Приложение к ООП НОО

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
методическим объединением учителей гуманитарного и эстетического цикла _____О.И.Неказакова Протокол № 1 от 28 августа 2024 г.	Заместитель директора по УВР _____ С. Н. Ткаченко 29 августа 2024 г.	Директор МБОУ СОШ № 4 г. Сальска имени Героя Российской Федерации А.Н.Ойняк _____ Э.Г. Клец Приказ № 158 от 30 августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Туристический кружок»

для обучающихся 8 – х классов

направление курса внеурочной деятельности: внеурочная деятельность по организации деятельности ученических сообществ (подростковый коллектив)

срок реализации: 1 год

возраст детей: 14-15 лет

Автор составитель:
Неказакова Ольга Ивановна,
учитель ИЗО

г. Сальск
2024 год

1. Пояснительная записка

Актуальность. Туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность 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.

Цель программы: 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:

обучающие:

- 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.

воспитательные:

- 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.

развивающие:

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности учащихся;
- развитие интереса к изучаемым дисциплинам;
- формирование навыков туристкой техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий.

Комплексная программа полностью соответствует нормативным требованиям по комплектованию объединений (учебных групп) спортивного профиля, уровню достижений обучаемых к концу каждого учебного года. Для контроля качества усвоения программы имеется разработанная система контроля, которая приводится в данной программе. С учётом возрастной периодизации для занятий зачисляются учащиеся с 5-го по 8-й классы. Можно начинать заниматься с любого возраста предложенных классов. Зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Программа занятий рассчитана на 34учебных часа, включая беседы по теории, практические занятия в помещении и на местности (в том числе, подготовку походов и подведение их итогов), а также проведение учебно-тренировочных походов и сборов.

Режим работы туристского объединения по программе «Юный турист» в течение учебного года в его различные периоды не одинаков: как правило, ребята собираются на занятия 1 раз в неделю в определенный день и час.

2. Результаты освоения курса кружка

Личностные результаты:

- умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий
- умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД:

- Понимать цель выполняемых действий.
- Проговаривать и осуществлять последовательность действий.
- Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.
- Самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств.

Познавательные УУД:

- Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя учебные пособия, интернет-ресурсы.
- Умения самостоятельно определять цели своего обучения.
- ставить и формировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности.
- развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
- Анализировать полученную информацию.

Коммуникативные УУД:

- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместное деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально в группе: находить общие решения и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.
- Умение формировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.
- Выработка умений и навыков коммуникативной культуры в процессе занятий физической культурой.

Предметные результаты:

- Расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

В результате изучения курса

Обучающийся научится:

- основам топографии и ориентирования;
- ориентироваться по местным признакам и звёздам;
- определять опасные и ядовитые растения края;
- преодолевать различные естественные препятствия;
- вязке узлов;
- следовать на занятиях инструкциям учителя;
- вносить коррективы в свою работу;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие физических качеств;
- первоначальным туристическим умениям и навыкам;

- работать индивидуально и в группе;
- умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей и потребностей;
- беречь и защищать природу экологическое мышление.

Обучающийся получит возможность научиться:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, ориентируясь в естественной природной среде по природным ориентирам, используя топографические карты, справочную литературу;
- различать виды туристской деятельности;
- характеризовать основные физические качества;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, группе, детском коллективе;
- определять подбор одежды и инвентаря для туристических прогулок и походов.
- правильно планировать место бивака;
- быстро разводить костер;
- устанавливать и снимать палатку;
- составлять перечень личного и группового снаряжения для похода;
- укладывать рюкзак для однодневного похода;
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу, местным предметам;
- определять азимуты на заданные ориентиры;
- ориентировать карту при помощи компаса;
- определять расстояние по карте;
- оказывать первую доврачебную помощь при потертостях, порезах, обморожениях, ожогах и других заболеваниях и травмах, типичных для походных условий.

