

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы
«Школа на Юго-Востоке имени Маршала В.И. Чуйкова»

ул. Зеленодольская, дом 32, корпус 6, Москва, 109457
Телефон: (499) 172-06-05 Факс (499) 172-06-05 e-mail: schuv@edu.mos.ru
ОГРН 1027700517680, ИНН 7721227770, КПП 772101001

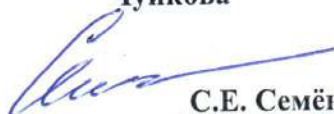
РАССМОТРЕНО
на заседании
Методического
объединения
классных руководителей

«13» июня 2019 г.

СОГЛАСОВАНО
на заседании
Педагогического совета
ГБОУ Школы имени
Маршала В.И. Чуйкова

«20» июня 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заместитель директора ГБОУ
Школы имени Маршала В.И.
Чуйкова


С.Е. Семёнов

«25» июня 2019 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
проведения выездного мероприятия:
«Мы идем в поход!»

Программа разработана и составлена:
Караванова Ю.А.

Москва, 2019

Пояснительная записка

Программа проведения выездного мероприятия туристско-краеведческой направленности «**Мы идем в поход!**» (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации 17.12.2010 г. №1897;
- Устава ГБОУ Школы имени Маршала В.И. Чуйкова;
- Плана воспитательной работы ГБОУ Школы имени Маршала В.И. Чуйкова на 2018-2019 учебный год.

Направленность Программы: туристско-краеведческая, эколого-краеведческая.

Актуальность Программы. В настоящее время в России уделяется значительное внимание развитию внутреннего туризма. Проведение выездного мероприятия позволит познакомить обучающихся с природной средой региона, особенностями жизнедеятельности в нем, изучить на практике особенности географии, природного комплекса выбранного региона. Кроме того, при проведении мероприятия особое внимание отводится обучению обучающихся правилам проведения туристических походов.

Педагогическая целесообразность Программы. Реализация Программы способствует формированию всесторонне развитой личности. В основе проведения выездного мероприятия лежит **пешеходный туризм** – самый распространенный и доступный вид туризма. Главная задача пешеходного туризма – удовлетворение естественной потребности обучающихся в непосредственном познании мира. Обучающиеся не только получают навыки обеспечения своей жизнедеятельности, но и учатся принимать серьезные, ответственные решения, касающиеся всего коллектива.

Программа выездного мероприятия включает в себя активный отдых, углубление знаний, полученных в образовательной организации на уроках географии, биологии, математики, истории, литературы, физики и других специальных знаний. Кроме того, выездное мероприятие повышает уровень самостоятельности подростков.

Отличительная особенность Программы состоит в совместных занятиях обучающихся разных уровней подготовки к участию в походе. По итогам проведения мероприятия каждый обучающийся сможет не только продемонстрировать навыки грамотного участника туристского мероприятия, но и быть грамотным организатором, помощником руководителя туристской группы.

Возраст обучающихся – участников мероприятия: 14-18 лет.

Цель и задачи Программы

Цель: освоение теоретических и практических основ деятельности по пешеходному туризму обучающихся, формирование здорового образа жизни.

Задачи:

1. Оздоровительные:

- оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды, организация активного отдыха;
- укрепление психического и физического здоровья детей посредством общения с природой;

2. Развивающие:

- формирование координационных функций;
- развитие творческой и исполнительской активности учащихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- вовлечение учащихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма;

3. Обучающие:

- формирование потребности в изучении родного края, его природы, истории, культуры;
- обучение основам туристско-краеведческой деятельности (разведение костра, установка палатки, сбор рюкзака, организация привалов и ночлегов, самостоятельное изготовление и ремонт простого туристского снаряжения, подготовка к походам и подведение итогов похода);
- знакомство с правилами техники безопасности при проведении занятий, тренировок, походов;
- знакомство с навыками ориентирования, картой и компасом;

4. Воспитательные:

- формирование умений и навыков культуры общения, жизнеобеспечения; развитие коллективизма и взаимовыручки; привитие любви к природе и историческому наследию, общей экологической культуры;
- воспитание умения преодолевать трудности;
- развитие командного взаимодействия.

