

Рассмотрена на
на заседании межпредметного
методического объединения
Протокол от 18.08.2023 г. № 1

«Утверждена»
приказом директора
МКОУ «СОШ с. Мельница»
от 21.08.2023 г. № 64-од

Дополнительная общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Азбука туризма»

с. Мельница

Пояснительная записка

Программа для внеурочных занятий по туризму составлена путем модификации программы внеурочной туристско-краеведческой деятельности («Туризм и краеведение для учащихся 5-8 классов»), авторы: П.В. Степанов, С.В. Сизяев, Т.Н. Сафронов.

Модифицированная программа внеурочной туристско-краеведческой деятельности учащихся (общий объём — 34 ч) ориентирована на учащихся 8 классов. Туристско-краеведческая деятельность позволяет решать как возрастные задачи, которые встают перед учеником младшего школьного и подросткового возраста, так и собственно педагогические задачи, связанные с воспитанием учащихся. Эта особенность туристско-краеведческой деятельности и положена в основу данной образовательной программы.

Программа внеурочных занятий по туризму рассчитана на 1 год, исходя из 1 ч в неделю.

Цель программы: создание условий для формирования у обучающихся ключевых компетенций: ценностно-смысловых, учебно-познавательных, социокультурных, коммуникативных через включение их в учебную и практико-ориентированную деятельность.

Задачи программы:

- сформировать у обучающихся основы коммуникативной и социальной компетентностей;
- привить обучающимся потребность в ведении здорового и безопасного образа жизни;
- создать условия для творческой самореализации обучающихся;
- способствовать профессиональной ориентации обучающихся через использование в обучении смежных учебных дисциплин;
- способствовать адаптации к условиям социальной среды через коллективную деятельность;
- воспитание у обучающихся волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;

Для полноценной реализации программы необходимо учитывать принципы организации самодеятельности кружка:

- насыщение деятельности детей элементами творчества и инициативы, основой которых становится последовательное переключение с воспроизводящих на активные творческие, поисковые виды деятельности;
- дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, что помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность;
- организацию работы таким образом, чтобы она стала источником положительных эмоций, доставляла детям удовлетворение и радость.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

Адресат программы:

Программа кружка «Азбука туризма» адресована: обучающимся 8 классов МКОУ СОШ с. Мельница.

Условия реализации программы: программа составлена сроком на 1 год. Предполагается набор одной группы наполняемостью: 10 - 15 человек. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

Материально-технические условия:

Занятия кружка «Азбука туризма» будут проводиться на базе Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста». Кабинет оснащен интерактивным комплексом, 10 ноутбуками мобильного класса, имеется выход в сеть Интернет.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные результаты обучения:

- приобретение школьниками знаний о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры, к людям других поколений и социальных групп;
- формирование знаний о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в лесу;
- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, развитие ценностных отношений школьника к родному Отечеству, родной природе и культуре, к труду, к другим людям, к своему здоровью и внутреннему миру.
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях.

Метапредметные результаты.

- приобретение опыта самообслуживающей деятельности; природосберегающей и природоохранной деятельности; опыта охраны памятников истории и культуры; интервьюирования и проведения опросов общественного мнения;
- общение с представителями других социальных групп, других поколений, с участниками и очевидцами Великой Отечественной войны;
- развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.
- приобретение школьником опыта актуализации спортивно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве; опыта заботы о младших и организации их досуга
- совместная деятельность с другими детьми и работы в команде; управление другими людьми и взятия на себя ответственности за других людей.

Содержание программы «Азбука туризма»

34 часа (1 час в неделю)

Раздел 1.1. Изучение правил техники безопасности и этических норм туриста (6 ч).

Техника безопасности в походе. Правила поведения в горах, в лесу, у водоёмов, на болоте. Правила передвижения по дорогам. Правила обращения с огнём. Правила обращения с опасными инструментами и специальным снаряжением. Правила гигиены туриста. Этические правила туристов.

