**Пояснительная записка:**

Данная программа составлена на основании федерального государственного образовательного стандарта, существующих типовых программ: . Оздоровительно-познавательный туризм. М.: Советский спорт, Смирнов Д.В., 2003г. «Юные туристы-краеведы», Смирнов Д.В., Константинов Ю.С., Маслов А.Г., 2004 г.

Направленность**:** спортивно-оздоровительеная, **по уровню освоения** **программа ознакомительная.**

**Актуальность** данной дополнительной образовательной программы заключается в том, что туристско-краеведческая работа - это важный способ передачи новому поколению накопленного человечеством жизненного опыта и материально- культурного наследия, нравственного оздоровления и культурного развития нации. Принимая во внимание, что будущее поколение страны в современных экономических условиях не должно терять нравственные ориентиры, скатываться в криминальную среду, алкоголизм и наркоманию, необходимо развивать туризм во всех его видах и формах. Учебно-воспитательный процесс требует от детей в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребёнка направлена на активную физическую деятельность.

**Новизна**: Туристско-краеведческие кружки занимают большее место в системе внеурочной работы. Они способствуют решению важнейших задач воспитания детей и подростков: развивают познавательность, приобщают детей к различным видам общественно – полезного труда, укрепляют здоровье школьников.

Туризм и краеведение является непосредственным продолжением общих учебно-воспитательных задач современной школы, но также и является уникальное средство комплексного воспитания и развития ребёнка, направленное на успешную адаптацию ребёнка с в современной общественно-культурной среде, включает в себя не только изучение культурного, исторического и природного наследия родного края, но и усвоение норм поведения в городе и на природе, приобретение навыков самостоятельной поисково-исследовательской деятельности.

**Цель**: состоит в развитии двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся, в укреплении их здоровья в процессе туристско-познавательной деятельности.

Главная задача кружка — приобщить учащихся к изучению своего края и его исторического, культурного и природного наследия. Развивать чувства духовности, патриотизма, гражданственности. Оздоровить учащихся по средствам туристических походов и нахождения на свежем воздухе

**Задачи:**

1. Оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды, формирование навыков гигиены, охраны труда и окружающей среды.
2. Развитие творческой, исполнительской активности в процессе освоения местного краеведческого материала, мотивации к познанию через занятия туризмом.
3. Воспитание у учащихся навыков здорового образа жизни, гордости за свой край.

Программа объединения рассчитана на 4 года обучения учащихся 5-9 классов, без специального отбора и тестирования, имеющие медицинский допуск.

Подобные объединения специфичны по составу участников. Сюда приходят заниматься талантливые, интересующиеся историей дети, многие из которых не нашли себя на школьных уроках, любители путешествий. С учётом разновозрастных особенностей детского состава, уровня его развития, целей прихода в объединение была составлена комплексная программа. В случае необходимости программа может быть использована и в течение более длительного срока.

**Формы проведения занятий:** теоретические и практические занятия, а также, экскурсий, прогулок по Москве, посещение музеев и тематических выставок, участие в походах выходного дня.

**Ожидаемый результат**: Обучающиеся должны знать и уметь:

1. Основные виды туризма, перечень личного и группового снаряжения в зависимости от цели похода, сезона года, погодных условий, специальное снаряжение, верёвки и узлы; перечень должностей членов туристической группы и их обязанности, основные требования к месту привала и бивака, порядок работы на биваках, меры безопасности и вопросы охраны природы, основы режима дня в путешествии, основные требования к составлению рациона, порядок преодоления простейших препятствий.

2. Основы личной гигиены и основы оказания доврачебной помощи, географическое положение республики, основные особенности природных условий района, туристские возможности региона, флору и фауну района, опасных животных и ядовитые растения.

3. Понятие о топографической карте, масштаб, условные топографические знаки; основы ориентирования по местным признакам; основы применения компаса; понятие о глазомерной съёмке.

