

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №9 с углубленным изучением отдельных
предметов**

Рассмотрена на заседании кафедры социальных дисциплин Протокол №1 от 31.08.23 г. Заведующий кафедрой Лебедка О.Н.	Согласована с заместителем директора по УВР Баклановой Л.В.	Утверждена приказом директора школы №112-О от 15.09.23 г.
--	--	--

Рабочая программа внеурочной деятельности

Уровень образования	Основное общее образование
Предметный курс	Покорители географических вершин
Класс	5-7 классы
Составитель	Осинцев Д.Е., учитель географии

г.Тобольск

Пояснительная записка.

Программа «Покорители географических вершин» составлена в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования (приказ Минпросвещения №287 от 31 мая 2021 г.).

Воспитание у учащихся уважения и любви к своей малой Родине, её истории и природы, а также развитие физической подготовленности имеет большое педагогическое значение. И одним из главных направлений в реализации данной воспитательной работы является туризм. Это направление во многих школах России осуществляется уже давно. Почему оно имеет такое немаловажное значение? Потому что умение ориентироваться в пространстве и на местности, развивает, во-первых, пространственное мышление, во-вторых, навыки выживания в непривычных для себя условиях, в-третьих, коммуникативные способности, нравственные качества и т.д.

Реализация данной кружковой деятельности должна способствовать у учащихся развитию наблюдательности, которая является очень важным качеством для путешественника. Путешественник должен быть наблюдательным. Это качество прививается при запоминании характерных деталей местности, которые можно быстро заметить. Наблюдательность помогает ориентироваться на местности. Кроме того, если путешественник будет уметь хорошо определять своё местоположение, правильно строить маршрут с использованием различных способов и средств, то его путешествие или экскурсия будет иметь успех.

Туристическая деятельность позволяет воспитывать у подрастающего поколения не только наблюдательность, но и чувство бережного отношения к природе и культурным достопримечательностям своей малой Родины, воспитывает чувство патриотизма и гордость за свою страну. Кроме того, для проведения туристической деятельности, нужно обладать хорошей физической подготовкой. Это качество также воспитывается через туризм.

Кроме того, не стоит недооценивать и свойство стремления подрастающего поколения к новизне, желанию необычных, запоминающихся приключений. Туризм тем и прекрасен, что всё прекрасное, что есть в природе, можно не только увидеть, но и исследовать посредством умения ориентироваться и строить маршруты по удивительным природным местам. Юношеская потребность в желаниях принимать участие в походах имеет особую ценность для учителя, поскольку, в туристической деятельности ребята раскрываются иначе, с непривычной стороны. И в этом плане учитель может найти подходы и понять глубже натуру каждого из ребят, установив гораздо более душевные контакты, чем в стенах школы.

Экологическая, научная, социально-педагогическая, культурно-просветительская и другие виды профессиональной деятельности позволяют учителю осуществлять через кружковую деятельность туристического направления. Поэтому, занятия по ориентированию на местности, проведение походов и экскурсий приносит пользу не только школьникам, которые могут изучать объекты и процессы взаимосвязи природы и общества, но и приносит пользу учителю.

Красота тобольского края, доступность к уникальным памятникам природы и объектам культурной достопримечательности, способствует развитию школьной туристической деятельности.

Занятия в данном кружке предполагают не только развитие практических навыков ориентирования и физическому развитию, но и умственному развитию. Кроме того, занятия в кружке предполагают укрепление здоровья, формированию коллективизма и различных социальных умений, что немало важно в настоящее время.

Стоит отметить, что в нынешнее непростое время, с возрастанием опасностей террористических актов, природных опасностей и техногенных катастроф, актуальность использования возможностей туризма становится более значимой. Поскольку в программу входят занятия, на которых ребята могут ознакомиться со способами оказания первой медицинской помощи при различных случаях, а также элементарные способы выживания в непривычных условиях.

В будущем перед ребятами станет вопрос выбора профессии. Определить свои жизненные ориентиры и принципы. И занятия в рамках данной программы направлены, в том числе, чтобы заинтересовать ребят к познанию окружающего их мира. Это даст возможность осознанного выбора своей будущей профессии.

Таким образом, занятия туристической деятельностью приучат школьников ответственности за общее дело и переносить свои различные трудности. Воспитание бережного отношения к природе и памятникам культуры родной местности, развитие коммуникативных способностей и нравственных качеств, умение грамотно использовать своё время, силы и средства, формирование трудолюбия и самостоятельности принесут большой воспитательный вклад.

Целью программы является развитие у школьников всесторонних личностных и коммуникативных способностей через деятельность туристической направленности. Для достижения данной цели имеются все необходимые условия.

Задачи:

1. В области образования:

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по географии, биологии, ОБЖ, математике и физической подготовке;
- 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.

2. В области воспитания:

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

3. В области физической подготовки:

- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);
- участие в туристических походах.

Принципы обучения:

1. Связь физической культуры с жизнью.
2. Всестороннее и гармоническое развитие личности.

3. Оздоровительная направленность физического воспитания.
4. Возрастная адекватность направлений физического воспитания.

