

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Дубровская №2 средняя общеобразовательная школа

242750, Брянская область, Дубровский район,
р.п. Дубровка, 1-й Микрорайон, д.2

тел. 8-(48332) 9-24-05, e-mail: dbsch2@inbox.ru

ОГРН 1023201737525, ИНН/КПП 3210003356 / 324501001

Принята
на заседании
педагогического совета
от « 28 » августа 2021 г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДАЮ:
Директор
МБОУ Дубровской №2 СОШ
_____ К. Н. Василенко
Приказ № 61-6
от « 28 » августа 2021

**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа
туристско-краеведческой направленности
«Юный турист»**

Возраст обучающихся: 13-16 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель:

педагог дополнительного образования:

Курзенков Андрей Николаевич

р.п. Дубровка

2021-2022 учебный год

**Лист изменений и дополнений к
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Юный турист»**

Дата	Вносимые изменения и дополнения

«Согласовано»

Зам. директора по УВР _____ (М. В. Мамичева)

**I. Комплекс основных характеристик дополнительной общеобразовательной
общеразвивающей программы**

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» - программа туристско-краеведческой направленности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказ Минпросвещения Российской Федерации от 09.11.2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- СанПиН 2.4.4.3172-14 от 04.07.2014 г. (зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014, регистрационный № 33660).
- Письмо Департамента молодежной политики, воспитания и социальной поддержки детей Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 (II часть).
- Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015 г. № 09-3242 «О направлении информации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ (включая разноуровневые программы)».
- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» национального проекта «Образование» от 01.10.2018 г.
- Устав муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения МБОУ Дубровской №2 СОШ.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» разработана на основе:

1. Дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Юный турист», составитель: Лукьянов Александр Михайлович.

Актуальность программы

В настоящее время всё большее внимание уделяется пропаганде здорового образа жизни. Туристско-краеведческая деятельность, как одна из составляющих, является важным средством гармоничного развития ребенка, укрепления его здоровья, воспитания современного человека.

Экскурсии, походы по родному краю, путешествия по стране помогают ребятам лучше узнать природу, полюбить родной край, научиться разумно использовать её богатства, ценить их и беречь. Краеведческая работа воспитывает любовь к своему краю, прививает интерес к познанию нового, формирует практические умения и навыки. А занятия туризмом предусматривают обучение ребят азбуке туризма – сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных сведений о своем крае, элементарных понятий об ориентировании на местности, знаний основ топографии, общей физической подготовке, гигиены туриста, первой доврачебной помощи при заболеваниях и травмах.

Новизна программы состоит в том, что образовательная деятельность осуществляется через различные формы, что способствует накоплению обучающимися социального опыта и обогащению навыками общения и совместной деятельности в процессе освоения программы.

Отличительные особенности программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности «Юный турист» призвана способствовать формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей детей среднего школьного возраста, раскрытию индивидуальных способностей учащихся, овладению туристическими навыками, позволяющими жить и ориентироваться в природе, достижению определенного уровня спортивных результатов.

Полученные знания позволят обучающимся развить их творческую активность, способность сравнивать, анализировать, планировать, ставить цели, стремиться к их реализации.

Адресат программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» ориентирована на обучающихся 13-16 лет.

Уровень освоения программы: ознакомительный.

Объем программы

Общее количество учебных часов, запланированных на весь период обучения, необходимых для освоения программы, - 72 часа (2 часа в неделю).

Срок освоения программы

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» рассчитана на 1 год обучения.

Формы обучения и виды занятий

Форма обучения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы - очная.

Виды занятий: лекции, практические занятия, конференции

Формы организации учащихся на занятиях: групповая (организация работы с детьми – 12-15 человек), индивидуальная (организация работы с детьми от 1 до 3 человек).

Наполняемость учебной группы по годам обучения:

1 год – не менее 12-15 человек;

Режим занятий

Периодичность занятий – 1 раз в неделю.

Продолжительность каждого занятия – 45 минут.

10 минут – перерыв между занятиями.

Четверг - 15.30-17.10

1.2. Цели и задачи программы

Цель программы - Создание оптимальных условий для развития и самореализации обучающихся, формирования позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Основные задачи программы:

Обучающие:

- обучить основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;
- расширить знания по географии, биологии, экологии, полученные в средней школе;

Развивающие:

- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;
- расширять знания об окружающем мире;
- укреплять здоровье, воспитывать физическую культуру в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

Воспитывающие:

- воспитывать экологическую культуру, чувство ответственности за состояние окружающей среды;
- воспитывать коллективизм, способствовать освоению стандартов культуры труда и общения;
- воспитывать самообладание и силу воли;
- формировать умение видеть красоту окружающего мира;
- воспитывать потребность в здоровом образе жизни;
- корректировать отклоняющееся поведение.

