

Муниципальное образование Крыловский район

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 3
имени Владимира Ступака
станции Крыловской муниципального образования
Крыловский район

УТВЕРЖДЕНО

Решение педсовета протокол № 1
от 27 августа 2021 года
Председатель педсовета
_____ Волкова Н М

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА**

«ПЕШЕХОДНЫЙ ТУРИЗМ»

Направленность: туристско-краеведческая

Уровень программы: базовый

Возраст учащихся: 14-16 лет

Срок реализации: 1 год (34 часа)

Программа разработана в соответствии и на основе муниципальной долгосрочной целевой программы развития детско-юношеского туризма «Кубанский край - земля родная».

Крыловская 2021

Структура рабочей программы.

1. Пояснительная записка.
2. Содержание программы.
3. Тематическое планирование.
4. Формы аттестации и оценочные материалы.
5. Организационно-педагогические условия реализации программы.

1. Пояснительная записка.

Безопасность в туристском путешествии – это основной и главный принцип его организации. Под сложным понятием «Опасность в пешеходном путешествии» подразумевается такое сочетание особенностей степного рельефа, гидрографии, погоды, подготовленности и поведения туристов, которое ставит участников или группу в трудное, рискованное для жизни положение. Даже самые простые туристские походы не лишены опасностей. Безаварийность является важнейшим требованием ко всем туристским путешествиям.

Наш век – век технического прогресса, развития высочайших технологий и как следствие этому идет резкое ухудшение экологической среды, остро встает вопрос оздоровления населения страны. Большинство детей сейчас рождаются со всевозможными болезнями и отклонениями в развитии организма. Многие лекарственные препараты малоэффективные, а то и просто поддельные. Поэтому, возрастает роль спорта и физических упражнений.

Одним из самых эффективных, увлекательных, полезных видов спорта является туризм. Движение, чистый воздух, физические нагрузки, неформальное общение – это именно то, что нужно для укрепления и формирования здорового организма ребенка.

Детскому возрасту свойственно стремление к необычности, к приключениям и романтике. Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности ребят. В походе дети раскрываются совсем с другой стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для учителя, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти подход к нему. Способствует настоящему взаимопониманию и установлению отношений среди детей. Из своего педагогического опыта могу сказать, что несколько дней, проведенных на природе, дают детям в сфере общения больше, чем год, проведенный в стенах школы.

2. Содержание программы.

1. ВВЕДЕНИЕ. ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ - 1 ч. Обоснование предлагаемого курса занятий. Краткий обзор тем.

2. ПОДГОТОВКА К ТУРИСТСКОМУ ПУТЕШЕСТВИЮ – 5 ч.

2.1. РАЗРАБОТКА МАРШРУТА ПУТЕШЕСТВИЯ, ОФОРМЛЕНИЕ ЗАЯВОЧНЫХ ДОКУМЕНТОВ – 1 ч.

Выбор района путешествия и сроков его проведения.

Информация о районе: картографическая; физико-географическая и т.п.

Разработка маршрута и запасных вариантов. Планирование заброски продуктов. Календарный план путешествия. Оформление маршрутных документов (маршрутный лист, книжка.) Выпуск группы маршрутно-квалификационной комиссией (МКК). Постановка на учет в спасслужбу (КСО, ПСС МЧС).

2.2. ОПАСНОСТИ, СВЯЗАННЫЕ С НЕКАЧЕСТВЕННЫМ (ПЛОХИМ) СНАРЯЖЕНИЕМ, ПРОДУКТАМИ ПИТАНИЯ И НЕПРАВИЛЬНЫМ ПИТАНИЕМ – 2 ч.

Личное групповое и специальное снаряжение. Аптечка, ремонтный набор.

Раскладка продуктов в меню.

2.3. СЛАБАЯ ФИЗИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И ТЕХНИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА УЧАСТНИКОВ - СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ ВОЗМОЖНЫХ ОПАСНОСТЕЙ (НЕПОДГОТОВЛЕННОСТЬ ТУРИСТОВ) – 2 ч.

Соответствие маршрута путешествия большие физические нагрузки, это непогода, непривычные для современного человека действие и работа. Болезни, при которых запрещается участие в путешествии. Психологическая подготовка. Недооценка трудностей путешествия.

3. МЕРЫ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ В ТУРИСТСКОМ ПУТЕШЕСТВИИ – 10 ч.

3.1 ОПАСНОСТИ, ВЫЗВАННЫЕ НЕЖИСДИЦИПЛИНИРОВАННОСТЬЮ РУКОВОДИТЕЛЯ И УЧАСТНИКОВ – 2 ч.

“Мера риска” руководителя и участника. Пренебрежительное отношение к обстановке. Количественный состав участников путешествия. Взаимоотношение с населением района путешествия.

3.2 ОПАСНОСТИ ВЫЗВАННЫЕ ПРИРОДНЫМИ ФАКТОРАМИ – 5 ч.

-рельеф – 2 ч. Горный рельеф; река в горах. Камнепады. Снежные лавины;

-погодно-климатические условия – 2 ч. Туман или зона сплошной облачности.

Дождь и град. Переохлаждения. Гроза. Ветер. Солнце. Темнота;

-растения и животные – 1 ч. Ядовитые растения. Ядовитые змеи, насекомые.

3.3 МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ В ТУРИСТСКОМ ПУТЕШЕСТВИИ ПО МЕСТАМ БЫВШИХ ВОЕННЫХ (БОЕВЫХ) ДЕЙСТВИЙ – 2 ч.