3. Содержание курса туристического кружка с указанием форм организации и видов деятельности

№ п.п.	Тема	Форма деятельности	Методы
Тема 1. Введение			
1	Введение в образовательную программу. Организация и комплектование группы. Что такое туризм и каково его значение в физическом и духовном развитии ученика.	Теория	Познавательная деятельность
Тема 2. Организация и подготовка похода			
2	Организация похода. Питание в походе. Составление рациона. Укладка в рюкзак личного снаряжения.	Практикум, теория	Познавательная деятельность
Тема 3. Туристское снаряжение			
3	Снаряжение. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.	Практикум, теория	Познавательная деятельность
Тема 4. Гигиена туриста			
4	Первая медицинская помощь. Заболевания. Ожоги и обморожения. Помощь утопающему.	Практикум, теория	Познавательная деятельность
Тема 5. Туристский бивак			
5	Устройство бивака. Работа с палаткой. Свёртывание лагеря. Костёр, его виды. Разведение и поддержание костра. Костровое хозяйство. Меры предосторожности.	Практикум, теория	Познавательная деятельность
Тема 6. План и карта			
6	Топографические карты. Условные знаки. Спортивные карты. Условные знаки спортивных карт. Изготовление условных знаков. Сигналы бедствия. Закрепление навыка чтения условных знаков. Компас. Строение и работа с ним. Приёмы ориентирования карты по компасу. Определение расстояний и работа с компасом. Ориентирование. Первый способ ориентирования. Ориентирование. Второй способ ориентирования. Сопоставление двух способов ориентирования. Изображение рельефа местности на спортивных картах. Закрепление практического навыка чтения рельефа. Чтение карты. Выработка навыка беглого	Практикум, теория	Познавательная деятельность

	чтения карты. Комплексное чтение карты.		
Тема 7. Определение расстояний простейшими способами			
7	Способы определения расстояний на местности. Походные эталоны: средняя длина шага, размеры подручных средств (лопаты, топорики, спичечные коробки, карандаши и авторучки). Глазомер. Видимый горизонт. Походные дальномеры (расстояние между телеграфными столбами, высота телеграфного столба, средняя высота леса и т.д.) Определение сторон горизонта по Солнцу, Луне, местным признакам, звездам. Топографическая съёмка местности. Работа на школьной площадке с компасом и картой. Нахождение контрольных пунктов по карте и на местности на время.	Практикум, теория	Познавательная деятельность
Тема 8. Краеведение			
8	Краеведение. История Сальского района, его культурное наследие.	Практикум, теория	Познавательная деятельность
Тема 9. Физическая подготовка			
9	Перенос КП. Учебные соревнования. Приёмы ориентирования карты. Способы определения точки стояния. Движение по азимуту. Отклонение при движении по азимуту. Выход по азимуту на КП. Тактико-технические приёмы выбора пути движения. Узлы и их назначение. Вязка узлов (прямой, восьмерка, схватывающий). Вязка узлов (шкотовый, брамшкотовый, булинь, австрийский проводник). Вязка узлов (встречный, грейпвайн, привязочный, узел «питона»). Вязка узлов (обвязочная петля, маркировочный узел, узел Бахмана). Вязка узлов (узел «стремя», узел УИАА, карабинный узел). Грудная обвязка и страховочная система. Приёмы обращения с верёвкой. Подъём и спуск спортивным способом. Различные виды переправ и их наведение. Учебные соревнования.	Практикум, теория	Познавательная деятельность

