**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края‌‌**

**‌МО Кореновский район‌​**

**МАНОУ СОШ№5 им. трижды Героя Советского Союза А.И. Покрышкина**

**МО Кореновский район**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  Руководитель ШМО учителей физкультуры  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Гронь Ю.Г.  Протокол №1 от «31» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Гарькуша О.А.  Протокол №1 от «31» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор МАНОУ СОШ №5 имени трижды Героя Советского Союза А. И. Покрышкина МО Кореновский район  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Домащенко В. В.  Приказ № 310 от «31» августа 2023 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по внеурочной деятельности в рамках спортивно-туристского кружка «Краеведческий туризм».

Уровень образования основное общее образование, 10-11 классы.

Количество часов 68 часов (2 года обучения)

Учитель Романовский Р.Г.

Программа разработана на основе программы «Туристско-краеведческая деятельность», авторы П.В.Степанов, С.В.Сизяев, Т.С.Сафронов, М., Просвещение 2011 г.

**I. Пояснительная записка.**

Самодеятельный туризм – трудоёмкий, но очень интересный и полезный способ организации досуга учащихся. Такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

Важно создать для учащихся пространство, которое отвечало бы их насущным возрастным потребностям и, при этом, было бы благоприятным для их нравственного развития. Необходимо поддерживать природное любопытство учащихся и желание всё испытать самим, неуёмную физическую энергию и страсть к приключениям и романтике, стремление к независимости, самостоятельности, потребности проявить себя в среде других.

В наибольшей мере перечисленным выше условиям соответствуют возможные формы организации жизнедеятельности школьников в естественной, природной, «нецивилизованной», необустроенной среде, в том числе самодеятельные туристские путешествия. Здесь учащимся предоставляются дополнительные ниши, где они могут реализовать свои природные свойства и актуальные устремления. В таких условиях школьники в большей степени (по сравнению с семьёй или школой) ощущают собственную независимость от взрослых. Ослабевает влияние родительских сценариев, и тем самым открываются возможности для свободного и автономного бытия учащихся, их самостоятельного поступка, самостоятельного выбора позиции. Попадая в новую обстановку, учащиеся имеют больше возможностей познакомиться с иными человеческими отношениями. При повышенных физических нагрузках, сильных эмоциональных переживаниях, включении в групповую работу у них появляется принципиальная возможность проверить себя, показать себя, что-то доказать себе и другим. В физически и морально сложных жизненных условиях при поддержке педагога школьники могут научиться поступаться собственными интересами, удобствами, благополучием ради других.

Программа внеурочной туристической деятельности учащихся (общий объем 68 часов) ориентирована на старший школьный возраст (10-11 класс) и рассчитана на 2 года и, исходя из 1 часа в неделю, составляет 68 часов. Предполагает дальнейшее закрепление и совершенствование основных туристских знаний, умений и применение их в многодневных походах.

Тематическое планирование разработано в соответствии с программой «Туристско-краеведческой деятельности» (авторы П.В.Степанов, С.В.Сизяев, Т.С.Сафронов) М., Просвещение 2011 г.

Туристско-краеведческая деятельность включает в себя кружковые, факультативные, секционные, клубные и прочие занятия по отработке специальных умений, краеведческие экскурсии; туристические поездки; походы выходного дня; туристские многодневные походы, спортивные туристские походы, туристско-краеведческие экспедиции, природоохранные и природовосстановительные экспедиции.

Подведение итогов работы деятельности обучающихся может быть организовано в течение всего учебного года в различных форматах общественной презентации (выставки, конкурсы, конференции).

**Цель программы**: оказание помощи школьникам, проявляющим стремление к освоению профессионального мастерства в спортивном туризме.

**Задачи:**- научить знаниям, умениям и навыкам спортивного мастерства, обеспечивающим высокие достижения в различных видах спортивного туризма.  
- выявить и развить природные задатки и способности детей, способствующие высоким достижениям в спортивном туризме.  
- воспитать мотивацию освоения спортивного мастерства к технологиям освоения опыта ЗОЖ.  
- формирование правильных психологических установок на достижение поставленной цели.  
 - создание сплочённого детского коллектива, способного решать поставленные задачи на основе взаимоуважения и взаимопомощи, находить правильные решения в сложных ситуациях.  
- приобщение детей к регулярным занятиям физической культурой и спортом, закаливание.  
- приобретение опыта участия на туристских слётах, соревнованиях.  
- получение учащимися основных навыков краеведческой работы.  
- воспитание бережного отношения к природе, развитие экологического мышления.

