

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
Муниципального образования город Краснодар  
Средняя общеобразовательная школа № 93 города Краснодара имени Кронида Обойщикова

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от 31.08.2022 года протокол № 1  
Председатель \_\_\_\_\_ Дегтярева О.Н.  
подпись руководителя ФИО.

## **ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

по конкретным видам внеурочной деятельности  
(тип программы)

кружок «Азбука туризма»  
(кружок, факультатив, научное объединение/наименование)

1 год (9-11 класс)  
(срок реализации программы)

Количество часов – 34 ч

Учитель – Ефейкин М.О.

Программа разработана на основе программы внеурочной деятельности  
«Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией  
Л.П.Савельевой, Антропова К., Шибяева А. В. Переправы, М., ЦДЮТур, 2015г.  
(указать программу/программы, издательство, год издания при наличии)

## Пояснительная записка.

Приоритетным направлением российской школы, в соответствии с происходящей модернизацией образования страны, является сохранение и укрепление здоровья учащихся.

В национальной доктрине образования в Российской Федерации, утвержденной Постановлением Правительства Российской Федерации от 4 октября 2000 года № 751, в качестве одной из основных целей определены формирование здорового образа жизни и развития детского и юношеского спорта.

Наиболее комплексным видом воспитания здорового и закаленного человека является туризм. Термин «туризм» впервые встречается в английских источниках начала XIX и обозначает экскурсию или путешествие.

Под школьным туризмом понимается туристская деятельность учащихся, выходящая за рамки учебных программ.

Рабочая программа внеурочной деятельности «Юные туристы-спасатели» разработана в соответствии с требованиями:

- ✓ Федерального Государственного образовательного стандарта начального (основного) общего образования,
- ✓ Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации №08-1786 от 28.10.2015г. «О рабочих программах учебных предметов»;
- ✓ на основе:
- ✓ Рабочей программы по туризму для 5-9 классов, ФГОС.М.: «Просвещение», 2018г.
- ✓ Программой внеурочной деятельности «Туристско-краеведческая деятельность» общего образования под редакцией Л.П.Савельевой, Антропова К., Шibaева А. В. Переправы, М. , ЦДЮТур, 2015г.

**Актуальность программы** заключается в том, что туристские походы и экскурсии очень привлекательны для детей, так как в них есть возможность постоянного совершенствования спортивного мастерства и изучения природного, культурного и исторического наследия своей малой родины. Программа носит образовательно - развивающий характер. Содержание программы направлено на создание условий для укрепления и сохранения физического и психического здоровья учащихся.

**Цель программы:** сохранение и укрепление здоровья, улучшение физической подготовленности и физического развития через туристскую деятельность.

### **Задачи:**

- формирование мотивации на регулярные занятия физической культурой и спортом, сохранение и укрепление своего здоровья, выработку умений и навыков здорового образа жизни, осознание каждым ребенком собственной ответственности за свое здоровье;
- обучение основам туристской подготовки, элементам техники и тактики спортивного туризма;
- создание эффективной системы подготовки учащихся для получения спортивных разрядов по туризму;
- педагогическое руководство воспитанием гуманистических принципов уважения к личности ее правам и свободе.
- формирование ценностных ориентаций на физическое и духовное совершенствование личности.

**Учебный план и программа** занятий 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.

Реализация программы рассчитана на 1 год, объёмом в 34 часа, 1 час в неделю. Продолжительность занятия 40 минут. Из них 12 часов отводится для проведения экскурсий, соревнований, походов выходного дня.

**Занятия проводятся** во внеурочное время детей.

**Место проведения занятий** - учебные кабинеты, спортивный зал, спортивная площадка школы.

### **Форма организации внеурочной деятельности**

Обучая детей навыкам туризма необходимо использовать все доступные формы и методы работы. Это тематические и игровые уроки, тематические занятия, эвристические беседы, обсуждение ситуаций, наблюдения, использование компьютерных программ, экскурсии, просмотр видеофильмов, игры, тренировки, соревнования, социально-значимые акции и др.

