

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение
«Средняя школа с. Ныр Тужинского района»

«Обсуждено» Руководитель ШМО _____/Воронова Н.В./	Согласовано: Заместитель директора по ВР _____/Малышева Е.Л.	Утверждаю: Директор КОГОБУ СШ с. Ныр _____/Тохтеева Н.Г. Приказ №112 - од от 18.06.2024 г.
--	---	---

Дополнительная общеобразовательная программа
туристско-краеведческой направленности

«Туризм»

Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Срок реализации: 1 год

Составитель программы:
Игитова Ольга Николаевна,
педагог дополнительного
образования

с. Ныр
2024 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В XXI веке особую актуальность и значимость приобретает образование и воспитание нового здорового поколения, способного жить и работать в новом веке, веке образования, культуры, духовности, новых технологий. Для того чтобы жить и работать достойно, добиться в жизни определенных высот, человек должен быть здоровым. Здоровье - самая главная ценность. В настоящее время понятия «здоровый человек», «здоровая нация» охватывают и духовное, и физическое развитие. Проблема воспитания здорового поколения объявлена в Российской Федерации делом государственной важности и является бесценным национальным богатством и достоянием общества. Сильнее, здоровее, умнее и совершеннее тот, кто охотно отдает себя во власть движения. Одним из самых массовых и доступных форм занятия спортом является туризм. А ещё туризм тесно связан с краеведением. Краеведческая деятельность - универсальный инструмент и испытанное средство в системе **патриотического**, гражданского, духовно-нравственного воспитания, является эффективным воспитательным средством и обладает большим образовательным потенциалом. Важнейшей стратегической задачей дополнительного образования является всестороннее развитие подрастающего поколения. Туристско-краеведческая деятельность обучающихся является одним из эффективных средств комплексного воздействия на формирование их личности. В ней формируются все основные стороны воспитания: **патриотическое**, нравственное, трудовое, эстетическое, физическое, значительно расширяется кругозор обучающихся - идет интенсивное умственное развитие.

Программа дополнительного образования «Туризм» туристско - краеведческой направленности в КОГОБУ СШ с. Ныр Тужинского района разработана в соответствии с:

- ✓ «Законом об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29 декабря 2012г.);
- ✓ Концепцией развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- ✓ «Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (пр. Министерства образования и науки РФ от 9 ноября 2018 г. №196);
- ✓ Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 ноября 2015 года №09-3242 о направлении «Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)»;
- ✓ Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 августа 2017 года №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при

- реализации образовательных программ»;
- ✓ Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»;

Актуальность программы заключается в том, что туристские походы и экскурсии очень привлекательны для детей, так как в них есть возможность постоянного совершенствования спортивного мастерства и изучения природного, культурного и исторического наследия своей малой родины. Программа носит образовательно - развивающий характер. Содержание программы направлено на создание условий для укрепления и сохранения физического и психического здоровья обучающихся.

Новизна программы заключается в том, что она позволяет в себя включить достаточно большой диапазон видов деятельности, в совмещении туризма, краеведения, активного отдыха и позволяет по окончании обучения подготовить квалифицированного туриста по всем разделам, затронутым в дополнительной общеобразовательной программе «Туризм».

Опыт показал, что, занимаясь в туристском объединении, человек продолжает занятия и после окончания курса обучения, и во взрослой жизни. Последние ступени обучения, по сути, являются подготовкой инструкторских туристских кадров. Новизна программы также состоит в расширении содержания учебного материала за счет включения новой темы - «Выживание», т.е. основных правил поведения в экстремальной ситуации: во время стихийного бедствия, при внезапно возникших аварийных ситуациях, при возникновении заболеваний. Первоочередные действия при потере ориентировки.

В данную программу внесены темы краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатейшей истории Тужинского района и Кировской области. В программе краеведение и экология выступают как форма исследовательской деятельности обучающихся в походах и экскурсиях под руководством педагога. Она может быть полностью реализована на базе одной образовательной организации.

Педагогическая целесообразность заключается в том, что программа является одним из звеньев образовательно-воспитательной системы КОГОБУ СШ с Ныр Тужинского района и рассчитана, прежде всего, на создание условий для формирования патриотизма, устойчивого желания обучающихся объединения вести здоровый образ жизни, стремления к саморазвитию и самореализации в социуме через социализацию, строящуюся на укреплении своего здоровья и повышения образовательного уровня.

Участие обучающихся объединения в досуговых мероприятиях ДО позволяет, с одной стороны через смену рода деятельности, оградить их от замкнутости круга общения, с другой, - повышает возможность сформировать,

помимо профессиональных задатков, коммуникативно-личностные качества необходимые для адаптации в социуме.

Таким образом, программа не только значима, актуальна и целесообразна, она еще и перспективна и востребована в условиях села и района.

Адресат программы. Возраст детей, участвующих в реализации данной дополнительной общеобразовательной программы 11-14 лет.

Объём и сроки освоения программы. Дополнительная общеобразовательная программа «Туризм» рассчитана на 1 год обучения. Объём программы 34 часа.

