

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Магнитная средняя общеобразовательная школа»

«Согласовано»

Зам.директора по ВР

_____ Авиленко Н.П.

«30» августа 2023 г.

«Утверждено»

Директор МОУ «Магнитная СОШ»

_____ Войтова Е.М.

Приказ № 92 от «31» августа 2023 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа

«Юный турист»

Направленность – туристско - краеведческая

Срок реализации: 1 год

Возраст детей: 5-11 класс

Автор составитель:
педагог дополнительного образования
Дмитриев В.О.

п. Магнитный

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Учебный план
3. Календарный учебный график
4. Оценочные материалы
5. Методические материалы

1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный турист» разработана в соответствии с «Конвенцией о правах ребенка», Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 года «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями на 29 декабря 2022 года, Приказом Министерства просвещения Российской Федерации № 629 от 27 июля 2022 года «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», другими нормативными правовыми актами Российской Федерации, регламентирующими деятельность организаций, осуществляющих образовательную деятельность, локальными актами по организации дополнительного образования МОУ «Магнитная СОШ».

Дополнительная образовательная общеразвивающая программа «Юный турист» туристско-краеведческой направленности составлена для обучающихся 5-11 классов. Программа направлена на раскрытие индивидуальных способностей обучающихся, овладение туристическими навыками, позволяющими жить и ориентироваться в природе, самостоятельно подготовить и провести поход.

Наш век – век технического прогресса, развития высочайших технологий и как следствие этому идет резкое ухудшение экологической среды, остро встает вопрос оздоровления населения страны. Большинство детей сейчас рождаются со всевозможными болезнями и отклонениями в развитии организма. Многие лекарственные препараты малоэффективны, а то и просто поддельные. Поэтому, возрастает роль спорта и физических упражнений.

Одним из самых эффективных, увлекательных, полезных видов спорта является туризм. Движение, чистый воздух, физические нагрузки, неформальное общение – это именно то, что нужно для укрепления и формирования здорового организма ребенка.

Туристско-краеведческая форма учебно-воспитательной работы является эмоционально яркой и очень содержательной стороной жизни детей. Такая форма работы способствует: укреплению здоровья, разностороннему воспитанию, становлению гражданственности и патриотизма подрастающего поколения. Особенно актуальными в настоящее время являются: укрепление здоровья учащихся через дозированные физические нагрузки, знакомство воочию с красивейшими ландшафтами страны, непосредственный контакт с природой.

Теоретическая значимость программы заключается в том, что школьный туризм получил четкое определение. Классификацию и основные теоретические принципы, пригодные для его организации.

Практическая значимость программы заключается в том, что каждый принцип организации сопровождается реальными практическими рекомендациями, реализуя которые можно организовать школьный туризм, адекватно современным особенностям социальной жизни в Российской Федерации.

Ключевая педагогическая идея, определяющая общую логику построения целостного образовательного процесса

Ключевая педагогическая идея программы состоит в следующем. Детскому возрасту свойственно стремление к необычности, к приключениям и романтике. Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности ребят. В походе дети раскрываются совсем с другой стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для педагога, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти подход к нему. Способствует настоящему взаимопониманию и установлению взаимоотношений.

И, конечно же, сейчас, в современном мире, определилась весьма актуальная педагогическая задача формирования психосоциальной компетентности подрастающего поколения. То есть умения детей и подростков действовать в повседневной жизни, соответствовать её требованиям и изменениям, сохранять высокий уровень мыслительной

деятельности и адекватно взаимодействовать с окружающими людьми в различных, в том числе и экстремальных, ситуациях.

Для решения этой задачи необходимо сформировать и развить у детей жизненно важные умения и навыки. К их числу необходимо отнести следующие умения:

- ставить цели;
- принимать решения и решать проблемные ситуации;
- критически мыслить;
- творчески мыслить;
- поставить себя на место другого человека;
- справляться со стрессами и эмоциями;
- позитивно общаться с окружающими;
- осознать себя как личность.

