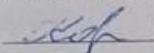


МОУ "Нелазская школа"

РАССМОТРЕНО  
методическое объединение учителей  
естественно-математического цикла

 Козичева Е.Е.

Протокол № 1

от "26" августа 2022 г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР

 Шарашова Н.А.

Протокол № 1

от "26" августа 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор  
 Шнайдер О.М.

Приказ № 70

от "30" августа 2022 г.

Рабочая программа по внеурочной деятельности

«Основы туризма»

5-6 класс

на 2022 – 2023 учебный год

(1 час в неделю, 68 часов за 2 года занятий)

Составила: Шарашова Наталья Александровна, учитель географии

МОУ «Нелазская школа»

# РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

для учащихся 5-6 классов

*Данная рабочая программа составлена на основе:*

1. Программы (пособия для учителей общеобразовательных учреждений) внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» П.В. Степанов, С.В. Сизяев, Т.С. Сафронов, М., изд. Просвещение, 2011г.
2. Федерального компонента государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Минобразования РФ от 2010/;
3. Закона РФ от 10.07.1992 № 3266 -1 « Об образовании ( в редакции Федерального закона от 17.07 2009 № 148 – ФЗ)»
4. Базисного учебного плана общеобразовательных учреждений Российской Федерации, утвержденного приказом Минобразования РФ .
5. Учебного плана МОУ «Нелазская школа»

## **Ожидаемые результаты реализации программы**

Воспитательные результаты внеурочной туристско-краеведческой деятельности школьников распределяются по трем уровням.

***1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):*** приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни; о правилах поведения человека в лесу, у водоемов, на болоте, в горах; о правилах передвижения по дорогам; о правилах обращения с огнем; о правилах обращения с опасными инструментами; о правилах общения с незнакомыми людьми; об основных нормах гигиены; о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе; о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры; о рисках и угрозах нарушения этих норм; о действенных способах защиты природы; об истории и культуре родного края; о гендерных нормах поведения мальчиков и девочек; об основах организации коллективной творческой деятельности.

***2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):*** 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.

**3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):** приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтерской (добровольческой) деятельности.

**Ожидаемое развитие УУД у учащихся в процессе реализации программы внеурочной деятельности.**

### **Личностные**

***У обучающихся будут сформированы:***

- положительное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к ежедневным занятиям физической культурой, к ЗОЖ, к природе, как основным ценностям в жизни человека.

К Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям;

- интерес к изучению истории и культуры родного края;

- первоначальные туристские умения и навыки.

***Учащиеся получают возможность для формирования:***

- экологического мышления;

- познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры и туризма;

- умений и навыков, способов ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;

- понимания значения занятий туризмом для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека;

- мотивации к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур.

### **Предметные**

***Учащиеся научатся:***

- выполнять правила поведения на занятиях по общефизической и туристской подготовке;

- рассказывать об истории возникновения физической культуры и туризма;

- понимать значение физических упражнений для здоровья человека;
- рассказывать о месте ОФП в режиме дня младших школьников, о личной гигиене, о правильной осанке;
- называть правила ведения ЗОЖ;
- называть основные физические качества человека;
- определять подбор одежды и инвентаря для туристических прогулок и походов;
- самостоятельно выполнять первоначальные действия юного туриста в природе, в быту, в необустроенных условиях.

### **Метапредметные**

#### **Регулятивные**

##### ***Учащиеся научатся:***

- адекватно воспринимать содержательную оценку своей работы учителем;
- следовать на занятиях инструкциям учителя;
- вносить коррективы в свою работу.

##### ***Учащиеся получают возможность научиться:***

- понимать цель выполняемых действий;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие физических качеств;
- первоначальным туристическим умениям и навыкам;
- работать индивидуально и в группе;
- умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей и потребностей;
- беречь и защищать природу экологическое мышление.

### **Познавательные**

##### ***Учащиеся научатся:***

- понимать
- «читать» простейшие топографические знаки, данные в географическом атласе;
- изучать «Кодекс туриста»;

- различать понятия «Здоровье человека», «физическая культура и туризм», «физические упражнения», «турист», «туристическая группа»;
- определять влияние занятий физическими упражнениями и туризмом на здоровье человека.

***Учащиеся получают возможность научиться:***

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, ориентируясь в естественной природной среде по природным ориентирам, используя топографические карты, справочную литературу;
- различать виды туристской деятельности;
- характеризовать основные физические качества;
- устанавливать причины, приводящие к плохой осанке.