Режим занятий. Занятия по программе проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Продолжительность учебного часа – 45 минут.

Цель программы: формирование у обучающихся необходимых для социальной адаптации, туристских умений и навыков, эмоционально-ценностных отношений к родному краю через включение их в учебную и практико-ориентированную деятельность в области туризма и краеведения.

Задачи программы:

Образовательные:

- ✓ формировать умения и навыки основ туристической подготовки;
- ✓ включать обучающихся в познавательную деятельность по изучению истории, культурного наследия, природы родного края;
- ✓ формировать умения и навыки поисковой, исследовательской и проектной деятельности;
- ✓ через наставничество освоить приёмы, навыки определенных действий, способы решения поставленных задач, делая обучение для наставляемых понятнее.

Воспитательные:

- ✓ формировать здоровый образ жизни и социальную ориентацию;
- ✓ воспитывать патриотизм и любовь к родному краю;
- ✓ развивать личностные качества: сотрудничество, сопереживание, общительность, толерантность;
- ✓ воспитывать культуру поведения в обществе.
- ✓ воспитывать чувства ответственности за свои действия; дисциплинированности, взаимопомощи;
- ✓ формировать организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- ✓ в наставничестве применять технологии демократического сотрудничества.

Развивающие:

- ✓ развивать познавательный интерес к туризму и краеведению;
- ✓ развивать туристское и спортивное мастерство;
- ✓ развивать физические качества;
- ✓ развивать психические процессы: внимание, мышление, память, волевая сфера;

- ✓ развивать коммуникативные способности;
- ✓ развивать интерес обучающихся к туристической деятельности и краеведческому исследованию;
- ✓ развивать наставнические умения и навыки.

Планируемые результаты

После прохождения учебного материала по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе «Туризм» обучающиеся должны использовать в речи основные туристские термины: топография, ориентирование, туристская техника, бивак, туристский маршрут, групповое и индивидуальное снаряжение туриста, компас, рюкзак и другие, а также обучающиеся должны:

Предметные результаты:

- ✓ основы туристической подготовки;
- ✓ историю, культурное наследие, природу родного края;
- ✓ уметь осуществлять поисковую, исследовательскую и проектную деятельность
- ✓ применять наставнические приёмы и навыки.

Личностные результаты:

- ✓ вести здоровый образ жизни;
- ✓ владеть культурой поведения в обществе;
- ✓ в рамках комфортной эмоциональной среды: «ситуации успеха» и развивающего общения, развить личностные качества, такие как сотрудничество, сопереживание, общительность, толерантность;
- ✓ в ходе реализации наставничества применять технологии демократического сотрудничества (наставник не притесняет наставляемого);
- ✓ должны стать патриотами родного края.

Метапредметные результаты:

- ✓ познавательный интерес к туризму и краеведению;
- ✓ туристское и спортивное мастерство;
- ✓ физические качества;
- ✓ коммуникативные способности обучающихся;
- ✓ интерес обучающихся к туристической деятельности и краеведческому исследованию;
- ✓ сформированы умения и навыки информационно-поисковой деятельности;
- ✓ сформированы организаторские навыки и умения действовать в коллективе;
- ✓ сформировано чувство ответственности за свои действия; дисциплинированность, взаимопомощь;
- ✓ развиты наставнические умения и навыки.

Содержание учебного плана

Раздел №1. Краеведение. Экология. 4 часов

Теория. Вводное занятие. История развития туризма в стране. Организованный и самодеятельный туризм. Туристские возможности Тужинского района. Что рассказывает карта Тужинского района. Климат, растительность и животный мир, рельеф, реки Тужинского района. Экологические объекты района. Наши соседи. Исторические и культурные достопримечательности района. Наш район в нашей области. Границы и посёлки (наиболее знаменитые наши соседи (по границам района). Исторические связи, особенности, старые и новые границы. Исторические и культурные достопримечательности района. Природа в районе и за его чертой. Природа вокруг нас. Местность, на которой расположен наш район, её отличительные особенности, характерные контуры: подъёмы, спуски. Экологические проблемы города и его окрестностей.

Практика. Общая физическая подготовка. «Путешествия» по карте. Краеведческие викторины. Экскурсии по ближайшим окрестностям. Экскурсии в музеи.

Раздел №2. Топография. Ориентирование. 16 часов

Теория. Топографическая подготовка юного туриста. Знакомство с топографической и физической картой. Виды топографических карт.

Масштаб. Местность. Топографические элементы местности. Рельеф местности и его изображение на картах. Способы изображения рельефа на картах. Топографические знаки. Компас. Устройство компаса. Стороны света. Азимут. Что такое азимут? Ориентирование на местности. Ориентирование на местности. Ориентирование по небесным светилам и особенностям местных предметов. Топографическая карта. Способы изображения рельефа на картах. Условные знаки топографических карт. Измерение расстояний. Измерение расстояний на карте и местности. Дополнительные и вспомогательные направления сторон горизонта. Работа с компасом и картой.

