

МУНИЦИПАЛЬНАЯ БЮДЖЕТНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
«АКАДЕМИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ ГОРОДА БУЙНАКСК»

Принято на заседании
методического совета

Протокол № 1
от « 30 » августа 2021 г.

Приказ № 2.
от « 30 » августа 2021 г.



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБОУ «Академический
лицей города Буйнакск»

П.А. Атаева

Дополнительная общеобразовательная
программа

«ТУРИЗМ»

(туристско-краеведческое направление)

Направленность – туристско-краеведческое

Возраст обучающихся – 9-16 лет

Срок реализации – 1 год (144 часа)

Авторы – составители

Абдурахманов Абдулла Мухтаррахмедович

Гаджиханов Ахмедпаша Русланович

педагоги дополнительного образования

МБОУ «Академический лицей»

2021г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туризм» ориентирована на учащихся 9-16 классов и составлена в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- концепцией развития дополнительного образования детей (распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Приказом Министерства образования и науки РФ от 29 августа 2013 г. № 1008 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
- СанПин 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей».
- Распоряжением комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 25.06.2015 г. № 3075-р «Об утверждении комплекса мер по реализации в Санкт-Петербурге Концепции развития дополнительного образования детей на 2015-2020 годы»

Программа «Туризм» имеет туристско-краеведческую направленность

Туризм является важной составляющей внеклассной спортивной работы. Участие в туристических походах способствует развитию таких качеств как личная инициатива, настойчивость, сила воли и высокая дисциплинированность.

Туристические походы сочетают в себе активный здоровый отдых, наибольшую пользу здоровью приносят такие виды туризма, в которых используются активные средства передвижения – это пешие и лыжные походы, путешествия. Пешеходный туризм – самый массовый и самый доступный вид туризма.

На плановые и самодеятельные пешеходные маршруты ежегодно ходят миллионы людей. Такие походы способствуют улучшению деятельности сердечно-сосудистой и дыхательной системы, повышению сопротивляемости организма к заболеваниям, укреплению мускулатуры. Пребывание на свежем воздухе, воздействие солнца и дозирование физических нагрузок, а также разнообразие впечатлений во время похода и путешествия нормализуют деятельность центральной нервной системы, восстанавливают силы, повышают работоспособность.

Поскольку школьный туризм неотделим от краеведческой работы, то есть во время походов дети изучают историю, природу и культуру родного края – своей малой родины о нем можно сказать не только как об уникальном оздоровительном отдыхе, но и как о важнейшем средстве культурно-патриотического воспитания.

В наше непростое время, когда возросли опасности природных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности

туризма для подготовки занимающихся к действиям в экстремальных ситуациях, а также сейчас в наше время возрастает отчуждённость, жестокость между людьми, нужно тем более использовать возможности туризма для формирования коллективизма, для воспитания взаимовыручки.

Актуальность: на сегодняшний день одним из важных направлений, как в школьном образовательном учреждении, так и в дополнительном образовании остается укрепление здоровья. Общеобразовательная программа «Самодетельный туризм» является средством включения детей в активную физическую деятельность и приобщения к здоровому образу жизни. Именно самодетельный туризм способствует закалке детского организма, его укреплению, физическому развитию, а также познанию живой природы, изучению флоры и фауны, расширению кругозора, овладению навыками поведения в природе.

Новизна данной программы заключается в преимущественно практико-ориентированных педагогических технологиях в проведении занятий. Суть их заключается в учете особенностей развития и потребностях современных детей и подростков, а также в постоянном обращении к опыту учащихся, к их интересам, склонностям, устремлениям, индивидуально-значимым ценностям, которые определяют своеобразие восприятия и осознания окружающего мира каждым учащимся.

Настоящая программа рассчитана на 3 года в объёме 432 часов. Углублённый уровень усвоения.

Целью формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, профессионального самоопределения личности.

Программа предусматривает решение следующих задач:

1. Образовательные:

1. Сформировать систему знаний, умений, навыков по основам туристской подготовки (знания о снаряжении, быте, питании, техники и тактики в туристском походе).
2. Познакомить детей с основами топографии и ориентирования (топографическая и спортивная карта, компас, способы ориентирования).
3. Поддерживать интерес в изучении природы, истории и культуры родного края.
4. Обучить детей основным приемам оказания первой доврачебной помощи.
5. Овладеть знаниями и умениями, необходимыми для участия в соревнованиях по ориентированию.

2. Развивающие:

1. Развить индивидуальные способности и инициативу учащихся.

2. Развить внимательность при выполнении практических упражнений, наблюдательность к предметам и явлениям внешнего мира, творческое воображение в походах и путешествиях.

4 Развить мыслительные процессы: анализ, синтез, обобщение, оценка, установление причинно-следственных связей и закономерностей.

5. Развить физические качества: силу, выносливость и координацию движений.

