

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Грязовецкого муниципального округа Вологодской области «Ростиловская школа»

Рассмотрена на заседании
Педагогического совета
Протокол от «24» июля 2024 года
№ 14



Утверждаю
И.о. директора МБОУ «Ростиловская школа»
Н.В.Бушковская.
Приказ от «25» июля 2024 года № 140

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
Туристско-краеведческой направленности
«Экологический туризм»
Тип программы – модифицированная
Возраст детей – 11-13 лет
Срок реализации программы - 1 год.
Уровень программы стартовый

Составитель: Молчанова Е. В.,
педагог дополнительного образования

д.Ростилово
2024г.

Пояснительная записка

Данная программа «Экологический туризм» составлена в соответствии:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (утверждена Постановлением Правительства Российской Федерации) от 31.03.2022 № 678-р;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» от 03.09.2019 № 467;
- Устав Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Грязовецкого муниципального района Вологодской области «Ростиловская школа» (далее – МБОУ «Ростиловская школа») (Утвержден приказом начальника Управления образования Грязовецкого муниципального района Вологодской области от 17.01.2023 № 74) и регламентирует порядок разработки и реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ педагогов дополнительного образования;
- Положение «О дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе педагога дополнительного образования» Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Грязовецкого муниципального района Вологодской области «Ростиловская школа» (Утверждено приказом директором МБОУ «Ростиловская школа» от 30.08.2021 № 172);

Актуальность

Хороший поход с учащимися — это дело серьёзное, требующее многогранной серьёзной подготовки. Ребята в своих путешествиях узнают много нового и часто ведут поиск чего-нибудь интересного, помогают лесничествам, изучают родной край и его экологию. Для руководителя туристской группы учащихся одного энтузиазма и даже эрудиции бывает недостаточно, поэтому определённые практические навыки в туризме и экологии очень неплохо дополнить развитием личных черт своего характера, осознанием особой ответственности за принятие решений.

Следует учесть и тот факт, что туризм является привлекательным для детей видом деятельности, своей возможностью побыть на природе, находиться в постоянном поиске, освободиться от порой назойливой опеки родителей.

Для занятий по экологическому туризму в настоящее время выпускается много литературы и документации, порой сразу в ней и не сориентируешься, казалось бы, одна и та же тема узлов, но у разных авторов изложена по разному. Один узел порой имеет до нескольких названий.

Сегодня ситуация меняется очень быстро: появляются новые материалы и технологии. Снаряжение хотя и становится всё более надёжным и безопасным, в среднем через три года оно уже устаревает. «Стареют» топографические карты, добавляются новые условные топографические знаки.

В ориентировании используются всё новые технологии, к примеру, GPS – навигация с помощью которой, вы можете быстро определить своё местонахождение на карте. Появились миниатюрные метеостанции, о которых раньше мы и не мечтали,

радиостанции, газовые горелки (не нужно собирать дрова в любую погоду), светодиодные фонари, новые типы современных палаток и рюкзаков. Появляются новые лекарственные средства. Разнообразнее становится питание на сублимированных продуктах, что значительно сокращает вес.

Новизна данной программы состоит в том, что в ней прослеживается углубленное изучение туристского снаряжения, места родного края и его экологии, карт ближней местности, работа с компасом. Важным условием выполнения данной программы является сохранение ее образовательной направленности.

Педагогическая целесообразность. Подготовка к профессиональному самоопределению обучающихся обусловлена разнообразием видов деятельности. В ходе обучения, школьники знакомятся с потенциальными сферами профессиональной деятельности, спектром профессий, связанных с туристско-краеведческой и экологической деятельностью и лесным хозяйством, узнают об их специфике. Одним из значимых аспектов обучения является диагностика профессиональных интересов и склонностей, которая помогает в выборе профессии.

