

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение гимназия

Тульская область, город Узловая

Согласовано Заведующий кафедрой	Утверждено На заседании педагогического совета	Утверждаю Директор МБОУ гимназии
Протокол №_1_ от «26» 08. 2024г.	Протокол №_1_ от «30» 08. _ 2024г.	_____ Мытарев С.В. Приказ № _____ от «_30_»_08_2024_г.

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
туристско – краеведческой направленности
кружка «Туристы - краеведы»**

Возраст обучающихся: 11-13 лет

Составитель: учитель физической культуры

Филиппова А.А.

Узловая 2024

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы – туристско-краеведческая.

Актуальность программы определяется необходимостью изучения начального и базового уровня туристско-краеведческой деятельности для освоения туристского, экологического и краеведческого минимума и приобретения прочных навыков безопасного участия в туристских путешествиях. Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. Вовлечение учащихся в туристско-краеведческую деятельность позволяет педагогу решать одновременно, в комплексе, вопросы обучения, воспитания, оздоровления, профессиональной ориентации и социальной адаптации подростков, формирования навыков здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности.

Освоение программы предполагает приобретение и развитие таких социально значимых качеств учащихся, как: трудолюбие, настойчивость, целеустремленность. Занятия в объединении требуют систематической работы, в результате которой формируется отношение к труду как социально и личностно значимой ценности. В условиях автономного существования туристской группы, в походе учащиеся понимают, что только их труд лежит в основе успешного преодоления маршрута.

Большую часть времени уделяется практическим занятиям, экскурсиям, походам и соревнованиям на свежем воздухе. Регулярные занятия по общей и специальной физической подготовке, походы способствуют закаливанию, укреплению здоровья, физическому совершенствованию подростков. Правильное распределение и выполнение физических нагрузок способствует укреплению костно-мышечного аппарата, кровеносной системы, предупреждению, профилактике и лечению заболеваний дыхательных путей.

Занятия в туристско-краеведческом объединении предполагают тесное сотрудничество на всех стадиях занятий (подготовки, проведения и подведения итогов походов). Взаимовыручка, как средство решения многих больших и маленьких проблем воспринимается юными туристами как должное. Важно помнить, что дружба, сплоченность группы – одно из условий безопасности её действий, принятия решений при условии заботы о благополучии всех членов группы, самостоятельность с высокой степенью ответственности за безопасность собственную, и группы в целом.

Коллективная деятельность в туристско-краеведческом объединении, в конечном итоге, способствует быстрой адаптации учащихся к условиям социальной среды, к различным социальным ситуациям, деятельности в микро- и макрогруппах; к культурным, психологическим и социологическим факторам.

При этом у учащихся развиваются личностные качества, необходимые для работы в коллективе. В таких условиях у них укрепляются объективные факторы самооценки; мотивация, направленная на самосовершенствование и самореализацию.

В целом все эти компоненты – необходимые и достаточные условия воспитания человека полезного обществу, способного к созидательному производительному труду, защите Отечества – патриота своей Родины.

Отличительные особенности общеобразовательной (общеразвивающей) программы:

построение программы позволяет учащимся выбрать уровень освоения программы, определить перспективы дальнейших занятий по данной программе;

комплексность программы – содержание каждого уровня общеобразовательной (общеразвивающей) программы состоит из образовательных блоков:

- туризм;
- краеведение;
- топография и ориентирование;
- основы безопасности, основы гигиены, первая помощь пострадавшему;
- основы экологии;
- общая и специальная физическая подготовка;
- туристское многоборье.

Получение знаний и навыков направлены на развитие у учащихся интереса к туризму и краеведению более длительное время. Закрепление теоретических знаний на практике во время учебно-тренировочных выходов, сборов и походов, ведет к прочному усвоению материала.

Социальная ориентация программы позволяет по итогам учебной и творческой деятельности использовать потенциал учащихся при подготовке и проведении соревнований и массовых мероприятий, проводимыми Центром туризма и другими организациями.

Новизна программы заключается в совмещении туризма, краеведения, активного отдыха и позволяет по окончании 3-летнего курса обучения подготовить ребёнка, заинтересованного в дальнейших занятиях туризмом и краеведением.

Общеобразовательная (общеразвивающая) программа практико-ориентированная, даёт представление учащимся о специфике туризма и краеведения, использовании приобретаемых навыков в будущих профессиях.