4. Составлять перечень личного и группового снаряжения, укладывать рюкзак, подготавливать снаряжение и ухаживать за ним; выбирать место для привала, устанавливать палатку и оборудовать место для ночлега, разводить костёр, готовить пищу на костре; выбирать рациональный путь движения; оказывать доврачебную медицинскую помощь и транспортировать пострадавшего; отличать опасные и полезные растения; выполнять простейшие краеведческие и экологические наблюдения на маршруте; определять масштаб и расстояние по карте, читать и изображать топографические знаки, определять рельеф по карте; ориентироваться на местности, определять азимут, выполнять простейшие измерения на местности.

**Формы и контроль проверки ожидаемых результатов:** проведение походов, экскурсий, вечеров, соревнований по ориентированию, соревнований по топографии. Туристический поход – это итог всего изученного мат Оценка - чрезвычайно важный элемент занятия. Устный комментарий педагога способен смягчить горечь, ободрить, дать надежду, вызвать чувство сопереживания. В таком комментарии существенно все: оттенки интонации, жесты, взгляды.

Основными характеристиками системы содержательных оценок являются:

1. доброжелательное отношение к ученику как личности;
2. положительное отношение к усилиям, предпринимаемым учеником для решения поставленной задачи. Это положительное отношение педагога не ставится в прямую зависимость от успешности выполнения задачи: даже если ребенку не удалось решить ее, оценивается его старание;
3. конкретный анализ трудностей, которые испытывал ученик при решении поставленной задачи, а также допущенных им ошибок;
4. конкретные указания на то, как можно улучшить достигнутый результат во время следующей попытки.

Контроль и оценка знаний, умений и навыков обучающихся ориентированы на их успехи, поощрение, поддержку, которые сопровождаются вполне конкретными действиями педагога и обучающегося, направлены на улучшение качества обучения.

Контроль навыков постоянный, корректирующий. Подобный контроль проводится в любой форме (индивидуальной, коллективной). Традиционной формы такой оценки являются подведение и разбор итогов экскурсий, выездов и пеших прогулок по городу, подведение итогов краеведческих проектов и путешествий.

Подведение итогов реализации программы проводится в форме и по результатам участия в соревнованиях, конкурсах, конференциях, выставках и по итогам тестирования по разделам. Интерес обучающихся к занятиям в объединении сказывается на посещаемости занятий и сохранности контингента.

Настоящая программа предусматривает постепенное включение ребёнка в краеведческую деятельность, от постепенного изучения района непосредственного проживания учащихся до комплексного изучения Москвы и Московской области и участия в краеведческих проектах. Участие в туристических походах и оздоровление современных школьников.

Современные условия проведения краеведческой работы потребовали дополнить базовую программу вопросами экологической направленности и элементами туристской подготовки, применение современных компьютерных технологий при поиске информации и составления отчетов, навыков использования современным снаряжением и технологиями. При этом основным является проведение практических занятий в разнообразных формах: экскурсии, прогулки по Москве, посещение музеев и тематических выставок, участие в краеведческих играх и соревнованиях, конференциях, участие в краеведческих проектах, походы выходного дня и др.

Краеведение - это одно из важнейших средств связи обучения с практикой. На занятиях представляется материал исторического, археологического, этнографического, архитектурного характера, материал по социально-экономическому, культурному, политическому развитию края в комплексе, не повторяя школьной программы.

В процессе изучения каждой темы будет проводиться отслеживание уровня усвоения знаний системой тестовых заданий.

Программа является комплексной, сочетающей в себе курсы истории, экскурсоведения и туризма. Комплексность характеризует всю практическую деятельность объединения, начиная с получения исходных исторических знаний, их расширения и углубления и целостной интерпретации в экскурсиях, разработанных обучающимися в объединении, в рефератах и докладах, экспедиционных исследованиях.

Программа - интегрированная, так как включает сведения из географии, литературоведения, культурологии, археологии, этнографии, школьного курса истории.

После каждого года обучения за рамками учебных часов планируется проведение зачётного многодневного туристско-краеведческого мероприятия - похода, слёта, туристского слёта или экспедиции.

К концу обучения по данной программе предполагается, что обучающиеся, получив прочные, глубокие знания по истории города, края, готовят и выступают с сообщениями, докладами на уроках истории, районных, городских и краевых краеведческих конференциях, проводят экскурсию по памятным историческими местам района, города.