Так как игровая мотивация естественным образом переходит в учебную, то есть в интерес к содержанию задания, который лежит в основе формирования познавательной мотивации, произвольной памяти и внимания, следует активно использовать все известные игровые методики. Эти методики включают в себя практически все формы работы:

- тематические праздники;
- ролевые, деловые, обучающие, дидактические игры,
- конкурсы;
- эстафеты;
- диалоги;
- беседы;
- диспуты;
- тренинги;

Они представляют широкие возможности для творческой деятельности и интеллектуального развития ребенка. Игра способствует развитию воображения. Поскольку оно необходимо для создания новых ситуаций и правил игры. Чаще всего игры используются при контроле знаний. Виды контроля: текущий контроль умений и навыков; контроль домашней подготовки; итоговый контроль.

**Ценностные ориентиры:** программа имеет туристско-краеведческую направленность, является учебно-образовательной с практической ориентацией. Педагогическая эффективность программы будет выше, если каждый участник туристской прогулки, сюжетно-ролевой игры, экскурсии или похода будет выполнять посильные и интересные для него поручения. Дети могут самостоятельно распределить следующие социально-профессиональные роли: командир, ремонтный мастер, направляющий, замыкающий, штурман, проводник, дежурный, костровой, санинструктор, завхоз по снаряжению, знаток погоды, знаток птиц, знаток растений, знаток трав, знаток достопримечательностей, знаток туристской кухни, знаток водотоков и водоёмов, знаток рыб, знаток туристской фотографии, знаток туристских песен, знаток истории родного края и т. п.

Совершенствуя полученные в начальном образовании универсальные учебные действия, обучающиеся получают новые теоретические знания и практические умения в области истории и культуры малой родины через различные виды практико-ориентированной деятельности в системе должностно - ролевого туристско-краеведческого самоуправления, проявляют уважение к прошлому, бережное отношение к реликвиям прежних времён, а также в процессе обучения формируется патриотизм и потребность сохранить для других поколений исторические, природные, материальные, художественные и культурные ценности родного края. Ведущим

методом внеурочной деятельности является метод решения практических задач (познавательных, исполнительских, творческих).

### **Формы и виды контроля.**

Для реализации программы используются следующие методы обучения:

1. Поисково-исследовательский метод.
  2. Метод самореализации, самоуправления через участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях, через различные творческие дела.
  3. Метод контроля врачебный, самоконтроль.
  4. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию.
- Также разнообразны формы работы:
- лекционные занятия;
  - практические занятия;
  - тренировка по развитию физических качеств, закреплению различных практических умений и навыков;
  - проведение соревнований по спортивному ориентированию;
  - участие в туристических слётах;
  - участие в военно-спортивных играх;
  - проведение викторин, конференций по охране природы;
  - краеведческие экспедиции, походы, экскурсии;
  - метод проектов;

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

### **Личностные результаты:**

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенции с учётом региональных культурных, социальных и экономических особенностей;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни: усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию в процессе освоения учебного курса.

#### *В области познавательной культуры:*

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи.

#### *В области нравственной культуры:*

- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время туристических походов.

#### *В области трудовой культуры:*

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха.

#### *В области эстетической культуры:*

- умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности.

*В области физической культуры:*

- владеть правилами поведения во время туристических походов, соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену, поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленности.

**Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результат;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности.

*В области познавательной культуры:*

- овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психологических и нравственных качеств;
- понимание физической культуры, как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного поведения.

*В области нравственной культуры:*

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих;
- проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам.

*В области трудовой культуры:*

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений;
- приобретение умения планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать место занятий и их безопасность.

*В области эстетической культуры:*

- знание факторов потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;
- понимание культуры движения человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение культурой речи, ведение диалогов в доброжелательной и открытой форме, проявление внимания к собеседнику, интереса и уважения;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения.

*В области физической культуры:*

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры.

**Предметные результаты:**

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности.

*В области познавательной культуры:*

- знание по истории развития туризма в России и Краснодарском крае;
- знание основных направлений туристической деятельности, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек.

*В области нравственной культуры:*

- способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями;
- умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий.