Срок реализации Программы: летний каникулярный период 2019 г.

Продолжительность проведения Программы: 14-18 календарных дней (с учетом дороги к месту проведения мероприятия)

Формы и режим занятий.

Учебная деятельность предусматривает освоение Программы в формах: учебных теоретических и практических занятий; тренировочных занятий; эколого-туристических и учебно-тренировочных выездов.

В рамках подготовки к проведению мероприятия проводятся теоретические занятия. Во время проведения – практико-ориентированные занятия.

Образовательный процесс осуществляется по трем взаимосвязанным направлениям: обучение, воспитание и развитие личности ребенка.

В рамках занятий применяются групповые, индивидуально-групповые и индивидуальные методы взаимодействия. На групповых занятиях осуществляется дифференцированный подход с учетом индивидуальных особенностей каждого обучающегося.

Ожидаемые результаты по итогам реализации Программы:

Обучающиеся будут знать:

- правила подготовки и планирования походов;
- правила техники безопасности при проведении занятий, тренировок, соревнований, выездов, походов;
- пищевой и водный режим в походе;
- правила организации привалов и ночлегов;
- понятия: маршрут, карта, компас, масштаб, ориентирование, туристское снаряжение;
- правила оказания неотложной медицинской помощи;
- правила ведения дневниковых записей, метеонаблюдений;
- краеведческие, географические и природные особенности региона проведения мероприятия

Обучающиеся будут уметь:

- собирать рюкзак;
- устанавливать палатки;
- разводить костры;
- читать туристские карты;
- ориентироваться на местности;
- изготавливать и ремонтировать простое туристское снаряжение;
- самостоятельно составлять отчеты о походах и подводить итоги.

Формы подведения итогов.

Пешеходный туризм – это прежде всего практическая деятельность, участие в соревнованиях и походах. Поэтому большинство теоретических занятий должны проверяться на практике. Подведение итогов практических занятий, в свою очередь, это включенность в общую командную деятельность непосредственно в походе и при подведении итогов похода.

Тематический план Программы «Мы идем в поход!»

№ п/п	Наименование темы	Количество часов	
		Теоретические занятия	Практические занятия на местности
1	Введение. История туризма. Виды туризма	1	
2	Техника пешеходного туризма	1	4
3	Подготовка к походам	1	2
4	Топографическая подготовка	1	1
5	Карта, компас, масштаб	1	2
6	Ведение дневниковых записей в походе	1	2
7	Личное туристское снаряжение	1	1
8	Групповое туристское снаряжение	1	2
9	Изготовление туристского снаряжения	1	2
10	Использование специального туристского снаряжения	1	2
11	Организация привалов и ночлегов	1	4
12	Пищевой и водный режим	1	4
13	Обеспечение безопасности в походе	1	1
14	Состав медицинской аптечки	1	2
15	Оказание доврачебной помощи	1	1
16	Выживание в природной среде	1	2
17	Поисково-спасательные работы	1	2
18	Охрана природы, экологическое воспитание	1	2
19	Туристские походы		46
20	Подведение итогов походов	1	1
	Итого: 102 ч.	19	83

Содержание Программы «Мы идем в поход!»

1. Введение. История туризма. Виды туризма

Беседа о туризме и краеведении, региональных особенностях развития туризма в Москве, России. Значение туристско-экскурсионной и краеведческой деятельности для человека. Зарождение туризма в дореволюционной России и во всем мире, первые походы. Зарождение спортивного туризма. Виды туризма, их особенности. Пешеходный, горный, водный, лыжный и вело туризм.