Трудовая этика туриста, распределение общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к слабым и отстающим в походе. Поведение у вечернего костра и за столом.

Отношение к памятникам истории и культуры. Отношение к природе.

Раздел 1.2. Элементарные туристские навыки (6 ч).

Укладка рюкзака. Установка палатки. Разбивка бивуака. Разведение костра. Приготовление пищи.

Природоохранные действия человека во время отдыха на природе и при оборудовании туристских стоянок.

Раздел 1.3. Карты и ориентирование на местности (10ч).

Топографические карты. Масштаб карты. Легенда карты. Чтение спортивных и

топографических карт. Обращение с компасом. Азимутальный ход. Топографическая съёмка местности. Спортивное ориентирование. Обучение. Тренировки по спортивному ориентированию. Соревнования по спортивному ориентированию.

Раздел 1.4. Техника пешеходного туризма (6 ч).

Спортивное туристское снаряжение и его назначение. Виды страховки. Переправы через препятствия: траверс склона, спортивный спуск, горизонтальный и вертикальный маятники, параллели, навесная переправа. Туристские узлы. Тренировочные занятия по технике пешеходного туризма в спортивном зале и на свежем воздухе. Участие в соревнованиях по технике пешеходного туризма.

Раздел 1.5. Походы, экспедиции, слёты (6 ч).

Тренировочные походы выходного дня. Подготовка к походу. Проведение тренировочного похода. Анализ проведенного похода.

Экологические рейды на берег озера и очистка побережья от бытового мусора. Подготовка к экологическому рейду. Проведение и анализ экологического рейда.

**Календарно-тематическое планирование по курсу внеурочной деятельности
«Азбука туризма», 8-е классы**

№ занятия п/п	№ в разделе	Тема занятия	Дата по плану	Дата по факту
Изучение правил техники безопасности и этических норм туриста (6 ч).				
1.	1.	Техника безопасности в походе. Правила поведения в горах, в лесу, у водоёмов, на болоте.	06.09	
2.	2.	Правила передвижения по дорогам. Правила обращения с огнём.	13.09	
3.	3.	Правила обращения с опасными инструментами и спец.снаряжением.	20.09	
4.	4.	Правила гигиены туриста. Этические правила туристов. Поведение у вечернего костра и за столом.	27.09	
5.	5.	Трудовая этика туриста, распределение общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к слабым и отстающим в походе.	04.10	
6.	6.	Отношение к памятникам истории и культуры. Отношение к природе.	11.10	
Элементарные туристские навыки (6 ч).				
7.	1.	Укладка рюкзака.	18.10	
8.	2.	Установка палатки.	25.10	
9.	3.	Разбивка бивуака.	08.11	
10.	4.	Разведение костра.	15.11	
11.	5.	Приготовление пищи.	22.11	
12.	6.	Природоохранные действия человека во время отдыха на природе и при оборудовании туристских стоянок.	29.11	
Карты и ориентирование на местности (10 ч).				
13.	1.	Топографические карты.	06.12	
14.	2.	Масштаб карты.	13.12	
15.	3.	Легенда карты.	20.12	
16.	4.	Чтение спортивных и топографических карт.	27.12	

17.	5.	Обращение с компасом.	17.01	
18.	6.	Азимутальный ход.	24.01	
19.	7.	Топографическая съёмка местности.	31.01	
20.	8.	Спортивное ориентирование. Обучение.	07.02	
21.	9.	Тренировки по спортивному ориентированию.	14.02	
22.	10.	Соревнования по спортивному ориентированию.	21.02	
Техника пешеходного туризма (6 ч).				
23.	1.	Спортивное туристское снаряжение и его назначение.	28.02	
24.	2.	Страховки.	06.03	
25.	3.	Переправы через препятствия	13.03	
26.	4.	Туристские узлы.	20.03	
27.	5.	Тренировочные занятия по технике пешеходного туризма в спортивном зале и на свежем воздухе.	27.03	
28.	6.	Участие в соревнованиях по технике пешеходного туризма.	03.04	
Походы, экспедиции, слёты (6 ч).				
29.	1.	Тренировочные походы выходного дня.	10.04	
30.	2.	Подготовка к походу.	17.04	
31.	3.	Проведение и анализ тренировочного похода.	24.04	
32.	4.	Экологические рейды на берег реки Рубахинка и очистка побережья от бытового мусора.	08.05	
33.	5.	Подготовка к экологическому рейду	15.05	
34.	6.	Проведение и анализ экологического рейда.	22.05	
Итого:		34 часа Проведено -		