**Коммуникативные**

***Учащиеся научатся:***

- отвечать на вопросы и задавать вопросы;
- выслушивать друг друга;
- рассказывать о режиме дня младших школьников, об истории возникновения физической культуры и туризма, о личной гигиене;

***Учащиеся получают возможность научиться:***

- рассказывать о влиянии физических упражнений на организм и здоровье человека;
- рассказывать об истории появления и развития отдельных видов спорта и формирования на их основе различных видов туризма;
- различать виды туризма (пеший, лыжный, равнинный, горный, самодеятельный, спортивный)
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, группе, детском коллективе;
- безопасному поведению во время занятий по ОФП в спортивном зале, на спорт. Площадке, в природной среде;
- участвовать в ПВД, многодневных походах, туристских слетах .

**Контроль и оценка** результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
1	2
<p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• собирать снаряжение для многодневного похода с учётом метеорологических прогнозов;</li> <li>• оказывать доврачебную помощь пострадавшему;</li> <li>• ориентироваться по компасу и топографической карте;</li> <li>• применять на практике технику вязания узлов;</li> <li>• организовать питание в походных условиях;</li> <li>• разбить бивак для привала на маршруте похода и для ночёвки в многодневном походе;</li> </ul> <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности;</li> <li>• правила установки палаток в пешем походе, виды палаток для массового пешеходного туризма;</li> <li>• правила техники безопасности при выполнении движения в туристской группе;</li> <li>• принцип работы и составные части туристского компаса, правила ориентирования по топографической карте и компасу, топографические знаки;</li> <li>• способы оказания доврачебной помощи, состав туристской аптечки;</li> <li>• виды туристских узлов и способы их применения;</li> <li>• «составные части» туристского бивака и правила расположения его элементов;</li> </ul>	<p>самостоятельная работа</p> <p>самостоятельная работа</p> <p>зачет</p> <p>зачет</p> <p>самостоятельная работа</p> <p>тестирование</p> <p>самостоятельная работа</p> <p>доклад</p> <p>опрос</p> <p>самостоятельная работа</p> <p>тестирование</p> <p>самостоятельная работа</p> <p>контрольная работа</p>

Программа внеурочной туристско-краеведческой деятельности рассчитана на учащихся 5, 6 классов (общий объем – 68 часов), срок реализации 2 года. В соответствии с этим в программе выделены два модуля.

1-й модуль - «Начала туризма и краеведения» (общий объем – 34 часа).

Рассчитан на один год, исходя из 1-го часа занятий в неделю. Модуль ориентирован на учащихся 5 класса и нацелен на обучение детей первоначальным туристским навыкам, общефизическое развитие школьников и воспитание у них самостоятельности, развитие чувства товарищества и взаимопомощи, формирование и сплочение туристского коллектива.

2-й модуль - «Основы туризма» (общий объем – 34 часа). Рассчитан на один год, исходя из 1-го часа занятий в неделю. Модуль ориентирован на учащихся 6 класса и предполагает овладение детьми основными туристскими знаниями, умениями и навыками, укрепление их здоровья и развитие воли и выносливости, подготовка к многодневным походам, туристическим слётам, соревнованиям, формирование адекватной самооценки школьников, формирование лидерских качеств, воспитание у них чувства ответственности, сопричастности своей малой и большой родине.

Самодетельный пешеходный туризм - трудоемкий, но очень интересный и полезный способ организации досуга учащихся. Такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность, за общее дело; учит бережному отношению к природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества, формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся. Последнее имеет особое значение для развития детей младшего школьного возраста. Многие из них начинают испытывать в школе вполне естественные и объяснимые сложности с учебной самоорганизацией. В сочетании с высоким авторитетом и большой ролью в жизни младшего школьника взрослых, к которым он обращается за помощью, это может способствовать нежелательному развитию у него привычки во всем полагаться не на самого себя, а на помощь и мнение взрослого. Склонность к стандартному поведению в сочетании со стремлением выглядеть в глазах взрослого не хуже других детей порождает конформизм младших школьников, а также ведет к возможному отказу от своего «Я сам». В силу этих обстоятельств одной из задач, которые стоят перед педагогами, является создание благоприятных условий для развития самостоятельности учащихся. С имеющимся за спиной пережитым опытом самостоятельности подростку легче будет решать новые задачи, легче проживать переходный возраст. Педагогам важно создать для учащихся подобное пространство, которое отвечало бы их насущным возрастным потребностям, и при этом было бы благоприятным для их нравственного развития. Взрослым надо поддерживать природное любопытство учащихся и желание все испытать самим, неумную физическую энергию и страсть к приключениям и романтике, стремление к независимости, самостоятельности,