2. Техника пешеходного туризма

Техника и тактика преодоления различных препятствий. Естественные препятствия, встречающиеся в походах и путешествиях. Общие правила преодоления препятствий. Техника и тактика движения по тропам и дорогам. Техника и тактика прохождения залесенных участков местности. Техника и тактика преодоления водных препятствий. Техника и тактика движения по различным склонам. Движение по дорогам и тропам. Основные правила поведения туриста в строю, обеспечение безопасности при движении по автомагистралям. Шаг, темп, интервал, положение корпуса и рук. То же при движении по дорогам и тропам, при подъемах и спусках с невысоких гор. Движение без дорог и троп на равнине. Характеристика типичных естественных препятствий при движении по травянистой поверхности, по песку, мокрому грунту, кустарникам, по каменистой поверхности, по болотам; положение корпуса, шаг, темп, интервал, использование альпенштока, разведка и маркировка пути. Броды через равнинные и горные реки: разведка места брода, проверка, порядок и способ прохождения, виды и способы страховки и самостраховки на броде. Правила движения в горах. Подъемы и спуски по крутым травянистым склонам в различных условиях. Разведка, маркировка, выбор пути движения «в лоб» и «серпантинном». Шаг, темп, интервал, режим движения, способы страховки. Правила движения по осыпям и моренам. Виды осыпей, их характеристика. Разведка, маркировка, выбор пути. Движение вверх и вниз «в лоб» и «серпантинном». Подъемы и спуски по скальному гребню, по желобу. Шаг, темп, интервал, режим движения, способы страховки (использование альпенштока, веревочных перил). Правила безопасности и поведение туристов при падении камней. Общее представление о навесной переправе. Применение веревки и альпенштока в туристских походах. Основные узлы и грудная обвязка.

Практические занятия

Движение по тропам и дорогам, прохождение залесенных участков местности, преодоление водных препятствий, движение по различным склонам. Движение без дорог и троп на равнине. Броды через равнинные и горные реки: разведка места брода, проверка, порядок и способ прохождения, виды и способы страховки и самостраховки на броде. Отработка навыков движения в горах, по осыпям и моренам. Отработка навыков наведения переправ.

3. Подготовка к походам

Цели и задачи похода, последовательность его подготовки. Распределение обязанностей. Правила разработки маршрутов и планов-графиков учебно-тренировочных походов, подготовки маршрутной документации, карт. Разработка маршрута, подбор картографического материала, составление схемы и графика

движения. Схема похода. Подготовка снаряжения. Правила подготовки группового и специального снаряжения. Контрольные сборы: проверка личной и групповой готовности к выходам в походы. Значение общефизической и специальной подготовки для успешного и безаварийного проведения походов. Туристская группа в походе. Обеспечение безопасности. Спортивное и краеведческое содержание похода. Значение активного способа передвижения и преодоления естественных препятствий на маршруте. Поход и прогулка. Виды естественных препятствий в пешеходном туризме. Нормы переходов. Строй, темп, режим, интервал, построение Цепочки; их изменения в зависимости от различных условий. Шаг туриста, положение корпуса, рук при пешем и лыжном передвижении. Значение общефизической и специальной подготовки для успешного и безаварийного проведения походов выходного дня более сложных путешествий. Выбор маршрутов учебно-тренировочных походов. Утверждение маршрута. Хозяйственная и техническая подготовка походов.

Практические занятия

Сбор сведений о районе похода. Подбор картографического материала. Подготовка карт и маршрутной документации. Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, плана-графика похода, составление схемы и графика движения, подготовка докладов о районе похода: по истории, флоре, фауне, рельефу и т.д. Подготовка маршрутной документации, карт. Подготовка группового и специального снаряжения, закупка. Составление графиков дежурств. Закупка, расфасовка и раскладка продуктов. Укладка рюкзаков. Контрольные сборы: проверка личной и групповой готовности к выходам в походы.

4. Топографическая подготовка

Тактические свойства и виды местности. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Что такое горизонталь, сечение, заложение, отметка, бергштрих. Основные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Определение крутизны склонов.