1.3. Содержание программы

Учебный план

	Название разделов, тем	Количество часов			Формы организации	Формы аттестации
		всего	теоретическ их	практическ их		
1	Введение. Предмет изучения курса «Юный турист»	1	1	-		собеседование
1	Основы туристской подготовки дисциплина в походе и на занятиях основа	2	1	1		собеседование
2	История развития туризма в России. Туризм познание своего края. Круговая тренировка.	2	1	1		зачет
3	Снаряжение для однодневного Похода размещение предметов в рюкзаке. Типы палаток Развитие быстроты.	2	1	1		тестирование
4	Привалы и ночлеги требования. Установка палаток. Размещен в ней. Развитие силы.	2	1	1		практическая зачет
5	Свертывание лагеря. уборка .	2	1	1		тестирование
6	Организация бивака. Разжигание костра. Выносливость	2	, 1	1		Зачет
7	Обучение пользованию топором, пилой, лопатой. Развитие быстроты.	2	1	1		практика

8	Природа родного края..Виды туризма. Общеразвивающие упражнения.	2	1	1		тестирование
9	Понятие масштаб.Компас.Развитие ловкости.	2	1	1		тестирование
10	Приемы пользования компасом Движение по азимуту.Развитие силы.	2	1	1		собеседование
11	Ориентирование по местным приметам.Развитие силы.	2	1	1		собеседование
12	Узлы и их применение в туризме.Развитие выносливости.	2	1	1		собеседование
13	Спец.снаряжение:веревки,карабины..Развитие силы.	2	1	1		тест
14	Гигиена спортсмена.Гигиена тела,одежды,обуви.Развитие координации.	2	1	1		собеседование
15	Определение места для бивака.Развитие выносливости	2	1	1		собеседование
16	Самостоятельная работа по свертыванию лагеря.Общеразвивающие упражнения	2	1	1		собеседование
17	Установка палатки в различных условиях.Распределение обязанностей.Развитие скоростно-силовых качеств.	2	1	1		собеседование
18	Туристские должности и обязанности в группе.Силовые упражнения.	2	1	1		Собеседование.
19	Кухонное оборудование:каны,топоры,пилы,чехлы.Развитие ловкости.	2	1	1		собеседование
20	Нормы дневного рациона.меню.Норма закладки продуктов. Упражнения скоростно-силовые.	2	1	1		тест
21	Обеспечение продуктами питания.Развитие выносливости	2	1	1		собеседование
22	Способы добычи огня и обустройство кострового бивака.Развитие быстроты.	2	1	1		тест
23	Первая помощь:тепловой удар .Ожогах:утопающего. Упражнения на координацию.	2	1	1		собеседование
24	Подбор одежды и обуви для занятия туризмом.Развитие скоростно-силовых качеств.	2	1	1		собеседование
25	Состав медицинской аптечки ее хранение и транспортеровка.- Развитие силовых качеств.	2	1	1		собеседование

26	Виды палаток и рюкзаков.Общеразвивающие упражнения	2	1	1		собеседование
27	Укладка рюкзаков.Развитие скоростно-силовых качеств.	2	1	1		тест
28	Особенности лыжных походов Организация бивака н снегу. Развитие координации.	2	1	1		собеседование
29	Использование дикорастущих растений ягод,грибов.Развитие силы	2	1	1		собеседование
30	Ремонт походного снаряжения и инвентаря.Круговая тренировка	2	1	1		собеседование
31	Правила дорожного движения.Развитие скоростно- силовых качеств	2	1	1		Собеседовани
32	Правила безопасности при пожаре.Развитие выносливости	2	1	1		тест
33	Обеспечение личной безопасности на водаемахРазвитие быстроты	.2	1	1		тест
34	Безопасность на замерзших водаемах.Развитие выносливости	2	1	1		собеседование
35	Транспортеровка пострадавшего.Силовые упражнения	2	1	1		тест
36	Строение и функции человека.Влияние физ.упраж.Самоконтроль.Разв итие ловкости.	2	1	1		тест

Содержание учебного план

Основы туристской подготовки

Теория. Туризм – средство познания своего края, физического и духовного развития. История

развития туризма в России. Краеведение. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение. Походная посуда. Хозяйственный набор. Ремонтный набор, аптечка.

Практика. Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Подготовка личного снаряжения к походу. Уход за снаряжением, его ремонт.

Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.

Теория. Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака.

Организация работы по устройству бивака, заготовка дров.Установка палаток, размещение вещей в них. Правила поведения в палатке. Свертывание лагеря. Уборка места лагеря.

Практика. Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развешивание лагеря, разжигание костра).Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом.

Питание в походе.

Теория. Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Практика. Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

Подготовка и организация путешествия

Теория. Права и обязанности участников похода. Распределение обязанностей в группе. Определение цели и района похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Маршрутный лист. Отчетная документация.

