

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Ярская средняя общеобразовательная школа №1»

РАССМОТРЕНО
на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «30» 08 2023 г.



Программа кружка

ЮНЫЕ ТУРИСТЫ

срок реализации 1 год
возраст детей 10-12 лет

Составители:
Першин Н.И.
учитель ОБЖ

I. Пояснительная записка

Пешеходный туризм - самый распространенный и доступный вид туризма для учащихся, основой которого является организация самостоятельного туристского похода, включающего в себя активный отдых, углубление знаний полученных в школе на уроках географии, математики, истории, литературы, физики и других специальных знаний.

Программа разработана в соответствии с:

- Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года № 273-ФЗ;
- Приказом Минобрнауки России от 28.12.2010г. № 2106 «Федеральные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников»;
- Санитарно-эпидемиологическими требованиями к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей, утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 04.07.2014 г. №41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14, зарегистрированного в Минюсте РФ 20.08.2014 г., регистрационный номер 33660);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам». Единым квалификационным справочником должностей руководителей, специалистов и служащих, утверждённый приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от « 26 »августа 2010 г. №761н».

Главная задача пешеходного туризма — удовлетворить естественную потребность учащихся в непосредственном познании мира. Поскольку школьный туризм неотделим от краеведческой работы, то есть углубленного изучения во время походов истории, природы и культуры родного края — своей малой родины, о нем можно говорить не только как об уникальном оздоровительном комплексе, но и как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания. Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для подготовки обучающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций. Растущая отчужденность между людьми вызывает необходимость использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений. Отличительной особенностью данной программы является, прежде всего, ее комплексность, которая дает возможность обучающимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию и, может быть, жизненный путь. Дополнительная образовательная программа туристического объединения соответствует туристско-краеведческой направленности и строится на **следующих педагогических принципах**: гуманистический подход к образованию;

осуществление целостного подхода к воспитанию;

соответствие содержания возрастным особенностям обучающихся;

деятельностный подход в обучении;

формирование социально приемлемых интересов и потребностей обучающихся.

Цель программы — формирование здорового образа жизни средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Задачи: развивающие: расширение и углубление знаний обучающихся, дополняющих общеобразовательную программу по географии, экологии, ОБЖ, физической подготовке; расширение и углубление знаний обучающихся по истории родного края;

обучающие: приобретение умений и навыков в работе с картой и 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 жизненной самостоятельности и волевых качеств; формирование гуманного отношения к окружающей среде; выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе.

Дополнительная образовательная программа объединения рассчитана на 1 год обучения и полностью соответствует существующей нормативной документации (учебный план, САНПиН), регламентирующей наполняемость объединений, выделение учебных часов на подготовку и проведение походов в зависимости от степени сложности. Для зачисления в объединение, работающее по данной программе, специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний. Группы первого года обучения комплектуются детьми в возрасте 11-12 лет. Второго года – из числа успешно освоивших программу 1-го года; третьего-пятого– по результатам сдачи нормативов по физической культуре и технической подготовки в соответствии с полом и возрастом. В группы второго и третьего годов обучения входят дети, занимающиеся на 1 году обучения и показавшие хорошие результаты на соревнованиях различного уровня и сдавшие нормативы по ОФП, ГТО. Для контроля качества усвоения программы разработана система контроля, которая обозначена после каждого года обучения. Для реализации программы могут использоваться разнообразные формы работы: проведение соревнований по туризму, ориентированию, топографии, военно-спортивные игры. Походы проводятся в соответствии с программой, начиная с однодневных. Прогнозируемые результаты и критерии их оценки: прямыми критериями оценки результатом обучения служит успешное усвоение программы, прирост спортивных достижений, участие в походах, соревнованиях. Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива объединения (группы), заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, привитие любви и уважения к своему родному краю, развитие чувства ответственности и товарищества, а в конечном итоге — воспитание физически здоровых, сознательных патриотов своей Родины. В процессе обучения предусматриваются: итоговая и промежуточная аттестации, теоретические зачеты, тестирование, зачетные соревнования и однодневные походы. Программа составлена на основе авторской программы комплексной туристскокраеведческой подготовки (авторы А.Евтушенко, И.Стороженко), опубликованной в сборнике авторских программ дополнительного образования детей (Москва: Народное образование, - 2002), и адаптирована к условиям работы туристического объединения.

Формы занятий

Ведущей формой организации занятий является групповая. Некоторые занятия целесообразно проводить со всем составом объединения, например: лекции, беседы, походы. Для подготовки мероприятий и экскурсий более продуктивной будет работа в подгруппах. Наряду с групповой формой работы осуществляется индивидуальная форма ведения занятий.

