

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГИМНАЗИЯ № 40

Приложение к ООП ООО, СОО

Программа курса внеурочной деятельности
«Основы туризма»
5-11 классы

Пояснительная записка

Рабочая программа курса составлена в соответствии с требованиями ФГОС НОО (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897, с изменениями от 11.12.2020), основной образовательной программы основного общего образования МАОУ гимназии №40, с учётом авторской программы курса внеурочной деятельности С.А. Еловикова «Основы туризма».

Программа учитывает возрастные, общеучебные и психологические особенности школьника.

Цель курса: пропаганда туризма, как средства укрепления здоровья и привития стремления к здоровому образу жизни, привитие навыков экологической культуры, ознакомление с историей, привитие навыков туризма, самостоятельности при вынужденной автономии, оказанию первой медицинской помощи, удовлетворение естественной потребности учащихся в непосредственном познании мира, своего края.

Задачи:

- обучать навыкам туристско-краеведческой деятельности, оказания первой помощи, правилам поведения при вынужденной автономии;
- обучать двигательным действиям, нацеленным на укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- изучать культуру и природу России и родного края через туристские походы, посещение памятников истории и памятников природы.

Курс внеурочной деятельности «основы туризма» представляет систему познавательных теоретических и практических занятий для учащихся средней и старшей школы.

Программа курса «Основы туризма» реализуется в 5-11 классе, рассчитана на 102 часа в год (3 часа в неделю). Продолжительность занятий 40 минут.

Планируемые результаты освоения курса

Личностные результаты освоения программы:

формирование духовно-нравственных качеств, приобретение знаний о принятых в обществе нормах отношения к памятникам природы, культуры, к истории страны и родного края, формирование патриотического отношения к малой и большой Родине;

☐

формирование осознанного, уважительного отношения к природе, культуре и истории родного края;

☐

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, взрослыми в процессе образовательной, деятельности

☐

Укрепление зроровья, ловкости, выносливости в результате занятия туризмом

Метапредметные результаты освоения программы:

- ☐ умение структурировать материал;
- ☐ умение работать со справочными материалами, картами;
- ☐ обогащение ключевых компетенций (коммуникативных, деятельностных и др.);
- ☐ умение организовывать исследовательскую деятельность;
- ☐ способность оценивать результаты исследовательской деятельности собственной и одноклассников.
- ☐ самостоятельно делать выводы, перерабатывать информацию;
- ☐ умение строить сообщение исследовательского характера в устной форме;
- ☐ умение понимать проблему, выдвигать гипотезу, структурировать материал;
- ☐

Основные методы работы.

1. Различные направления деятельности (историческое, социально-историческое, географическое, экологическое).
2. Эмоциональной поддержки (поддержка туристов) выражается в поощрении, оценивании, координации, направлении, мотивировании и других необходимых действиях, направленных на сопровождение личностного и профессионального самостоятельного роста).
3. Анализа окружающей обстановки (Турист должен владеть навыками анализа происходящих событий, уметь обустроить бивак, прокладывать маршрут, оказывать помощь товарищам и пострадавшим).
4. Стимулирования на познавательную деятельность (в качестве поощрения необходима система дополнительных социально значимых возможностей: познавательная экскурсия по интересным местам, статьи в школьном блоге, участие в соревнованиях, значки, дипломы, медали т. п.).
5. Моделирование возможных ситуаций, возникающих в походах.

Содержание курса.

Модуль 1. Походы, подготовка к ним

Модуль включает в себя общин понятия о туризме, его видах, категориях сложности. Также в этом модуле изучается туристское снаряжение, навыки его использования, планирование и подготовка походов

Модуль 2. Медицина, оказание первой помощи

Модуль включает в себя изучение личной и групповой аптечки, изучение видов травм, навыки оказания первой помощи, транспортировка пострадавшего

Модуль 3. Питание в походе

Модуль включает в себя знания о виде костров и их применении, способах приготовления пищи, посуда, горелки, основные продукты и рецепты, потребность человека в питательных веществах и энергии.

Модуль 4. Скалолазание

Модуль включает в себя теоретические и практические навыки элементов альпинизма и скалолазания как на естественном рельефе, так и на искусственном скалодроме.

