

**Приложение к образовательной программе
ООО, СОО
утвержденной приказом №80 от 28.08.2023 г.**

Принято
на педагогическом совете
МОУ «Большеврудская СОШ»
протокол №1 от 30.08.2024

Утверждено
приказом МОУ «Большеврудская СОШ»
№ 134 от 30.08.2024

Согласовано с Советом школы
протокол № 1 от 30.08.2024

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА ТУРИСТСКО-
КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«Юный турист»**

Срок реализации образовательной
программы 1 год

Возраст детей: 11-12 лет

Срок реализации: 2024-2025 год

Автор: Андреев И.А.

учитель ОБЖ

д. Большая Вруда
2024г.

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа физкультурно-спортивной направленности «Юный турист» разработана на основе:

Федерального закона от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»,

Концепции развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 года № 678-р).

Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 09 ноября 2018 года № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»,

Цель дополнительной общеразвивающей программы: создание готовности действовать в условиях экстремальных ситуаций, способствовать гармоничному физическому развитию.

Задачи дополнительной общеразвивающей программ:

Обучающие:

- научить действовать в условиях экстремальных ситуаций.

Развивающие:

- развивать основные физические качества, характерные для данного возраста;

- развивать самостоятельность.

Воспитательные:

- воспитать волевые и моральные качества, ответственность.

Актуальность дополнительной общеразвивающей программы: туризм - средство физического воспитания и в то же время - воспитание личности, в которой гармонически сочетались бы все стороны человеческой деятельности: интеллектуальная, физическая и эмоциональная. В этом смысле туризму и туристической деятельности, педагогически правильно организованной, альтернативы нет. Туристические походы, экскурсии являются важной формой гуманистического, патриотического воспитания. Походы позволяют углублять и дополнять знания по большинству предметов школьного курса. Походы способствуют оздоровлению и физическому развитию детей, готовят к жизни действиям в условиях экстремальных ситуаций.

Учебно-тематическое планирование

| Раздел программы | Тема | Кол-во часов по теме | Дата проведения | |
|------------------|---|----------------------|-----------------|------|
| | | | План | Факт |
| 1. Организация | Правила предупреждения травматизма во время занятий спортивным туризмом. Техника безопасности во время занятий. | 1 | | |
| 2. | Что такое спортивный туризм? История развития туризма в России. Основные направления туризма. | 1 | | |

| | | | | |
|--------------------------|--|---|--|--|
| Туристическая подготовка | Туристические узлы: проводник, двойной проводник, проводник-восьмерка, прямой. | 1 | | |
| | Туристические узлы: встречный, шкотовый, брамшкотовый, булинь, удавка, штык. | 1 | | |
| | Установка и снятие палатки | 1 | | |
| | Переправа по бревну через ручей с опорой на шест, гать | 1 | | |
| | Гать, траверс склона | 1 | | |
| | Воздушная переправа с сопровождением | 1 | | |
| | Воздушная переправа с сопровождением | 1 | | |
| | Укладка бревна и переправа по бревну маятником (с наведением и снятием перил) | 1 | | |
| | Укладка бревна и переправа по бревну маятником (с наведением и снятием перил) | 1 | | |
| | Укладка бревна и переправа по бревну маятником (с наведением и снятием перил) | 1 | | |
| | Подъём по склону серпантинном (со сменой лидера) | 1 | | |
| | Подъём по склону серпантинном (со сменой лидера) | 1 | | |
| | Определение азимута и расстояния до недоступного предмета | 1 | | |
| | Определение азимута и расстояния до недоступного предмета | 1 | | |
| | Топографические знаки | 1 | | |
| | Топографические знаки и топографическая съёмка с применением квадрокоптера (практическое занятие в центре «Точка Роста») | 1 | | |
| | Определение азимута и расстояния до недоступного предмета | 1 | | |
| | Определение азимута и расстояния до недоступного предмета | 1 | | |

| | | | | |
|---------------------------------------|--|-----------|--|--|
| | Бросок верёвки в цель | 1 | | |
| | Бросок верёвки в цель | 1 | | |
| | Спуск (спортивным способом) | 1 | | |
| | Подъём (спортивным способом) | 1 | | |
| | Измерение скорости течения реки | 1 | | |
| 3. Ориентирование | Ориентирование в заданном направлении | 1 | | |
| | Ориентирование в заданном направлении | 1 | | |
| | Ориентирование в заданном направлении | 1 | | |
| | Ориентирование в заданном направлении | 1 | | |
| 4. Оказание первой медицинской помощи | Первая медицинская помощь при ушибах, растяжении, переломе, укусе змей и насекомых (практическое занятие в центре «Точка Роста») | 1 | | |
| | Первая медицинская помощь при ушибах, растяжении, переломе (практическое занятие в центре «Точка Роста») | 1 | | |
| 5. Участие в соревнованиях | Участие в соревнованиях | 3 | | |
| | Всего | 34 | | |

Содержание изучаемого курса

Краеведение: Родной край, его природные и туристические возможности. Организация и проведение походов. Возможные туристические маршруты по родному краю. Техника безопасности на занятиях и в походе.