Режим занятий

Занятия проходят 2 раза в неделю, продолжительностью 1 академический час, в год 68 часов. Занятия могут проходить со всем коллективом, по подгруппам, индивидуально, во внеурочное время.

Формы контроля:

Тематический контроль (проверка знаний и умений в конце определенной темы в виде устного опроса, практической работы, тестов)

Итоговый контроль (зачетный поход)

Ожидаемые результаты:

Личностными результатами являются:

- формирование положительного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к природе, как основным ценностям в жизни человека, к Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям;
- развитие интереса к изучению географии, истории и культуры родного края;
- формирование туристских умений и навыков.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- экологического мышления;
- познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры и туризма;
- умений и навыков, способов ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;
- понимания значимости туризма для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека;
- мотивации к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур.

Регулятивные УУД:

Учащиеся научатся:

- адекватно воспринимать содержательную оценку своей работы;
- следовать на занятиях инструкциям преподавателя;
- вносить коррективы в свою работу.

Учащиеся получают возможность научиться:

- понимать цель выполняемых действий;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие физических качеств;
- туристическим умениям и навыкам;
- работать индивидуально и в группе;
- уметь осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей и потребностей;
- беречь и защищать природу, экологически мыслить.

Коммуникативные УУД:

Учащиеся научатся:

- следовать традициям старших ребят, участников районных туристических соревнований;
- отвечать на вопросы и задавать вопросы;
- выслушивать друг друга;
- рассказывать о режиме дня школьников, о личной гигиене;

Учащиеся получают возможность научиться:

- рассказывать о влиянии физических упражнений на организм и здоровье человека;
- различать виды туризма (пеший, лыжный, равнинный, горный, самодельный, спортивный);
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, группе, в коллективе;

- безопасному поведению во время занятий в спортивном зале, на спортивной площадке, в природной среде;
- участвовать в однодневных, двухдневных походах, туристских слетах, соревнованиях.

Познавательные УУД:

Учащиеся научатся:

- читать топографические карты;
- следовать законам «Кодекса туриста»;
- ориентироваться на местности без карты (по природным признакам, по компасу);
- определять влияние занятий физическими упражнениями и туризмом на здоровье человека.

Учащиеся получают возможность научиться:

- осуществлять активную деятельность в коллективе;
- 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.
- описывать содержание личного и группового снаряжения туриста, описывать способы укладки рюкзака и самостоятельно укладывать рюкзак.
- описывать технику выполнения вязки узлов, осваивать её самостоятельно, применять различные узлы по их назначению в туристской технике, работать в группах, исправляя свои ошибки и помогая советом;
- применять различные способы при определении места для совершения похода;
- описывать все возможные варианты используемой еды в полевых условиях, их фасовку и приготовление, описывать вариативное выполнение укладки рюкзака продуктами питания.
- описывать технику выполнения всех действий при разворачивании лагеря (постановка палатки и её местоположение, натягивание тента, разведение костра; определение местоположения всех станций по отношению друг к другу).
- описывать типы компасов, строение и принцип работы. Самостоятельно выполняют ориентирование на местности.
- описывать существующие топографические знаки, находить их на местности.
- выполнять передвижение по азимуту, определять своё местоположение на карте самостоятельно;
- изучать виды препятствий в туризме, описывать, возможные варианты преодоления этих препятствий.
- выполнять преодоление препятствий самостоятельно, со страховкой и с помощью педагога;
- приобретать знания о природе, истории, культуре родного края;
- получать навыки изучения и описания природных объектов;
- использовать туристско-краеведческий материал в образовательном процессе;
- проводить работу над ошибками и устранять их;
- проявлять коммуникативные способности при общении с одноклассниками;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения материала, соблюдать правила безопасности.

Учебный план

№ п/п	Наименование тем, разделов	Количество часов всего			Форма контроля
		теория	практ.	всего	
1	Вводное занятие.	2		2	Беседа, работа с карточками
2	Топография и ориентирование.	3	6	9	Работа с картой, карточками
3	Самоконтроль и доврачебная медицинская помощь.	4	5	9	
4	Личное и групповое туристическое снаряжение.	4	5	9	
5	Туристская техника		16	16	
6	Физическая подготовка	2	9	11	
7	Организация, подготовка к туристическим походам	4	8	12	
	итого	19	49	68	