*В области трудовой культуры:*

- способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;
- умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями;
- умение организовывать и проводить некатегорийные туристические походы.

*В области эстетической культуры:*

- умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки;
- умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности.

*В области коммуникативной культуры:*

- способность интересно и доступно излагать знания о туризме.

*В области физической культуры:*

- способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью;
- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленностью;
- умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей;
- умение самостоятельно ориентироваться на местности, самостоятельно укладывать рюкзак, применять различные узлы по их назначению в туристской технике, выполнять преодоление препятствий самостоятельно, со страховкой и с помощью учителя.

## СОДЕРЖАНИЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

**Ориентирование на местности.** Понятие о карте, масштаб. Условные знаки топографических карт. Способы изображения рельефа. Компас. Азимут. Ориентирование на местности. Ориентирование на местности.

**Техника пешеходного туризма.** Основные приемы страховки. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины. Узлы — классификация по использованию. ТПТ: подъем и спуск по склону спортивным способом, траверс склона по перилам. ТПТ: движение по параллельным веревкам. ТПТ: навесная переправа. ТПТ: маятник (вертикальный).

**Материально-техническая база похода.** Личное снаряжение. Основные функции снаряженца. Групповое снаряжение. Функции зампотеха. Основные функции завхоза. Организация питания в походах разной продолжительности. Применение ремнабора и составление раскладки продуктов для похода.

**Здоровье участников похода.** Нормы личной и общественной гигиены. Экология и туризм. Основные функции медика. Аптечка. Типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой доврачебной помощи.

**Краеведение.** Организация краеведческих наблюдений в походе.

**Обучающиеся узнают:**

- основные этапы истории туризма;
- основные виды туризма;

- историю своей школы, её традиции;
- основные вехи истории родного края;
- азбуку туристско-краеведческой деятельности;
- правила поведения в музеях и других общественных местах;
- основные термины, применяемые в детском туризме и краеведении;
- основные принципы сохранения здоровья и здорового образа жизни;
- основные виды растительного и животного мира своего края;
- способы передвижения и преодоления естественных и искусственных препятствий в пешеходных и лыжных путешествиях;
- способы охраны природы в туристском путешествии.

**Обучающиеся получат возможность узнать/познакомиться:**

- основные социальные функции туризма и краеведения;
- ведущие музеи, исторические и памятные места своего села и района;
- жизнь и деятельность выдающихся путешественников, соотечественников, внёсших вклад в развитие туризма;
- с методикой проведения поисково-исследовательской работы;
- правила оформления краеведческого исследования;

**Обучающиеся научатся:**

- общаться с людьми;
- систематизировать и обобщать собранный краеведческий материал, оформлять его и хранить;
- вести элементарную поисково-исследовательскую работу по алгоритмам;
- оформлять стенды, фотовыставки и т. п.;
- осуществлять фотосъёмку исследуемых объектов туристского интереса;
- соблюдать правила личной гигиены;
- овладеть элементарными туристско-бытовыми навыками;
- выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений;
- владеть техникой перемещения на местности пешком и на лыжах с грузом-рюкзачком;

**Обучающиеся получат возможность научиться:**

- вести исследовательские краеведческие записи;
- составлять справочную картотеку;
- выступать с докладами
- работать с научно-популярной литературой;
- ориентироваться в пространстве, на местности, в своём городе;
- рисовать планы местности;
- владеть техническими и тактическими приёмами преодоления естественных и искусственных препятствий.

**В процессе реализации программы у учащихся будут формироваться/совершенствоваться следующие качества:**

- инициативность;
- аккуратность;
- коммуникабельность;
- целеустремлённость;
- самокритичность;
- творческая активность;
- способностью к оказанию взаимопомощи;
- самостоятельность;
- исполнительность;
- способностью к взаимодействию в команде;
- физическая активность;
- выносливость;
- упорством в достижении поставленных целей;
- уважением к старшим, родителям, семейным традициям;

- милосердием, заботой о старших и младших;
- экологическая культура;
- любовью к своей малой родине;
- трудолюбие.