План и карта. Виды и свойства карт. Километровая сетка. Что такое топографическая схема, кроки, маршрутная лента, обзорная карта. Обязанности топографа тур группы. Условия ориентирования в походе на открытой и закрытой местности (при потере обзора), при наличии и отсутствии карт, на местности бедной и богатой ориентирами. Способы и приемы ориентирования в различных, условиях летом и зимой. Виды и правила разведки на маршруте. Обязанности проводников и разведчиков.

Практические занятия

Работа с топографическими и контурными картами. Работа с картой на маршруте по ее дополнению и уточнению. Формирование умений и навыков движения по плану на местности. Ориентирование в походе в различных условиях. Отработка разведки на маршруте

5. Карта, компас, масштаб

Ориентирование по компасу. Стороны горизонта. Устройство компаса. Пользование компасом в походе. Азимут. Определение азимута по карте и на местности, азимутальное кольцо (чертеж).

Определение азимута на заданный ориентир, движение группы по азимутам на заданное расстояние. Определение сторон горизонта по солнцу, звездам и местным признакам.

Практические занятия

Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: определение азимута на заданный предмет, нахождение ориентиров по заданному азимуту. Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков. Упражнения по определению азимута по тени от Солнца, определение азимута в разное время дня. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам: Солнцу, Луне, Полярной звезде.

6. Ведение дневниковых записей в походе

Дневник похода. Грамотное ведение дневниковых записей. Дневниковые записи – основа составления отчета о походе. Ответственность за ведение дневниковых записей.

Практические занятия

Ведение дневниковых записей в походе.

7. Личное туристское снаряжение

Личное снаряжение туриста-пешеходника, перечень основных предметов: рюкзак (типы рюкзаков, оборудование рюкзака), коврик, сидушка, накидки, одежда и обувь, умывальные принадлежности и пр. Правила ухода за личным снаряжением. Ремонт снаряжения. Главные требования к предметам снаряжения: легкость, прочность, удобство в пользовании и переноске. Правила укладки рюкзака.

Практические занятия.

Укладка рюкзаков, подгонка снаряжения. Работа со снаряжением, уход за ним, ремонт. Испытание своего личного снаряжения на местности.

8. Групповое туристское снаряжение

Групповое снаряжение туристов: палатки, спальники, костровое снаряжение, кань, тенты, аптечка, ремонтный набор, хозяйственный набор и т. д. Правила ухода за групповым снаряжением. Ремонт снаряжения. Требования к каждому предмету. Устройство туристской палатки, каркас и колышки для палаток. Упаковка и переноска палаток. Сушка и проветривание палаток в пути. Хозяйственное оборудование для дежурных по кухне.

Практические занятия

Установка палаток различных конструкций, подготовка и ремонт группового туристского снаряжения. Работа с ремонтным набором. Испытание группового снаряжения на местности.

9. Изготовление туристского снаряжения

Изготовление сидушки, накидки на рюкзак, бахил. Навыки ремонта простого туристского снаряжения.

10. Использование специального туристского снаряжения

Знакомство со специальным туристским снаряжением. Правила специального туристского снаряжения, используемого при проведении горных маршрутов, при проведении поисково-спасательных работ.

Практические занятия

Отработка навыков использования специального туристского снаряжения в различных ситуациях.