3. **Воспитательные:**

1. Воспитать гуманное отношение к природе.

2. Выработать организаторские навыки, умение взаимодействовать, доводить начатое дело до конца, работать и правильно вести себя в коллективе.

3. Сформировать уважение к истории и культуре родного края.

4. Воспитать коммуникативные навыки, потребность во взаимоотношениях и умении общаться в коллективе.

Особенности организации образовательного процесса

Данная программа разноуровневая, рассчитана на подготовку обучающихся 4-11 классов.

Настоящая программа рассчитана на 3 года в объёме 144 часа в год. Базовый уровень усвоения.

Программы каждого года занятий рассчитаны на 144 учебных часов, включая теоретические и практические занятия в помещении и на местности, а также проведение учебно-тренировочных походов. Занятия проводятся 2 раза в неделю по 2 часа. В каникулярное время проходят учебно-тренировочные походы. Кроме того, занятия могут проходить как со всей группой, так и индивидуально, в зависимости от предстоящей деятельности.

При реализации поставленных выше задач, используются следующие методы:

- метод самореализации, самоуправление через участие в походах, соревнованиях, экскурсиях;
- поисково-исследовательский метод – самостоятельная туристско-краеведческая работа обучающихся с выполнением конкретных заданий в походах, экскурсиях;
- метод контроля: врачебный, спортивный рост, качество усвоения программы.

Руководителем объединения могут быть использованы такие формы реализации программы, как: проведение походов, экскурсий, вечеров, соревнований по парковому ориентированию, соревнований по топографии.

Туристический поход – это итог всего изученного материала по каждому году обучения, в нем идет отработка всех тем программы. Поэтому в учебно-тематическом плане поход желательно ставить после изучения тем туристический быт и туристическое снаряжение.

Прямыми критериями оценки результатов служат:

- освоение учащимися программы по годам обучения;
- рост спортивных достижений;
- участие в походах;
- участие в Районных и городских туристических соревнованиях, слётах:

К разделам, усвоение которых предполагает проведение занятий в форме тренировок или иной практической, подготовительной или отчетной, деятельности, количество учебных часов не называется, поскольку определение периодичности, числа и общей продолжительности занятий по каждому из планируемых спортивных мероприятий определяется педагогом самостоятельно, исходя из определенной на группу нагрузки, значимости соревнования и учета возрастных особенностей спортсменов.

Реализация цели и задач данной программы направлена на организацию образовательной и оздоровительной деятельности обучающихся в объединений, на сплочение единого коллектива.

В коллектив принимаются ребята, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой и спортом (<http://www.mednorma.ru/mednorma/article/1/obxhii-perechen-medicinskix-protivopokazanii-k-zanjatijam-sportom.html>).

Форма организации детей на занятиях. Индивидуальная, групповая, фронтальная, коллективная.

Формы проведения занятий.

Фронтальное, групповое, практическое занятие, беседы, дискуссии, соревнования, семинары, занятие-экскурсия, поход.

Режим занятий

Срок реализации программы: 1 года.

1-й год обучения – 4 часа в неделю, всего 144 часа в год.

В 1 год обучения 15 человек.

Наглядные и дидактические пособия:

- учебно-топографический карты;
- плакаты, схемы по технике туризма и технике безопасности;
- фото- и видеоматериалы, слайды;
- карточки-задания по оказанию первой медицинской помощи;
- обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию.

Материально-техническое обеспечение

- Веревки альпинистские
- Зал спортивный, оборудованный крюками для проведения занятий с веревками (крюки 11кН)
- Системы страховочные
- Карабины и другое альпинистское снаряжение

- Палатки
- Спальники
- Компасы
- Навигатор
- Велосипед
- Мячи (футбольный, баскетбольный, волейбольный)
- Маты гимнастические

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения программы

К концу первого года обучения:

Предметными результатами изучения программы «Туризм» является

- Все обучающиеся после 1 года занятий должны иметь опыт участия в 2-3хдневном походе и в соревнованиях районного уровня.
- Умение передвигаться по дорогам и тропам в составе группы,
- Умение ориентироваться по карте и компасу,
- Умение оказывать первую медицинскую помощь,
- Умение организовывать походный быт
- знание основы топографии и ориентирования,

Личностными результатами изучения программы «Туризм» является формирование следующих умений.

- Формирование чувства гордости за свою родину.
- Формирование бережного отношения к природе.
- Овладение начальными навыками адаптации в меняющихся условиях
- Развитие самостоятельности.
- Формирование личной ответственности перед командой.
- Формирование мотивации к занятиям спортом, установки на безопасный и здоровый образ жизни.

