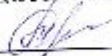


Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Мытская средняя школа

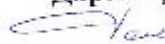
РАССМОТРЕНО
Руководитель ШМО



Липина Н.В.
Приказ № 1 от «29» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Приказ № 9 от «29» 08
2023 г.

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Юный турист»

2023 год

Пояснительная записка

В условиях экономической, идеологической и политической интеграции утверждаются и получают приоритетное значение общечеловеческие ценности, которые базируются на культурно-национальной основе. В связи с этим одной из важнейших задач воспитания учащейся молодежи является развитие национального самосознания, формирование ценностного отношения к своим историческим корням, менталитету, культуре, традициям, родному языку, которая достигается через организацию туристско-краеведческой работы в учреждениях, обеспечивающих получение среднего специального и профессионально-технического образования.

Туристско-краеведческая деятельность - важная форма обучения, воспитания, профессиональной ориентации, социальной адаптации и оздоровления учащихся, разумного использования их свободного времени.

В каждом уголке России, в каждом городе, поселке, селе есть свои природные особенности, специфические черты истории и культуры, составляющие тот феномен, который формирует в человеке интерес и привязанность к родному краю, его патриотические чувства, историческое сознание, социальную активность. Помочь лучше узнать свой край, глубже понять особенности его природы, истории и культуры, их взаимосвязь с природой, историей и культурой страны, мира, принять участие в созидательной деятельности, развить свои собственные способности - в этом заключается основной смысл данной программы. Организация туристско-краеведческой недели базируется на двух принципиальных положениях: добровольности участия и использования средств туризма и краеведения в деятельности коллективов. Организационные и методические принципы туристско-краеведческой деятельности участников определяются примерной программой. Программа намечает основные направления, тематику и ориентиры краеведческого поиска. Ведущая задача примерной программы - создание оптимальных возможностей для творческого развития детей, их гражданского становления, удовлетворения их запросов, формирования профессиональных интересов в процессе туристско-краеведческой деятельности. Работу по одной или нескольким программам может осуществлять любой коллектив. Могут быть использованы многообразные формы взаимодействия с государственными учреждениями и общественными организациями.

При разработке программы «Юнный турист» для организации воспитательного процесса, необходимо строить воспитательную работу на основе комплексного подхода с учетом основных направлений «Примерной программы воспитания»:

- гражданско-патриотическое;
- семейное;
- здоровый образ жизни;
- экологическое.

Важным направлением в организации туристско-краеведческой работы является **гражданско-патриотическое**, которое способствует формированию у учащихся положительного отношения к своему Отечеству, всестороннему изучению родного края. Целью данного направления является воспитание гражданина-патриота, человека-хозяина своей Земли, личности, способной к созидательному труду.

Патриотизм проявляется в гордости за успехи своего народа в области науки, техники, производства, в культуре. Любовь к своему Отечеству - непреходящая ценность для

любого народа, любой нации. Она определяет качества человека и мобилизует его на труд во имя народа, на сохранение народного достояния, природы и окружающей среды.

Гражданско-патриотическое направление, при использовании данной программы в учреждениях образования, отражает организацию следующих видов деятельности:

- проведение *краеведческих олимпиад* с целью решения туристско-краеведческих задач;
- использование *творческого кружков*, ориентированных на формирование гражданско-патриотической и национальной культуры;
- сотрудничество с *государственными молодежными организациями и объединениями*, способствующими формированию гражданственности и патриотизма;
- проведение *краеведческих выставок* для ознакомления общественности с опытом организации туристско-краеведческой работы в учебном заведении;
- организация *интеллектуально-познавательных игр* («В мире природы», «Мой край»), *тематических дней* («Этот день Победы...», «Жизнь без войны!»);
- создание *экспедиционных групп*, изучающих историю, этнографию, народное творчество, трудовые и боевые подвиги нашего народа;
- проведение *экскурсий и походов* по местам истории;
- организация *праздничных и тематических встреч* патриотической направленности с участниками Великой Отечественной войны, ветеранами учебного заведения (учителями, местными краеведами, деятелями культуры и других профессий).

Туристско-краеведческая работа основывается на поисковой деятельности, которая содействует обогащению духовного наследия учащихся, развитию гуманных принципов, воспитанию гражданственности и патриотизма. Сбор материалов о военнослужащих, оказавшихся в плену, пропавших без вести, погибших в боях за наше Отечество, встречи с участниками Великой Отечественной войны помогают перенимать лучшие человеческие и гражданские качества этих людей, способствуют развитию у учащихся чувства гордости за свою Отчизну и нацеливают на создание собственной «летописи минувших лет».