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа «Туристы-краеведы+» ежегодно обновляется с учётом появления новых технологий, развития науки, техники, культуры, экономики и социальной сферы.

Педагогическая целесообразность данной программы определяется социальной значимостью и направленностью на организацию социально полезной деятельности учащимися объединения.

Адресат программы. Программа рассчитана на 3 года обучения и адресована учащимся 4-7 классов (10-14 лет), проявляющим интерес к самостоятельным туристским путешествиям и краеведению.

Возрастные особенности учащихся используются в данной программе в полной мере. В этом возрасте у подростков проявляется самостоятельность в решении поставленных задач, активность в социальной жизни, стремление быть и считаться взрослыми. Занятия туристско-краеведческой деятельностью позволяет им реализовать свои лучшие качества, умение дружить и ценить дружбу. В старшем школьном возрасте у учащихся возникает потребность разобраться в окружающем мире и в самом себе, происходит поиск смысла, активно формируются устойчивые ценности и системы ценностей, корректируется мировоззрение. Дифференциация и индивидуализация учебно-тренировочного процесса, создание ситуации успеха для каждого учащегося, помогает подросткам выступать в наиболее благоприятной для него роли, находить наилучшее применение своим способностям, полнее раскрывать и выражать индивидуальность.

В группу принимаются дети, изъявившие желание заниматься по данной программе. Набор свободный. Согласие родителей и собеседование обязательно. Необходима медицинская справка об отсутствии противопоказаний для занятий.

Объём и сроки освоения программы

Программа рассчитана на 3 года.

Цель: создание оптимальных условий для развития и самореализации школьников, создание условий для формирования у учащихся ключевых компетенций: ценностно-смысловых, учебно-познавательных, социокультурных, коммуникативных через включение их в учебную и практико-ориентированную деятельность в области туризма и краеведения.

Задачи:

Предметные:

- расширять знания в области краеведения, отечественной истории, географии;
- учить школьников понимать и ценить обычаи, традиции и устои русского народа, сохранять и продолжать традиции национальной духовности;
- формировать навыки и умения безопасного нахождения в природной среде во время походов и экскурсий;

- учить рациональным приёмам преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности;
- способствовать повышению общего уровня информационной культуры;
- прививать умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе;
- расширять знания учащихся по окружающему миру и экологии, полученные в школе.

Метапредметные:

- развивать мыслительную деятельность (сравнение, обобщение, анализ, синтез);
- способствовать развитию устойчивого интереса к выбранной деятельности;
- развивать творческую, познавательную и созидательную активность;
- содействовать развитию психических процессов: памяти, внимания, воображения, мышления;
- развивать устную речь, умения выступать перед аудиторией.

Личностные:

- формировать умения и навыки самостоятельной деятельности в туристской группе;
- формировать навыки культуры общения и поведения в социуме;
- формировать потребность бережного отношения к природе;
- способствовать формированию навыков физической культуры и здорового образа жизни;
- воспитывать патриотизм посредством занятия краеведением.

1.3. Содержание программы

№ п/п	Наименование разделов	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Основы туристской подготовки 1.1. Туристские путешествия, история развития туризма 1.2. Туристское снаряжение 1.3. Организация туристского быта 1.4. Питание в походе 1.5. Подготовка и организация туристского путешествия 1.6. Учебно-тренировочные походы 1.7. Физическая подготовка	10			Тестирование, устный опрос, кроссворды, ребусы, игра, анкетирование, собеседование, сдача нормативов, соревнования, поход, отчёт о походе, контрольные упражнения

	<p>тура 1.8. Самостоятельная работа.</p>				
2.	<p>Краеведение 2.1. Географическое положение, природные условия и ресурсы края 2.2. История и культура края 2.3. Основные ремесла родного края. Промыслы края. Традиции и обычаи 2.4. Туристские возможности края 2.5. Родословие- наши корни 2.6. Этнопсихологические особенности русской национальной игрушки 2.7. Самостоятельная работа.</p>	10			Тестирование, устный опрос, ребусы, кроссворды, мини-доклады, творческий отчёт, защита презентаций
3.	<p>Топография и ориентирование 3.1. Топография 3.2. Ориентирование</p>	3			Тестирование, устный опрос, топографический диктант, контрольные упражнения
4.	<p>Основы безопасности. Основы гигиены, первая помощь пострадавшему 4.1. Техника безопасности при проведении занятий, походов, экскурсий 4.2. Правила санитарии и гигиены 4.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи 4.4. Лесная аптека</p>	5			Тестирование, устный опрос, наблюдение, контрольные упражнения
5.	<p>Основы экологии 5.1. Наша планета-Земля 5.2. Туризм и охрана природы 5.3. Наблюдения в природе</p>	4			Викторины, кроссворды, ребусы, наблюдение, мини-доклады
6.	<p>Туристское многоборье 6.1. Туристские слеты и соревнования 6.2. Основы техники пешеходного туризма</p>	2			Учебно-тренировочный поход, контрольные упражнения
ИТОГО за период обучения		34			

