1	Загальна фізична підготовка	18	-	18
5.2	Спеціальна фізична підготовка	13	-	13
Всього по розділу 5		27		27
6. Підготовка та участь у масових заходах з туризму і краєзнавства				
6.1	Підготовка до краєзнавчих та туристських масових заходів	6	3	9
6.2	Участь у масових заходах з краєзнавства та туризму	24	6	30
Всього по розділу 6		30	9	39
Всього		168	48	216

1. Загальні теми

1.1. Краєзнавство та туризм як основа дослідження рідного краю. Туристсько-краєзнавчі можливості рідного краю.

Види туризму. Необхідність туристської підготовки для вивчення рідного краю (експедиції з активним способом пересування). Об'єкти краєзнавчого дослідження області.

1.2. Робота туристсько-краєзнавчого об'єднання. Завдання роботи гуртка в новому навчальному році.

Мета і завдання роботи гуртка в новому навчальному році.

Практичні заняття: вибір та обговорення об'єктів краєзнавчого пошуку в новому навчальному році.

2. Туристсько-спортивна підготовка

2.1. Основи топографії. Орієнтування на місцевості.

Поняття та види карт, особливості позначення об'єктів та рельєфів на картах. Поняття орієнтиру, азимуту.

Практичні заняття: задачі з масштабом, відстанню на карті. Робота з компасом. Топографічні диктанти. Визначення азимуту об'єкта та рух за азимутом. Прийоми вимірювання відстаней, окомірних відрізків на місцевості.

2.2. Спортивне орієнтування.

Відмітки КП на карті, правила їх нанесення. Види орієнтування та їх особливості. Варіанти дистанцій для орієнтування.

Практичні заняття: малювання карт. Визначення орієнтирів на місцевості. Відпрацювання навичок орієнтування на місцевості.

2.3. Туристське спорядження.

Індивідуальне та групове спорядження. Ремонтний набір.

Практичні заняття: визначення переліку необхідного спорядження. Укладання рюкзака.

2.4. Забезпечення безпеки під час подорожі. Гігієна туриста. Долікарська медична допомога

Правила особистої гігієни. Основні небезпеки під час походів, експедицій, змагань та способи їх уникнення. Захворювання, які найчастіше зустрічаються під час подорожей, їх симптоми та лікування. Профілактика захворювань і травм під час подорожі. Похідна аптечка. Транспортування потерпілого.

Практичні заняття. Накладання пов'язок, шин. Способи транспортування. Складання необхідного набору медичних препаратів для подорожі.

2.5. Організація харчування в туристській подорожі (поході, краєзнавчій експедиції). Привали і ночівлі.

Режим харчування в подорожах. Залежність меню та складності маршруту. Правила зберігання, транспортування та приготування продуктів в подорожах.

Організація привалів і ночівель. Способи їх улаштування. Вимоги до техніки безпеки табору.

Практичні заняття: складання переліку продуктів для подорожі. Розробка меню. Розведення вогнищ.

2.6. Основи тактики і техніки туризму. Подолання простих пішохідних перешкод.

Схеми побудови маршруту. Залежність схеми побудови маршруту від завдання походу. Радіальні виходи. Режим дні відносно умов проведення походу. Рух по різних ділянках місцевості. Страхівка, способи, використання в поході.

Практичні заняття: розробка графіка маршруту походу. Планування запасних варіантів маршруту та радіальних виходів. Закріплення навичок руху по різних ділянках місцевості. Робота зі страхівкою. Закріплення навичок подолання різних перешкод.

3. Краєзнавча підготовка

3.1. Основні віхи історії рідного краю.

Археологічні пам'ятники на території Миколаївщини. Період козаччини. Заснування та розвиток міста – центру кораблебудування. Історія Миколаївщини початку ХХ ст.. Героїчне минуле Миколаївщини часів Великої Вітчизняної війни. Сучасний розвиток міста. Видатні історичні постаті.

Практичні заняття: екскурсія до краєзнавчого музею, музею суднобудування та флоту, на місце розкопу поселення Дикий Сад. Екскурсія "Вулицями старого Миколаєва".

3.2. Географія рідного краю.

Адміністративно-територіальний устрій Миколаївської області. Надра та корисні копалини. Природоохоронні та заповідні зони Миколаївщини. Найбільші підприємства нашого краю. Екологічні проблеми Миколаївщини.

Практичні заняття: екскурсія до парку. Робота з картою.

3.3. Культура та мистецьке життя Миколаївщини.

Храми та архітектура рідного міста. Культура і побут народонаселення Миколаївщини. Розвиток та становлення театрального мистецтва. Літературна Миколаївщина. Образотворче мистецтво. Визначні культурні діячі Миколаївщини.

Практичні заняття: екскурсія "Храми рідного міста". Екскурсія до музею ім. Верещагіна.

4. Пошуково-краєзнавча робота.

4.1. Ознайомлення з умовами та участь у Всеукраїнських експедицій, акцій.

Ознайомлення з положеннями обласних етапів Всеукраїнських експедицій "Краса і біль України", "Історія міст і сіл України", "Вишивана Україна".

Практичні заняття: оформлення матеріалів до участі у обласних етапах Всеукраїнських експедицій "Краса і біль України", "Історія міст і сіл України", "Вишивана Україна".

4.2. Програма пошукової роботи: об'єкт, тема та завдання.

Визначення об'єкту, теми та завдання пошукової роботи. Складання плану пошукової роботи гуртка.