На современном этапе развития образования гуманизация воспитания предусматривает обращение к личности учащегося с целью научить его жить, развиваться, утверждаться среди людей. Как известно, все это происходит в первую очередь в семье. Именно семья выступает в роли воспитательного института, связь с которым человек ощущает на протяжении всей своей жизни. В семье закладываются нравственные ценности человека, формируются нормы поведения, положительное отношение к таким человеческим качествам как любовь, взаимопонимание, ответственность, порядочность. В организации туристско-краеведческой работы **семейное воспитание** играет немаловажное значение, поскольку семья является основой жизнедеятельности народа-этноса.

На сегодняшний день **формирование здорового образа жизни** подрастающего поколения является актуальной проблемой. Здоровье – это самое главное богатство в жизни человека, которое отражает физическое, психическое и социальное благополучие. Здоровый и духовно развитый человек счастлив, ибо он отлично себя чувствует, способен получать моральное удовлетворение во всех сферах общественной деятельности. Укрепление физического здоровья осуществляется путем вовлечения учащихся учреждений образования в различные виды спорта и туризма. В организации «Недели туризма и краеведения» *туризм* является важнейшим составляющим здорового образа жизни и выполняет прежде всего рекреативную функцию. Участвуя в туристических мероприятиях, учащиеся восстанавливают свои силы, укрепляют свое физическое и

психическое здоровье. В содержании программы туристско-краеведческой работы используются разнообразные виды деятельности:

- Проведение тематических праздников («Здоровье и долголетие», «Красота и здоровье»);
- Проведение круглых столов на философские размышления («Здоровье нации – это здоровье каждого», «Задумайтесь – это серьезно!»);
- Организация туристической эстафеты и соревнований по туртехнике;
- Исполнение туристских песен;
- Проведение спортивных игр с мячом (волейбол, баскетбол и др.);
- Участие в районных и областных турслетах;
- Ориентирование на местности;
- Конкурс на лучшее самодельное снаряжение.

Мы живем в экологически неблагоприятной обстановке, обусловленной действием вредных для организма веществ (промышленные и автомобильные газы, ядохимикаты, удобрения, пищевые добавки). Предупреждая о возможных последствиях расширяющегося вторжения человека в природу, еще полвека назад академик В.И.Вернадский писал: «Человек становится геологической силой, способной изменить лик Земли». Именно поэтому сейчас стоит очень остро проблема «Окружающая среда и здоровье человека». Но прежде чем заботиться о своем здоровье, необходимо прежде всего позаботиться об окружающей среде. **Экологическое воспитание** включает формирование у учащихся сознательного отношения к окружающей природной среде с целью охраны и рационального использования природных ресурсов.

Важно, чтобы при познавательной деятельности учащиеся усвоили, что, соприкасаясь с миром природы, надо осторожно, бережно подходить ко всем ее богатствам, что туристско-краевед – это, прежде всего, друг природы, который может оказать правильную, научно обоснованную помощь. Таким образом, учитывая специфику учебного заведения, контингент учащихся, данную программу, каждый год проводятся туристские походы, сплавы по рекам и экскурсии. Туристский поход – это прохождение группы учащихся по определенному маршруту активным способом передвижения (пешеходный, водный, велосипедный, комбинированный) с определенными целями. Экскурсия – это посещение одного или нескольких достопримечательных мест в учебно-познавательных и воспитательных походах и экскурсиях. Важным моментом воспитательной работы в туристской группе является самоуправление. Между участниками похода распределяются обязанности и поручения с учетом подготовки, способностей и интересов каждого туриста. Это могут быть ответственный за маршрут (подбор литературы, подготовка материала о районе похода, составление графика похода); командир группы (основной помощник руководителя); ответственный за снаряжение (вопросы обеспечения и охраны снаряжения туристской группы); ответственный за питание (подготовка перечня продуктов, распределение по рюкзакам, составление меню и т.д.); санитар (контроль за выполнением санитарно-гигиенических норм); казначей (составление сметы расходов, сбор денег. Хранение денег у руководителя группы); фотограф (изготовление фотографий и оформление фотогазеты); физорг (организация спортивных мероприятий). Могут вводиться и временные поручения: дежурный повар, костровой и др. Определяется туристский совет, который ежедневно подводит итоги дня, определяет планы на предстоящий день, рассматривает конфликтные ситуации, проблемы и пути решения. Советом разрабатывается система соревнования между участниками туристского похода, туристскими группами. Самоуправление может быть эффективным при умелой его организации. Руководитель туристской группы должен быть советчиком, контролером, но прежде всего грамотным педагогом, способным в трудную минуту по-дружески поддержать учащегося, по-родительски позаботиться о каждом, не скупиться на