Особенности данной программы:

Содержание программного материала направлено на формирование системы знаний по истории своего края, своей малой родины, основам пешеходного и лыжного туризма, по организации и проведению туристических походов, походов в лес. Туристская деятельность является одним из эффективных средств комплексного воздействия на формирование личности, способствует развитию интеллектуального уровня, развитию наблюдательности у детей, науки общения со сверстниками, взрослыми, окружающим миром, воспитанию бережного отношения к природе. Опыт походной жизни развивает первоначальные навыки выживания в природной среде, формирует у ребенка представления о взаимодействии человека и окружающей среды. Совместные путешествия, коллективные действия в условиях походной жизни способствуют формированию моральных качеств личности: коллективизма, чувства товарищества и взаимопомощи, целеустремленности, трудолюбия, настойчивости в достижении цели, дисциплинированности, воспитанию учащихся в духе патриотизма.

Цель - формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности туризма для укрепления собственного здоровья и организации активного отдыха.

Задачи:

- обучение основам туристской подготовки, элементам техники и тактики пешеходного, лыжного туризма, доврачебной медицинской помощи; приемам техники безопасности, организации быта в походах;
- развитие туристских умений, навыков, творческих, организаторских способностей через совместную развивающую, познавательную деятельность;
- воспитание у школьников нравственности, патриотизма, бережного отношения к природному, историческому наследию родного края;
- формирование мотивации на регулярные занятия физической культурой и спортом, сохранение и укрепление своего здоровья, выработку умений и навыков здорового образа жизни, осознание каждым ребенком собственной ответственности за свое здоровье;

- умение ориентироваться в лесу, знать правила пользования костра в лесу.

Направленность программы. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Экологический туризм» имеет туристско-краеведческую направленность по стартовому уровню освоения.

Категория и возраст обучающихся. Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Экологический туризм» разработана для детей 11-13 лет.

Количество обучающихся в группе. Минимальная наполняемость группы – 12 человек, предельная наполняемость группы – 20 человек.

Сроки реализации программы. Реализация программы «Экологический туризм» рассчитана на 1 учебный год. Недельная нагрузка 1 час (занятие, 40 минут), (36 часов в год с учетом каникулярного времени).

Формы и методы обучения

Для реализации программы используются следующие методы обучения:

- Соревновательный метод.
- Поисково-исследовательский метод.
- Метод самореализации, самоуправления через участие в походах, туристических слётах и экскурсиях, через различные творческие дела.
- Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию.

На занятиях используются следующие формы организации учебной деятельности: лекционные занятия, практические занятия, семинары; тренировка по развитию физических качеств и закреплению различных практических умений и навыков, походы выходного дня, экскурсий, конкурсы, игры, соревнования и другие массовые мероприятия.

Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

- определять наиболее эффективные способы достижения результатов;

договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

взаимодействовать со сверстниками в туристической деятельности и адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметные результаты:

- формирование знаний о туризме и его роли в укреплении здоровья;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Формы подведения итогов реализации программы:

- текущий контроль знаний в процессе устного опроса;

- текущий контроль умений и навыков в процессе наблюдения за индивидуальной работой;
- тематический контроль умений и навыков после изучения тем;
- взаимоконтроль;
- самоконтроль;
- итоговый контроль умений и навыков;
- контроль за состоянием здоровья: количество острых заболеваний в год, показатели физического развития, группа здоровья.
- участие в соревнованиях муниципального уровня.

Учебный план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Туризм в России. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности.	2	2	-	Теоретическое занятие
2.	Природное краеведение	1	-	1	Практико-теоретическое занятие
3.	Основы пешеходного туризма.	12	-	12	Практико-теоретическое занятие
4.	Основы лыжного туризма	8	-	8	Практическое занятие
5.	Бивуак	8	1	7	Практико-теоретическое занятие
6.	Экологические проблемы округа	1	1	-	Теоретическое занятие
7.	Простейшие наблюдения в природе	1	-	1	Практическое занятие
8.	Экопутешествия по родному краю	3	-	3	Практическое занятие
	ИТОГО	36	4	32	

Кадровое обеспечение. Программу реализует педагог дополнительного образования, имеющий высшее педагогическое образование, прошедший повышение квалификации.

Содержание учебного плана.

1. Туризм в России. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности.

1.1. Инструкции по охране труда и технике безопасности и правила поведения учащихся. Понятие о спортивном туризме. Группы дисциплин: «маршрут» и «дистанция». Цели и задачи соревнований по спортивному туризму. Краткий исторический обзор развития детско-юношеского туризма как вида спорта в России. История развития детско-юношеского туризма в родном крае.