**Отличительные особенности** данной дополнительной образовательной программы от других программ в том, что каждый педагог, в зависимости от наличия опыта, необходимого материала, оборудования сможет спланировать свою деятельность, уделив должное количество времени на изучение каждой темы.

Туристско – краеведческая деятельность способствует развитию детского самоуправления, позволяет ребятам выбирать различные направления деятельности , проявлять организаторские способности, найти свое место в коллективе сверстников или в разновозрастном коллективе; углублять и расширять свои знания по различным предметам, развивать преемственность , передавать накопленный опыт от старших учеников к младшим.

**Программа рассчитана на** 38 недель, 6 часов в неделю

68 лекционных часов и 160 часов практических занятий в год.

Лекционные и семинарские занятия проводятся в помещении ГБОУ СОШ №15 школьное отделение № 4. 1 раз в неделю по 2 часа, практические занятия проводятся в форме экскурсий, походов, участия в соревнованиях, слётах, многодневных походах и экспедициях.

Недельная нагрузка вырабатывается неравномерно, поэтому при работе объединения допускается суммирование нагрузки в течение учебного года,

Воспитательная работа. Воспитательная работа является неотъемлемой частью всего учебно-образовательного процесса и строится на принципах реалистичности и гуманизации. Вся краеведческая деятельность с детьми строится на позициях сотрудничества, гуманизма, взаимоуважения. Краеведческая деятельность – эффективная форма личностного роста. Работа в коллективе, преодоление трудностей в поиске информации, участие в краеведческих играх способствует более объективной самооценке личности, осознанию собственного духовного потенциала, вере в свои силы. Краеведение способно удовлетворить потребности подростков в познании окружающего его мира, самореализации собственного потенциала, в реализации самоуправления, общении в коллективе сверстников, снятия учебных нагрузок.

Работа с родителями. Как показывает практика, большинство родителей заинтересованы в оздоровлении детей, в участии их в позитивной деятельности в коллективе с гуманистической направленностью, и относятся к краеведческой деятельности положительно, стараются принять посильное участие в работе группы (сопровождение группы, помощь в организации различных мероприятий).

Одной из основных форм работы с родителями стали родительские собрания, которые проводятся в начале учебного года и перед каждой многодневной поездкой. Также с родителями ведутся беседы, индивидуальные и групповые консультации. Все наши занятия являются для родителей открытыми, они могут посещать занятия в школе, а так же принимать участие в экскурсиях, выездах и пеших прогулках по городу.

**Возрастно-психологические особенности обучающихся**: учащиеся среднего возраста 11-16 лет**,** именно в этом возрасте смысловое значение приобретают процессы духовно – нравственной культуры личности. В юности при наличии условий возникает готовность к постановке целей перед собой, вырабатывается умение планировать и организовывать свою жизнедеятельность, оценивать себя и свои поступки, строить свои планы на будущее**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Тема | Количество часов | | |
| всего | Занятия в помещении | Занятия на местности |
| 1 | Вводное занятие  Инструктаж по технике безопасности | 2 | 2 |  |
| 2 | Туристско-краеведческие возможности края | 12 | 2 | 10 |
| 3 | Топография. Ориентирование в городе. | 30 | 2 | 28 |
| 4 | Изучение и охрана природы | 14 | 2 | 12 |
| 5 | Археологическое наследие | 10 | 2 | 8 |
| 6 | Изучение родного края | 25 | 10 | 15 |
| 7 | Город и его жители | 20 | 8 | 12 |
| 8 | Памятники истории и культуры | 25 | 10 | 15 |
| 9 | Военно-патриотическая работа | 34 | 16 | 18 |
| 10 | Историко-краеведческие навыки | 16 | 4 | 12 |
| 11 | Основы туризма и подготовка к путешествию | 40 | 10 | 30 |
| 12 | Путешествие, экспедиция | - | - | - |
|  | итого | 228 | 68 | 160 |

**Содержание программы:**

Программа опирается на концепции детско-юношеского туризма с воздействием образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка и предполагает активное участие в туристско-краеведческой оздоровительно-познавательной деятельности детей и их родителей.

