

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования Ростовской

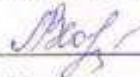
области

Администрация Каменского района

МБОУ Васильевская СОШ

РАССМОТРЕНО

руководитель МО ЕМЦ

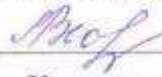


Хорошилова Л.В.

протокол №1 от «28»
августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора



Хорошилова Л.В.

протокол №1 от «28»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор школы



Горшина Е.А.

приказ 73 от «30» августа
2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«ТУРИЗМ»

5,6,7,8 КЛАССЫ

п. Васильевский

2024 год

Пояснительная записка

Согласно новому федеральному государственному образовательному стандарту общего образования организация внеурочной деятельности детей является неотъемлемой частью образовательного процесса в школе. Внеурочная деятельность объединяет все виды деятельности школьников (кроме учебной деятельности на уроке), в которых возможно и целесообразно решение задач воспитания и социализации детей.

Спорт и туризм относятся к тем видам деятельности, воспитательный потенциал которых практически неисчерпаем. Почти все проблемы, связанные с воспитанием, можно решать средствами спорта и туризма.

Программа «Туризм» предназначена для оздоровительной работы с детьми, которые проявляют интерес к занятиям и стремятся освоить мастерство в туризме. Программа составлена на 1 час в неделю.

Самодетельный пешеходный туризм – трудоёмкий, но очень интересный и полезный способ организации досуга учащихся. Такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

Актуальность

Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности.

Школьный туризм позволяет учителю осуществлять практически все виды профессиональной деятельности: учебную и воспитательную, научно – методическую, социально – педагогическую, культурно – просветительскую и др.

Широкая доступность, красота природы края, способствуют популярности, как школьного туризма, так и спортивного ориентирования. Занятия в кружке содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу, участвовать в городских и районных соревнованиях по спортивному ориентированию, в туристических слётах, походах, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

Цель занятий:

Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи занятий:

В области образования:

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовки;
- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;
- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;
- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

В области воспитания:

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;

- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;
- гуманное отношение к окружающему миру;
- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

В области физической подготовки:

- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

Методы работы.

- исследовательский метод (самостоятельная работа кружковцев с выполнением различных заданий, выбор самостоятельной темы для оформления проекта, реферата, отчета о проделанной работе в походах и на экскурсиях);
- метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях;
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качество усвоения комплексной программы, роста динамики спортивных показателей;
- метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Формы работы.

- проведение соревнований по спортивному ориентированию;
- участие в туристических слётах;
- участие в военно-спортивных играх;
- проведение конференций, викторин, спортивных эстафет по охране природы.

Планируемые результаты и критерии их оценки.

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, прирост спортивных достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива кружка, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

В конце обучения подросток сможет осознанно выбрать подходящую специализацию и, используя широкий комплекс полученных знаний и навыков, продолжить своё развитие в специальных образовательных учреждениях по определённому профилю.

Ожидаемые результаты реализации программы

1. Приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности и повседневной жизни:

- приобретение школьником знаний о правилах ведения здорового образа жизни;
- о правилах поведения в лесу, у водоёмов, на болоте, в горах;
- о правилах передвижения по дорогам;
- о правилах обращения с опасными инструментами;
- о правилах обращения с незнакомыми людьми;
- об основных нормах гигиены;
- о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;
- о принятых в обществе нормах отношении к природе, к памятникам истории и культуры;
- о рисках и угрозах нарушения этих норм;
- о действенных способах защиты природы;
- об истории и культуре родного края;

- о гендерных нормах поведения мальчиков и девочек;
 - об основах организации коллективной творческой деятельности.
2. Формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом:
- развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.
3. Приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия:
- приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками;
 - опыта управления другими людьми и принятия ответственности за других людей, опыта волонтерской (добровольной) деятельности.

По завершении обучения кружковцы должны знать:

- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;
- вопросы туризма и экологии;
- основы топографии и ориентирования;
- умение ориентироваться по местным признакам и звёздам;
- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- основные разделы пройденной программы;
- порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;
- способы преодоления различных естественных препятствий;
- способы организации и проведения поисково-спасательных работ;
- основные исторические и географические сведения о родном крае;
- различные способы ориентирования на местности;
- типы костров, правила разведения костров.

уметь:

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- преодолевать вместе естественные препятствия на пути;
- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному ориентированию;
- организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;
- разводить костёр;
- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;
- правильно применять туристские узлы;
- устанавливать палатку;
- проводить поисково-спасательные работы;
- ориентироваться по карте и компасу, а также местным признакам и участвовать в туристических слётах, соревнованиях по спортивному ориентированию и походах;
- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;
- организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт;
- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего.

Этапы и сроки реализации.