Выработке этих умений способствуют - формирование самооценки ребенка, воспитание у него чувства ответственности за свои дела и поступки, а также развитие у него собственных этических ценностей. Это возможно лишь в процессе какой-либо практической деятельности детей.

Актуальность и педагогическая целесообразность программы

Актуальность и педагогическая целесообразность программы заключается в огромной воспитательной ценности, с мотивированным стремлением детей к общечеловеческим ценностям через игру, отказом от асоциального поведения, укреплением их психологического и физического здоровья, развитием коммуникативных и лидерских качеств.

В основу программы положены следующие **принципы**:

- принцип сознательности и активности;
- принцип наглядности;
- принцип систематичности и последовательности;
- принцип доступности.

Авторский компонент программы

Программа реализуется на территории проживания обучающихся, используется местный компонент и местные природные условия. При реализации программы используются личные разработки занятий педагога.

Отличительные особенности и новизна программы

Новизна программы в том, что в содержании заложены и предлагается формирование эколого-туристских умений (норм и правил рекреационного природопользования), предполагается формирование экологических знаний у юных туристов на основе базовых знаний.

Возраст обучающихся, сроки реализации программы, объём часов, режим занятий

Срок реализации программы – 1 год. Занятия по программе проводятся 2 раза в неделю по 1 и 2 часа (продолжительность занятия 40 минут, перемены между занятиями 10 минут).

Возраст обучающихся - учащиеся 5-11 классов.

Объём часов – 108 ч.

Формы проведения занятий, уровни подготовки обучающихся

Форма реализации программы – очная. Учебно-практические занятия в группах позволяют не только решать образовательно-воспитательные задачи, но и широко использовать индивидуальное воздействие на каждого обучающегося.

Форма организации образовательного процесса - *групповая*. Важным фактором в успешном усвоении детьми программного материала является работа с родителями. Она проводится по следующим направлениям:

- родительские собрания
- совместные выходы на природу, в походы выходного дня.

- помощь в организации и участие в мероприятиях.

Количество учащихся в группе 12-15 человек.

В целом состав групп остается постоянным. Однако состав группы может изменяться по следующим причинам:

- смена места жительства, противопоказания по здоровью и в других случаях;
- смена личностных интересов и запросов учащихся.

Основные формы занятий:

- **Теоретические занятия** - беседы с использованием иллюстративного материала, просмотр презентаций на тему туризма и дальнейшее их обсуждение, чтение карты, доклады на разнообразные темы, диспуты, рассказы.

- **Практические занятия** – в помещении и на местности – наблюдение, игры (с готовыми правилами; игры-соревнования, конкурсы, дидактические игры, сюжетно-ролевые), физические упражнения, тактическая и техническая подготовка, походы, экскурсии, умение вязать туристические узлы.

Занятия проводятся в игровой форме. В среднем один раз в месяц организуются экскурсии, практические занятия на местности (тренировки), учебные походы на 1 день, участие в соревнованиях, слетах. Более продолжительные походы проводятся в каникулярные периоды. Кроме того, занятия могут проходить по группам (работа штаба, хозяйственной группы, редколлегии отчета о походе и т. п.) и индивидуально (работа с докладчиками, с фотографом и т. п.)

Виды деятельности обучающихся: игровая, познавательная.

При реализации программы используются различные **методы обучения:**

1. словесные: рассказ, объяснение нового материала;
2. наглядно-практические: показ новых игр, техник, демонстрация иллюстративного материала;
3. проблемно - исследовательские: апробирование новых приемов, занятия на свежем воздухе на школьной спортивной площадке, эстафеты, соревнования, конкурсы.

При этом основным принципом является сочетание на занятиях двух видов деятельности: игровой и учебной.

Туризм объединяет детей и взрослых. Это — средство расширения кругозора и обогащения духовной жизни людей, средство познания красоты природы. Знакомясь во время походов с предприятиями, стройками, аграрными и фермерскими хозяйствами, с людьми различных профессий, юные туристы на деле могут убедиться в красоте и значимости по-настоящему трудовых профессии.

Идеи программы:

1. Физическая активность – туризм прекрасно подходит для привлечения детей и подростков к занятиям туризмом, чтобы дать им возможность самим понять преимущества регулярных занятий.