Вводная беседа:

Чем интересно краеведение для Вас? Задачи и содержание работы туристско-краеведческого кружка. Особенности работы историков-краеве­дов. Организация занятий. Значение работы. Техника безопасности. Правила дорожного движения для пешеходов. Краеведение и туризм как вид отдыха и исследовательской работы, правовые основы туризма, экономические аспекты различных видов отдыха. Знакомство с профессиями, связанными с путешествиями и жизнью в природе, экскурсоведения.

**1 Этап:** Туристско-краеведческие возможности края.

Физико-географическая и экономическая характеристика края. Географическое положение, рельеф, климат, растительный и животный мир, гидрографическая сеть, полезные ископаемые и их значение, развитие промышленности, сельское хозяйство, транспортная сеть. Экскурсионные объекты: исторические, архитектурные и другие памятные места, музеи, природные объекты. Рекомендуемые маршруты однодневных походов. Справочники, путеводители, пособия и другая литература по родному краю. Экономические и рекреационные возможности края. Знаменитые люди края, их профессии.

Практические занятия. Экскурсии по памятным местам, в музеи, в лесопарки и парки. Фотографирование и паспортизация наиболее интересных объектов.

Топография. Ориентирование в городе.

Ориентирование на местности. Карта географическая и топографическая. Условные знаки. Масштаб линейный и численный. Устройство компаса и пользование им. Ориентирование по карте, компасу и различным особенностям местных предметов. Нахождение на карте точки своего стояния.

Движение по азимуту; сохранение заданного направления. Определение расстояний до видимых предметов. Различные ви­ды соревнований по ориентированию на местности.

Ориентирование по карте города. Условные обозначения. Масштаб карты. Прокладка маршрутов пеших прогулок по городу. Знакомство с профессиями топографа, геодезиста. Где можно получить эти профессии. Экономические аспекты организации выбора топографического материала и стоимость проезда в общественном транспорте. Правовые основы использования карт. Права и обязанности пользователей общественного транспорта.

Практические занятия: Изготовление таблицы или отдель­ных карточек топографических знаков. «Путешествия по карте». Топографические игры, решение топографических задач. Проверка компаса. Определение азимутов на местности. Дви­жение по азимуту.

Движение по городу с картой, самостоятельное нахождение заданных объектов.

Участие в школьных и районных (городских) туристских соревнованиях и соревнованиях по ориентированию на мест­ности.

Изучение и охрана природы:

Экологический аспект изучения природных объектов. Закон об охране природы. Обязанности учащихся по охране природы: объединения защитников природы, помощь в охране и воспроизводстве леса. Охрана местных рек и водоемов. Пропаганда охраны природы. Памятники природы. Природные объекты и памятники природы, и их значение: историческое, экологическое, культурное, эстетическое. Федеральный закон Российской Федерации "Об особо охраняемых природных территориях" от 15 февраля 1995 года. Памятники природы как средство эстетического и экологического воспитания. Изучение объектов природного наследия родного района, округа, города. Охрана памятников природы. Правила поведения в природе. Ответственность за их нарушение. Штрафы за нарушение правил охраны природы. Знакомство с профессией эколога, егеря, биолога.

Практические занятия. Разработка экологических проектов по изучению и охране природы. Участие в акциях по озеленению района, округа, города, посещение заповедников, ботанических садов. Практическое участие по очистке лесопарков, парков, водоемов, работа по охране природы. Выявление и посещение памятников природы, фотографирование, зарисовка и паспортизация природных памятников и особо охраняемых природных объектов. Составление эколого-биологической карты города.

Археологическое наследие.

Археология как наука. Древнейшая история края. Археологические объекты, их выявление, изучение и охрана. Правила и порядок работы археологов. Использование данных археологии на уроках. Закон об охране памятников истории и культуры. Клады. Правовые основы археологических раскопок. Штрафы за нарушение закона об охране памятников истории и культуры. Клады. Знакомство с профессией археолога, историка.