11. Организация привалов и ночлегов

Привалы и ночлеги. Организация бивуаков, выбор места, планирование лагеря, установка палаток, распределение лагерных работ среди участников. Виды костров их назначение. Сушка одежды и обуви. Снятие с привалов и бивуаков. Меры безопасности. Развертывание и свертывание бивуака. Обеспечение безопасности во время привалов и ночевки. Выбор места для костра. Типы костров и их назначение. Оборудование, инвентарь для костра и приготовления пищи. Конструкции для подвески посуды над пламенем. Топливо для костра, способы заготовки растопки и топлива. Использование походного примуса, газовых горелок. Разведение костра при ветре, дожде, тумане, способы регулирования пламени костра. Раздача пищи. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Правила безопасности при купании. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Особенности организации ночлега в населенных пунктах. Привалы и ночлеги на сложном рельефе, в экстремальных условиях. Привалы и ночлеги в горах, на болоте, в степной и пустынной местности, в зимних условиях. Требования к месту бивака: наличие питьевой воды, дров, изолированность от посторонних, безопасность при ухудшении погодных условий (подъем воды в реке, падение деревьев при ветре, туман в низинах и т. п.). Гигиенические требования к месту бивака. Планирование и разведка места бивака, вынужденная остановка на ночлег. Организация бивачных работ. Панорама бивачных работ: виды, последовательность, исполнители, материальное обеспечение, роль командира группы (ответственного дежурного по биваку) в производстве работ в нормальных и критических условиях. Типовая планировка территории бивака, элементы комфорта на туристском биваке. Учет ветра, солнечной экспозиции, наличия вредной растительности, насекомых, сырости грунта. Как надо обращаться с рюкзаком на биваке. Место для установки палаток. Приемы установки палатки в различных условиях.

Практические занятия

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Организация бивачных работ. Планирование и разведка места бивака. Распределение обязанностей на бивачных работах. Развертывание и свертывание лагеря (бивуака). Выбор места для установки палаток, разведения костра. Разжигание костра. Разведение костра при неблагоприятных погодных условиях. Оборудование специального костра для сушки вещей. Раздача пищи. Организация и способы мытья посуды в походе (в полевых условиях и в помещениях). Умывание и купание. Уборка мусора, гашение костра, свертывание бивака. Организация ночлега в населенных пунктах. Установка палаток в различных условиях.

12. Пищевой и водный режим

Источники воды. Расход организмом жидкости в экстремальных условиях. Пищевой режим. Правила упаковки, хранения и использования продуктов в походе. Способы приготовления пищи. Режим питания в походе. Костровые принадлежности для приготовления пищи. Водно-солевой режим в походе. Закупка

и расфасовка продуктов питания. Правила раскладки продуктов по рюкзакам
Технология приготовления походных блюд.

Практические занятия

Составление меню и списка продуктов для похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

13. Обеспечение безопасности в походе

Правила обращения с огнем, работы с колюще-режущими предметами (топоры, пилы). Правила поведения в лесу. Правила поведения в поездках, в общественном транспорте. Организация ночлегов в помещениях. Культура поведения туристов, их взаимоотношения с местными жителями. Значение дисциплины в походе. Правила поведения на воде. Правила обращения с дикими животными, с растениями. Ядовитые растения. Меры безопасности при страховке, само страховке. Меры безопасности при использовании специального туристского снаряжения. Правила движения по ровной, по сильно пересеченной местности, движение по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, по тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями. Меры предосторожности при преодолении естественных препятствий на маршруте: значение дисциплины, правильной оценки своих сил и умений. Обязанности направляющего (проводника) и замыкающего. Правила поведения туристов на коротких привалах. Хронометраж движения группы по маршруту. Работа с картой в пути, разведки на маршруте.

Практические занятия

Соблюдение правил безопасности во время туристского похода. Движение по ровной, по сильно пересеченной местности, движение по лесу через кустарники и завалы, движение по заболоченной местности, движение по дорогам, по тропам и без троп. Движение по склонам различной крутизны и с различными почвенно-растительными условиями. Распознавание лекарственных, съедобных, несъедобных ядовитых растений и грибов.

14. Состав медицинской аптечки

Группы лекарств, входящие в медицинскую аптечку. Наиболее распространенные лекарства. Аптечка для похода выходного дня и для многодневного похода.

Практические занятия

Формирование походной медицинской аптечки

15. Оказание доврачебной помощи

Личная гигиена туриста. Значение систематического медицинского осмотра. Самоконтроль в походе. Особенности самоконтроля в зимних условиях. Предупреждения потертостей, тепловых и солнечных ударов, обморожений. Профилактика. Первая (доврачебная) помощь в походе при ожогах, повреждениях кожного покрова, кровотечении, растяжении связок, вывихе, переломах, отравлении, тепловом и солнечном ударах, обморожениях. Наложение повязок. Искусственное дыхание. Транспортировка пострадавшего. Правила использования химических средств защиты от кровососущих. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь при ожогах, обморожениях, головных болях,

желудочных, простудных заболеваниях, порезах, ссадинах, укусах насекомых и пресмыкающихся, при растяжении связок. Меры предупреждения перечисленных травм и заболеваний. Способы транспортировки пострадавшего, заболевшего. Обработка и перевязка ран, наложение жгута.