Практика. Работа с собранным краеведческим материалом, его определение, систематика, оформление. Подготовка и чтение докладов по итогам похода.

Физическая подготовка туриста

Теория. Значение физической подготовки для туриста. Физическая и морально-волевая подготовка. Закаливание. Утренняя зарядка.

Практика. Подвижные игры на воздухе, в спортивном зале.

Краеведение

Географическое положение, природные условия и ресурсы края

Теория. Рельеф, полезные ископаемые, климат, реки, озера, болота, растительный и животный мир края.

Практика. Посещение музея. Подготовка мини-докладов о природе родного края.

Туристские возможности края

Теория. Наиболее интересные места походов и экскурсий. Музеи края. Особо охраняемые природные территории (ООПТ).

Практика. Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

Топография и ориентирование

Основы топографии.

Теория. Виды топографических карт и основные сведения о них. Генерализация карты.

Условные знаки топографических карт. Спортивная карта, ее назначение. Условные знаки спортивной карты. Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.

Практика. Определение масштаба карты. Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие» по карте. Упражнения на запоминание условных знаков.

Ориентирование

Теория. Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки.

Практика. Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте.

Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков.

Обеспечение безопасности в походе

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий

Теория. Дисциплина в походе и на занятиях – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице. Правила поведения при движении группы (пешком и на транспорте).

Практика. Обучение технике вязания узлов. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

Теория. Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Помощь при различных травмах (переломы, кровотечения), тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых и пресмыкающихся.

Практика. Комплектование медицинской аптечки. Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи. Переноска пострадавшего.

Теория. Понятие о биосфере. Биосфера – «живая» оболочка Земли. Границы биосферы.

Практика. Экологические игры.

Основы исследовательской работы. Методы сбора материала. Правила оформления исследовательской работы. Защита исследовательской работы.

Практика. Выбор темы исследования, составление плана исследовательской работы, подбор литературы, правила оформления исследовательской работы. Исследовательская деятельность в природе.

1.4. Планируемые результаты

Личностные результаты

Формирование у обучающихся:

-

Метапредметные результаты

Регулятивные универсальных учебных действий:

- целеполагание;
- планирование реализации поставленных целей;
- выбор эффективных путей и средств достижения целей;
- контроль и оценка своих действий как по результату, так и по способу действия;
- вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

Коммуникативные универсальные учебные действия:

- формированию действий по организации и планированию учебного сотрудничества с учителем и сверстниками, умений работать в группе и приобретению опыта такой работы, практическому освоению морально-этических и психологических принципов общения и сотрудничества;

- практическому освоению умений, составляющих основу коммуникативной компетентности: ставить и решать многообразные коммуникативные задачи; действовать с учётом позиции другого и уметь согласовывать свои действия; владеть нормами и техникой общения;

- развитию речевой деятельности, приобретению опыта использования речевых средств для регуляции умственной деятельности, приобретению опыта регуляции собственного речевого поведения как основы коммуникативной компетентности.

Познавательные универсальные учебные действия:

- практическому освоению обучающимися основ деятельности;
- практическому освоению

Предметные результаты

Обучающиеся узнают: о самостоятельном существовании в природных условиях.

-

Обучающиеся научатся: основам туристской подготовки.

-

II. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «юный турист»

Период обучения по программе - 1 год

Год обучения по программе	Продолжительность учебного года			Количество учебных часов	Режим занятий (периодичность и продолжительность)	Сроки проведения аттестации
	Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Всего учебных недель			
1 год	сентябрь	май	36	72	1 раза в неделю по 2 часа, продолжительность 45 минут	декабрь (промежуточная), май (промежуточная)

Зимние каникулы: с 1 по 8 января.

Летние каникулы: с 1 июня по 31 августа.

Праздничные (нерабочие) дни: 4 ноября, с 1 по 8 января, 23 февраля, 8 марта, 1, 9 мая.

2.2. Условия реализации программы

Для реализации программы используется учебный кабинет, оснащенный необходимой ученической мебелью, стационарный мультимедийным комплексом.

В работе используются

2.3. Формы аттестации

В ходе реализации дополнительной общеразвивающей программы «_____» используются следующие формы аттестации: собеседование, зачет, тестирование, практический зачет, защита работ, выставки, конкурсы, соревнования ит.д....

2.4. Оценочные материалы

Среди оценочных материалов в организации образовательной деятельности обучающихся объединения дополнительного образования «юный турист» применяются

2.5. Методические материалы

2.6. Список литературы

1Ю.С.Константинов «Туристская игротка» М:Владос,2000г.

2Туризм в школе М: Физкультура и спорт 1983г.

3Первая медицинская помощь дома и на улице.Профессора В.А.Попова.1991г.

4В.И.Тыкул «Спортивное ориентирование»Просвещение 1990г.