Практические занятия. Знакомство с археологическими объектами.

Изучение родного края.

Территория и границы родного района, округа, города. Понятие «родной край». История Москвы в контексте развития истории Отечества. История возникновения города, причины выбора места для основания военного поста. Происхождение названия города. Основатели города. Личность Юрия Долгорукого. Культурное и экономическое развитие города. Символика г. Москвы. Административное деление города, соподчинение уровней городского управления. Инфраструктура района, округа, города. Знакомство с профессиями историка, краеведа. Знакомство с профессиями выдающихся деятелей города.

Практические занятия. Экскурсии и пешие прогулки по родному району, округу, городу и области. Выполнение экспедиционных заданий. Изучение рельефа местности. Съемка местности, знакомство с памятными местами района. Фотографирование, зарисовки. Сбор материалов для предметных кабинетов.

Город и его жители:

Изучение жизни и деятельности известных писателей, научных деятелей, художников, музыкантами, выдающихся исторических личностей, проживавших и работавших в районе, округе, городе и области. Авторское право. Стоимость посещение музеев, мемориальных мест. Знакомство с профессиями литературного жанра, художественного и декоративного направления, научных деятелей: врачей, ученых различных областей, педагоги и т.д.

Практические занятия. Знакомство с памятными местами, связанных с жизнью и деятельностью выдающихся людей. Фотографирование, зарисовка и описание этих мест. Оформление стенгазет и тематических стендов по итогам раздела

Памятники истории и культуры.

Памятники истории и культуры и их значение: научное, историческое и художественное. Памятники истории и культуры района, округа, города. ФЗ РФ «Об охране и использовании памятников истории и культуры (с изменениями на 25 июня 2002 года).

Памятники истории и культуры как средство воспитания. Изучение архитектурных ансамблей, отдельных зданий. Архитектурные памятники родного города. Разнообразие архитектурных стилей. Украшение зданий. Творчество народа. История развития архитектуры города. Выявление, изучение, охрана и пропаганда архитектурного наследия. Охрана памятников истории и культуры. Поисковая работа. Использование на уроках памят­ников истории и культуры города. Штрафы за нарушение закона об охране памятников истории и культуры. Стоимость посещение музеев, мемориальных мест. Знакомство с профессиями историка, экскурсовода, культуролога, архитектора и скульптора. Где можно получить эти профессии.

Практические занятия. Выявление памятников истории и культуры, архитектурных ансамблей, их фотографирование и зарисовка. Паспортизация памятников истории и культуры. Выполнение заданий по охране памятников истории и культуры.

**2 Этап:**  Военно-патриотическая работа.

Воспитательное значение военно-патриотической работы. История борьбы города против иноземных захватчиков. Край в гражданской войне. Край в Великой Отечественной войне. Знатные земляки — герои войны и труда. Встречи с ветеранами Великой отечественной войны. Изучение и охрана памятников, связанных с историей борьбы нашего народа за свою независимость. Герои Великой отечественной войны, партизанского движения. Использование военно-патриотического материала на уроках. Закон об охране памятников истории и культуры. Штрафы за нарушения закона об охране памятников истории и культуры. Стоимость посещение музеев, мемориальных мест. Знакомство с профессиями историка, экскурсовода, документалиста, профессии военного.

Практические занятия. Знакомство с местами героических сражений в годы гражданской и Великой Отечественной войн, посещение памятных мест и музеев, посвящённых военной истории города и области. Фо­тографирование, зарисовка и паспортизация мест. Встречи с ветеранами армии и флота. Сбор и подготовка материалов для школьных музеев и предметных кабинетов.

Историко-краеведческие навыки:

Историческое краеведение как наука. Объекты изучения. Формы организации краеведения (го­сударственное, школьное, общественное). Школьное краеведе­ние и его разделы: программное и внепрограммное. Краеведение и туризм. Фонды и экспозиция музея - источник изучения родного края. Общест­венно полезный характер исторического краеведения. Исполь­зование данных исторического краеведения на уроках.