Формы и виды деятельности.

Программа осуществляется:

- в рамках общественной, учебной, игровой, коммуникативной и других видов деятельности;

- в следующих формах занятий:

- ☐ индивидуальная;
- ☐ групповая;
- ☐ работа по подгруппам.

Формы организации занятий: лекции, беседы, экскурсии, дискуссии, походы, праздники, презентации, проекты, размышления эксперименты и т.д.

Направления деятельности:

1. Познавательное

Изучение истории туризма, развития снаряжения, навыков его применения

2. Патриотическое направление.

Изучение родного края, его истории и природы. Наша ответственность за сохранение памятников природы, бережное отношение к ним. Формирование любви, уважения, гордости за себя, свою семью, школу, родной край, свою страну.

3. Экологическое направление.

Формирование ответственного отношения к родной природе и родному краю. Сбор макулатуры, сбор мусора в каждом походе и экскурсии, беседы об ответственности каждого из нас за сохранение природы и жизни на Земле.

Тематическое планирование, в том числе, с учетом Рабочей программы воспитания с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы.

Цель воспитания в общеобразовательной организации – личностное развитие школьников, проявляющееся:

1) в усвоении ими знаний основных норм, которые общество выработало на основе этих ценностей (то есть, в усвоении ими социально значимых знаний);

2) в развитии их позитивных отношений к этим общественным ценностям (то есть в развитии их социально значимых отношений);

3) в приобретении учащимися соответствующего этим ценностям опыта поведения, опыта применения сформированных знаний и отношений на практике (то есть в приобретении ими опыта осуществления социально значимых дел).

На уровне основного общего образования приоритетом является создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений к семье, труду, Отечеству, малой и большой Родине, природе, социуму, культуре, здоровью, к самим себе.

На уровне среднего общего образования приоритетом является создание благоприятных условий для приобретения школьниками опыта осуществления социально значимых дел, направленных на заботу о своей семье, пользу своему родному городу, стране, природе; личностное, профессиональное и социальное самоопределение через реализацию социальных проектов.

Воспитание на занятиях школьных курсов внеурочной деятельности осуществляется преимущественно через:

- вовлечение школьников в интересную и полезную для них деятельность, которая предоставит им возможность самореализоваться в ней, приобрести социально значимые знания, развить в себе важные для своего личностного развития социально значимые отношения, получить знания о мире в котором они живут;

- формирование в кружках, секциях, клубах, студиях и т.п. детско-взрослых общностей, которые могли бы объединять детей и педагогов общими позитивными эмоциями и доверительными отношениями друг к другу;

- создание в детских объединениях традиций, задающих их членам определенные социально значимые формы поведения;

- поддержку в детских объединениях школьников с ярко выраженной лидерской позицией и установкой на сохранение и поддержание накопленных социально значимых традиций;

- поощрение педагогами детских инициатив и детского самоуправления.

№ пп	Тема занятия	Количество часов
1	Туристские путешествия, история развития туризма	1
2	Личное и групповое туристское снаряжение	2
3	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	3

4	Подготовка к походу, путешествию	2
5	Питание в туристском походе	2
6	Техника и тактика в туристском походе	3
7	Обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировочных занятиях.	3
8	Туристские слеты и соревнования	2
9	Причины возникновения аварийных ситуаций в походе и меры их предупреждения. Психологические аспекты взаимоотношений в группе.	2
10	Действия группы в аварийных ситуациях	2
11	Подведение итогов туристского похода	1
12	Топографическая и спортивная карта	3
13	Компас. Работа с компасом	2
14	Измерение расстояний	1
15	Способы ориентирования	2
16	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	3
17	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	2
18	Приемы транспортировки пострадавшего	3
19	Краткие сведения о строении и функциях организма человека, влияние физических упражнений.	1
20	Врачебный контроль и самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	1
21	Общая физическая подготовка	12
22	Специальная физическая подготовка	14
23	Практические навыки скалолазания	34
Итого часов:		102

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 303540294533635982749676679132712847518854643092

Владелец Дикин Николай Александрович

Действителен с 13.03.2025 по 13.03.2026