

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Курской области
Управление образования Касторенского района
Октябрьская средняя общеобразовательная школа

<p>Принята на заседании педагогического совета МКОУ «Октябрьская СОШ» от «<u>28</u>» <u>августа</u> 2024 г. Протокол № <u>1</u></p>	<p>Утверждено: Директор МКОУ «Октябрьская СОШ» <u>Люжидаев А.В./</u> Приказ № <u>2/37-1</u> от «<u>29</u>» августа 2024 г.</p>
---	--

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
туристско-краеведческой направленности

«У похода есть начало...»

Возраст: 12-15 лет

Срок реализации программы: 1 год

Составитель: Пугачев Петр Николаевич,
учитель физики и математики

п. Лачиново, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

- * Закон Российской Федерации от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- * Приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 05.03.2004 №1089"Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования".
- * Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. N 189 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях"
- * Приказ Министерства образования и науки РФ от 30 августа 2010 г. N 889 "О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования Российской Федерации от 9 марта 2004 г. N 1312 "Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования".
- * Сан Пин 2.4.2.2821-10. «санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях»
- * Учебный план школы на 2024-2025 учебный год.
- * Календарный учебный график школы на 2024-2025 учебный год.

Программа «У похода есть начало...» - *туристско-краеведческой* направленности, реализуется во внеурочной деятельности МКОУ «Озёрская ООШ» Касторенского района Курской области. Программа является *интегрированной*, включающей такие виды деятельности

как: пешеходный туризм, ориентирование, общефизическая подготовка, краеведение, экология, музееведение, фотодело, авторская песня. Содержательным ядром программы является *пешеходный туризм*.

Актуальность, новизна, педагогическая целесообразность программы

Актуальность программы обусловлена тем, что туризм как вид деятельности имеет особенную привлекательность для школьников, особенно - сельских: это не только реальная возможность расширить собственные географические и исторические знания, но и укрепить физически; туристические походы и занятия на местности являются важным средством оздоровления и профилактики заболеваний. Занятия туризмом способствуют также подготовке занимающихся к действиям в условиях экстремальных ситуаций.

У сельских детей, в отличие от городских, меньше возможности для творческого саморазвития, поэтому сельские школьники находят в туризме неограниченные возможности для самовоспитания и саморазвития.

Туризм и краеведение как форма жизнедеятельности – это и область человеческих знаний, и образ жизни, и вид спорта, и форма проведения досуга, и способ самовыражения личности, самосовершенствования и оздоровления личности. Сама туристическая жизнь учит действовать рационально, подавлять в себе лень, усталость, учит работать в команде.

Организация общения ребят с природой, культурно-исторической средой родного края, Отечества происходит во время походов, слетов, соревнований, краеведческих экспедиций, т.е. форм, представляющих большой интерес для школьников.

Новизна программы заключается в совмещении туризма, краеведения, активного отдыха, авторской песни, фотографии, использовании компьютерных технологий. *Педагогическая целесообразность программы* определяется социальной значимостью и направленностью на организацию социально полезной деятельности воспитанников объединения. Программа направлена на формирование у учащихся целостного восприятия окружающего мира, на развитие интеллектуальной и эмоциональной сферы, физического и нравственного здоровья, на воспитание любви к малой родине и России, на формирование общечеловеческих ценностей. Она даёт возможность также углубить и расширить имеющиеся знания по географии, истории, ОБЖ, экологии, экономике родного края и другим школьным предметам.

Педагогическая значимость данной программы заключается также в том, что в ней большое внимание уделяется *командной деятельности*, так как многие практические задачи, встающие перед учащимися, требуют грамотного и эффективного разделения сфер ответственности и согласования совместной работы.

Занятия туристического объединения, как правило, посещают в своём большинстве дети из семей социального риска, что положительно сказывается на их воспитании.

Цель и задачи программы

Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, нравственного и творческого развития личности средствами туристско-краеведческой деятельности.