Практика. Общая физическая подготовка. Зарисовка топографических знаков. Чтение карты по топографическим знакам. Определение сторон горизонта с помощью компаса. Определение азимута. Зарисовка топографических знаков; топографический диктант. Чтение топографической карты по квадратам и маршрутам. Измерение расстояний на местности. Интерактивная игра.

Раздел №3. Туристическая техника. 10 часов

Теория. Организация похода. Правила организации похода.

Туристический маршрут. Выбор маршрута. Правила движения в походе. Палатка. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Костёр. Виды костров. Костровое оборудование. Узлы. «Проводник», «восьмёрка», «прямой» и их назначение. Снаряжение туриста. Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень снаряжения для похода, требования к нему. Бивак. Бивачные работы и принципы их проведения. Питание в походе. Значение правильного питания в

походе. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд. Обязанности в тургруппе. Должности постоянные и временные.

Практика. Общая физическая подготовка. Разработка маршрута похода. Установка палатки. Вязка узлов. Учебные походы. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Раздел №4. Личная гигиена туриста. Доврачебная помощь. 4 часа

Теория. Гигиена туриста. Понятие о личной гигиене туриста: гигиена тела, значение водных процедур. Соблюдение гигиенических требований в походе. Медицинская аптечка. Содержимое медицинской аптечки. Переноска пострадавшего.

Приемы транспортировки пострадавших

Первая доврачебная помощь. Походный травматизм. Характерные заболевания в походе и их профилактика. Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, поражённому электрическим током. Уход за больным в походе.

Практика. Общая физическая подготовка. Применение средств личной гигиены в походных условиях и во время тренировочного процесса. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за одеждой и обувью. Формирование походной медицинской аптечки. Оказание первой помощи условно пострадавшему. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему (определение травмы, диагноза, практическое оказание помощи). Интерактивная игра.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Перечень разделов и тем	Количество часов			Формы контроля
		Общее	Теория	Практика	
Раздел №1. Краеведение. Экология. 4 часов					
1	Вводное занятие. История развития туризма в стране. Туристские возможности Тужинского района	1	1	-	Анкетирование
2	Общая физическая подготовка	20 мин каждое занятие	-	20 мин каждое занятие	Зачёт
3	Тужинский район. Что рассказывает карта Тужинского района?	1	1	-	Викторина
4	Экологические проблемы города и его окрестностей	1		1	Исследовательская работа
		4	2	2	
Раздел №2. Топография. Ориентирование. 16 часов					

1	Общая физическая подготовка	20 мин каждое занятие	-	20 мин каждое занятие	Зачёт
2	Топографическая подготовка юного туриста.	2	1	1	Игра «Топографическое лото»/ Интерактивная игра
3	Местность. Топографические элементы местности. Рельеф местности и его изображение на картах.	2	1	1	Чтение легенды карты
4	Топографические знаки	2	1	1	Тестирование
5	Компас. Стороны света.	1	-	1	Игра «Имя друга»/ Интерактивная игра
6	Азимут	2	1	1	Тестирование/
7	Ориентирование на местности	2	-	2	Ориентирование/
8	Топографическая карта. Условные знаки топографических карт	1	-	1	Рисование плана местности/ Интерактивная выставка плана местности
9	Измерение расстояний	1	-	1	Измерение расстояний
10	Дополнительные и вспомогательные направления сторон горизонта	1	-	1	Зачёт «Определение азимутных направлений»/
11	Работа с компасом и картой	2	1	1	Ориентирование/
		16	5	11	
Раздел №3. Туристическая техника. 10 часов					
1	Общая физическая подготовка	20 мин каждое занятие	-	20 мин каждое занятие	Зачёт
2	Организация похода. Туристический маршрут	1	1		Составление простейшего маршрута/
3	Правила движения в походе	1		1	Тестирование/
4	Снаряжение туриста	1		1	Подготовка группового снаряжения/
5	Палатка. Костёр. Узлы	2	-	2	Установка палатки

6	Учебные походы	1		1	Поход
7	Бивак	2	-	2	Тестирование «Правила разбивки бивака»
8	Питание в походе	1	-	1	Зачёт
9	Обязанности в тургруппе	1	-	1	Игра «Распредели обязанности»/ Интерактивная игра
		10	1	9	
Раздел №4. Личная гигиена туриста. Доврачебная помощь. 4 часа					
1	Общая физическая подготовка	20 мин каждое занятие	-	20 мин каждое занятие	Зачёт
2	Гигиена туриста Медицинская аптечка	1	-	1	Тестирование/
3	Переноска пострадавшего	1		1	Переноска пострадавшего/
4	Первая доврачебная помощь Характерные заболевания в походе и их профилактика. Уход за больным в походе	1		1	Зачёт
5	Итоговое мероприятие «Муниципальные соревнования юных туристов-краеведов»	1	-	1	Зачёт
		4		4	
Всего: 34 ч.					