Содержание программы

№ п.п.	Название раздела, темы	Количество часов			Формы контроля/аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие - знакомство с программой туристско-краеведческой подготовки; - чем полезны и интересны походы и экскурсии.	1	1		Беседа
2	История и развитие туризма и его виды. 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.	1	1		Работа с карточками
Раздел 1 Топография и ориентирование.					
3	Масштаб карты (линейный, числовой). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты (20-25 знаков)	1	0,5	0,5	записи
4	Масштаб карты (линейный, числовой). Умение определять расстояние на карте. Знание условных знаков спортивной карты (20-25 знаков)	1		1	Работа с картой
5	Компас и его устройство. Что такое	1	0,5	0,5	записи

	азимут.				
6	Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный. Приложение на карте маршрута по его, текстовому описанию (по легенде). Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов).	1	0,5	0,5	Работа с карточками
7	Упражнения и задачи на масштаб, на превращение числового масштаба в натуральный. Приложение на карте маршрута по его, текстовому описанию (по легенде). Построение на миллиметровке заданного азимутального маршрута. Измерение на карте азимутов и расстояний заданных линий (маршрутов).	1		1	Работа с карточками
8	Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам.	1	0,5	0,5	записи
9	Зарисовка топографических знаков (40—50 знаков), чтение топографической карты по квадратам и маршрутам.	1	0,5	0,5	записи
10	Топографический диктант. Разбор топографического диктанта.	1		1	Работа с карточками
11	Повторение плохо усвоенных топографических знаков.	1	0,5	0,5	Работа с карточками
Раздел 2 Самоконтроль и доврачебная медицинская помощь.					
12	Личная гигиена туриста.	1	0,5	0,5	
13	Что такое самоконтроль, умение измерить ЧСС.	1	0,5	0,5	
14	Умение оказать помощь при наминах, потертостях, мозолях, при повреждениях кожи,	1	0,5	0,5	
15	Умение оказать помощь при растяжениях мышц, вывихе сустава.	1	0,5	0,5	
16	Наложение повязок.	1	0,5	0,5	
17	Умение организовать транспортировку пострадавшего.	1	0,5	0,5	
18	Первая помощь при термических и солнечных ожогах, ожогах растениями.	1	0,5	0,5	
19	Состав минимальной аптечки для ПВД.	1	0,5	0,5	
20	Контрольный зачет по оказанию ПМП	1		1	
Раздел 3 Личное и групповое туристическое снаряжение.					

21	Личное снаряжение туриста	1	1		
22	Правила укладки рюкзака.	1		1	
23	Правила ухода за личным снаряжением. Ремонт снаряжения.	1	0,5	0,5	
24	Проведение игры «Что взять с собой в поход»	1		1	
25	Групповое снаряжение туристов	1	1		
26	Тип палаток и их постройка.	1	0,5	0,5	
27	Хранение и переноска посуды.	1	0,5	0,5	
28	Ремонт снаряжения.	1	0,5	0,5	
29	Проведение игры «Что взять с собой в поход»	1		1	
Раздел 4 Туристская техника					
30	Вязка узлов.	1		1	
31	Вязка узлов.	1		1	
32	Вязка узлов.	1		1	
33	Вязка узлов.	1		1	
34	Виды костров.	1		1	
35	Подъем спортивным способом. Спуск спортивным способом.	1		1	
36	Подъем спортивным способом. Спуск спортивным способом.	1		1	
37	Переправа по бревну. Преодоление условного «болота».	1		1	
38	Переправа по бревну. Преодоление условного «болота».	1		1	
39	Подъем по склону с альпенштоком. Спуск по склону с альпенштоком.	1		1	
40	Подъем по склону с альпенштоком. Спуск по склону с альпенштоком.	1		1	
41	Прохождение «траверса», параллельных перил	1		1	
42	Прохождение полосы	1		1	
43	Прохождение полосы	1		1	
44	Прохождение полосы	1		1	
45	Прохождение полосы	1		1	
Раздел 5 Физическая подготовка					
46	Значение физических упражнений на системы организма.	1	1		
47	Закаливание, его виды и принципы.	1	1		
48	Развитие двигательных качеств	1		1	
49	Развитие двигательных качеств	1		1	
50	Преодоление полосы препятствий	1		1	
51	Преодоление полосы препятствий	1		1	
52	Преодоление полосы препятствий-эстафета	1		1	
53	Кроссовая подготовка.	1		1	
54	Кроссовая подготовка.	1		1	
55	Выполнение норм ГТО	1		1	
56	Выполнение норм ГТО	1		1	
Раздел 6 Организация, подготовка к туристическим походам					

57	Виды туристических походов. ознакомились с природой и достопримечательностями своего края.	1	1		
58	Обеспечение безопасности. Цели и задачи похода.	1	1		
59	Разработка маршрута, подготовка снаряжения.	1		1	
60	Организация питания в походе. Организация похода (обязанности участников, строй и порядок движения, направляющий, замыкающий). Значение дисциплины в походе.	1	1		
61	Составление отчета о походе	1	1		
62-68	Однодневный итоговый поход.	7		7	
Итого часов		68	19	49	

По завершении года обучающиеся должны знать:

- порядок организации и проведения походов выходного дня;
- правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии, туризма;
- основы туристической техники;
- основы топографии и ориентирования;
- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- опасные и ядовитые растения, растущие в окрестностях.