1.2. Меры по обеспечению сохранению природы в местах проведения тренировок и соревнований. Прикладное значение туризма. Особенности спортивного туризма (дисциплина-дистанции) как вида спорта.

2. Природное краеведение (практическое занятие).

2.1. Наблюдение объектов и процессов природы как источники краеведческих знаний.. Погодно-климатические условия. Наблюдения за погодой в походе. Причины изменения погоды и ее прогноз.

3. Основы пешеходного туризма.

Одежда и снаряжение (личное и групповое) для занятий спортивным туризмом.

3.1. Одежда и обувь для учебно-тренировочных занятий на местности. Требования к подбору, хранению, уходу за личными вещами. Условия применения каждого элемента личного снаряжения. Ремонт снаряжения. Требования к чистке, стирке, хранению.

3.2. Подбор личного снаряжения для прохождения дистанций 1 класса. Подбор личного снаряжения для прохождения дистанции 2 класса.

3.3. Понятие о групповом походном снаряжении. Условия хранения, использования. Понятие о групповом специальном снаряжении. Условия хранения, использования.

3.4. Снаряжение для занятий спортивным ориентированием: компас, планшет, одежда, обувь. Правила их эксплуатации и хранения. Подбор группового снаряжения для дистанций 1 класса.

Строение и функции организма человека, питание, режим, гигиена, врачебный контроль и самоконтроль спортсмена.

3.5. Питание. Значение питания как фактора сохранения и укрепления здоровья. Врачебный контроль и самоконтроль. Значение и содержание врачебного контроля. Значение и содержание самоконтроля. Субъективные данные самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, настроение и работоспособность.

3.6. Мышечная деятельность. Тренированность и ее физиологические показатели. Понятие о спортивной форме, переутомлении и перенапряжении.

Спортивное ориентирование

3.7. Понятие о технике спортивного ориентирования. Значение техники для достижения высоких спортивных результатов. Приемы и способы ориентирования. Техничко-вспомогательные действия. - Отметка на контрольном пункте (КП). Правильное держание спортивной карты. Контрольная карточка и легенды КП. Типичные ошибки при освоении техники спортивного ориентирования.

3.8. Взаимосвязь техники и тактики в обучении ориентировщиков. Последовательность действий ориентировщиков при прохождении дистанции. Понятие о тактическом плане. Взаимосвязь скорости передвижения и технико-тактических действий.

3.9. Действия спортсмена при потере ориентировки и при встрече с соперником. Определение точки стояния. Ориентирование вдоль линейных ориентиров.

3.10. Характеристика технических приемов и способов преодоления локальных препятствий на пешеходных дистанциях командного первенства. Терминология, применяемая в спортивном туризме.

3.11. Характеристика технических приемов: Подъем по склону с верхней командной страховкой; Движение по перилам вброд, по бревну, по параллельным перилам; Движение по перилам по тонкому льду; Переправа первого участника вброд; Переправа первого участника по тонкому льду; Переправа первого участника через сухой овраг по дну и по бревну; Организация и снятие перил; Переправа первого участника через реку по бревну; Траверс склона первым участником с командной страховкой; Движение по навесной переправе.

3.12. Прохождение дистанций различных видов ориентирования, лабиринты. Вязка узлов.

4. Основы лыжного туризма.

4.1. Характеристика техники лыжного туризма: Скоростной спуск.

4.2. Тропление лыжни.

4.3. Слаломный спуск.

4.4. Стили лыжного бега: классический и свободный.

4.5. Анализ выполнения технических приемов участником/связкой/группой. Ошибки и их причины.

4.6. Индивидуальная оценка соревновательной деятельности. - Анализ учебно-тренировочных соревнований и забегов.

4.7. Анализ выполнения технических приемов участником/связкой/группой. Ошибки выполнения технических приемов и их причины.

4.8. Особенности соревновательной деятельности квалифицированных спортсменов.

5. Бивуак.