Материально-техническое обеспечение общеобразовательной (общеразвивающей) программы «Туристы-краеведы+»

Для обеспечения процесса обучения по данной программе необходимо следующее материально-техническое обеспечение:

№ п/п	Наименование	Количество единиц
Туристское снаряжение		
1.	Палатки туристские	2 шт.
2.	Тенты для палаток (верхние и нижние)	2 шт.
3.	Кольшки, стойки для палаток	12 шт.
4.	Топор в чехле	1 шт.
5.	Пила двуручная в чехле	1 шт.
6.	Каны (котлы) туристские	4 шт.
7.	Тент хозяйственный	1 шт.
8.	Клеенка кухонная	2 шт.
9.	Комплект посуды для приготовления пищи	1 шт.
10.	Рукавицы костровые (брезентовые)	2 шт.
11.	Спальники	6 шт.
12.	Коврики	6 шт.
13.	Рюкзаки	6 шт.
14.	Секундомер	2 шт.
15.	Компас жидкостный	6 шт.
16.	Аптечка медицинская в упаковке	1 шт.
17.	Ремонтный набор в упаковке	1 шт.
18.	Лопата саперная в чехле	1 шт.
19.	Комплект веревок основных	1 шт.
20.	Комплект веревок вспомогательных	1 шт.
21.	Система страховочная	6 шт.
22.	Карабин туристский	12 шт.
23.	Призмы для ориентирования на местности	12 шт.
24.	Рулетка 15–20 м	1 шт.
Наглядный материал, канцтовары		
25.	Карандаши цветные, чертежные, ластики	15 шт.
26.	Транспортир	15 шт.
27.	Карты топографические учебные	15 шт.
28.	Условные знаки спортивных карт	15 шт.
29.	Условные знаки топографических карт	15 шт.
30.	Учебные плакаты «Туристские узлы»	2 шт.
31.	Маршрутные документы (маршрутные листы)	10 шт.

32.	Карты спортивные, планы местности, планы микрорайона школы, карты своей местности	15 шт.
Мультимедийное, фото и видео оборудование		
33.	Мультимедийный комплекс	1 шт.
34.	Компьютер, принтер, сканер	1 шт.
35.	Экран демонстрационный	1 шт.
36.	Фотоаппарат	1 шт.
37.	Видеокамера	1 шт.

Информационное обеспечение программы

Для информационного обеспечения программы в кабинете имеется аудио, видео оборудование, возможность выхода в интернет.

Программа адаптирована для реализации в условиях временного ограничения (приостановки) по санитарно-эпидемиологическим и другим основаниям. Для непрерывной реализации программы учащимся предлагаются занятия в дистанционном формате.

Интернет-ресурсы:

Адрес группы Д/О «Туристы-краеведы» в ВК - <https://vk.com/club199490038>

Туристская подготовка:

«История развития туризма в России» -

https://studbooks.net/741925/turizm/istoriya_razvitiya_turizma_rossii

«Туристское снаряжение» - <https://hendmeid24.ru/interesnoe/snaryazhenie-dlya-pohoda>

«Снаряжение для походов» -

<https://www.youtube.com/watch?v=zTDApK2Qjkk&t=6s>

«Особенности личного снаряжения» - <https://www.youtube.com/watch?v=-R76qNYGNOo>

«Сборка рюкзака. Подгонка рюкзака по спине» -

<https://www.youtube.com/watch?v=UxZ-sNFQ9Hs>

«Виды костров» - https://www.youtube.com/watch?v=9XB3CYye_2Q&t=2s

«Организация туристского быта» -

https://vk.com/doc379419075_576892152?hash=960d921453669db95b&dl=80ef0ab253b6c192dc