Образовательные задачи:

- формирование специальных знаний в области туризма, краеведения, ориентирования, доврачебной медицинской помощи, фотографии, музейного дела;
- приобретение умений выживания в экстремальных условиях;
- формирование представлений о проблемах экологии и охраны природы;

-расширение и углубление знаний о природе, истории и культуре родного края и России;
-формирование представлений о фотографии как виде современной культуры и умений обрабатывать цифровую фотографию посредством компьютерных технологий;

Воспитательные задачи:

-воспитание ценностного отношения к Родине, Познанию, Здоровью, Красоте, Человеку, Природе;
-воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки и товарищеской взаимопомощи;
-создание структурированного подросткового коллектива, ориентированного на эффективное решение социальных и профессиональных задач методами совместной работы;
-воспитание трудолюбия, самостоятельности;
-формирование и закрепление навыков самообслуживания, хозяйственного расчета и бережливого отношения к общественной собственности;

Развивающие задачи:

-развитие волевых качеств;
-развитие организаторских навыков;
-расширение сферы интересов подростков по направлениям, которые в будущем могут стать их профессией;
-развитие мотивационной сферы личности;
-развитие эмоций и чувств.

Задачи в области физической подготовки:

-развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с возрастными и индивидуальными возможностями школьников;
-выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в соревнованиях и походах, проводимых в школе, районе, области;
-оздоровление учащихся с использованием естественных сил природы (солнца, воздуха, воды), регулярными занятиями физическими упражнениями и спортом;
-совершенствование прикладных и ранее полученных туристских и спортивных навыков в условиях туристической жизни, в походах и экскурсиях.

Планируемые результаты

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

- 1. Результаты первого уровня (приобретение школьниками социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):** приобретение школьниками знаний о правилах здорового образа жизни; о правилах поведения человека в лесу, у водоёмов, на болоте, в горах; о правилах передвижения по дорогам; о правилах обращения с огнём; 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 школьников 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 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.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2.1 Вводное занятие (1 час). Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоёмов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнём. Правила обращения с опасными инструментами и спецснаряжением. Правила общения с местными жителями. Правила гигиены туриста. Неписанные 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 пожилым людям и тимуровская работа, отношение к природе.

2.2 Краеведение (8 часов). Рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир родного края. История родного края Краеведческая работа в походе. Правила сбора краеведческого материала. Правила оформления краеведческого материала. Презентация краеведческого материала. Краеведческий отчёт туристской группы. Краеведческие викторины. Подготовка, организация проведение и анализ силами туристской группы школьной краеведческой олимпиады для учащихся 5-9 классов. Подготовка, организация проведение и анализ силами туристской группы фотовыставки «Знай родной край!»

2.3 Топография (4 часа). Топографические карты и топографические знаки. Масштаб и легенда карты. Чтение топографических карт. Рисование топографических знаков. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение высоты склона и его высоты. Измерение расстояния до недоступной точки. Топографическая съёмка местности.

2.4 Туристические узлы (6 часов). Узлы и их применение в туризме. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, восьмёрка, стремя, булинь, удавка, карабинная удавка, академический, ткацкий, встречный, шкотовый, брам-шкотовый, схватывающий. Отработка завязывания узлов.

2.5 Спортивное туристское многоборье (5 часов). Спортивное туристское снаряжение. Страховки и само страховки. Преодоление препятствий. Траверс склона. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по верёвке с перилами. Подъём по склону с помощью верёвки спортивным способом. Спуск по склону с помощью верёвки спортивным способом. Навесная переправа. Переправы с самонаведением и снятием перил.

2.6 Спортивное ориентирование (4 часа). Гигиена туриста: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение. Действие участника перед стартом, на старте, на дистанции, на КП, в финишном коридоре, после финиша. Техника ориентирования. Измерение расстояния на местности (шагами, по времени, визуально). Спортивный компас. Определение сторон горизонта по компасу. Движение по азимуту.

2.7 Туристская газета (2 часа). Виды газет, работа редакционной коллегии, название, газетные рубрики и заголовки, вёрстка, оформление. Выбор названия для туристской газеты. Социальные пробы: интервью, репортаж, соцопрос. Создание Совета дела для выпуска туристской газеты и распределение обязанностей. Выпуск газеты, посвященного Всемирному дню туризма, интересным страницам родной истории, совершённым туристским походам.