По завершении первого года обучения, обучающиеся должны уметь:

- передвигаться по дорогам, тропам в составе группы;
- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для ПВД;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне по спортивному ориентированию;
- оказывать элементарную медицинскую помощь;
- ориентироваться в лесу.

Программа воспитания

Цель: формирование у обучающихся духовно-нравственных ценностей, способности к осуществлению ответственного выбора собственной индивидуальной образовательной траектории, способности к успешной социализации в обществе.

Задачи:

- поддерживать традиции образовательной организации и инициативы по созданию новых в рамках уклада школьной жизни, реализовывать воспитательные возможности общешкольных ключевых дел;
- реализовывать воспитательный потенциал и возможности на занятиях, поддерживать использование интерактивных форм занятий с обучающимися на занятиях;
- организовывать профориентационную работу с обучающимися;
- развивать предметно-эстетическую среду школы и реализовывать ее воспитательные возможности, формирование позитивного уклада школьной жизни и положительного имиджа и престижа Школы;

- организовать работу с семьями обучающихся, их родителями или законными представителями, направленную на совместное решение проблем личностного развития обучающихся.

Личностные результаты:

Формирование любознательности, аккуратности, усидчивости, уважения и любви к труду.

Календарный план воспитательной работы

№	Месяц	Мероприятие	Место проведения
1	Октябрь	Брейн-ринг «У природы нет плохой погоды»	Территория школы
2	Декабрь	Выход на природу «В поисках Деда Мороза»	Территория База отдыха Ярская
3	Февраль	День Именинников	Территория школы
4	Март	Выход на природу «Весенний переполох»	Территория База отдыха Ярская
5	Май	Праздник «Краски лета»	Территория База отдыха Ярская

\

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

1. Кабинет для проведения аудиторных занятий;
2. Спортивный зал;
3. Площадка для организации спортивно-туристских игр на открытом воздухе;
4. Подсобное помещение для хранения инвентаря;
5. Медицинская аптечка;
6. Палатки туристские;
7. Рюкзаки туристские;
8. Коврики туристские;
9. Компасы;
10. Топографические и спортивные карты местности;
11. Веревки, страховочные обвязки, страховочные карабины;

ЛИТЕРАТУРА

1. Арефьев В. Е. Введение в туризм. Барнаул, 2002
2. Даньшин Н. К. Организация и технология туризма. Донецк, 2006.
3. Квартальнов В. А. Теория и практика туризма. М., 2003.
4. Костюкова О. И. Основы туризма. Владивосток, 1998.
5. Менеджмент туризма. Туризм как вид деятельности.//Н. И. Гаранин, И. В. Зорин, Е. Н. Ильина, В. А. Квартальнов и др. М., 2001.
6. Окишев П. А. Основы туризмоведения. Томск, 2005.
7. Организация туризма.//Под ред. Н. И. Кабушкина. Мн., 2005.
Дополнительная учебная литература
1. Гулиев Н. А., Кулагина Е. В. Введение в специальность: Туризм. Омск, 2002.
2. Гуляев В. Г. Организация туристских перевозок. М., 2000
3. Долженко Г. П. Экскурсионное дело. М.-Ростов-на-Дону, 2005.
4. Долматов Г. М. Международный туристический бизнес: история, реальность, перспективы. Ростов-на-Дону, 2001.
5. Дроздов А. В. Основы экологического туризма. М., 2005.
6. Егоренков Л. И. Экология туризма и сервиса. М., 2003.
7. Емельянов Б. В. Экскурсоведение. М., 2004.
8. Жарков Г. Н. Правовое обеспечение международного туризма. М., 2004.
9. Ильина Е. Н. Организация водных путешествий. М., 2002.
10. Ильина Е. Н. Организация железнодорожных путешествий. М., 2003.
11. Косолапов А. Б. Теория и практика экологического туризма. М., 2005.
12. Крачило Н. П. Основы туризмоведения. Киев, 1980.
13. Курило Л. В. Краеведение и туризм. М., 1999.
14. Сборник законодательства Российской Федерации в области туризма.//С. Р. Ахмеров, Н. Ю. Репина и др. Саратов, 2002.
15. Севастьянов Д. В. Основы страноведения и туризма. СПб., 2003.
16. Седова Н. А. Культурно-просветительный туризм. М., 2004.