Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области средняя общеобразовательная школа № 1
«Образовательный центр» п.г.т. Смышляевка
муниципального района Волжский Самарской области
(ГБОУ СОШ № 1 «ОЦ» п.г.т.Смышляевка)

РАССМОТРЕНО	ПРОВЕРЕНО	УТВЕРЖДЕНО
Председатель МО	Заместитель директора по ВР	Директор
Малахова Е.К.	Самаркина А.К.	Бурцева И.В.
Протокол № 2	«25» августа 2023 г.	Приказ от 504 - од
от «24» августа 2023 г.		«31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

УЧЕБНОГО КУРСА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
«По туристическим тропам»
для 5 - 8 классов
основного общего образования
на 2023 – 2024 учебный год

Составитель:
Зиновьев А.В.

Бурцева Ирина Владимировна

Подписан: Бурцева Ирина Владимировна
DN: C=RU, O="ГБОУ СОШ №1 ""ОЦ"" п.г.т. Смышляевка", CN=Бурцева Ирина Владимировна, E=school1kp@mail.ru
Основание: мною рассмотрен этот документ
Foxit Reader Версия: 10.1.1

2023

Пояснительная записка

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «По туристическим тропам» разработана в соответствии с ФГОС ООО и с учетом примерной основной образовательной программы, на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования и программы формирования универсальных учебных действий.

Программа направлена на адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессиям: спасатель, пожарный, высотник, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ (ред. от 03.02.2014 г. № 11-ФЗ) «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897);

Цель: создание условий для развития личности, самореализации, социальной адаптации, оздоровления, повышения мотивации к творческому развитию и профессиональному самоопределению учащихся, формировании позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:

- укрепление здоровья, содействия правильному физическому развитию воспитанников;
- создание условий для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- повышение технического и тактического мастерства участников соревнований по туристскому многоборью, спортивному ориентированию, поисково- спасательным работам;
- обеспечение безопасности спортивных туристских походов и соревнований.
- формирование бережного отношения к природе.

Формы организации образовательного процесса: для успешной реализации учебного процесса используются групповые занятия. Индивидуальные занятия предусматриваются для отработки важных моментов поведения и деятельности обучающегося.

Виды занятий: лекции, практические и семинарские занятия, тренировки, соревнования, защита проектов.

Формы контроля: теоретические и практические зачеты, тестирование, практические занятия, беседы, соревнования.

Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

При освоении программы отслеживается три вида результатов: предметный, метапредметный, личностный, что позволяет определить динамическую картину творческого развития обучающихся.

Личностные результаты:

- овладение экологической культурой, бережным отношением к родной земле, природным богатствам России и мира;
- понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды;
- осознание ответственности за состояние природных ресурсов;
- умение работать в группе;
- освоить социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах;
- научиться эстетическому отношения к миру и проявить готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные

ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели.

Предметные результаты:

- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- осознанно выполнять и пропагандировать правила здорового, безопасного и целесообразного образа жизни;
- овладеть основным правилам движения группы на маршруте;
- знать требования, предъявляемые к туристскому снаряжению;
- определять порядок подготовки к походу;
- уметь применять туристическое снаряжение и оборудование, разводить костер изаготавливать дрова;
- овладеть понятием азимута и его определением, знать устройство компаса и уметьдвигаться по азимуту с помощью компаса.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

№ п/п	Разделы программы	Формы организации	Виды деятельности
1.	Введение	Беседа, работа в тетради.	Познавательная деятельность
2.	Специальная подготовка туриста	Беседа, презентация, видео. Практическая работа, отработка навыков. Самостоятельная работа. Соревнования.	Игровая деятельность, соревновательная деятельность
3.	Топографическая подготовка и ориентирование в походе	Беседа, презентация, видео. Практическая работа, отработка навыков. Самостоятельная работа. Соревнования.	Игровая деятельность, познавательная деятельность
4.	Общая физическая подготовка	Спортивная подготовка, тренировка.	Соревновательная деятельность
5.	Краеведение	Беседа, презентация, экскурсии, самостоятельная работа.	Познавательная, туристическо-краеведческая
6.	Итоговое занятие	Защита проекта	познавательная деятельность

Введение (1ч.) Беседа о туризме и о работе объединения, о значении туризма для человека и для государства. Виды туризма, особенности пешеходных походов. Природа родного края, его история. История края,

памятные исторические места.

Специальная подготовка туриста (8ч.). Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Строй туристской группы. Темп движения. Весовые нагрузки. Режим дня и режим движения в пешеходном и лыжном походе. Значение хронометрирования (протокола движения) для ориентирования на местности. Движение по дорогам и тропам. Основные правила поведения туриста в строю,
обеспечение безопасности при движении по автомагистралям. Шаг, темп, интервал, положение корпуса и рук. Способы ориентирования на местности. Природные ориентиры. Как не заблудиться в лесу. Применение веревки и альпенштока в туристских походах. Основные узлы и грудная обвязка. Первая медицинская помощь.
Практические занятия (*р*азработка маршрутов и планов-графиков учебно-тренировочных походов. Подготовка группового и специального снаряжения, закупка, расфасовка и раскладка продуктов. Укладка рюкзаков. Составление графиков дежурств, общефизическая подготовка, вязка узлов, отработка приемов страховки альпенштоком, ориентирование по карте, по солнцу, по звездам, по луне. Природные ориентиры: муравейники, стволы деревьев, просеки. Оказание первой медицинской помощи).