1. Подготовительно-организационный - сентябрь.
2. Основной (теоретический и практический) - сентябрь - май.
3. Заключительный (итоговый туристический слёт, летние походы) – май- июнь

**Программа
«Туризм»**

| № | Дата | Тема занятий | Количество часов |
|----|------|--|------------------|
| 1 | | Инструктаж по ТБ. Вводное занятие. Что такое туризм и какого его значение в физическом и духовном развитии человека. История развития туризма. | |
| 2 | | Нормы поведения в туристском коллективе и правила личной гигиены. Конкурсы: укладка рюкзака. | |
| 3 | | Безопасность юного туриста. Правила поведения в лесу, у водоёмов. | |
| 4 | | Правила обращения с огнём, с инструментами. Обучение легкоатлетическим видам спорта. | |
| 5 | | Быт юного туриста. Групповое и личное снаряжение. Личная гигиена. Кроссовая подготовка. | |
| 6 | | Быт юного туриста. Укладка рюкзака, место для костра. Отношение к природе. | |
| 7 | | Кухня юного туриста. Продукты в походе. Приготовление пищи на костре. | |
| 8 | | Установка палатки. Вязка узлов. Силовая подготовка. | |
| 9 | | Туристские узлы и их назначение. Кровотечения и раны. | |
| 10 | | Ориентирование на местности. Карта. Компас. | |
| 11 | | Узлы. Практические занятия. Кроссовая подготовка. | |
| 12 | | Функции санитара. Возможные виды травм и способы оказания первой доврачебной помощи. | |
| 13 | | Личное и групповое туристское снаряжение. | |
| 14 | | Транспортировка пострадавшего при любой травме. Обучение элементам игры в баскетбол. | |
| 15 | | Аптечка, применение, дозировка медицинских препаратов. Обучение элементам игры в баскетбол. | |
| 16 | | Организация туристского быта, привалы, ночлеги. Правила движения в походе. | |
| 17 | | Питание в туристском походе. Преодоление контруклонов. | |
| 18 | | Техника безопасности при проведении туристских походов. | |
| 19 | | Приготовление разнообразной пищи. Утилизация отходов в походе. | |
| 20 | | Воспитание выносливости. Питание в туристском походе. Техника безопасности. | |
| 21 | | Азимут. Стороны горизонта. | |
| 22 | | Способы и правила страховки и само страховки. Круговая силовая тренировка. | |
| 23 | | Способы и правила страховки и само страховки. Эстафетные игры. | |
| 24 | | Характеристика местности по карте. | |

| | | | |
|-------|--|---|----|
| 25 | | Определение расстояний на глаз, шагами. Подвижные игры. | |
| 26 | | Изучение своего района. | |
| 27 | | Аптечка, применение, дозировка медицинских препаратов. Возможные виды травм и способы оказания первой доврачебной помощи. | |
| 28 | | Транспортировка пострадавшего при любой травме. | |
| 29 | | Занятия по карте, ориентирование на местности. | |
| 30 | | Бережное отношение к природе. | |
| 31-32 | | Отработка навыков туристского быта. Обучение элементам игры в футбол. | |
| 33-34 | | Распределение обязанностей в походе. Функции командира группы. | |
| | | | 34 |

Заключение.

Школьный туризм с элементами спортивного ориентирования позволяет учащимся достичь успехов не только в усвоении программы данного курса, но и развить свой умственный, интеллектуальный и физический потенциал. Занятия в кружке дают возможность проникнуться любовью к своей малой родине, бережно относиться к природе, пропагандировать экологическую культуру и вести активный образ жизни, познавая окружающий мир. Между туризмом и краеведением полный практический контакт и единство целей, при которых в условиях родного края туристы часто становятся краеведами, а краеведы туристами. Туризм в большой степени способствует познавательному исследовательскому краеведению, а краеведение обращается к туризму как одной из весьма популярных и педагогически ценных форм. Достигнутые успехи в соревнованиях помогут ребятам быстрее определиться с выбором будущей профессии, а совместные походы и экскурсии научат их коммуникабельности и человечности. Работа кружка подтверждает на практике, что цели и задачи выполняются учащимися с интересом, об этом говорят призовые места и грамоты, полученные на соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию как в командном, так и личном зачётах.

Литература.

1. Нормативная:

1.1. Примерные программы внеурочной деятельности.

П76 Начальное и основное образование /(В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов и др.); под ред. В.А. Горского. - 2-е изд.- М.: Просвещение, 2011.-111 с.-(Стандарты второго поколения).- ISBN 978-5-09—25705-3.

1.2. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г.

1.3.В.И.Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.

1.4. К.В. Бардин «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973.

2. Туризм:

2.1.Г.И.Долженко «История туризма в дореволюционной России и СССР». – Ростов: Издательство Ростовского университета, 1988г.

2.2. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.

2.3. Подготовка и проведение туристского похода с учащимися. - Омск: УНООО, 1989г.

2.4. Ю.С. Константинов «Туристская игротека». - М.: Владос, 2000г.

3. Топография и ориентирование. Туристская техника:

3.1.Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.:ЦРИБ «Турист», 1983г.

3.2.Б.И.Огородников «Туризм и спортивное ориентирование в комплексе ГТО». – М.: Физкультура и спорт, 1983г.

3.3. А.М.Куприн «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1969г.

3.4. Н.В.Андреев «Основы топографии и картографии». - М.: Просвещение, 1972г.

4. Подготовка и проведение похода:

4.1.Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.

4.2.А.Ю.Остапец «На маршруте туристы- следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.

4.3. А.Евтушенко «Организация, подготовка и проведение походов выходного дня». Методическая разработка, - Ставрополь, 2004г.

5. Краеведение:

5.1.И.А.Юнъев «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1974гю

5.2.Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.

6. Зелёная аптека:

6.1.Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.

6.2.Лечение лекарственными растениями в народной медицине. – Майкоп: Адыгейское книжное издательство, 1992г.

6.3.П.Е.Вавриш, Л.Ф. Горовой « Грибы в лесу и на столе». – Киев: Урожай, 1993г.

7. Медицина:

7.1. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г.