**II. Учебно-тематический план.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название модуля, тем | Всего часов | Количество часов | |
| аудиторные | внеаудиторн. |
| 1 | 1 год обучения.  "Спортивное совершенствование" | 34 | 18 | 16 |
| 1.1 | Краеведение | 6 | 6 | - |
| 1.2 | Топография | 6 | 6 | - |
| 1.3 | Спортивное туристское многоборье | 8 | - | 8 |
| 1.4 | Спортивное ориентирование | 8 | - | 8 |
| 1.5 | Основы первой помощи | 6 | 6 | - |
| 1.6 | Учебно-тренировочные походы с двумя и более ночёвками. Участие в мероприятиях краевого центра туризма и экскурсий | Согласно утверждённого календарного плана |  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Название модуля, тем | Всего часов | Количество часов | |
| аудиторные | внеаудиторн. |
| 2 | 2 год обучения.  "Спортивное совершенствование" | 34 | 18 | 16 |
| 2.1 | Краеведение | 6 | 6 | - |
| 2.2 | Топография | 6 | 6 | - |
| 2.2 | Спортивное туристское многоборье | 8 | - | 8 |
| 2.3 | Спортивное ориентирование | 8 | - | 8 |
| 2.4 | Основы первой помощи. | 6 | 6 | - |
| 2.5 | Учебно-тренировочные походы с двумя и более ночёвками. Участие в мероприятиях краевого центра туризма и экскурсий | Согласно утверждённого календарного плана |  |  |

**III. Содержание программы**

**Модуль 1.** Спортивное совершенствование (68 часов).

2.1. Вводное занятие. Цели и значение занятий туризмом и краеведением. Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы поведения в горах, в лесу, у водоёмов, на болоте. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнём. Правила обращения с опасными инструментами и спецснаряжением. Правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста. Неписаные этические правила туристов: трудовая этика туриста, распределение общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к слабым и отстающим в походе, поведение у вечернего костра и за столом, отношение к памятникам истории и культуры, отношение к пожилым людям и «тимуровская» работа, отношение к природе .

2.2. Краеведение. Рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир родного края. История родного края. Краеведческая работа в походе. Правила сбора краеведческого материала. Правила оформления краеведческого материла. Презентация краеведческого материала. Краеведческий отчёт туристской группы. Краеведческие викторины. Подготовка, организация, проведение и анализ силами туристской группы школьной краеведческой олимпиады для учащихся 5-8 классов. Подготовка, организация, проведение и анализ силами туристской группы фотовыставки «Знай родной край!».

2.3. Топография. Топографические карты и топографические знаки. Масштаб и легенда карты. Чтение топографических карт. Рисование топознаков. Изображение высоты местности с помощью горизонталей, определение крутизны склона и его высоты. Измерение расстояния до недоступных предметов. Топографическая съёмка местности.

2.4. Туристские узлы. Узлы и их применение в туризме. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, австрийский проводник, восьмёрка, стремя, прусик, булинь, удавка, карабинная удавке, академический, ткацкий, встречный, шкотовый, брамшкотовый, штык, схватывающий, грейпвайн и т. п. Отработка навыков завязывания туристских узлов. Наведение и снятие веревочных перил для преодоления препятствий.

2.5. Спортивное туристское многоборье. Спортивное туристское снаряжение. Страховки и самостраховки. Преодоление препятствий. Траверс, склона с альпенштоком. Горизонтальный и вертикальный маятник. Переправа по верёвке с перилами (параллельные перила). Подъём по склону по перилам спортивным способом. Спуск по склону по перилам спортивным способом. Подъём по склону по судейским перилам с самостраховкой. Спуск по склону по судейским перилам с самостраховкой. Навесная переправа. Переправы с самонаведением и снятие перил.

2.6. Спортивное ориентирование. Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение. Действия участника перед стартом, на старте, на дистанции, на КП, в финишном коридоре, после финиша. Техника ориентирования. Измерение расстояний на местности (шагами, по времени, визуально). Спортивный компас. Приёмы пользования компасом. Определение сторон горизонта по компасу. Определение точки стояния. Движение по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности. Спортивные карты. Технические приёмы: азимут, линейное ориентирование. Точечное ориентирование. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию.

2.7. Туристская стенгазета. Виды газет, работа редакционной коллегии. Название, газетные рубрики и заголовки, вёрстка, оформление. Выбор названия для туристской газеты: открытый конкурс. Социальные пробы: интервью, репортаж, соцопрос. Создание Совета дела для выпуска туристской газеты и распределение обязанностей. Выпуск и презентация первого номера газеты, посвящённому Всемирному дню туризма. Выпуски номеров, посвящённых экологическим проблемам микрорегиона, интересным страницам родной истории, совершенным туристским походам и экспедициям.

2.8. Природоохранные акции. Анкетный опрос школьников, родителем и жителей микрорайона об экологических проблемах микрорайона. Определение круга проблем. «Что мы можем сделать?» - проработка каждой проблемы методом мозгового штурма. Выбор дела. Создание Совета дела. Распределение обязанностей, подготовка инвентаря и спецодежды. Реализация запланированного дела: проведение природоохранных мероприятий на улицах, в парке, лесу и т. п. Фоторепортаж о проведении акции. Анализ проведённого дела. Подведение итогов: рассказ об экологических проблемах микрорайона и проведённой акции учащимися младших классов.