Записи историко-краеведческих наблюдений. Ведение дневника Необходимость фиксации наблюдений. Точность и исто­рическая достоверность записей. Правила фиксирования исторических событий. Работа в фондах музеев, архивах и библиотеках. Хранение документов и об­ращение с ними. Специальный дневник для записей историче­ских сведений (в отличие от бытового дневника) и порядок его ведения. Использование современных информационных технологий при ведении дневника. Закон об охране памятников истории и культуры. Экономический фактор при историко-краеведческом исследовании. Знакомство с профессиями историка, экскурсовода, документалиста, журналиста, фотографа.

Практические занятия. Знакомство с краеведческими объек­тами фотографирование, зарисовка и паспортизация объектов. Посещение историко-краеведческих музеев. Знакомство с краеведческими объек­тами. Фиксирование исторических событий. Запись воспоминаний. Работа с первоисточниками. Ведение специального дневника. Каталоги и работа с ними.

Основы экскурсионной работы:

Понятие экскурсия и экскурсионная работа. Структура и этапы экскурсионной работы. Особенности экскурсионной работы, выбор тематики экскурсии. Методика разработки и проведения экскурсии по району, округу, городу. Правовые основы экскурсионной деятельности. Расчет затрат на организацию и проведение экскурсии. Знакомство с профессиями экскурсовода, менеджера по туризму.

Практические занятия. Разработка и проведение учащимися тематических экскурсий по району, округу, городу. Проработка маршрутов экскурсий. Составление отчета о проделанной работе. Фотографирование объектов и описание экскурсионного маршрута.

**3 Этап:** Основы туризма.

Организация и проведение путешествия. Гигиена туриста. Самоконтроль и первая доврачебная помощь в походе. Техника безопасности в путешествии. Определение цели и района путешествия. Комплектование группы и распределение обязанностей. Разработка маршрута, составле­ние схемы маршрута и графика движения. Смета путешествия. Групповое и личное снаряжение. Продукты питания. Укладка рюкзака. Оформление путевых документов. Порядок движения на маршруте, обязанности направляющего и замыкающего. Порядок движения по дорогам с интенсивным движением транспорта. Режим дня. Организация бивака. Костры, приготовление пищи на костре. Сушка одежды и обуви. Возможные естественные препятствия и способы их преодоления. Обеспечение безопасности в путешествии. Первая медицинская помощь. Состав медицинской аптечки для однодневных походов и путешествий. Распределение должностей и обязанностей во время путешествия. Правила организации походов. Права и обязанности туристов. Взаимоотношения с МЧС. Правовые основы оказания первой доврачебной помощи. Обязанности по оказанию и обращению за медицинской помощью. Правила безопасности на маршруте – ответственность за их нарушение. Стоимость медицинской аптечки, как и где покупать туристское снаряжение, затраты на передвижение, покупка продуктов. Знакомство с профессиями санитара, фельдшера, врача, метеоролога, гида, спасателя МЧС, инструктора по туризму. Где можно получить эти профессии.

Практические занятия. Подготовка к походу. Определение цели похода. Подготовка схемы. Смета похода. Сбор и проверка необходимого снаряжения. Практическая проверка знаний учащихся и отработка туристских навыков в походе.

**4 Этап:** Путешествие (Экспедиция).

Подведение итогов путешествия. Оформление практических работ объединения. Составление фотоальбома. Сверка добытых историко-краеведческих данных с общей тематикой краеведческого задания. Проверка фактов и дат. Консультация со специалистами. Составление отчета, изготовление стендов, стенгазеты. Сравнение разных моделей снаряжения, как правильно выбрать продукты в магазине. Знакомство с профессиями инструктора по туризму, экскурсовода, менеджер по туризму, повара.

Практические занятия. Подведение итогов путешествия. Оформление стендов и альбомов. Изготовление наглядных по­собий для школьных музеев и предметных кабинетов. Итоговая выставка, вечер. Отчет перед родителями педагогами школы.

**Методическое обеспечение:**

Для успешной реализации программы необходимо следующее оборудование и материалы на одну группу:

1.Предметы туристического быта (посуда, ящики для продуктов, лопата, топор, верёвки для вязки узлов, карабин- 2шт.)