поощрения и не забывать о мерах наказания. Заканчивается программа подведением итогов, которые представляются в виде отчетов о походах, написании летописей, фотоколлажей. В составление отчета включаются следующие разделы: «Летопись родного края» - изучение истории родного края с древнейших времен до сегодняшнего дня, составление летописи наших дней. Выявление, сбор и введение в научный оборот краеведческих материалов об утраченных памятниках материальной и духовной культуры, объектах природы. "Экология" - воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее охране и воспроизведению. "Культурное наследие" – изучение культурного наследия и творчества жителей родного края, фиксация событий культурной жизни родного края, восстановление и благоустройство памятников истории и культуры. "К туристскому мастерству" - развитие массовых видов туризма: пешего, водного, горного, велосипедного. Совершенствование мастерства юных туристов. Привлечении к активным занятиям туризмом учащихся всех возрастов.

В предлагаемой программе представлено содержание оздоровительно-познавательной деятельности с учащимися. Учебно-воспитательный процесс требует от учащегося в основном умственного напряжения, в то время как биологическая сущность ребенка направлена на активную физическую деятельность и непосредственное познание окружающего его мира.

Цель занятий в объединении туристской направленности состоит в развитии двигательной, функциональной и познавательной активности учащихся, начиная с младших классов, в укреплении их здоровья, психическом и физическом оздоровлении организма в процессе туристско-познавательной деятельности. При этом предполагается решение следующих основных задач:

- оздоровление детей на занятиях в условиях природной среды;
- формирование координационных функций;
- развитие творческой и исполнительской активности учащихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- вовлечение учащихся в поисково-исследовательскую деятельность средствами туризма.

Программа предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагогов таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой. При этом адаптация организма ребенка к физическим нагрузкам предполагает необходимость их строгого дозирования по объему, продолжительности и напряженности в соответствии с полом и возрастом, а также индивидуальным уровнем функционального и биологического развития обучающихся.

Содержание программ рассчитано на 1 год занятий с учащимися, проявляющими интерес к естествознанию, физической культуре, туризму и краеведению. Программа

рассчитана на 34 часа в год, с сентября по май включительно. Педагог имеет возможность с учетом местных традиций и личных творческих наклонностей, исходя из времени года и погодно-климатических условий, самостоятельно распределять последовательность изучения тем программы, устанавливать продолжительность занятий, которая не должна превышать двух академических часов в помещении и четырех часов на местности.

Каждая тема занятий предполагает как организацию активной оздоровительно-спортивной деятельности (физические упражнения; подвижные игры; мини-соревнования; состязания в помещении и на природе; туристские и оздоровительные прогулки), так и познавательно-творческой деятельности обучающихся (экскурсии, беседы; коллективное чтение и обсуждение художественных произведений о природе и путешественниках; просмотр мультфильмов, сказок и видеосюжетов; изготовление детьми поделок из природных материалов, рисование природных объектов).

«Образовательные маршруты» должны проходить через такие образовательные области, как словесность, естествознание, искусство, физическая культура и оздоровительно-познавательный туризм, социальная практика, технология, психологическая культура и др. Они должны способствовать освоению обучающимися основ краеведения; приобретению санитарно-гигиенических навыков, организации туристского быта в полевых условиях; ориентирования на местности в условиях своего микрорайона (школьного двора); формированию физкультурно-туристских знаний, умений и навыков; обучению двигательным навыкам и действиям; общему укреплению здоровья и закаливанию организма; развитию физических качеств (быстроты, силы, выносливости, гибкости, координационных способностей и скоростно-силовых качеств); овладению техникой преодоления простейших естественных и искусственных препятствий во время экскурсий в природу, туристских прогулок, походов выходного дня.

В программе предусмотрена также организация отдыха детей после интенсивной физической или эмоционально-психологической нагрузки для восстановления ими затраченных сил. Каждое мероприятие – туристская прогулка, мини-соревнования, физические упражнения, экскурсия и прочие – предполагает общее оздоровительное, закаливающее воздействие на организм учащихся, нормализацию всех его функций.

