

## АННОТАЦИЯ

Программа имеет туристско-краеведческую направленность, является учебно-образовательной с практической ориентацией. Педагогическая эффективность программы будет выше, если каждый участник туристской прогулки, сюжетно-ролевой игры, экскурсии или похода будет выполнять посильные и интересные для него поручения. Дети могут самостоятельно распределить следующие социально-профессиональные роли: командир, ремонтный мастер, направляющий, замыкающий, штурман, проводник, дежурный, костровый, санинструктор, завхоз по снаряжению, знаток погоды, знаток птиц, знаток растений, знаток трав, знаток достопримечательностей, знаток туристской кухни, знаток водотоков и водоёмов, знаток рыб, знаток туристской фотографии, знаток туристских песен, знаток истории родного края и т. п.

Совершенствуя полученные в начальном образовании универсальные учебные действия, обучающиеся получают новые теоретические знания и практические умения в области истории и культуры малой родины через различные виды практико-ориентированной деятельности в системе должностно - ролевого туристско-краеведческого самоуправления, проявляют уважение к прошлому, бережное отношение к реликвиям прежних времён, а также в процессе обучения формируется патриотизм и потребность сохранить для других поколений исторические, природные, материальные, художественные и культурные ценности родного края. Ведущим методом внеурочной деятельности является метод решения практических задач (познавательных, исполнительских, творческих).

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования, науки и молодежной политики**

**Краснодарского края**

**Администрация муниципального образования Новопокровский район**

**СОШ №6**

**РАССМОТРЕНО**

**ШМО**

\_\_\_\_\_  
Тимофеев А.А.  
Протокол №1 от «29» 08  
2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

**Заместитель директора по  
ВР**

\_\_\_\_\_  
Фоломеева Н.В.  
от «29» 08 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

**директор**

\_\_\_\_\_  
Нагирная Я.Л.  
Приказ №235 от «29» 08  
2024г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по курсу внеурочной деятельности кружок**  
**«Основы туризма»**

Уровень образования (класс): основное общее образование, 8 класс

**Количество часов 0.25 в неделю, 8,5 часа.**

Учитель МБОУ СОШ №6 Тимофеев А.А.

Программа разработана в соответствии ФГОС СОО

с учетом Методического конструктора: пособие для учителя/ Д.В. Григорьев , П.В. Степанов.- М.: Просвещение, 2013

## **Результаты освоения курса внеурочной деятельности**

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы.

Требования к результатам освоения программы задают критерии оценки личностных, метапредметных и предметных результатов на каждом году обучения.

Результатом внеурочной деятельности являются универсальные учебные действия: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные.

К личностным результатам относится система ценностных ориентаций школьника, отражающих его индивидуально-личностные, позиции, мотивы и отношение к активному участию во внеурочной деятельности, социальные чувства, личностные качества. Личностные универсальные учебные действия выражаются формулами «Я и природа», «Я и другие люди», «Я и общество», «Я и познание», «Я и Я», что позволяет школьнику выполнять разные социальные роли («гражданин», «школьник», «ученик», «собеседник», «одноклассник» и др.) и профессиональные роли («путешественник», «знаток», «дежурный», «командир», «капитан», «штурман» и др.).

К метапредметным результатам относятся освоенные школьником универсальные способы деятельности, применимые как в рамках внеурочной деятельности (образовательного процесса), так и в реальных жизненных ситуациях.

Регулятивные универсальные учебные действия отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).

Познавательные универсальные учебные действия — система способов познания окружающего мира, самостоятельного процесса поиска, исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации.

К предметным результатам относятся усвоенные школьником в процессе внеурочной деятельности знания, умения, навыки и специальные компетенции; опыт творческой деятельности; опыт познавательной деятельности; опыт коллективной самостоятельности в туристской группе (команде); опыт социально-профессиональных ролей в системе должностно-ролевого туристско-краеведческого самоуправления; ценностные установки, специфичные для туризма и краеведения, межличностной коммуникации.

Коммуникативные универсальные действия — способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных внеучебных ситуациях; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме.

