

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №1 им. Г.К. Нестеренко
муниципального образования Каневской район**

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от 29 августа 2023 года протокол №1
Председатель _____ И.А. Сокол

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«КРАЕВЕДЧЕСКИЙ ТУРИЗМ»**

НАПРАВЛЕНИЕ: туристско-краеведческое
СРОК РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: 1 год
ВОЗРАСТ ОБУЧАЮЩИХСЯ: 11-14 лет
КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ: 34 часа, 1 час в неделю
ПРЕПОДАВАТЕЛЬ: Веселов А.И.

*Программа разработана на основе издания Добарина И. А., Жигарев О. Л.
Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. —
Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического
университета, 1998.*

Пояснительная записка

Настоящая программа дополнительного образования разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования.

Данная программа направлена на:

- создание условий для целостного развития личности ребенка;
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- приобщение к общечеловеческим и национальным ценностям;
- профилактику асоциального поведения;
- укрепление психического и физического здоровья детей;
- взаимодействие педагога с семьей.

Актуальность программы заключается в том, что она позволяет реализовывать в школьной практике принципы государственной политики, а также ориентирована на выполнение требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к содержанию программ внеурочной деятельности школьников.

Цель программы: создать условия для формирования у школьников осознанного и бережного отношения к своему здоровью, а также способствовать формированию патриотических чувств, развитию любви к природе, своей семье и уважительному отношению к своему окружению.

Задачи программы:

- сформировать у обучающихся сознательное и добросовестное отношение к своим обязанностям, организованность и дисциплину;
- развить осознанное отношение детей к состоянию здоровья как основному фактору успеха;
- воспитывать интерес к активной двигательной деятельности;
- сформировать у школьников понимание сущности здорового образа жизни;
- научить учащихся выполнять первичные приемы туристических навыков;
- воспитать качества человека, которые составляют основу его коммуникативной, гражданской и социальной активности;
- воспитать уважение к культуре и истории России;
- привлечь родителей в помощь укрепления здоровья своих детей
- познакомить детей с природой России и родного края.

Особенностью данной программы является то, что она объединила в себе разнообразные виды обучающей и развивающей деятельности, направленные на формирование знаний, умений и навыков, необходимых учащимся в повседневной жизни.

Срок реализации программы - 1 год. Программа рассчитана на учащихся 5-8 классов, по 34 часов в год (1 раз в неделю). Состав группы - 15 человек.

Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Большая часть учебного времени отведена практическим занятиям. Все разделы охватываются в течение одного учебного года. В ходе обучения используя свой педагогический опыт стараюсь создать условия для формирования патриотического сознания, моральной готовности и психологической способности в турпоходах. Кроме того, воспитывается дисциплинированность, нравственная норма поведения.

Плановые занятия проходят на учебно-материальной базе школы.

В ходе учебного процесса, в течение года учащиеся активно участвуют в туристических слётах

Содержание программы.

Тема 2. Безопасность туризма.(1ч)

Инструктажи по технике безопасности в туристском походе.

Тема 2. Ориентирование и топография. (6ч.)

Масштаб. Компас, ориентирование во времени. Прокладка маршрута, составление плана-графика движения. План и карта. *Практические занятия:* 1»Работа с картой и компасом».2 «Составление плана местности».

Тема4. Основы медицинских знаний (8ч)

Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь. Опасности бесконтрольного употребления грибов, ягод, трав. Уход за больным в походе. *Практические занятия:*3-4 «Оказание доврачебной помощи подручными средствами».

Тема 5. Организация питания в походе. (4ч) Основные характеристики суточного питания. Режим питания. Нормы закладки основных продуктов. Хранение продуктов в пути.

Тема 6. Туристское снаряжение.(7ч)

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения. Устройство туристской палатки. Правила укладки рюкзака. Демонстрация снаряжения.*Практические занятия:*5 «Укладка рюкзака».6 « Постановка палатки».

Тема 7. Туристские узлы.(5ч) Определение узла, требования к узлам, группы узлов по назначению. Основные туристские узлы.*Практические занятия:*7-8 « Изучение навыков

вязания основных туристских узлов».9 «Отработка навыков вязания основных туристских узлов».

Тема 8. Туристские биваки.(2ч)

Что такое привал и бивак в походе. Типы костров и их назначение. Практические занятия:10 «Разжигание костров».