Методы работы:

1. Метод самореализации, самоуправления через различные коллективные дела, участие в походах и экскурсиях.
2. Метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качество усвоения комплексной программы.
3. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

Личностные результаты:

1. Умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий;
2. Способность принимать активное участие в организации и проведении совместных мероприятий;
3. Умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе кружковой деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

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

Познавательные УУД:

1. Умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности.
2. Развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.
3. Анализировать полученную информацию.

Коммуникативные УУД:

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

Предметные результаты:

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

Прогнозируемые результаты и критерии их оценки.

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, участие походах и туристических слётах.

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.

По завершении обучения кружковцы должны знать:

- порядок организации и правила поведения в походах;
- вопросы туризма и экологии;
- основы топографии и ориентирования;
- умение ориентироваться по местным признакам;
- опасные и ядовитые растения родного 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;
- основные исторические и географические сведения о родном крае;
- различные способы ориентирования на местности;

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;
- передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;
- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;
- уметь правильно применять туристские узлы;
- уметь ориентироваться по карте и компасу, а также местным признакам и участвовать в туристических слётах 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.

Настоящая программа носит образовательно-развивающий характер, направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей учащихся, овладение туристическими навыками, позволяющими свободно жить и ориентироваться в природе, самостоятельно подготовить и провести поход, и предназначена для ребят, имеющих медицинский допуск к занятиям туризмом, 5-7 классов.

Содержание программы реализуется в течение одного года обучения: 34 недели по 2 учебных часа (68 часов).

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Содержание темы	Место проведения	Кол-во часов
1	Проведение инструктажа по технике безопасности. Компас, устройство компаса. Стороны горизонта. Азимут. Ориентирование на местности школьного участка с помощью компаса. Определение азимута ориентиров.	На школьном участке	2
2	Составление абриса школьного участка.	На школьном участке	2
3	Составление плана местности школьного участка.	На школьном участке	2
4	Ориентирование на местности с помощью географической карты. Приёмы ориентирования карты по компасу.	Панин Бугор	2
5	Способы определения точки стояния, определение расстояний на местности. Движение по азимуту и по ориентирам.	Панин Бугор	2
6	Маршрутная съёмка местности.	За дворцом спорта «Кристалл»	2
7	Поход до реликтовой сосны.	Тобольская тропа	2
8	Костёр и его виды. Разведение и поддержание костра. Костровое хозяйство. Меры предосторожности.	За Паниным Бугром	2
9	Питание в походе. Составление рациона. Упаковка и хранение продуктов. Приготовление пищи.	Тобольская тропа	2
10	История туризма и спортивного ориентирования как вида спорта.	В классе	2
11	Снаряжение в походе: личное и групповое.	В классе	2
12	Узлы и их виды. Техника вязки узлов.	В классе	2
13	Личная гигиена туриста. Аптечка.	В классе (теория)	2
14	Изготовление условных знаков. Сигнал бедствия.	В классе (теория и практика)	2
15	Особенности зимнего похода.	В классе (теория).	2
16	Зимний поход на лыжах.	Стадион Тобол	2
17	Первая медицинская помощь при переохлаждении и ожоге.	В классе	2
18	Первая медицинская помощь при кровотечении, переломе, вывихах или растяжениях.	В классе	2

19	Первая медицинская помощь при травме головы и тепловом ударе.	В классе	2
20	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях, вызванных диабетом; при состояниях эмоционального напряжения, вызванных кризисными ситуациями; при судорогах (эпилепсии).	В классе	2
21	Первая медицинская помощь при инсульте, потере сознания и сердечном приступе.	В классе	2
22	Первая медицинская помощь при укусах и при отравлении.	В классе	2
23	Первая медицинская помощь при аллергии, приступе астмы и закупорке дыхательных путей.	В классе	2
24	Туристская песня.	В классе	2
25	Устройство бивака. Организация быта.	Панин Бугор	2
26	Работа с палаткой.	На школьном участке	2
27	Свёртывание лагеря.	В классе (теория)	2
28	Поход. Тактико-технические приёмы выбора пути движения.	Путь от Паниного Бугра до водопада.	2
29	Техника спуска и подъёма. Техника параллельной и воздушной переправ	Парк «Тобол»	2
30	Игры в походе.	Парк «Тобол»	2
31	Физическая подготовка. Развитие выносливости.	На школьном участке	8
	Итого		68

Средства обучения: видеозаписи, презентации, географические (топографические) карты и планы местности, компасы, верёвки, аптечка, палатка, туристическое снаряжение.

Результат работы может быть оформлен в виде выставки фотографий с деятельности участников кружка.

Ожидаемые результаты и их проверка:

1. ознакомиться с основными географическими понятиями, географическими особенностями родного края;
2. применять географические знания и умения в повседневной жизни для сохранения окружающей среды и социально-ответственного поведения в ней;
3. повысить свой кругозор;
4. знать природные и антропогенные причины возникновения геоэкологических проблем своей местности;
5. особо охраняемые природные территории своей малой Родины;
6. использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.

7. вовлечение учащихся, в исследовательскую работу.

Базовые знания:

- основные виды туризма;
- основные методы ориентирования на местности;
- основные виды растений и животных;
- особо охраняемые территории и памятники природы родного края;