5.1. Работа с лесными картами. Организация бивуака, полевого лагеря. Выбор места.

5.2. Правила установки палаток. Заготовка дров. Правила работы с пилой, топором, ножами. Уборка места лагеря.

5.3. Лагерное оборудование: палатки, спальники, коврики, костровые принадлежности, тенты, посуда для приготовления пищи, ремнабор. Гигиена в условиях полевого лагеря.

5.4. Комплектование группы, распределение обязанностей. Должности в группе постоянные и временные.

5.5. Личное и групповое специальное снаряжение для организации полевого лагеря в зимнее и летнее время года.

5.6. Требования к месту бивака: жизнеобеспечение, безопасность, комфортность. Правила установка палатки в различных условиях.

5.7. Типы костров, правила разведения. Места для приготовления пищи. Организация питания в полевых условиях, набор продуктов, приготовление пищи на костре.

5.8. Обязанности завхоза. Меню. Ремонт и сдача снаряжения и оборудования полевого лагеря. Сбор рюкзака. Решение задач по туризму.

6. Экологические проблемы округа (теоретическое занятие).

6.1..Зависимость человека от состояния окружающей среды. Загрязнение воды, почвы, атмосферы. Основные источники загрязнения. Интродукция видов растений и животных. Локальное и глобальное изменение климата. Местные экологические проблемы: осушение и гидростроительство, вырубка леса, незаконная охота и рыбная ловля. Используемые формы: лекция, опрос, беседа, просмотр видеофильма.

7. Простейшие наблюдения в природе (практическое занятие).

7.1. Природный комплекс и его компоненты (экскурсия).

8. Экопутешествия по родному краю.

8.1.Разработка маршрутов по карте.

8.2.-8.3. Туристические походы по родному краю.

Воспитательный компонент

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Экологический туризм» направлена на решение задач воспитания, развития и социализации, обучающихся средствами предмета.

Гражданское воспитание: представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, в том числе в социальных сообществах; готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач; стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков.

Патриотическое воспитание: ценностное отношение к отечественному культурному, историческому и научному наследию; владение достоверной информацией о отечественных достижениях в области туризма.

Духовно-нравственное воспитание: ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, в том числе в сети Интернет.

Эстетическое воспитание: эстетическое отношение к миру, готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

Ценности научного познания: умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

Формирование культуры здоровья: осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью; установка на здоровый образ жизни.

Трудовое воспитание: интерес к практическому изучению профессий и труда в сферах профессиональной деятельности, связанных с туризмом; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей.

Экологическое воспитание: осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения, в том числе с учётом возможностей ИКТ.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Название мероприятия	Сроки мероприятия
1.	Родительское собрание учащихся программы	Сентябрь
2.	Окружные соревнования «Школа безопасности»	Сентябрь
3.	Туристический поход	Октябрь
4.	Окружные соревнования «Юный турист»	Декабрь
5.	Окружные соревнования по скалолазанию «Подснежник»	Февраль
6.	Игра «Мозголомка» по теории туризма, экологии и родного края	Апрель
7.	Мастер-класс с выездом на плотину с «Горизонт-экстрим»	Май

Календарный учебный график

<i>N n/n</i>	<i>Месяц</i>	<i>Время проведения</i>	<i>Форма занятия</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Место проведения</i>	<i>Форма контроля</i>
1	сентябрь	14.10-14.50	Лекция Тренировочное занятие	2 1 1	Туризм в России. Виды туризма. Инструктаж по технике безопасности. Туристские возможности родного края, природа и его история. Природное краеведение Основы пешеходного туризма.	школа	Теоретическое занятие
2	октябрь	14.10-14.50	Тренировочное занятие	5	Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма.	школа	Практическое занятие
3	ноябрь	14.10-14.50	Практика	4	Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма.	школа	Соревнование Практическое занятие
4	декабрь	14.10-14.50	Тренировочное занятие	4	Основы пешеходного туризма. Основы пешеходного туризма.	школа	Практическое занятие