«Типы костров» -

https://vk.com/doc379419075_577315299?hash=8feefc50a1286c45af&dl=0d2bab968e8167c363

«Питание в походе» -

https://vk.com/doc379419075_578553312?hash=dcbee8e5f1ee23e52e&dl=f6942b81f3442c89c7

«Физическая подготовка к походу» - <https://kuliarpohod.com/articles/snaryaga-v-pohod/fizicheskaya-podgotovka-k-pohodu/>

«Физическая подготовка» -

<https://www.youtube.com/watch?v=sqP2RuuxJcM&t=2s>

«Общая и специальная физическая подготовка. Комплекс упражнений для увеличения эластичности мышц» -

<https://www.youtube.com/watch?v=UiERu2yeToY&t=2s>

Краеведение:

Видеоурок «Рельеф, полезные ископаемые Курской области», «Водные ресурсы края»- https://vk.com/video-199490038_456239026?list=4a1327a98ff7bda49d

Видеоролик «Животный мир родного края» -

<https://www.youtube.com/watch?v=HezHq1Vv98o>

Видеоурок «Растительный мир родного края» -

https://vk.com/video-199490038_456239030?list=748cfa5db8d8846795

Видеоурок «Животный мир Курского края» -

https://vk.com/video-199490038_456239031?list=f03cd60d5ab0f07095

Видеоурок «История Курского края» -

https://vk.com/video-199490038_456239033?list=42d78d269b62e109fe

Видеоурок «Куряне, чьи имена золотыми буквами вписаны в историю науки и техники, искусства и культуры нашей Родины» -

https://vk.com/video-199490038_456239038?list=37e6ddef82dfcea21e

Презентация «Герои – куряне и их подвиги» -

https://vk.com/doc379419075_582494517?hash=5baeef44d77d13b497&dl=831b4d3313a9c3807b

Видеоурок «Куряне-олимпийцы» -

https://vk.com/video-199490038_456239040?list=09a3bf13127a27e167

Презентация «Промыслы и ремесла Курского края» -

https://vk.com/doc379419075_587126085?hash=61d6be5e4fa93fcf21&dl=29160821552c9a6e77

Презентация "Национальные традиции создания и особенности народного костюма Курской губернии" - <https://vk.com/club199490038>

Презентация «История игрушечного промысла, особенности русской национальной игрушки» -

https://vk.com/doc379419075_589369913?hash=cb05068c55371b5df3&dl=62a4304cc1a91698bf

Мастер-класс "Изготовление русской национальной игрушки – тряпичной куклы-оберега "пеленашка" -

https://vk.com/video-199490038_456239050?list=5c292c40017f55b1b8

Презентация «Музеи города Курска» -

https://vk.com/doc379419075_590182161?hash=2f8bcbbe48c8317f3a&dl=578c38c2c2824d92fb

Список литературы для педагога

1. Алексеев А.А. Как писать отчет. М., ЦДЮТиК, 2005.

2. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе. – М,ЦДЮТиК, 2002.
3. Григорьев Д.В. Степанов П.В. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор. М., «Просвещение» 2010;
4. Балабанов И.В. Однодневные походы. М: Издатель И.В.Балабанов,2003
5. Балабанов И.В. Узлы. М., 2006.
6. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
7. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
8. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. М., ЦДЮТур МО РФ, 2006.
9. Константинов Ю.С. Степанов В.С., Федотов Ю.Н. Организация детско-юношеского туризма. Учебник для ВУЗов. – СПб., СПбГУФК им. П.Ф.Лесгафта, 2008.
- 10.Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма. Учебное пособие для ВУЗов. – М.: РМАТ, 2009.
- 11.Сборник методических материалов туристско-краеведческой направленности в помощь педагогам дополнительного образования: Выпуск 4: В 2-х частях. Ч.1. – Ярославль: ГОУ ЯО «Центр детей и юношества», ИЦ «Пионер». – 2010. – 96 с.
- 12.Сборник методических материалов туристско-краеведческой направленности в помощь педагогам дополнительного образования: Выпуск 4: В 2-х частях. Ч.2. – Ярославль: ГОУ ЯО «Центр детей и юношества», ИЦ «Пионер». – 2010. – 88 с.
- 13.Сейненский А.Е. Школьное историческое краеведение. «Педагогическое общество России», М., 2014.
- 14.Сухов А.Н. Социальная психология. – М., ИЦ Академия, 2005.
- 15.Туристская игротека / Сост. Л.М.Ротштейн. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
- 16.Тимофеев М.И. Деловое общение: Учебное пособие. – М.: РИОР, 2004.
- 17.Шеламова Г.М. Деловая культура и психология общения. – М., ИЦ Академия, 2008.