2.8 Спортивные походы (5 часов). Пешеходный, горный, лыжный, водный спортивные походы. Протяжённость спортивных походов, категория сложности спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам походов. Ориентирование на маршруте. Хронометраж на маршруте. Краеведение на маршруте. Маршрутно-квалификационная комиссия, маршрутная книжка и маршрутный лист. Спортивные значки и разряды. Подготовка и проведение похода по местам боёв советской армии в Великой Отечественной войне, изучение исторических событий на местности, встречи с местными старожилами, посещение музеев боевой славы. Подведение итогов похода, фотоотчёт

КАЛЕНДАРНО ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела и тем	Часы учебного времени		Дата	
		класс	вне класса	план	факт

1. Вводное занятие (1 час)					
1	Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий.	1			
2. Краеведение 8 час					
2	Рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир родного края	1			
3	История родного края. Герои и яркие личности родного края.	1			
4	Экскурсия в краеведческий музей		1		
5	Краеведческая работа в походе Правила сбора и оформления краеведческого материала	1			
6	Презентация краеведческого материала и краеведческий отчет туристических групп	1			
7	Поход к местам исторических событий		1		
8	Поход к местам исторических событий		1		
9	Подготовка, организация и проведение фотовыставки «Знай родной край»	1			
3. Топография 4 час					
10	Топографические карты и топографические знаки Масштаб и легенда карты	1			
11	Чтение топографических карт Рисование топографических знаков	1			
12	Измерения расстояния до недоступных предметов		1		
13	Топографическая съемка местности		1		
4. Туристские узлы 6 час					
14	Узлы, их назначение и применение в туризме Узлы: прямой, проводник, двойной проводник		1		
15	Узлы: австрийский проводник, восьмёрка, стремя, булинь, удавка, карабинная удавка		1		
16	Узлы: академический, ткацкий, встречный, шкотовый, брамшкотовый, схватывающий		1		
17	Отработка навыков завязывания туристических узлов		1		
18	Отработка навыков завязывания туристических узлов		1		
19	Конкурс «Узелок завяжется- узелок развяжется»		1		
5. Спортивное туристское многоборье 5 час					
20	Спортивное туристское снаряжение Страховки и само страховки		1		
21	Преодоление препятствий		1		

	Горизонтальный и вертикальный маятник Переправа по веревке с перилами (параллельные перила)				
22	Подъем по склону по перилам спортивным способом Спуск по склону по перилам спортивным способом		1		
23	Навесная переправа		1		
24	Переправы с самонаведением и снятием перил		1		
6. Спортивное ориентирование		4 час			
25	Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви Правила соревнований по спортивному ориентированию		1		
26	Техника ориентирования Измерение расстояний на местности (шагами, по времени, визуально)		1		
27	Спортивный компас Приемы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу		1		
28	Движение по азимуту		1		
7. Туристская газета		2 час			
29	Виды газет. Работа редакционной коллегии, название	1			
30	Газетные рубрики и заголовки, верстка, оформление	1			
8. Спортивные походы		5 час			
31-35	Спортивные походы		5		

МАТЕРИАЛЬНО- ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Для детей:

1. Бардин Н.В. «Азбука туризма». М., Просвещение, 1981.
2. Герман А. Г. «Юный турист». №4., Физкультура и спорт, 1977. Изучай свой край.
3. Клеменко А.И. «Карта и компас – мои друзья», М. Детская литература. 1975.

4. Лукьянов И.И. «Зимние спортивные походы» М. Физкультура и спорт, 1988.
5. Петров В.В. «Лес и его жизнь». М., Посвещение. 1986.
6. Такул В.И. «Спортивное ориентирование». М., Профиздат. 1990.
7. Штиорляр К.А. «Опасности в туризме: мнимые и действительные». М., Физкультура и спорт, 1983.

Для педагога:

1. Исследователь природы. Программа для внешкольных учреждений и общеобразовательных школ. М., Просвещение, 1977. Кодыш Э.Н. «Соревнования туриста». М., физкультура и спорт, 1991. Коструб А.А. «Медицинский справочник туриста». М., Профиздат, Программа В.И. Вострокнутаго. 1986.
2. Питание в туристическом путешествии, М., Профиздат, 1986.
3. «Туризм в школе». М., Физкультура и спорт, 1984.
4. Д.В. Григорьев, П.В. Степанов «Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор». Пособие для учителя, М.. «Просвещение», 2011.