### **Воспитательные результаты внеурочной деятельности школьников распределяются по трём уровням.**

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимание социальной реальности в повседневной жизни): приобретение знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии физическими упражнениями и туризмом, способах и средствах передвижения на местности пешком и на лыжах, способах ориентирования на местности и об элементарных правилах выживания в природе, о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры, российских традициях памяти героев отечественных войн, русских народных играх, о правилах конструктивной групповой деятельности на туристской прогулке и экскурсии, об основах организации коллективной деятельности в туризме и краеведении, о способах организации досуга, о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьников к базовым ценностям российского общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к физкультуре и занятиям туризмом, к природе, к малой родине и родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение младшими школьниками опыта самостоятельного социального действия): приобретение обучающимся опыта актуализации физкультурно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве, опыта заботы о младших и организации их досуга, опыта волонтерской деятельности, опыта

самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками, опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других.

При достижении трёх уровней результатов внеурочной деятельности возрастает вероятность появления социокультурной идентичности, социально-коммуникативных компетенций и компетенции в сфере сохранения и укрепления здоровья. Социокультурная идентичность — осознание школьником себя в контексте управления социокультурным пространством собственного существования, принятие себя как субъекта социокультурного взаимодействия, личности и индивидуальности.

Социально-коммуникативная компетенция предполагает высокую степень эффективности самовыражения и самореализации школьника в социальном взаимодействии (при соблюдении этикета, принципов коммуникативной толерантности), осознанное позиционирование себя как субъекта межличностного взаимодействия, владение управленческими (организаторскими) компетенциями (изучение потребностей аудитории, поиск наиболее адекватных вариантов удовлетворения потребностей и т. д.).

Планируемые результаты. По окончании занятий внеурочной деятельности по предлагаемой программе обучающиеся должны обладать определёнными знаниями, умениями и навыками в вопросах туризма и краеведения, которые можно применять в социальной практике, в туристских походах и путешествиях, в межличностной коммуникации, в быту и обществе, при продолжении образования в основной школе.

### **Обучающиеся узнают:**

- основные этапы истории туризма;
- основные виды туризма;
- историю своей школы, её традиции;
- основные вехи истории родного края;
- азбуку туристско-краеведческой деятельности;

- правила поведения в музеях и других общественных местах;
- основные термины, применяемые в детском туризме и краеведении;
- основные принципы сохранения здоровья и здорового образа жизни;
- основные виды растительного и животного мира своего края;
- способы передвижения и преодоления естественных и искусственных препятствий в пешеходных и лыжных путешествиях;
- способы охраны природы в туристском путешествии.

**Обучающиеся получат возможность узнать/познакомиться:**

- основные социальные функции туризма и краеведения;
- ведущие музеи, исторические и памятные места своего села и района;
- жизнь и деятельность выдающихся путешественников, соотечественников, внёсших вклад в развитие туризма;
- с методикой проведения поисково-исследовательской работы;
- правила оформления краеведческого исследования;

**Обучающиеся научатся:**

- общаться с людьми;
- систематизировать и обобщать собранный краеведческий материал, оформлять его и хранить;

- вести элементарную поисково-исследовательскую работу по алгоритмам;
- оформлять стенды, фотовыставки и т. п.;
- осуществлять фотосъёмку исследуемых объектов туристского интереса;
- соблюдать правила личной гигиены;
- овладеть элементарными туристско-бытовыми навыками;
- выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений;
- владеть техникой перемещения на местности пешком и на лыжах с грузом-рюкзачком;

**Обучающиеся получают возможность научиться:**

- вести исследовательские краеведческие записи;
- составлять справочную картотеку;
- выступать с докладами
- работать с научно-популярной литературой;
- ориентироваться в пространстве, на местности, в своём городе;
- рисовать планы местности;
- владеть техническими и тактическими приёмами преодоления естественных и искусственных препятствий.

**В процессе реализации программы у учащихся будут формироваться/совершенствоваться следующие качества:**

- инициативность;
- аккуратность;
- коммуникабельность;
- целеустремлённость;
- самокритичность;
- творческая активность;
- способностью к оказанию взаимопомощи;
- самостоятельность;
- исполнительность;
- способностью к взаимодействию в команде;
- физическая активность;
- выносливость;
- упорством в достижении поставленных целей;
- уважением к старшим, родителям, семейным традициям;
- милосердием, заботой о старших и младших;
- экологическая культура;

- любовью к своей малой родине;
- трудолюбие.