Список литературы

1. Алексеев А.А. Пособие по составлению отчетов о туристских походах, путешествиях и спортивных турах/ - М. 2010г.
2. Бардин К. В., Азбука туризма/ Москва «Просвещение», 1981, с.115
3. Бардин К.В. Туризма. Пособие для руководителей туристских походов в школе/ М., 1973, с.137.
4. Биржаков М.Б., Введение в туризм,/ СПб.: Издательский дом "Герда", 2000. - 192 с.8
5. Болдырев С.Н., Жмуров В.И., Косарев Е.А., Сложные туристские походы/ - М.: Профиздат, 1976. - 136 с.
6. Буйленко В.Ф. Туризм, Ростов-на-Дону/ Феникс, 2008. - 416 с.10
7. Варламов В. Г., ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ В ПЕШЕМ ПОХОДЕ, Центральное рекламно-информационное бюро "Турист", Москва, 1983, с. 22.
8. Виноградов Ю., Митрухова Т. Воскресные путешествия пешком./ - Л.: Лениздат, 2008. - 144 с.
9. Ганопольский В.И., Безносиков Е.Я., Булатов В.Г., Туризм и спортивное ориентирование/ Москва "Физкультура и спорт" 1987, с. 67.
10. Грицак Ю.П. Организация самодеятельного туризма, Учебное пособие для студентов специальности «туризм»./ - Харьков: Экограф, 2008. - с. 164
11. Квартальнов В.А. Туризм,/ М.: Финансы и статистика, 2002. - с. 320
12. Константинов Ю. С. «Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей»/ М.: ФЦДЮТК, 2011-180 с.
13. Константинов Ю.С. Система туристско-краеведческой деятельности в школе. Теория и практика дополнительного образования,/ М.: «Просвещение» 2010, стр. 49-52.
14. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста,/ М.: Профиздат, 2009. - 241 с.
15. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы./ - М.: ФиС, 1988. - 191с.
16. Макаревич Э.А. Туристские походы выходного дня./ - Мн.: Полымя, 1985. - 79с.
17. Макаренко С.Н., Саак А.Э. История туризма,/ Таганрог: Издательство ТРТУ, 2003. - 94 с.4
18. Остапец А. А., Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся: Методические рекомендации/ -- М., РМАТ, 2001. -- 1987 с.6
19. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов/ М.: Профиздат, 2007. - 224 с.
20. Разрядные требования по спортивному туризму на 2001-2004 г.//Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму на 2001-2004 гг. -- М. 2001 г.; стр. 28.
21. Семеновский В. Снаряжение туриста,/ Москва-Ленинград: Государственное издательство, 1929, с. 244.
22. Соколова М.В. История туризма, Учебное пособие./ - М.: Мастерство, 2012. - 352 с.
23. Суханов А.П., Питание и ведение хозяйства в туристском походе/ Красноярск, 2003, с. 45.
24. Сысоева О.Е.: Организация летнего отдыха детей./ - М.: Владос., 1999. - 176с.
25. Туризм в школе: Книга руководителя путешествия/ И.А. Верба, С.М. Голицин, В.М. Куликов, Е.Г. Рябов./ - М.: Физкультура и спорт, 1983. - 160с.
26. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник/ Под общ. Ред. Ю.Н. Федотова./ - М.: Советский спорт, 2009. - 364с.
27. Шимановский В.Ф. и Ганопольский В.И., Питание в туристском путешествии,/ - М.: Профиздат, 2006. - 176 с.