			Практика		Основы лыжного туризма. Основы лыжного туризма.		Соержвование
5	январь	14.10-14.50	Тренировочное занятие	3	Основы лыжного туризма. Основы лыжного туризма. Основы лыжного туризма.	школа	Практическое занятие
6	февраль	14.10-14.50	Тренировочное занятие	4	Основы лыжного туризма. Основы лыжного туризма. Основы лыжного туризма. Бивуак.	школа	Практическое занятие
7	март	14.10-14.50	Тренировочное занятие	4	Бивуак Бивуак Бивуак Бивуак	школа	Практическое занятие
8	апрель	14.10-14.50	Тренировочное занятие	5	Бивуак Бивуак Бивуак Экологические проблемы округа Простейшие наблюдения в природе	школа	Практическое занятие Теоретическое занятие
9	май	14.10-14.50	Тренировочное занятие	3	Экопутешествия по родному краю Экопутешествия по родному краю Экопутешествия по родному краю	школа	Практическое занятие

Материально-техническое обеспечение дополнительной образовательной программы.

Программа предполагает наличие необходимого личного и группового туристского и специального снаряжения, бивуачного и вспомогательного, а также обзорные карты края; схемы; топографические и спортивные карты всех масштабов; компасы, веревки, карабины, страховочные системы; основные и вспомогательные веревки, бивуачное и специальное туристическое снаряжение.

Место проведения: спортивный зал, уличная спортивная площадка.

Оборудование	Количество
Спальный мешок	13
Палатки туристские	4
Коврик туристский	13
Компас	13

Медицинская аптечка	2
Веревка основная (40 м)	3
Веревка вспомогательная (40 м.)	3
Рулетка измерительная (10 м, 50 м)	2
Льжи	13
Палки лыжные	13
Льжные ботинки	13
Секундомер	1

Оценочные материалы

Тестовый контроль «Выживание в природе»

Форма проведения: тестовый опрос

Цель: проверка знаний по действиям обучающихся в экстремальных ситуациях.

Задание: вписать в карточку индекс выбранного ответа **а, б** или **в** в графу рядом с номером вопроса.

Контрольная карточка ответов на вопросы по правилам поведения в экстремальных ситуациях

Ф.И.обучающегося

номер вопроса	индекс ответа	номер вопроса	индекс ответа
1		6	
2		7	
3		8	
4		9	
5		10	

Вопросы:

1. Находясь в лесу (поле) зимой, вы, кажется, отморозили руку. Будете ли вы:

- а) растирать ее снегом,
- б) согреть около костра,
- в) согреть собственным теплом, растирая шерстяной тканью.

2. Внезапно разразилась сильная гроза. Вы видите, что приближаются интенсивные вспышки молнии. Ваши действия:

- а) спрятаться под высокое дерево,
- б) остаться на открытой местности и продолжить движение,
- в) остановиться, накрыться палаткой и переждать.

3. Вам предстоит совершить длительный переход. Задолго до конечного пункта вы обнаружили потертости на ногах. Как вы поступите:

- а) протрете подошвы обуви бензином, намочите носки водой и наденете обувь,
- б) время от времени будете передевать носки с одной ноги на другую или наденете носки наизнанку,
- в) наденете обувь на босую ногу.

4. В жаркий знойный день, вы чувствуете, что язык начинает распухать от недостатка воды. Следует ли вам:

- а) сбросить одежду и продолжить движение,
- б) плотно застегнуться и продолжать движение,

в) плотно застегнуться, найти тень и дождаться вечера, затем продолжить движение.

5. От дыма лесного пожара вы начинаете задыхаться, он слепит вас. Как следует поступить:

- а) продолжать движение, не обращая внимание на дым,
- б) укрыться на высоком дереве,
- в) ползти, прижимаясь к земле

6. Совершая поход, вы попали в район, где много ядовитых змей. Будете ли вы во время движения:

- а) производить как можно больше шума ногами,
- б) идти тихо и спокойно, чтобы не привлекать внимание змей,
- в) двигаться медленно, с остановками, через каждые 5-6 шагов внимательно осматривая заросли впереди.

7. Если в походе вас укусила ядовитая змея, вы будете:

- а) накладывать жгут, чтобы препятствовать проникновению яда,
- б) часть яда выдавить с кровью или отсосать ртом,
- в) прижечь место укуса огнем или сигаретой.