Список литературы для учащихся

1. Балабанов И.В. Узлы. – Москва, 2006.
2. Бурцев В.П. Загадки и находки на тропинках спортивного ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2007.
3. Данилова М. З. Занимательная экология // Воспитание школьников. - 2010. - № 5. - С.25-33.
4. Дроздов Н. Н. Охрана природы / Н. Н. Дроздов, А. К. Макеев. – М.: Мнемозина, 2012. – 64 с.: ил. – (Живая природа с Николаем Дроздовым).

5. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. ФЦДЮТК Москва 2005.
6. Кругов А.И. Задачник по краеведению. – Москва «Русское слово», 2006.
7. Крутецкая В.А. Правила здоровья и оказание первой помощи. –СПб.: Изд. Дом «Литера», 2008.
8. Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинов Ю.С. Словарь Юного туриста. Изд. 2-е стереотип. – М., ФЦДЮТиК, 2008.
9. Лукашенец Д.А. Красная книга: исчезнувшие животные Земли/ Д. Лукашенец, Е. Лукашенец. – М.: Эксмо, 2014. – 96 с.: ил. – (Красная книга для больших и маленьких).
10. Озеров А.Г. Исследовательская деятельность учащихся в природе. М., ЦДЮТиК, 2005.
11. Очеретний А. Д. Красная книга. Животные нашего леса / А. Д. Очеретний. – М.: Эксмо, 2014. – 96 с.: ил. – (Красная книга для больших и маленьких).
12. Тихонов А. В. Растения России. Красная книга / А. В. Тихонов. – М.: ЗАО «РОСМЭН-ПРЕСС», 2011. – 172 с.: ил.

Календарный план воспитательной работы

№ п/п	Дата проведения	Наименование воспитательного мероприятия	Место проведения	Предполагаемое кол-во участников
1	Сентябрь	Семейный праздник «День отца». Поход. Туристские эстафеты, конкурсы, веселые старты.	Курск	30
2	Сентябрь	Участие в лично-командном первенстве по туризму на призы памяти Героя России Андрея Хмелевского	Курск	20
3	Октябрь	Всемирный день животных. Конкурс рисунков «Мир, с которым мы живем».	Курск	30
4	Октябрь	Участие в экологической акции «Очистим нашу Планету»	Курск	45
5	Октябрь	Лекция-беседа «День работников заповедного дела в России»	Курск	15
6	Ноябрь	Международный день энергосбережения. Экологический урок «Роль энергосбережения в сохранении природных ресурсов».	Курск	15
7	Ноябрь	День матери. Выставка Рисунков «Загляните в мамины глаза»	Курск	45
8	Ноябрь	Урок по безопасности дорожного движения посвященный «Дню памяти жертв ДТП»	Курск	40
9	Декабрь-Март	Участие в экологической акции «Помоги пернатому другу»	Курск	45
10	Декабрь	Участие в благотворительной акции «Рождественский свет»	Курск	30
11	Январь	Участие в массовом мероприятии «Новый год в лесу»	Курск	30
12	Февраль	Участие в Патриотическом квесте, посвященном освобождению г. Курска	Курск	10
13	Февраль	Участие в военно- полевой игре «Зарница», посвященной Дню защитника Отечества	Курск	15

14	Март	Массовое мероприятие «Масличные гуляния»	Курск	30
	Март	Участие в акции «Крым наш», посвященной присоединению Крымского полуострова к Российской Федерации	Курск	30
15	Март	«А ну-ка девочки», праздник в объединении	Курск	45
16	Апрель	Тематическое занятие «Первый в космосе»	Курск	45
	Апрель	Участие в акции «Сад памяти»	Курск	15
17	Апрель	Участие в комбинированной туристической эстафете учащихся образовательных учреждений города Курска	Курск	8
18	Май	Урок мужества «Памяти героев Великой отечественной»	Курск	45
19	Май	Участие в акции «Бессмертный полк»	Курск	30
20	Май	Участие в итоговых туристских соревнованиях, обучающихся ОБУДО «КОЦТ»	Курск	30