Тематическое планирование.

| №п/п | Тема занятия | даты |
|------|--|------|
| 1 | Инструктажи по технике безопасности. | |
| 2 | Масштаб | |
| 3 | Компас, ориентирование во времени | |
| 4 | Прокладка маршрута. | |
| 5 | План и карта | |
| 6 | <i>Практическое занятие 1.»Работа с картой и компасом».</i> | |
| 7 | <i>Практическое занятие 2.» Составление плана местности».</i> | |
| 8 | Гигиена туриста. | |
| 9 | Доврачебная помощь пострадавшему. | |
| 10 | Индивидуальный медицинский пакет туриста. | |
| 11 | Первая медицинская помощь. | |
| 12 | Опасности употребления грибов, ягод, трав. | |
| 13 | Уход за больным в походе | |
| 14 | <i>Практическое занятие 3 «Оказание доврачебной помощи »</i> | |
| 15 | <i>Практическое занятие 4. «Оказание доврачебной помощи ».</i> | |
| 16 | Основные характеристики суточного питания | |
| 17 | Режим питания. | |
| 18 | Нормы закладки основных продуктов | |
| 19 | Хранение продуктов в пути. | |
| 20 | Снаряжение туристов. | |
| 21 | Предметы снаряжения. | |
| 22 | Устройство туристской палатки. | |
| 23 | Правила укладки рюкзака. | |
| 24 | Демонстрация снаряжения. | |
| 25 | Практическое занятие5 «Укладка рюкзака». | |
| 26 | Практическое занятие 6 « Постановка палатки». | |
| 27 | Группы узлов по назначению. | |
| 28 | Основные туристские узлы. | |
| 29 | <i>Практическое занятие7 «Навыки вязания туристских узлов».</i> | |
| 30 | <i>Практическое занятие 8 «Навыки вязания туристских узлов».</i> | |
| 31 | <i>Практическое занятие 9 «Навыки вязания туристских узлов».</i> | |
| 32 | .Привал и бивак. Типы костров. | |
| 33 | Практическое занятие 10: «Разжигание костра» | |
| 34 | Составление отчета по итогам похода. | |

Программа обучения позволяет:

- приобрести знания, умения, навыки, ряда физических и психологических качеств, необходимых для ускорения адаптации к туристическим условиям ;
- приобрести элементарные навыки при обращении с туристическим снаряжением;
- овладеть приемами туристской подготовки.

Результаты обучения.(освоенные умения, усвоенные знания)**Формы и методы контроля и оценки результатов обучения***Умения:*

собирать снаряжение для многодневного похода с учётом метеорологических прогнозов;

оказывать доврачебную помощь пострадавшему;

ориентироваться по компасу и топографической карте;

применять на практике технику вязания узлов;

организовать питание в походных условиях;

Разбить бивак для привала на маршруте похода и для ночёвки в многодневном походе;

Знания:

виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности;

правила установки палаток в пешем походе, виды палаток для массового пешеходного туризма;

правила техники безопасности при выполнении движения в туристской группе;

принцип работы и составные части туристского компаса, правила ориентирования по топографической карте и компасу, топографические знаки;

способы оказания доврачебной помощи, состав туристской аптечки;

виды туристских узлов и способы их применения;

"составные части" туристского бивака и правила расположения его элементов;

УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ программы.

Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.

Информационно-коммуникативные средства: видеофильмы по разделам курса, слайды (диапозитивы) по тематике курса мультимедийный проектор;технические средства обучения; учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование: компас, туристическое снаряжение, набор веревок для вязания узлов, туристические палатки, комплект для приготовления пищи, туристические рюкзаки, медицинская аптечка, перевязочные средства, разномасштабные географические карты, спортивные карты; учебно-методический комплекс дисциплины.

Информационное обеспечение обучения.

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

Список литературы:

Алексеев А. А. Горообразование и горный рельеф: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2005.

Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2006.

Добарина И. А., Жигарев О. Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 1998.

Карманная энциклопедия туриста /Автор-составитель Шабанов А. М. — М.: Вече, 2004.

Лях В.И. Физическая культура: Учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / В.И.Лях, А.А.Зданевич; под ред. В.И.Ляха. — М., 2006—2007.

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. — М., 2007.

Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. — М., 2000.

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. — 6-е изд. — М., 2006.

Талм Е. И. Энциклопедия туриста. — М.: «Большая российская энциклопедия», 1993.

Шаповал Г. Ф. История туризма: Пособие. — Минск: Экоперспектива, 1999.