4.3. Правила фіксації зібраних матеріалів (речових та нематеріальних): польові щоденники, запитальники, анкети, фото- та відеозйомка, аудіозапис, графічне зображення.

Правила ведення польового щоденника, анкети, складання запитальника відповідно до тематики обраного об'єкту. Фіксація зібраних матеріалів.

Практичні заняття: фото- та відеозйомка, аудіозапис, графічне зображення об'єктів експедиції. Складання запитальників, анкет відповідно до тематики експедиційних досліджень. Обробка забраного експедиційного матеріалу.

4.4. Правила обліку зібраних предметів в експедиції.

Правила обліку матеріалів. Правила передачі матеріалів до музею.

Практичні заняття: заповнення карток музейних предметів.

4.5. Складання звітів про проведені експедиції.

Поняття звіту: основні розділи, маршрутні документи. Порядок опису маршруту та краєзнавчої роботи.

Практичні заняття: складання звіту про експедицію.

4.6. Робота в архівах, бібліотеках..

Архіви та бібліотеки м. Миколаєва. Правила роботи з каталогами (персоналій та тематики, алфавітними каталогами), архівами.

Практичні заняття: робота в музеях, бібліотеках. Екскурсія до відділу рідкісних книг обласної наукової бібліотеки ім. Гмирьова. Відвідання обласного архіву.

4.7. Проведення краєзнавчої експедиції.

Практичні заняття: проведення 4-денної краєзнавчої експедиції.

5.1. Загальна фізична підготовка.

Практичні заняття: Гімнастика. Акробатичні вправи. Легка атлетика. Біг на короткі дистанції. Кросова підготовка. Стрибки. Плавання. Спортивні ігри (баскетбол, футбол, волейбол, гандбол). Спортивні естафети. Виконання контрольних нормативів

5.2. Спеціальна фізична підготовка.

Практичні заняття: Стрибки через яму з водою, рівчак, струмок. Стрибки по купинах. Стрибки через перешкоди. Біг вгору. Біг вниз. Вправи на рівновагу. Переправа по колоді: через рівчак, річку. Спеціальна вправа на місцевості: лазіння по скелях, штучних перешкодах.

6. Підготовка та участь у масових заходах з краєзнавства

6.1. Підготовка до краєзнавчих масових заходів

Всеукраїнський та обласний зльоти-змагання юних туристів-краєзнавців. Обласні краєзнавчі експедиції, операції, конференції. Відкрита Першість Центру з краєзнавства. Інші заходи з краєзнавства.

Практичні заняття: Ознайомлення з положеннями та умовами проведення масових заходів з краєзнавства. Підготовка і оформлення необхідної документації та матеріалів до масових заходів з краєзнавства. Підготовка та участь в окремих видах змагань, конкурсах тощо, в масових заходах з краєзнавства.

6.2. Участь у масових заходах з краєзнавства та туризму

(Набір змагань визначає керівник гуртка відповідно до можливостей гуртка та доцільності)

Основні вимоги до знань та вмінь юних туристів-краєзнавців

Вихованці повинні знати:

- Краєзнавчі об'єкти рідного краю;
- Методи і методику проведення краєзнавчих досліджень;
- Основні поняття географічної та етнографічної наук;
- Етнічний склад і географічне розміщення населення;
- Особливості матеріальної і духовної культури;
- Типи ґрунтів, корисних копалин;
- Основні правила забезпечення безпеки в туристських подорожах на змаганнях;
- Правила і послідовність роботи з картою і компасом при орієнтуванні на місцевості;
- Основні принципи тактики в поході, виступу на змаганнях;

• Основні положення та умови проведення масових заходів з туризму та краєзнавства;

• Принципи підбору і підготовки спорядження.

Вихованці повинні вміти:

- класифікувати джерела;
- працювати з картографічним матеріалом;
- складати план території;
- характеризувати погоду;
- визначати місцезнаходження за допомогою карти та компасу;
- визначати пам'ятки народної культури;
- збирати зразки етнографічних матеріалів;
- вести польову документацію;
- розробляти нитки маршрутів ступеневих походів;
- рухатися похідним строєм;
- розбивати туристський бівак;
- готувати спорядження до туристських подорожей, змагань;
- виконувати нормативи з фізичної культури.

Література

- ❖ Алешин В. М., Серебрянский А. В. Туристская топография.—М, 1985.
- ❖ Бардин А. Азбука туризма.— М., 1985.
- ❖ Берлянт А.М. Карта рассказывает. - М., 1978,
- ❖ Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. - М., 1983.
- ❖ Забалій М. Д., Петровський В. С. Пішохідний і лижний туризм,— К., 1984.
- ❖ Костиця М.Ю., Обозний В.В. Шкільна краєзнавчо-туристична робота. - К.1995.
- ❖ Линчевский З. З. Психологический климат туристской группы.—М., 1981.
- ❖ Маринов Б. Проблемы безопасности в горах. - М., 1981.
- ❖ Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. - М., 1987.
- ❖ Питание в туристском походе.— М., 1986.
- ❖ Спутник туриста.— К.: Здоров'я, 1983.
- ❖ Туризм в школе.— М., 1983.
- ❖ Штюрмер Ю. Краткий справочник туриста - М., 1982
- ❖ Павлик И., Тригуб Л.М., Білюк О.В. Історія Миколаївщини. Навчальний посібник для учнів 7-11 кл. – Миколаїв, 1996.