### **Содержание с указанием форм организации внеурочной деятельности**

Обучая детей навыкам туризма необходимо использовать все доступные формы и методы работы. Это тематические и игровые уроки, тематические занятия, эвристические беседы, обсуждение ситуаций, наблюдения, использование компьютерных программ, экскурсии, просмотр видеофильмов, игры, тренировки, соревнования, социально-значимые акции и др.

Так как игровая мотивация естественным образом переходит в учебную, то есть в интерес к содержанию задания, который лежит в основе формирования познавательной мотивации, произвольной памяти и внимания, следует активно использовать все известные игровые методики. Эти методики включают в себя практически все формы работы:

- тематические праздники;
- ролевые, деловые, обучающие, дидактические игры,
- конкурсы;
- эстафеты;
- диалоги;
- беседы;
- диспуты;

- тренинги;

Они представляют широкие возможности для творческой деятельности и интеллектуального развития ребенка. Игра способствует развитию воображения. Поскольку оно необходимо для создания новых ситуаций и правил игры. Чаще всего игры используются при контроле знаний. Виды контроля: текущий контроль умений и навыков; контроль домашней подготовки; итоговый контроль.

**Ценностные ориентиры:** программа имеет туристско-краеведческую направленность, является учебно-образовательной с практической ориентацией. Педагогическая эффективность программы будет выше, если каждый участник туристской прогулки, сюжетно-ролевой игры, экскурсии или похода будет выполнять посильные и интересные для него поручения. Дети могут самостоятельно распределить следующие социально-профессиональные роли: командир, ремонтный мастер, направляющий, замыкающий, штурман, проводник, дежурный, костровой, санинструктор, завхоз по снаряжению, знаток погоды, знаток птиц, знаток растений, знаток трав, знаток достопримечательностей, знаток туристской кухни, знаток водотоков и водоёмов, знаток рыб, знаток туристской фотографии, знаток туристских песен, знаток истории родного края и т. п.

Совершенствуя полученные в начальном образовании универсальные учебные действия, обучающиеся получают новые теоретические знания и практические умения в области истории и культуры малой родины через различные виды практико-ориентированной деятельности в системе должностно - ролевого туристско-краеведческого самоуправления, проявляют уважение к прошлому, бережное отношение к реликвиям прежних времён, а также в процессе обучения формируется патриотизм и потребность сохранить для других поколений исторические, природные, материальные, художественные и культурные ценности родного края. Ведущим методом внеурочной деятельности является метод решения практических задач (познавательных, исполнительских, творческих).

### **Формы и виды контроля.**

Для реализации программы используются следующие методы обучения:

1. Поисково-исследовательский метод.

2. Метод самореализации, самоуправления через участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях, через различные творческие дела.

3. Метод контроля врачебный, самоконтроль.

4. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию.

Также разнообразны формы работы:

- лекционные занятия;
- практические занятия;
- тренировка по развитию физических качеств, закреплению различных практических умений и навыков;
- проведение соревнований по спортивному ориентированию;
- участие в туристических слётах;
- участие в военно-спортивных играх;
- проведение викторин, конференций по охране природы;
- краеведческие экспедиции, походы, экскурсии;
- метод проектов;

## СОДЕРЖАНИЕ КУРСА.

### **Введение**

Понятие о туризме. Виды туризма, туризм как средство активного отдыха, укрепления здоровья, средство познания Родины \ее необъятности, красоты, растительного и животного мира, ее несметных богатств.

Пешеходный туризм как один из самых распространенных видов туризма Пешеходные походы. Чем полезны и интересно походы и путешествия. Рассказ

о русских путешественниках Никитин, Конюхов, Шпаро и другие. Просмотр слайдфильмов или видеофильмов. Знакомство с планом работы на год. Права и обязанности члена кружка Техника безопасности.

## **Краеведение**

Туристско-краеведческие возможности Памятники (села поселки, деревни) истории, культуры города и района.