8. Вы находитесь в лесу и зовете на помощь товарищей. Как вы должны кричать, чтобы вас услышали с большого расстояния:

- а) кричать громко, но низким тоном,
- б) свистеть с помощью пальцев

9. Вы передвигаетесь по засушливой местности и очень хотите пить. У вас с собой полная фляга воды, но пополнить свои запасы в ближайшие несколько дней вы не сможете. Как следует поступить:

- а) беречь воду и пить примерно по чашке день
- б) утолить жажду, выпив примерно половину имеющейся воды,
- в) пить часто по одному глотку.

10. При какой толщине льда могут переходить водоем отдельные пешеходы:

- а) 2-3 см
- б) 5-7 см
- в) 7-12 см

Критерии оценки: ответы на теоретические вопросы оцениваются по 10 балльной шкале, каждый правильный ответ оценивается в 1 балл:

высокий уровень (В) - 10-9 баллов

средний уровень (С) – 8-6 баллов

низкий уровень(Н) – 5-0 баллов

Практическая работа по теме: Рюкзак. Укладка рюкзака

Цель: проверка теоретических знаний по теме и умения правильно укладывать рюкзак.

Практическая подготовка.

Задание: уложить рюкзак, используя предложенные предметы из личного снаряжения туриста.

Перечень предметов:

- комплект посуды,
- спальный мешок,
- пенополеуритановый коврик,
- сменная обувь,
- предметы личной гигиены: полотенце, зубная щетка, паста, мыло ит.д.
- смена белья,
- дождевик,

1.										
2.										

Примечание: бонусный балл выставляется микрогруппе, показавшей лучшее время установки палатки.

Штрафы:

1. неправильно выбрано место для установки палатки - 16.,
2. перекося палатки - 16.,
3. потеря колышка - 16.,
4. складки на скатах палатки -16.,
5. завал палатки - 16.

Критерии оценки: высокий (В) – 9-10 баллов
 средний(С) – 6-8 баллов
 низкий(Н) – 3-5 баллов

Список литературы:

1. Организационно-экономические механизмы обеспечения инновационного развития туризма и индустрии гостеприимства: монография / Е.Н. Трофимов, Т.В. Рассохина, С.П. Шпилько и др.; под науч. ред. Т.В. Рассохиной; Российская международная академия туризма. – М.: Университетская книга, 2023. – 220, [4] с.
2. Трофимов Е.Н. Особенности многонациональной России и туризм: учебно-методическое пособие; курс лекций / Е.Н. Трофимов; Российская международная академия туризма. – 3-е изд., перераб. – М.: Университетская книга, 2023. – 226, [2] с.
3. Туризм: наука и образование: материалы VII Международного форума «Совершенствование санаторно-курортного комплекса Российской Федерации средствами туризма и образования». Московская область, г.о. Химки, 21 марта 2023 г. / под науч. ред. Н.Н. Лагусевой; Российская международная академия туризма. – М.: Университетская книга, 2023. – 369, [3] с.
4. SOFT & HARD SKILLS: от школы к успеху в карьере: материалы VII Международной научно-практической конференции, Московская область, г.о. Химки, 6 апреля 2023 г. / под науч. ред. Т.Н. Ефремцевой; Российская международная академия туризма. – М.: Университетская книга, 2023. – 265, [3] с.
5. Социальный туризм в России. STARTUP PMAT – 2023: сборник студенческих проектов. Московская область, г.о. Химки, 22 марта 2023 г. / под науч. ред. Н.Н. Лагусевой; Российская международная академия туризма. – М.: Университетская книга, 2023. – 239, [1] с.
6. 50 лет вместе / под ред. Е.Н. Трофимова, д-ра полит. наук; Российская международная академия туризма. – 2-е изд., доп. – М.: Университетская книга, 2023. – 252 с.
7. Кучумов А. В. Экологические деревни как фактор развития сельского туризма / А. В. Кучумов, Я. С. Тестина, А. Т. Кириллов // Вестник Национальной академии туризма. - 2022. - № 1. - С. 26-28.