2. Поддержка хорошего состояния здоровья – одна из самых основных задач всех организаций, занимающихся спортом. Она заключается в том, чтобы поощрять желание детей заниматься туризмом для сохранения их здоровья.

3. Социальная активность – создание команды и социальная активность в ходе выполнения программы спортивного похода. Эта программа, в которой каждый член команды имеет большую ценность. Пропаганда туризма, как командного вида спорта стимулирует детей для совместной работы и для понимания важности сотрудничества. Туризм усиливает воспитательные возможности.

4. Характер приключения – ожидание результата туристического похода, повышая интерес к нему, стимулирует ребенка к всемирной подготовке к походу. Основным признаком туристского похода является неизвестность конечного результата и делает его интересным.

Особенности организации образовательного процесса

Каждый годовой цикл предусматривает организацию и проведение зачетного туристского похода, участие в соревнованиях различного уровня, подготовка к которым должна осуществляться в течение всего года.

Предусмотрено на отдельных занятиях чередование теоретических бесед по темам из разных разделов программы. Разделы тематического плана не обязательно изучаются в той строгой последовательности, как они изложены. Кроме того, на вторую половину каждого занятия планируется живая практическая работа самих кружковцев (упражнения, тренировки, организационные дела по подготовке к предстоящим походам). Практические занятия всегда тесно связаны с прохождением теории каждого раздела программы.

Ключевыми принципами программы являются:

1. **«Безопасность»** - дети должны чувствовать себя в безопасности все время, пока они находятся в лесу. Район тренировки должен быть ограничен дорогами, оградами и т.д., карта должна иметь развитую сеть дорожек и тропинок; дистанция должна проходить в основном по линейным ориентирам и быть короткими.

2. **«Постепенность»** - для овладения любым навыком, необходимым для бега с компасом и картой, детям требуется очень много времени. Поэтому не стоит спешить. Необходимые знания и навыки довольно сложны даже для взрослого человека и их немало. К ним относятся:

- понятие о сущности ориентирования (начиная с древности и до наших дней);
- спортивное ориентирование;
- спортивная карта;
- масштаб;
- условные знаки спортивной карты;
- стороны горизонта;
- компас;
- азимут;
- ориентирование по компасу;
- движение по карте и т.д.

3. **«Разнообразие игровых приемов обучения».**

Педагогическая структура программы включает в себя смысловую ориентацию занятий и основные средства.

Смысловая ориентация программы:

1. Развивать воображение и интерес детей к миру путешествий. Соединять идею и содержание путешествий с туристической подготовкой. Формировать у детей устойчивые мотивы активного детского туризма, стремление к путешествиям, обогащающим новыми впечатлениями и достижениями. Строить эстетические и нравственные отношения детей к природе и к людям. Способствовать появлению ярких, эмоциональных переживаний ребенка в процессе обучения, развивать у детей романтику путешествий, любознательность, интерес к приключениям.

2. Формировать у детей элементарные умения и навыки, необходимые для участия в походах и путешествиях. Воспитывать физические качества и способности, требуемые в походах. Развивать понимание и способности к жизнеобеспечению в природных условиях.

3. Формировать заинтересованное, осознанное отношение к укреплению и коррекции своего здоровья. Воспитывать привычку удерживать правильную осанку, формировать правильную походку. Развивать потребность и способность рационального использования естественных факторов природы в укреплении здоровья. Воспитывать предусмотрительность, осторожность, самоконтроль, другие качества у умения безопасного поведения.

4. Развивать нравственно-экологические чувства детей, понимание взаимосвязи природы и человека. Формировать природоохранные навыки. Обучать детей творчески выражать свои чувства и переживания, связанные с путешествиями, ценить и уважать творчество своих друзей.

Основные средства программы:

1. Подбор и чтение литературы о путешествиях. Ведение дневника туриста. Просмотр в семье телепередач о путешествиях и путешественниках. Привлечение детей к разработке игрового замысла. Внесение элементов сказки и фантастики в обучение. Обобщение опыта детей в путешествиях и выявление их интересов в беседах и игровых заданиях. Задания по подготовке и проведению туристического похода.