Практические занятия

Оказание первой помощи условно пострадавшему. Обработка ран, ссадин, мозолей, наложение повязок. Изготовление средств для транспортировки пострадавшего.

16. Выживание в природной среде

Флора и фауна изучаемых районов. Съедобные и ядовитые растения и животные.

Разведение огня. Тактика группы при потере какого-либо снаряжения. Как подать сигнал бедствия. Правила поведения участника, отбившегося от группы. Правила поведения группы, потерявшей участника. Обустройство ночлега и быта без использования снаряжения.

Практические занятия

Определение съедобных и ядовитых растений. Разведение огня в экстремальных условиях. Отработка подачи сигналов бедствия. Отработка действий при попадании в экстремальную ситуацию в природной среде.

17. Поисково-спасательные работы

Правила проведения поисково-спасательных работ. Поисково-спасательные работы в лесу, в горах. Взаимодействие групп на маршруте. Средства и способы связи с населенными пунктами, поисково-спасательными отрядами.

Практические занятия

Отработка навыков проведения поисково-спасательных работ.

18. Охрана природы, экологическое воспитание

Законы об охране природы, охоте и рыболовству и роль туриста в их выполнении. Формы участия юных туристов в охране природы: посадка зеленых насаждений, очистка лесов, охрана водоемов. Борьба с вредителями леса, пропаганда охраны природы.

Практические занятия

Очистка лесов. Проведение наблюдений.

19. Туристские походы

Практические занятия

Проведение выездных занятий (практических занятий на местности). В соответствии с количеством часов, отведенных по примерному тематическому плану занятий детского объединения, предполагается провести в течение учебного года два учебно-тренировочных занятия на один день. Первый учебный год завершается походом 2-3 степени сложности.

В результате этих походов обучающиеся приобретут опыт движения по маршрутам, ознакомятся с природой и достопримечательностями своего края.

Во время учебно-тренировочных занятий необходимо отработать: движение колонной, правила и режим пешего движения, выполнение общественных поручений в группе по организационному и хозяйственному самообеспечению, преодоление различных естественных препятствий (подъемы, спуски по

залесенным, травянистым, песчаным, каменистым склонам, движение через густой подлесок, переправы по бревнам, кладям, камням, броды). Страховка и самостраховка. Использование карты и компаса, сличение карты с местностью, ведение группы по заданному азимуту. Ориентирование по небесным светилам днем и в сумерках. Проведение наблюдений, вычерчивание схем, нанесение дополнений и исправлений на карту, фотографирование, ведение записей, составление описания пути движения и интересных объектов, организация и проведение экскурсий, сбор экспонатов.

19. Подведение итогов походов

Разбор снаряжения. Обсуждение итогов прошедшего похода. Просмотр фотоматериалов. Составление отчета о походе. Обмен мнениями и впечатлениями.

Практические занятия

Составление отчета о походе, паспорта маршрута. Приведение в порядок и сдача снаряжения. Приведение в порядок походной документации и записей, составление отчетов по должностям, отчета о маршруте, отчета по экспедиционному заданию и другим краеведческим наблюдениям; подготовка фотографий, рисунков. Оформление стенгазеты.

Методическое обеспечение программы

Формы, методы и приемы организации занятий

Основные формы занятий, реализуемых в рамках данной программы, можно условно разделить на три категории: 1. походы; 2. тренировки на открытом воздухе; 3. занятия в помещении.