Метапредметными результатами изучения программы «Туризм» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

- Овладение способностью принимать и сохранять цели учебной деятельности.
- Освоение начальных форм познавательной и личной рефлексии.
- Формирование умения планировать, контролировать и оценивать свои действия.
- Умение определять наиболее эффективные способы достижения результата.
- Использование знаково- символических средств представления информации.
- Формировать умение определять общую цель и работать в команде над ее достижением.

К концу второго года обучения :

Предметными результатами изучения программы «Туризм» является

- После обучения на втором году дети совершают многодневный поход.
- Уметь различать лекарственные и ядовитые растения,
- Уметь выполнять различные вязки узлов,
- Уметь наводить самостоятельно переправы,
- Уметь организовать однодневный поход,
- Уметь оформлять фотоальбомы, отчёты о походах,
- самостоятельно участвовать в ориентировании

Личностными результатами изучения программы «Туризм» является формирование следующих умений.

- Формирование чувства идентичности, патриотизма, уважения к Отечеству.
- Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления..
- Формирование уважительного и ответственного отношения к труду и обучению
- Формирование целостного мировоззрения, накопление опыта.
- Развитие самостоятельности.
- Формирование личной ответственности перед командой.
- Формирование мотивации к занятиям спортом, установки на безопасный и здоровый образ жизни.
- Развитие эстетического сознания

Метапредметными результатами изучения программы «Туризм» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

- Овладение способностью самостоятельно определять цели учебной деятельности, ставить и формулировать новые задачи.
- Освоение начальных форм познавательной и личной рефлексии.
- Формирование умения планировать пути достижения целей, контролировать и оценивать свои действия.
- Овладение основами самоконтроля, самооценки.
- Использование знаково- символических средств представления информации, использовать модели и схемы для решения задач.
- Формировать умение определять общую цель и работать в команде над ее достижением.

К концу третьего года обучения:

Предметными результатами изучения программы «Туризм» является:

- Участие в категорийном многодневном походе, либо в многодневном ПС, с последующим участием в городских соревнованиях.
- Умение самостоятельно подбирать личное и групповое снаряжение для многодневного похода
- Умение самостоятельно разрабатывать маршрут похода

- Умение работать по должностям в группе
- Умение ориентироваться на местности в различных условиях
- Умение применять способы транспортировки пострадавшего;
- Умение выживать в экстремальных условиях;
- Умение определять размеры водоёмов;
- Умение применять различные переправы через реки;
- Умение применять свои знания в различных соревнованиях;
- Умение самостоятельно участвовать и проводить парковое ориентирование.

Личностными результатами изучения программы «Туризм» является формирование следующих умений.

- Формирование чувства идентичности, патриотизма, уважения к Отечеству.
- Сформированная гражданская позиция активного и ответственного гражданина.
- Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления..
- Толерантное сознание и поведение в поликультурном мире
- Сформированность уважительного и ответственного отношения к труду и обучению
- Формирование целостного мировоззрения, накопление опыта, нравственное сознание.
- Сформированность основ саморазвития и самовоспитания.
- Формирование личной ответственности перед командой.
- Формирование мотивации к занятиям спортом, установки на безопасный и здоровый образ жизни.
- Развитие эстетического сознания, включая эстетику быта, спорта, творчества

Метапредметными результатами изучения программы «Туризм» является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

- Владение способностью самостоятельно определять цели учебной деятельности, ставить и формулировать новые задачи.
- Владение умением продуктивно взаимодействовать
- Освоение начальных форм познавательной и личной рефлексии.
- Владение навыками познавательной, учебно- исследовательской и проектной деятельности.
- Формирование умения планировать пути достижения целей, контролировать и оценивать свои действия.
- Владение основами самоконтроля, самооценки.
- Использование знаково- символических средств представления информации, использовать модели и схемы для решения задач.
- Формировать умение определять общую цель и работать в команде над ее достижением.

Формы контроля и подведение итогов

Контроль знаний, умений и навыков подводится как в ходе занятия, так и после каждого изученного раздела в практических занятиях различными методами.

**Учебный план
1 год обучения**

№ п/п	Название раздела	Теория	Практика	Всего	Формы контроля
1	Туристская подготовка	17	19	36	Беседа, опрос, зачет.
2	Топография и ориентирование.	10	11	21	Тестирование, игра по станциям, опрос.
3	Краеведение.	2	7	9	Беседа, тестирование, написание работ,
4	Основы гигиены, первая доврачебная помощь.	6	5	11	Тестирование, опрос, зачет
5	Общая и специальная физическая подготовка.	2	53	55	Ролевые игры, написание работ Презентации
6	Навыки и умения спортсмена - участника туристских соревнований		12	12	Зачет
	Итого	37	107	144	

**Календарный учебный график реализации дополнительной
общеобразовательной общеразвивающей программы «Туризм»**

Год обучения	Дата начала занятий	Дата окончания занятий	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1.09.2017	25.05.2018	36	72	144	2 раза в неделю по 2 часа