2.Туристическое индивидуальное снаряжение.

3.Палатки- 4шт., компас- 2шт, рюкзак, медицинская аптечка, спортивный инвентарь, спальные мешки- 5шт.,

4.Карты, топографические планы местности, условные топографические знаки

5.Таблицы ориентирования на местности

Планируя занятия по темам или разделам целесообразно использовать следующие виды деятельности: работа с учебной, научно-популярной литературой; работа в группе; практические занятия.

Работа с туристическим снаряжением, ориентирование на местности, по горизонту и азимуту, работа с компасом, разведение костра и установка палатки в любых погодных условиях, укладка рюкзаков, вязка узлов, подготовка и проведение похода.

Пропаганда краеведческих знаний путем организации выставок, конференций, защиты проектов, праздников, организация посещения музеев, (по выбранным направлениям)

Оказание первой медицинской помощи и наложение перевязки при несложном ранении, приемы транспортировки пострадавшего, анализ экстремальных ситуаций в походе, действия в случае потери ориентировки, значение правильного питания в походе и приготовление пищи на костре.

Основные физические качества, необходимые туристу(сила, выносливость, быстрота)

Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.

**Список используемой литературы**:

1. Аверьянов К.А. и др. История Московских районов, - М., Астрель АСТ, 2006
2. Александров А.В. Москва заповедная.-М.,1991.
3. Алексеев А.А. Питание в туристском походе — М., 2003
4. Ашуркова В.Н., Кацуба Д.В., Митюшкин Г.Н. историческое краеведение.- М., 1987.
5. Белицкий Я.М. Забытая Москва.-М.,1994.
6. Бродский Я.Е. Москва от А до Я. Памятники истории, зодчества, скульптура. М.,1994
7. Вагнер Б.Б. Реки Подмосковного края — М., Московский лицей, 2003
8. Версты московские. Западный административный округ, - М.: «Грант», 2007
9. Голунов И. Вокруг Москвы, путеводитель. — М. «Афиша», 2006
10. Горбаневская М.Тайны московских улиц. М.,1997.
11. Даринский А.В.Краеведение (пособие для учителя). – М., 1987.
12. Детские образовательные программы в музеях Московской области/ сост. Рязанов А.М., М.: Новости, 2005
13. Дёмин А.Г. Храмы и монастыри Москвы. М., Вече, 2008
14. Дубровский Д.С. Правовые аспекты туристских путешествий — М., 2008
15. Забелин И. История города Москвы.- М.,1990.
16. Загоскин М.Н. Москва и москвичи.- М., 1988.
17. История московских районов: энциклопедия, под ред. К.А. Аверьянова.- М.: Астрель, АСТ, 2002
18. Кобозева В.Г. и др. Детско-юношеский туризм и краеведение в воспитании гражданственности и патриотизма — М., 2001
19. Козлова Ю.В. На урок в Битцевский лес — М., 2000
20. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм — М., ФЦ ДЮТиК, 2006
21. Костерев Н.А. Туризм и краеведение — М., ЗОУОМКО, 2003
22. Малягин В. Монастыри в окрестностях Москвы. М., Евразия Экс-Пресс, 2004
23. Маслов А.Г., Константинов Ю.С. Программа обучения жизненным навыкам в системе дополнительного образования — М., ЦДЮТК, 2001
24. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И. А. Полевые туристские лагеря, Валдес, Москва, 2000
25. Методика историко-краеведческой работы в школе/ под ред.Н.С. Борисова- М., 1982.
26. Миндель А.Я. Воспитание и развитие личности подростка. М.: Готика, 2007
27. Молева Н.М. Тайны московских монастырей. М.,Олимп, 2008
28. Музеи Москвы и Московской области.- М., ФЦДЮТиК, 2007
29. Орлова Э.А Современная городская культура и человек. -М.,1987.
30. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся — М., ЦДЮТиК, 2001
31. Пасечный П.С.Основы экскурсоведения.-М.,1985.
32. Первая помощь: учебник, М.: Российское общество Красного Креста, 1999
33. Пешеходный туризм, сборник — М., ТССР, 2004
34. [«Православная Москва. Справочник действующих монастырей и храмов»](http://www.pavel-prusskiy.ru/hist_nikol.html). –М.: Издательство Братства Святителя Тихона, 1999. -256 с.
35. Ривкин Е.Ю. Организация туристической работы со школьниками — М., «Аркти», 2001
36. Ротштейн Л.М. Слагаемые успеха — М., ЦДЮТК, 2001
37. Русский турист. Сборник нормативных документов. - М.: ТССР, 2005
38. Садикова Н.Б. 1000+1 совет туристу: Минск,1999
39. Самохин Ю.С., Самохина Т.А. Туризм в детском оздоровительном лагере, - М.: Педагогическое общество России, 2003
40. Усыскин Г. Очерки развития Российского туризма — М.-СП, «Герда», 2000
41. Черныш И.В. Походная энциклопедия путешественника, М.: ФАИР-Пресс, 2006
42. Шибаев А.С. Ориентирование в пространстве и во времени, программированные задания — М., ЦДЮТ, 1998
43. Русские писатели в Москве:сборникЛ.П.Быковцева.-3-е изд.-М.: Моск.рабочий, 1987г.
44. Птицы в Москве. Фотоальбом. Под редакцией В.М.Костантинова. Департамент природопользования и охраны окружающей среды города Москвы, 2003г.
45. Насекомые в Москве. Фотоальбом. Под редакцией Ю.А.Захваткина. Департамент природопользования и охраны окружающей среды города Москвы, 2004г.
46. Архитектурно-парковые ансамбли усадеб Москвы.под редакцией Н.И.Бурнашева-М.; Департамент природопользования и охраны окружающей среды города Москвы, 2004г.
47. Москва-столица Н.М. Молева-М.; «Олма-пресс», 2004 г.
48. Улицы Москвы. Старые и новые названия. Топонимический словарь-справочник. М.: ИЦ «Наука, техника, образование», 2003г.
49. История Москвы. Хрестоматия в четырех томах. Сост. М.М.Горинов.-М.: Издательство «Международный Дом Сотрудничества», Издательство «Мосгорархив»,1997 г.
50. Московская старина. Под редакцией Ю.Н.Александрова.-М.: Изд. Правда, 1989г.
51. Растения Москвы . Под редакцией Ю.А. Насимович. Департамент природопользования и охраны окружающей среды города Москвы, 2004г.

ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ

1. Александров А.В. Москва заповедная.-М.,1991.
2. Алексеев А.А. Питание в туристском походе — М., 2003
3. Белицкий Я.М. Забытая Москва.-М.,1994.
4. Берман А.Е. Юный турист. - М.: ФиС, 1977
5. Елькин В.И., Гармаш Л.Д., Браверман Э.М. Физика и астрономия в походе и на природе — М., «Школьная Пресса», 2003
6. Забелин И. История города Москвы.- М.,1990.
7. Загоскин М.Н. Москва и москвичи.- М., 1988.
8. Костерев Н.А. Подмосковье, краткий словарь для юных туристов-краеведов. - М.: 2001
9. Куликов В.М. Знатоки идут по следу. Настольная топографическая игра. - М.: ЦДЮТур, 1996
10. Пасечный П.С.Основы экскурсоведения.-М.,1985.
11. Расторгуев М. Узлы, учебное пособие. - М.: ЦДЮТур, 2007
12. Ротштейн Л.М. Туристская игротека — М., ЦДЮТК, 2001
13. Усыскин Г. Очерки развития Российского туризма — М.-СП, «Герда», 2000
14. Черныш И.В. Походная энциклопедия путешественника
15. К.Стародуб, В.Емельянова, И.Краусова. Я люблю этот город вязевый…М.; Московский рабочий,1990г.
16. Московские легенды, записанные Евгением Барановым. Составитель В.Боковая.-М.; Изд. «Литература и политика», 1993
17. Амлинский В.И. Московские страницы: Повесть. Роман. Рассказы. -М.; Московский рабочий, 1982.