Основы гигиены: Личная гигиена туриста. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.

Топография и ориентирование: Понятие о топографической и спортивной карте. Топографические знаки. Спортивные знаки. Компас. Работа с компасом. Работа с квадрокоптером в центре цифрового и гуманитарного профилей «Точка Роста». Азимутальный ход. Поиск КП. Способы ориентирования. Ориентирование по местным признакам.

Техника туризма: Опасности в туризме, мнимые и действительные. Преодоление естественных препятствий. Преодоление крутых склонов. Узлы и их применение. Установка и снятие палатки. Укладка рюкзака.

Организационно-педагогические условия реализации образовательной программы

Форма обучения: очная.

Форма организации образовательной деятельности обучающихся: всем составом объединения, в группах или индивидуально.

Программа рассчитана для детей с ОВЗ и детей-инвалидов.

Формы аудиторных, внеаудиторных (самостоятельных) заданий: теория, практическое занятие.

Наполняемость объединения: до 25 человек.

Продолжительность одного занятия: 45 минут

Дополнительная общеразвивающая программа предполагает срок обучения 1 год, для обучающихся 5-8 классов. Последовательное обучение предлагает приобретение практических навыков в области спортивного туризма.

Средства обучения:

1. Спортивный зал МОУ «Большеврудская СОШ»
2. Многофункциональная спортивная площадка МОУ «Большеврудская СОШ»
3. Туристическое снаряжение, карабины, компасы, карта.
4. Оборудование Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка Роста»
5. Алексеев А. А. Горообразование и горный рельеф: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2013.
6. Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2011.
7. Балабанов И. В. Узлы. М., 2012.
8. Добарина И. А., Жигарев О. Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 2014.
9. Зоркова Е. Д. Лето, дети и туризм. Модели деятельности летних туристских профильных лагерей для детей и подростков: Методическое пособие. — М.: ЦДЮТУР РФ, 2008.
10. Козлова Ю. В., Ярошенко В. В. Полевой туристский лагерь школьников (опыт программирования и организации). — М., 2007.
11. Куликов В. М. Походная туристская игротка. Сборник № 2. — Издание 2-е. — М.: Издательство ЦДЮТ МО РФ, 2006.

Планируемые результаты освоения образовательной программы

Знать:

- требования техники безопасности в походе;
- общие подходы к организации и проведению походов;
- способы профилактики типичных заболеваний и основные приемы и средства оказания первой доврачебной помощи;
- перечень группового и личного снаряжения и правила ухода за ним;
- правила приготовления пищи;
- нормы личной и общественной гигиены, экологические требования к группе;

Уметь:

- разбивать бивуак (устанавливать и снимать палатки, разводить костры)
- оказывать само и взаимопомощь;

- применять указанные знания на практике;
- ориентироваться на местности при помощи карты и компаса;
- участвовать на всех этапах соревнований по технике пешеходного туризма;
- выполнять общие обязанности участника похода.

Система оценки результатов освоения образовательной программы

Итоговая аттестация обучающихся проводится в конце обучения по программе, промежуточная аттестация проводится в середине курса

Формы проведения итоговой и промежуточной аттестации: преодоление определенной дистанции с применением навыков пешего туризма.

Оценка результативности: зачетная

Оценочные материалы:

- применение знаний, умений и навыков в практических работах.

Календарный учебный график 2024-2025

| | | |
|--|---|--------------------------|
| Общеразвивающая программа | «Спортивный туризм» | |
| Сроки освоения | 1 год | |
| Начало учебного года | С 02.09 2024года - физкультурно – спортивная направленность | |
| Учебные периоды | <u>1-ый период (1-ое полугодие)</u> с 02 сентября по 27 декабря 2024 года <u>2-ой период (2-ое полугодие)</u> С 09 января по 31 мая 2025 года | |
| Продолжительность учебного года | 36 недель | |
| Количество учебных недель по полугодиям | первое учебное полугодие | второе учебное полугодие |
| | 17 | 19 |
| Продолжительность учебной недели. Комплектование групп | Продолжительность учебной недели – 5 дней. Занятия проводятся в группе | |
| Режим занятий | Среда– 15.15 – 16.00 Продолжительность занятий – 45 минут. | |
| Учебная нагрузка в неделю | 1 час в неделю | |
| Праздничные дни | Согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ <u>праздничные дни в первом полугодии:</u> 04 ноября 2024года; <u>во втором полугодии:</u> с 01 по 8 января; 23 февраля; 08 марта; 01 и 09 мая 2025 года. | |
| Промежуточная аттестация | По графику (согласно положения о промежуточной аттестации обучающихся) | |
| Окончание учебного года | 31 мая 2025 года | |
| Каникулы в учреждении | <u>Осенние</u> – нет <u>Зимние</u> – продолжительность каникул определяется количеством праздничных дней, согласно календарю праздничных дней, утвержденному Министерством труда и социального развития РФ. <u>Весенние</u> – нет <u>Летние</u> – с 01 июня по 31 августа 2025 года. | |