Взрывоопасные предметы. Действия при их обнаружении. Техника безопасности

и оказание первой доврачебной помощи.

3.4 ВЫБОР МЕСТА ДЛЯ НОЧЛЕГА ИЛИ ДНЕВКИ /БИВАКА/ - 1 ч.

Критерии выбора места бивака. Ночлег без палатки.

4. ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНЫЕ РАБОТЫ – 5 ч. Силами участников туристской группы. Действия руководителя группы в аварийной ситуации. Порядок вызова помощи. Оказание доврачебной помощи. Переноска пострадавшего. Действия при потере ориентировки. Сигналы бедствия. Правила поведения в экстремальной ситуации.

5. Практические занятия, туристские походы, экскурсии – 13 ч.

3. Тематическое планирование.

№	Название темы	Час.
1	Введение. Техника безопасности.	1
2	Подготовка к туристскому путешествию – залог его успеха:	5
2.1	Разработка маршрута путешествия; оформление заявочных документов.	1
2.2	Опасности, связанные с некачественным (плохим) снаряжением, продуктами питания и неправильным питанием.	2
2.3	Слабая физико-психологическая и техническая подготовка участников – составная часть возможных опасностей (неподготовленность туристов).	2
3	Меры по обеспечению безопасности в туристском путешествии:	10
3.1	Опасности, вызванные недисциплинированностью руководителя и участников.	2
3.2	Опасности, вызванные природными факторами:	5
	- рельеф;	2
	- погодно-климатические условия;	2
	- растения и животные.	1
3.3	Меры предосторожности в туристском путешествии по местам бывших военных (боевых) действий.	2
3.4	Выбор места для ночлега или дневки (бивака).	1
4	Поисково-спасательные работы силами участников туристской группы.	5
5	Практические занятия, туристские походы, экскурсии.	13
	Итого:	34

4. Формы аттестации и оценочные материалы.

Развивать воображение и интерес детей к миру путешествий. Соединять идею и содержание путешествий с туристической подготовкой. Формировать у детей устойчивые мотивы активного детского туризма, стремление к путешествиям, обогащающим новыми впечатлениями и достижениями.

Строить эстетические и нравственные отношения детей к природе и к людям. Способствовать появлению ярких, эмоциональных переживаний ребенка в процессе обучения, развивать у детей романтику путешествий, любознательность, интерес к приключениям.

Формировать у детей элементарные умения и навыки, необходимые для участия в походах и путешествиях. Воспитывать физические качества и способности, требуемые в походах. Развивать понимание и способности к жизнеобеспечению в природных условиях.

Формировать заинтересованное, осознанное отношение к укреплению и коррекции своего здоровья. Воспитывать привычку удерживать правильную осанку, формировать правильную походку. Развивать потребность и способность рационального использования естественных факторов природы в укреплении здоровья. Воспитывать предусмотрительность, осторожность, самоконтроль, другие качества умения безопасного поведения.

Развивать нравственно-экологические чувства детей, понимание взаимосвязи природы и человека. Формировать природоохранные навыки. Обучать детей творчески выражать свои чувства и переживания, связанные с путешествиями, ценить и уважать творчество своих друзей.

5. Организационно-педагогические условия реализации программы.

Физическая активность – туризм прекрасно подходит для привлечения детей и подростков к занятиям туризмом, чтобы дать им возможность самим понять преимущества регулярных занятий.

Поддержка хорошего состояния здоровья – одна из самых основных задач всех организаций, занимающихся спортом. Она заключается в том, чтобы поощрять желание детей заниматься туризмом для сохранения их здоровья.

Социальная активность – создание команды и социальная активность в ходе выполнения программы спортивного похода. Эта программа, в которой каждый член команды имеет большую ценность. Пропаганда туризма, как командного вида спорта стимулирует детей для совместной работы и для понимания важности сотрудничества. Туризм усиливает воспитательные возможности. Характер приключения – ожидание результата туристического похода, повышая интерес к нему, стимулирует ребенка к всемирной подготовке к походу. Основным признаком туристского похода является неизвестность конечного результата и делает его интересным.

Бережное отношение к окружающей среде и любовь к природе. Систематические тренировки организма на свежем воздухе через спортивные подвижные игры, преодоление экстремальных походных условий, привить здоровый образ жизни. Укрепление здоровья детей. Формирование положительного эмоционального заряда, психологической уравновешенности для успешного осуществления учебного процесса.

Ключевыми принципами программы являются:

1. «Безопасность» - дети должны чувствовать себя в безопасности все время, пока они находятся в лесу. Район тренировки должен быть ограничен дорогами, оградами и т.д., карта должна иметь развитую сеть дорожек и тропинок; дистанция должна проходить в основном по линейным ориентирам и быть короткими.

2. «Постепенность» - для овладения любым навыком, необходимым для бега с компасом и картой, детям требуется очень много времени. Поэтому не стоит спешить. Необходимые знания и навыки довольно сложны даже для взрослого человека и их немало. К ним относятся:

3. «Разнообразие игровых приемов обучения».

СОГЛАСОВАНО: Руководитель ШМО МБОУ СОШ №3 Учителей технологии, физической культуры, ОБЖ _____ З.П. Тимошенко « » августа 2021 года	СОГЛАСОВАНО: Заместитель директора по ВР _____ Т.В. Мильбрат « » августа 2021 года
--	--