Топографическая подготовка и ориентирование в походе (6ч.). Тактические свойства и виды местности. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Что такое горизонталь, сечение, заложение, отметка, бергштрих. Основные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Определение крутизны склонов. План и карта. Виды и свойства карт.

Практические занятия. Зарисовка новых топографических знаков и характеристик местных предметов. Отыскание на карте типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик участков местности по картам.

Общая физическая подготовка (4ч.). Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО. Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки.

Краеведение (14ч.). Сбор информации о районе похода. Определение интересных объектов и корректировка маршрута. Историческое прошлое края. Состояние окружающей среды. Основные загрязнители в окрестностях села. Природа вокруг нас. Всегда ли чистая вода в родниках? Воздух, почему в нем содержится много пыли? Снег и его чистота. Лес вокруг села. Реки и озера. Состояние водного бассейна. Основные загрязнители: железная дорога, автодороги, котельная, водозабор, очистные сооружения, свалка.

Практические занятия. «Что лежит в аптечке?» «Что делать в случае … (задымления, обнаружения очагов возгорания, запаха газа, посторонних предметов и пр.)?», «Действия в чрезвычайной ситуации во время экскурсии, на туристской прогулке», исследование местности около загрязнителей с ведением записи наблюдений. Экскурсия на промышленные объекты. Уборка мусора около родников и рек.

Итоговое занятие (1ч.). Защита проекта.

Тематическое планирование

№	Темы занятий	Теория	Практика	Всего часов
1.	Введение.	1	-	1
2.	Специальная подготовка туриста.	2	6	8
3.	Топографическая подготовка и ориентирование в походе	3	3	6
4.	Общая физическая подготовка.	2	2	4
5.	Краеведение.	6	8	14
6.	Итоговое занятие.	1	-	1
	Всего	**15**	**19**	**34**

Учебно-методическое обеспечение

Литература для учителя

1. Алешин, В.М. Туристская топография / В.М. Алешин, А.В. Серебряников. - М.: Профиздат, 1985.
2. Бардин, К.В. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий). Пособие для учителей, руководителей турист. походов со школьниками. - М.: Просве- щение, 1981. - 205 с.
3. Горькова, Л.Г. Сценарии занятий по экологическому воспитанию / Л.Г. Горь- кова. – М., 2008. – 238 с. 2.7. Костерев, Н.А. Справочник инструктора детско- юношеского туризма. часть III. Безопасность туристско-краеведческих похо- дов, экскурсий, экспедиций / Н.А. Костерев, Т.А. Самохина. – М., 2003. 21
4. Миндель, А.Я. Дорогу осилит идущий (клубная работа, туризм, экология) / А.Я. Миндель. - М.: РОДЮО, 2006. - 172 с.
5. Остапец-Свешников, А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся (методические рекомендации) / А.А. Остапец – Свеш- никовю - М.: Просвещение, 2001. – 144 с.
6. Панфилов, А.М. Организация и проведение полевой школьной экспедиции / А.М. Панфилов. - М.: Центр детского и юношеского туризма Министерства образования Российской Федерации, 1997.

7. Смирнов, Д.В. Спортивный туризм. Примерная программа внеурочной дея- тельности. Начальное и основное образование / Д.В. Смирнов. - М.: Просве- щение, 2011.

8. Типовые дополнительные образовательные программы эколого-биологического профиля. Научно-методический сборник / под ред. Д.В. Мор-гуна. – М. : - 2005. – 140 с.

9. Туризм и краеведение: образовательные программы для системы дополни- тельного образования детей / Константинов Ю.С. и др. - М.: Советский Спорт, 2005. - 324 с.

10. Усыскин, Г.С. Очерки истории Российского туризма / Г.С. Усыскин. - М.: Гер- да, 2000.

Литература для учащихся и родителей

1. Выживание в экстремальных условиях. - М.: ИПЦ Русский раритет, 1993.

2. Дельвин, Н.П. Лапландский заповедник / Н.П. Дельвин. – М., 1984. – 160 с.

3. Иванов, Е.И. Начальная подготовка ориентировщика / Е.И. Иванов. - М.: ФиС,1985.

4. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов / Э.Н. Кодыш. - М.: ФиС, 1990.

5. Корытин, С.А. Повадки диких зверей / С.А. Корытин. - М.: Агропромиздат,1986.

6. Коструб, А.А. Медицинский справочник туриста / А.А. Коструб. - М.: Профиз-дат, 1986.

7. Линчевский, Э.Э. Психологический климат туристской группы / Э.Э. Линчев-ский. - М.: ФиС, 1981.

8. Лукоянов, П.И. Зимние спортивные походы / П.И. Лукоянов. - М.: ФиС, 1988.

9. Лукоянов, П.И. Самодельное туристское снаряжение / П.И. Лукоянов. - М.:ФиС, 1987.

10. Лысогор, Н.А. Питание туриста в походе/ Н.А. Лысогор.- М. : Пищевая пр-ть,1980.

11. Мацюцкий, С.П. Туристу о растениях / С. П. Мацюцкий. - М.: Профиздат,1988.

12. Некрасов, И.Б. Рабочая тетрадь по туризму и краеведению (пособие для воспи-танников) / И.Б. Некрасов. - М. 2001.

13. Соколов, И.А. Топографическая карта и местность/ И.А. Соколов. - М.: ДО-СААФ, 1975