Организация учебно-воспитательного процесса в походе осуществляется различными методами и приемами. В походе педагог использует широкий спектр методов обучения в разных сочетаниях: словесные (объяснение, рассказ, беседа, дискуссия), практические (работа на биваке, работа с картографическими материалами, преодоление препятствий на маршруте), наглядный (демонстрация различных технических приемов).

Тренировки на открытом воздухе – это практические занятия игрового характера. Занятия в помещении проходят как лекции, беседы, круглые столы, практические занятия и др.

Материально-техническая база

Для осуществления обучения и практических занятий по Программе, а также проведения походов как обязательной составляющей практической части программы необходимо туристское снаряжение.

Примерный список группового туристского снаряжения:

- Палатки
- Газовые горелки.
- Комплект варочной посуды и костровые принадлежности.
- Хозяйственный тент от осадков.
- Хозяйственный набор для приготовления пищи.
- Ремонтный набор для починки снаряжения.
- Аптечка.

Количество предметов снаряжения определяется количеством участников группы, а также моделями используемого снаряжения (палатки, спальные мешки).

Кроме группового снаряжения, необходимо личное снаряжение. Примерный список личного туристского снаряжения:

- рюкзак (объем 60-90л);
- коврик туристский;
- спальный мешок
- «сидушка»;
- походная одежда: ветрозащитный костюм, тёплая куртка (синтепон, пух), туристские ботинки, кроссовки, перчатки, рукавицы, шапочка, накидка от дождя.

Список литературы для обучающихся

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. – М., 1999.
2. Бардин К. Азбука туризма. М. 1981
3. Булгаков А. А., Рыжавский Г.Я. Два дня в конце недели. М.: «ФиС», 1984. – с. 24-35

4. Дихтярев В.Я. Вся жизнь – поход. М. 1999
5. Куликов В.М. Походная туристская игротка. – М., 1991
6. Куприн И.М. Как создается карта. – М., 1987.
7. Куприн И.М. На местности и карте. – М., 1982.
8. Орешкин Б. Дневник Тони Скворцовой. – М., 1985.
9. Остапец А.А. В походе юные. – М., 1978.
10. Стемпиньска Я., Шаевски Т. Первая помощь при несчастных случаях и в экстремальных ситуациях. М. 1998
11. Шальков Ю.Л. Здоровье туриста: Туризм для всех. М. 1987
12. Шибаев А.С. Переправа. – М., 1996.
13. Шибаев А.С. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве. – М., 1996.

Программа выездного мероприятия «Мы идем в поход!»

Дата	День пути	Участок маршрута	км	Способ передвижения
24.07.2019	1-3	г. Москва – г. Барнаул	3500	Железнодорожный транспорт
27.07.2019	4	Барнаул-Тюнгур-т/б «Высотник»	600	Автобусная перевозка
29.07.2019	5	т/б «Высотник» - урочище Елань	16	Пеший переход
30.07.2019	6	урочище Елань — р. Кучерла	12	Пеший переход
31.07.2019	7	р. Кучерла — Кучерлинское оз.	12	Пеший переход
01.08.2019	8	дневка		
02.08.2019	9	Рад. выход на пер. Рижский	6(12)	Пеший переход, радиальный выход
03.08.2019	10	Рад. выход к сл.р. Иолдо-Айры и Кони-Айры	6(12)	Пеший переход, радиальный выход
04.08.2019	11	дневка		
05.08.2019	12	Кучерлинское озеро — т/с Кедровые	7	Пеший переход
06.08.2019	13	т/с Кедровые – пер. Кара-Тюрек – оз. Аккем	4	Пеший переход
07.08.2019	14	Рад. выход оз. Горных Духов	5(10)	Пеший переход, радиальный выход
08.08.2019	15	Оз. Аккем – сл.р. Аккем-Текелю	12	Пеший переход
09.08.2019	16	сл.р. Аккем-Ярлу – Тюнгур т/б «Высотник»	28	Пеший переход
10.08.2019	17	с. Тюнгур – г. Барнаул	600	Автобусная перевозка
10.08.2019	18-20	г. Барнаул– г. Москва	3500	Железнодорожный транспорт