2. Обучающие и тренировочные программы. Тестирование физической подготовленности детей. Комплексы развивающих упражнений. Задания, нацеленные на осмысление учебного материала. Полосы препятствий.

3. Беседы о сохранении и укреплении здоровья. Задания детям для обсуждения и коррекции своего здоровья в семье. Специальные упражнения для формирования правильной осанки, рациональной походки, укрепления стопы и т.д. Развитие физических качеств. Обсуждение мер предупреждения травм и заболеваний в походе. Задания для освоения элементарных приемов первой помощи.

4. Беседы с детьми о красоте, пользе и необходимости сохранения природы. Обсуждение произведений детских писателей о природе и путешествиях. Составление и разгадывание детьми туристских кроссвордов. Разработка природоохранных знаков. Сочинение детьми рассказов, стихов, песен, изготовление рисунков, поделок на основе впечатлений о походе.

Цель и задачи дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

Цель: обучение детей и подростков навыкам туризма, создание оптимальных условий для развития и самореализации школьников, формирование позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Задачи:

Обучающие:

- Привитие туристических приемов и навыков;
- Приобщение к исследовательской поисковой работе;
- Применение экологических знаний;
- Практическое применения ОБЖ;
- Применение знаний краеведения.

Развивающие:

- Бережное отношение к окружающей среде и любовь к природе.
- Развитие силы, выносливости, ловкости, находчивости.

Воспитательные:

- Систематические тренировки организма на свежем воздухе через спортивные подвижные игры, преодоление экстремальных походных условий, привить здоровый образ жизни.
- Формирование положительного эмоционального заряда, психологической уравновешенности для успешного осуществления учебного процесса.

2. Учебный план

№	Наименование темы	Количество часов				Формы аттестации контроля
		всего	теория	Практика		
				в помещении	на местности	
1	Введение.	3	3	-	-	Инструктаж
2	Детский пешеходный туризм	3	1	2	-	Заполнение «Дневника туриста»
3	Ходьба – основной способ передвижения в пешем походе	3	1	-	2	Туристическая тропа
4	Безопасность походов	3	2	1	-	Тест по теме
5	Туристский бивак Планировка бивака.	6	1	-	5	Игровая программа
6	Типы костров и их назначение.	3	1	-	2	
7	Питание в походе.	3	1	-	2	
8	Спортивная подготовка туриста	6	1	5	-	
9	Физическая и морально-волевая подготовка туриста	3	1	2	-	
10	Комплекс утренней зарядки	3	1	-	2	
11	Туристские нормативы комплекса ГТО	3	1	2	-	
12	Беговые тренировки.	3	1	-	2	
13	Нормативы юношеских разрядов по туризму	3	1	2	-	
14	Подвижные игры и веселые старты.	6	1	5	-	Веселые старты
15	Гигиена туриста.	3	1	2	-	
16	Купание в походе.	3	3	-	-	
17	Содержание походной аптечки	3	1	2	-	Тест
18	Доврачебная помощь пострадавшему	3	1	2	-	
19	Транспортировка пострадавшего.	3	1	2	-	
20	Естественные факторы природы в походе. Закаливание	6	1	5	-	Занимательный калейдоскоп
21	Природа родного края и его история. Краеведческая работа в походе	6	2	4	-	Викторина

22	Подготовка к походу	3	1	2	-	Конкурс «Комфорт в походе»
23	Проведение походов	3	-	-	3	Полоса препятствий.
24	Оформление туристского уголка	3	1	2	-	
25	Подготовка выставки о работе кружка	3	-	3	-	
26	Ориентирование по компасу	3	1	1	1	Движение патруля по заданному маршруту
27	Туристское снаряжение	3	1	2	-	
28	Устройство туристской палатки	3	1	-	2	
29	Правила укладки рюкзака.	3	1	2	-	Игра «Что взять с собой в поход».
30	Карта и местность.	3	1	1	1	
31	Итоговая аттестация	3	1	2	-	Поход
	Итого:	108	35	51	22	