2.9. Походы выходного дня. Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ походов выходного дня с целью отработки навыков ориентирования, техники пешеходного того туризма, сбора краеведческого материала и т. п.

2.10. Спортивные походы. Пешеходный, лыжный, горный, водный спортивные походы комбинация. Протяжённость спортивных походов, локальные и протяжённые препятствия, категории сложности спортивных походов. Принципы комплектования группы и требования к участникам спортивных походов. Ориентирование на маршруте. Хронометраж на маршруте. Краеведение на маршруте. Краеведение на маршруте. Маршрутно-квалификационная комиссия, маршрутная книжка и маршрутный лист, отчёт о спортивном походе в МКК. Спортивные значки и разряды. Подготовка и проведение похода по местам боёв Советской армии в Великой Отечественной войне: изучение исторических событий на местности, встречи с местными старожилами, посещение школьных и сельских музеев боевой славы, благоустройство братских могил. Подведение итогов похода, подготовка фотоотчёта, технического и краеведческого описания маршрута. Ознакомление с собранным краеведческим материалом других учащихся школы.

**VI. Предполагаемые результаты реализации программы.**

1. Формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом: развитие ценностного отношения школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

2. Приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками; опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтёрской (добровольческой) деятельности.

**V. 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;

- экологические акции.

**VI. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения | Коли-чество |
| 1 | Библиотечный фонд.  1. Допженко Г.П. История туризма в дореволюционной России и СССР. - Ростовский университет, 1988.  2. Энциклопедия туриста. - М., БРЭ, 1993.  3. Берман А.Е. Юный турист. - М., ФиС, 1977.  4. Лукоянов П.И. Зимние спортивные походы. - М., ФиС, 1988.  5. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. - М., Профиздат, 1990.  б. Питание в туристском путешествии. - М., Профиздат, 1986.  7. Матюцкий С.П. Туристу о растениях. - М., Профиздат, 1988.  8. Поспелов Е.М. Туристу о географических названиях. - М., Профиздат, 1988.  9. Куприн А.М. Занимательная картография.- М., Просвещение, 1989.  10. Бардин К.В. Азбука туризма. - М., Просвещение, 1981.  11. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста. - М., ФиС, 1985.  12. Остапец А.А. На маршруте туристы - следопыты. - М., Просвещение, 1987.  13. Сборник официальных документов по детско - юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей. - М., ЦДЮТур России, 1995.  14. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. - М., ЦДЮТур России, 1996.  15. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. - М , ЦДЮТур России, 1997.  16. Усыскин Г.С. В классе, в парке, в лесу. - М , ЦДЮТур России, 1996.  17. Константинов Ю.С. Туристские соревнования учащихся. - М., ЦДЮТур России, 1995.  18. Рыжавский Г.Я. Биваки. - М , ЦДЮТур России, 1996.  19. Шибаев А.С. Переправа. - М , ЦДЮТур России, 1996.  20. Шибаев А.С. В горах. - М., ЦДЮТур России, 1996.  21. Шибаев А.С. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени. - М., ТЩЮТур России, 1996.  22. Багаутдинова Ф.Г. Туристско - краеведческая деятельность в начальной школе. - М.,1 ЦДЮТур России, 1997.  23. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков.- М., ЦДЮТур России, 1997.  24. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Лето, дети и туризм. - М., ЦДЮТур России, 1997.  25.Самойленко А.А., «Теория, методика и практика детско-юношеского туризма» , НЕГОСУДАРСТВЕННОЕЧАСТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «КУБАНСКИЙ,СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ», Факультет сервиса и туризма, Краснодар, 2011г. | 1 |
| 2. | Печатные пособия:  Карты спортивные, физические, административные, туристские, атласы, схемы |  |
| 3 | Туристское снаряжение |  |
| 3.1 | Палатки 3-х и 4-х местные | 7-10 |
| 3.2 | Тент | 2 |
| 3.3 | Рюкзак | 20-30 |
| 3.4 | Костровой набор (тросик, набор котлов) | 2 |
| 3.5 | Спальник | 20 |
| 3.6 | Топор | 2 |
| 3.7 | Компас жидкостный | 5 |
| 3.8 | Лопата сапёрная | 2 |
| 3.9 | Газовая горелка | 4 |
| 3.10 | Штормовой костюм | 20 |
| 3.11 | Медицинская аптечка | 1 |
| 3.12 | Коврик теплоизоляционный | 20-30 |
| 3.13 | Верёвка Д-10 | 3 |
| 3.14 | Карабины | 30-50 |
| 3.15 | Каски | 20 |
| 3.16 | Страховочные системы | 20 |
| 3.17 | Блокировки | 10 |
| 3.18 | Репшнур (1.5м) | 20-30 |
|  | 4. Технические средства обучения |  |
| 4.1. | Интерактивная доска | 1 |
| 4.2 | Компьютер | 1 |