Интересные люди города(научно-популярная литература о городе).

Экскурсионные маршруты. План экскурсии. Наблюдения записи на экскурсии. Проведение экскурсий.

Краеведческие наблюдения в походе. Сбор материалов: наблюдения над сезонными явлениями в природе, коллекционирование и т.п. (\в соответствии

с планом работы группы на маршруте). Личный и групповой дневник, фотографирование и зарисовки. Оформление материала для отчета о походе. Культовое зодчество Романово-Борисоглебска Гражданская архитектура города Краеведческое ориентирование. Краеведческая олимпиада

## **^ Устройство и оборудование бивака**

Привалы: обеденный привал, ночевка, дневка Организация туристского бивака: требования, предъявляемые к туристскому биваку; планирование и разведка место бивака организация бивачных работ. Костры и костровое оборудование. Приготовление пищи на костре. Вопросы гигиены на биваке, сушка одежды. Свертывание бивака.

## **^ Ориентирование на местности. Спортивное ориентирование**

Представление о карте. Виды карт. Оборудование и снаряжение для ориентирования. Строение компаса, работа с ним.

План местности. Схема местности. Вычерчивание плана класса

Ориентирование относительно сторон света. Масштаб. Вычерчивание простейших схем в масштабе с ориентированием относительно сторон света.

Условные знаки. Черно-белые карты, цветные карты для спортивного ориентирования топографические карты.

Ориентирование по простейшим ориентирам. Ориентирование по местным признакам.

Знаки обозначения дистанции ориентирования. Оборудование для установки ориентирования.

Особенности ориентирования зимой. Ориентирование в незнакомой местности, по выбору.

## **^ Преодоление естественных препятствий на маршруте.**

Естественные препятствия на маршруте. Преодоление болот: по гати, кочками. Преодоление водной преграды: по параллельным веревкам, с помощью маятниковой переправы. Преодоление подъемов по перилам на схватывающем узле. Преодоление спусков спортивным способом. Преодоление водной преграды с помощью навесной переправы. Траверс склона: по перилам или при помощи жердей. Преодоление уступа, завала, забора, лабиринта, мышеловки. Преодоление естественных препятствий зимой подъем по склону лесенкой, елочкой; спуск с торможением, тропление лыжни. Внутрикружковые соревнования по полосе препятствий. Туристские узлы: встречный» прямой, проводник, восьмерка, стремя, булинь, двойной схватывающий, удавка.

## **^ Топографическая подготовка.**

Топографические условные знаки. Масштаб. Измерение расстояния на местности, используя пары шагов. Азимут на ориентир. Движение по азимуту.

Топографический диктант (вычерчивание карты с помощью условных знаков по тексту). Изображение плана местности.

Практические занятия:

Составить топографический диктант по тексту. Изобразить схематически рисунок

(абрис) и план небольшого участка местности, построенный на основе съемки парами шагов, в произвольном масштабе. Игры по топографии.

## **^ Самоуправление в походе.**

Обязанности в группе.

Командир. Оформление походной документации. Штурман. Разработка маршрута трехдневного похода. Зав. питанием. Составление меню на трехдневный поход. Раскладка продуктов. Список продуктов.

Зав. снаряжением. Подготовка снаряжения к походу. Реммастер. Список ремнабора. Санитар. Состав походной аптечки.

### **^ Туристское снаряжение.**

Необходимое групповое снаряжение и личное снаряжение в зависимости от путешествия, способа передвижения, времени года и погоды, длительности путешествия. Ознакомление с имеющимся снаряжением. Виды палаток. Оборудование для краеведческой работы.

Практические занятия; Составление списка личного и группового снаряжения; подготовка и ремонт снаряжения упаковка и укладка рюкзака; проверка снаряжения перед походом.

### **^ Физическая подготовка туриста.**

Каждое занятие, независимо от темы программы, • начинать с бега продолжительностью 5 минут и через три месяца довести бег до 20 минут. После бега необходимо выполнение комплекса упражнений на гибкость, силу и быстроту. Заканчивать занятие подтягиванием для юношей и отжиманием для девушек.