потребности проявить себя среди других. В наибольшей мере перечисленным выше условиям соответствуют всевозможные формы организации жизнедеятельности школьников в естественной, природной, «нецивилизованной» необустроенной среде, в том числе самостоятельные туристские путешествия. В условиях партнерского общения, обучающихся и педагога, характерных для неформальных объединений, открываются реальные возможности для самоутверждения в преодолении возникающих жизненных проблем, возникающих в процессе деятельности людей, увлеченных общим делом.

Туристско-краеведческая деятельность позволяет решать как возрастные задачи, которые встают перед учеником младшего школьного возраста, так и подросткового возраста, так и собственно педагогические задачи, связанные с воспитанием учащихся.

Эта особенность туристско-краеведческой деятельности и положена в основу данной образовательной программы.

### **Описание ценностных ориентиров содержания курса**

Ценность жизни, признание человеческой жизни и существования живого в природе и материальном мире в целом как величайшей ценности.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру, самосовершенствованию и самореализации.

Ценность истины как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни.

Ценность гражданственности, осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма, одного из проявлений духовной зрелости человека, выражающегося в любви к России, народу, малой родине.

**Цель программы:** Формирование всесторонне развитой личности, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, самоопределения личности.

### **Задачи:**

*Воспитательные:*

- формировать у детей потребность в здоровом образе жизни, навыки безопасного поведения;
- воспитывать бережное отношение к природе;
- формировать самостоятельность
- воспитывать патриотизм

- воспитывать привычку рационально использовать свободное время
- воспитывать чувство коллективизма.

*Развивающие:*

- расширять кругозор;
- развивать навыки самообслуживания;
- развивать память и внимание;
- раскрывать творческие способности;
- развивать лидерские, волевые качества;
- развивать физическую и психическую выносливость;
- развить организаторские и коммуникативные навыки, умение брать на себя ответственность, принимать решение

*Обучающие:*

- познакомить с новыми формами организации активного досуга;
- вовлекать ребят в поисково-исследовательскую деятельность;
- научить ориентироваться на незнакомой местности
- научить составлять простейшие схемы маршрутов
- осваивать методы наблюдения для определения своего местонахождения
- овладению умений по оказанию само – и взаимопомощи
- научить технике пешего туризма
- научить навыкам спортивного ориентирования

Программа будет реализовываться с отдельно взятым классом.

### Тематическое планирование

<b>№</b>	<b>Названия разделов</b>	<b>Общее количество часов</b>	<b>Часы аудиторных занятий</b>	<b>Часы внеаудиторных активных занятий</b>
<b>1</b>	<b><i>Модуль «Начала туризма и краеведения» (для учащихся 5 класса)</i></b>	<b>34</b>		
1.1	Вводное занятие	1	1	
1.2	Поход-знакомство	4	1	3
1.3	Безопасность юного туриста	1	1	

1.4	Быт юного туриста	3	3	
1.5	Кухня юного туриста	2	1	1
1.6	Песни юного туриста	1	1	
1.7	Природа родного края	2	1	1
1.8	Ориентирование на местности	3	2	1
1.9	Топография	3	2	1
1.10	Туристские узлы и их назначение	2		2
1.11	Преодоление препятствий	3		3
1.12	Туристские игры	2	1	1
1.13	Туристская газета	1	1	
1.14	Природоохранные акции	2		2
1.15	Походы выходного дня	4		4
<b>2</b>	<b><i>Модуль «Основы туризма и краеведения» (для учащихся 6 класса)</i></b>	<b>34</b>		
2.1	Вводное занятие	1	1	
2.2.	Краеведение	4	2	2
2.3	Топография	5	2	3
2.4	Туристские узлы	5	1	4
2.5	Спортивное туристское многоборье	5		5
2.6	Спортивное ориентирование	5	1	4

2.7	Туристская газета	2	2	
2.8	Природоохранные акции	2		2
2.9	Походы выходного дня	5		5
2.10	Спортивные походы	30(вне сетки)	2	28
	<b>Всего:</b>	<b>68</b>		