Содержание программы составлено с учетом принципов концентрического освоения окружающей действительности, цикличности проведения оздоровительно-познавательной, туристско-краеведческой и исследовательской деятельности, использования должностно-ролевой системы творческого самоуправления и развития творческой самостоятельности членов детского объединения.

окрестностям своего населенного пункта, так и по дальним маршрутам; закрепляют и совершенствуют навыки здорового образа жизни, охраны окружающей природной среды и безопасности жизнедеятельности.

Предполагается, что большая часть занятий будет проводиться на открытом воздухе, на школьном дворе или в лесу. В осенние, зимние и весенние каникулы предполагается активное участие обучающихся в туристско-краеведческих и спортивно-оздоровительных мероприятиях в рамках программы «Каникулы».

Педагогическая эффективность оздоровительно-познавательной, туристско-

краеведческой деятельности будет выше, если каждый обучающийся будет включаться в эту деятельность посредством выполнения соответствующим его возрастным особенностям и индивидуальным творческим способностям, мотивам и интересам игровых должностей (ролей): организационно-хозяйственных (командир, физорг, ремонтный мастер, штурман, дежурный, заведующий снаряжением, санинструктор и т. д.) и познавательно-краеведческих (знаток погоды, знаток птиц, знаток растений, знаток трав, знаток улицы, знаток достопримечательностей и т. д.). При этом педагогу необходимо формировать у воспитанников ответственное отношение к исполнению должностно-ролевых обязанностей, пунктуальность, инициативность, коллективизм.

Программа предусматривает проведение систематической психолого-педагогической и медико-функциональной диагностики и тестирования, обучающихся с целью контроля за влиянием занятий на их организм и отслеживания динамики развития функциональных, физических и творческих способностей детей. Такое наблюдение позволит своевременно корректировать объем, интенсивность и продолжительность нагрузок, а также поможет при разработке совместно с семьей и школой (классный руководитель, школьный психолог, школьный медицинский работник, организатор внеклассной и внешкольной работы) лично ориентированных занятий для каждого воспитанника.

Распределение учебной нагрузки.

Наименование разделов	Количество часов		
	Всего	Теория	Практика
Введение	1	1	
Туристско-бытовые навыки юного туриста	4	1	3
Основы топографии	5	3	2
Туристское и экскурсионное ориентирование	5	2	3
Личная гигиена и первая доврачебная помощь	3	1	2

Основы краеведения	3	1	2
Спортивно-оздоровительный туризм	6	3	3
Общая спортивно-оздоровительная физическая подготовка	7	2	5
ИТОГО:	34	14	20

Календарный план.

№	Тема занятия	Всего часов
1	Итоги года. Постановка новых целей и задач	1
2	Личное снаряжение и оборудование.	1
3	Необходимый запас воды для питья. Правила транспортировки.	1
4	Групповое снаряжение и уход за ним	1
5	Состав ремонтного набора. Ремонт личного и группового снаряжения.	1
6	Топографическая и спортивная карта.	1
7	Рисовка условных знаков. Составление легенды движения.	1
8	Горизонт. Стороны горизонта. Ориентирование по сторонам горизонта.	1
9	Определения сторон горизонта по солнцу, объектам растительного мира.	1
10	Движение по карте с использованием форм рельефа, линейных ориентиров.	1
11	Измерение расстояний.	1
12	Ориентирование по компасу и карте.	1
13	Ориентирование на местности	1
14	Маршруты ориентирования	1
15	Легенды КП	1
16	Оказание 1 помощи при порезах, ушибах, мозолях, растяжении, вывихах	1
17	Наложение простейших повязок, жгутов, шин	1
18	Транспортировка пострадавшего. Простейшие средства для организации транспортировки.	1
19	Культурное и природное наследие	1
20	Природа, климат родного края. Своей местности.	1
21	Растительный и животный мир нашей местности.	1
22	Переправа через «Болото» с помощью жердей.	1
23	«Болото» переправа по кочкам.	1
24	Переправа по бревну.	1
25	Техника преодоления спусков. Подъемов.	1
26	Преодоление крутых склонов. Спуск спортивный.	1
27	«Мышеловка». Установка и снятие палатки.	1

28	Упражнения на велосипедах. «Безопасное колесо»	1
28	Бег по пересеченной местности, бег с препятствиями, спринтер	1
30	Прыжки в длину и в высоту с места и с разбега.	1
31	Тестирование. Контрольное упражнение.	1
32	Тестирование. Контрольные упражнения.	1
34	Проведение состязаний. Подведение итогов.	1
	Всего часов	34