Специальные занятия по ОФП рекомендуется проводить в межсезонье и в зимнее время. Во время таких занятий могут применяться различные методы тренировки: круговой где развивается сила, гибкость, выносливость; повторный метод - быстрота; переменный метод - выносливость; игровой метод - игры, развивающие быстроту, ловкость, координацию и т.п.

### **^ Первая доврачебная помощь в походе.**

Основные задачи медицинского обеспечения в походе. Травматизм как следствие нарушения техники безопасности.

Опасности, травмы и заболевания, обусловленные неправильными действиями туристов. Оказание первой помощи при ранениях режущими предметами, потертостях, ссадинах, мозолях; ушибах, растяжениях, вывихах и капиллярном кровотечении.

Травмы и заболевания, связанные с неблагоприятными погодными условиями: замерзания, обморожения; тепловой и солнечный удар. Опасности, травмы и заболевания, связанные с насекомыми и ядовитыми растениями укус лесного клеща, отравление ядовитыми растениями и ягодами. Использование на маршруте лекарственных растений.

### **^ Гигиена туриста**

Медицинский осмотр. Гигиенические требования в походе. Режим дня в походе. Соблюдение гигиены в походе как профилактика заболеваний.

Умывание, купание закаливание в походе. Уход за ногами. Требования к обуви, одежде. Питьевой режим в походе, правила обеззараживания воды.

Практические занятия: нахождение питьевой воды и ее обеззараживание в экстремальных ситуациях.

### **Действия человека в экстремальных ситуациях**

Профилактика аварийных ситуаций.

Вероятные аварийные ситуации: болезни, голод, жара и жажда. Ориентирование во времени: определение времени по солнцу; определение времени по солнцу и компасу; определение времени по созвездию Большая Медведица; определение времени по луне и компасу.

Практические занятия: определение времени по солнцу, по компасу, по луне , по созвездию Большая Медведица.

### **^ Питание в туристском походе**

Режим питания в походе. Рекомендуемый набор продуктов питания и калорийность пищи. Дневные нормы расхода продуктов. Упаковка и хранение продуктов.

## Тематическое планирование

Количество часов 0,25 час в неделю. Общее количество 8.5 часа.

| Тема | Кол-во часов                                                                                            | Всего | теория | Практ. | Сроки | Планируемые результаты освоения материала                                                                              |
|------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|--------|--------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1    | Вводное занятие . Организация и техника движения в туристическом походе .физическая подготовка туриста. | 1     | 1      | -      |       | <b>Знать</b> . Виды туризма, туризм как средство активного отдыха, укрепления здоровья, средство познания Родины       |
| 2    | Краеведение. Первая доврачебная помощь в походе.<br>Соблюдение гигиены в походе                         | 1     | 1      |        |       | <b>Знать</b> туристско-краеведческие возможности своего села историю, культуру района.                                 |
| 3    | Устройство и оборудование бивака.                                                                       | 1     | 1      |        |       | <b>Знать</b> : требования, предъявляемые к туристскому биваку                                                          |
| 4    | Ориентирование на местности.<br>Спортивное ориентирование.                                              | 1     |        | 1      |       | <b>Знать</b> Условные знаки. Черно-белые карты, цветные карты для спортивного ориентирования по топографической карте. |
| 5    | Ориентирование по небесным светилам и особенностям местных предметов                                    | 1     |        | 1      |       | <b>Уметь</b> . Ориентироваться в незнакомой местности                                                                  |
| 6    | Преодоление естественных препятствий на маршруте.                                                       | 2     |        | 2      |       | <b>Уметь</b> преодолеть естественные препятствия на маршруте.                                                          |
| 7    | Топографическая подготовка.                                                                             | 1     | 1      |        |       | <b>Знать</b> Топографические условные знаки.                                                                           |

|   |                                                       |   |   |  |  |                                                                                       |
|---|-------------------------------------------------------|---|---|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------|
| 8 | Самоуправление в походе. Питание туристическом походе | 1 | 1 |  |  | <b>Уметь</b> Оформлять походную Документацию. Режим питания уметь найти питьевую воду |
|---|-------------------------------------------------------|---|---|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------|