4. Календарно – тематическое планирование

№ п.п.	Тема	Кол-во часов		Сроки изучения	
		по плану	фактически	по плану	фактически
Тема 1. Введение (2часа)					
1/1	Введение в образовательную программу. Организация и комплектование группы	1		02.09	
2/2	Что такое туризм и каково его значение в физическом и духовном развитии ученика.	1		09.09	
Тема 2. Организация и подготовка похода (2 часа)					
3/3	Организация похода. Питание в походе. Составление рациона.	1		16.09	
4/4	Укладка в рюкзак личного снаряжения.	1		23.09	
Тема 3. Туристское снаряжение (2 часа)					
5/5	Снаряжение. Личное снаряжение.	1		30.09	
6/6	Групповое снаряжение.	1		07.10	
Тема 4. Гигиена туриста. (2 часа)					
7/7	Заболевания .Первая медицинская помощь.	1		14.10	
8/8	Ожоги и обморожения. Помощь утопающему.	1		21.10	
Тема 5. Туристский бивак. (4 часов)					
9/1	Устройство бивака.	1		11.11	
10/2	Работа с палаткой.	1		18.11	
11/3	Костёр, его виды.	1		25.11	
12/4	Разведение и поддержание костра. Меры предосторожности.	1		02.12	
Тема 6. План и карта (5 часов)					
13/5	Топографические карты.	1		09.12	
14/6	Условные знаки. Спортивные карты.	1		16.12	
15/7	Сигналы бедствия. Закрепление навыка чтения условных знаков.	1		23.12	
16/1	Компас. Строение и работа с ним. Приёмы ориентирования карты по компасу.	1		13.01	
17/2	Определение расстояний и работа с компасом.. Два способа ориентирования.	1		20.01	
Тема 7. Определение расстояний простейшими способами (5 часов)					

18/3	Способы определения расстояний на местности.	1		27.01	
19/4	Глазомер. Видимый горизонт.	1		03.02	
20/5	Определение сторон горизонта по Солнцу, Луне, местным признакам, звездам.	1		10.02	
21/6	Топографическая съёмка местности.	1		17.02	
22/7	Работа на школьной площадке с компасом и картой.	1		24.02	
Тема 8. Краеведение (1 час)					
23/8	История Сальского, его культурное наследие.	1		03.03	
Тема 9. Физическая подготовка (11часов)					
24/9	Движение по азимуту.	1		10.03	
25/10	Узлы и их назначение.	1		17.03	
26/1	Вязка узлов (прямой, восьмерка, схватывающий).	1		07.04	
27/2	Вязка узлов (шкотовый, брамшкотовый, булинь, австрийский проводник).	1		14.04	
28/3	Вязка узлов (встречный, грейпвайн, привязочный, узел «питона»).	1		21.04	
29/4	Вязка узлов (обвязочная петля, маркировочный узел, узел Бахмана).	1		28.04	
30/5	Вязка узлов (узел «стремя», узел УИАА, карабинный узел).	1		05.05	
31/6	Приёмы обращения с верёвкой.	1		12.05	
32/7	Подъём и спуск спортивным способом.	1		19.05	
33/8	Различные виды переправ и их наведение. Учебные соревнования	1		26.05	

5. Список использованной литературы

1. Александрова, А.Ю. Международный туризм; М.: Аспект Пресс - Москва, 2013.
2. Соловьев С. С. Безопасный отдых и туризм; Академия - Москва, 2013.
3. Филиппова, И. Г. География туризма / И.Г. Филиппова, В.Л. Погодина, Е.А. Лукьянов. - М.: Бизнес-пресса, 2013.
4. Ветитнев, А. М. Лечебный туризм / А.М. Ветитнев, А.С. Кусков. - М.: Форум, 2014.
5. Вся Москва. Москва - центр культуры и туризма / All Moscow: Moscow - A Centre of Culture and Tourism. - М.: The Encyclopaedia Britannica Company, LTD, 2013.
6. Дыжина, Н. Н. География туризма / Н.Н. Дыжина. - М.: Дашков и Ко, ООО "Фоссет-М", 2016.
7. Егоренков, Л. И. Введение в технологию туризма / Л.И. Егоренков. - М.: Финансы и статистика, Инфра-М, 2014.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 209456830344270487273059057625064489973230298033

Владелец Клец Эдуард Геннадьевич

Действителен С 16.09.2024 по 16.09.2025