3. Календарный учебный график

Год обучения	Учебный период		Каникулы зимние 01.01–09.01	Учебный период		Каникулы летние 01.06–31.08	Всего часов	Кол-во часов	
	1 сентября- 31 декабря			10 января – 31 мая				Теория	Практика
2023-2024	1-2 недели	3-17 недели		18-35 неделя	36 неделя				
	Комплектование групп	Реализация программы. Инструктаж по ТБ Заполнение «Дневника туриста» Туристическая тропа Тест по теме Игровая программа Веселые старты		Реализация программы Занимательный калейдоскоп Викторина Конкурс «Комфорт в походе» Полоса препятствий Движение патруля по заданному маршруту Игра «Что взять с собой в поход».	Итоговая аттестация Поход		108	35	73

4. Оценочные материалы

Занятия по программе планируется проводить на территории школы.

Первым, наиболее важным этапом реализации предлагаемой программы станет входная и итоговая диагностика обучающихся.

Уровень и критерии оценки теоретической подготовки учащихся:

- Низкий уровень (1 балл) - ребёнок не справляется с тестом, т.е. правильных ответов не более чем 1-2 вопросов теста, его объём знаний по программе менее чем $\frac{1}{2}$;
- Средний уровень (2 балла) - ребёнок ответил на 3-4 вопроса, его объём знаний по программе составляет более $\frac{1}{2}$.
- Высокий уровень (3 балла) - ребёнок справился с тестом, ответил на 5-6 вопросов – освоен практически весь объём знаний по программе.

Уровень и критерии оценки практической подготовки учащихся:

- **Низкий уровень** (1 балл)- ребёнок не может самостоятельно провести организацию привала и разбивание бивака, т.к. не может объяснить содержание и правила жизни в лагере или совсем отказывается от деятельности;
- **Средний уровень** (2 балла)- ребёнок самостоятельно устраивает привал и разбивает бивак, используя алгоритм разбивки лагеря и помощь педагога, т.к. затрудняется в объяснениях содержания и правил лагеря;
- **Высокий уровень** (3 балла)- ребёнок без замечания, без помощи педагога самостоятельно устраивает привал и разбивает бивак, используя алгоритм разбивки лагеря, вовлекая всех ребят в деятельность.

Показатели	Формы и методы диагностики	Сроки проведения	Уровень оценки (в баллах)
1. Теоретическая подготовка Теоретические знания по темам программы	Устный опрос Тестирование	в течение года конец года	3-высокий 2-средний 1- низкий
2. Практическая подготовка Практические умения по программе: Самостоятельность Культура игрового общения Коммуникативная культура	Наблюдение Самостоятельное проведение привала и разбивка бивака. «Праздник первого костра»	в течение года конец года	3-высокий 2-средний 1- низкий

В конце 1 полугодия и учебного года диагностика учащихся осуществляется по двум показателям:

1. Теоретическая подготовка (знания по темам программы)

Устный опрос проводится с целью выявления предметных знаний в начале учебного года, а также в течение года по темам программы.

Тестирование проводится в конце учебного года с целью подведения итогов по предметным знаниям программы.

2. Практическая подготовка

Наблюдение осуществляется в течение всего года с целью выявления личностных, метапредметных качеств каждого ребёнка.

Самостоятельное проведение игр, составление памяток, разработка маршрута проводится в конце 1 полугодия как итоговое занятие по пройденным темам программы с целью выявления личностных и метапредметных качеств каждого ребёнка.

Выезд в палаточный лагерь по направлениям «Первопроходец» и «Дружная семейка» – проводится в летний период с целью подведения итогов по пройденному курсу программы.

5. Методические материалы

Средства обучения: материал из книг, дидактические материалы, тестовый материал, средства наглядности (рисунки, открытки, и т.д.)

Оборудование для демонстрации мультимедийных презентаций, фильмов: компьютер, мультимедийный проектор, DVD, и др.

Материально-техническая база:

Для осуществления обучения и практических занятий по программе, а также проведения походов как обязательной составляющей практической части программы необходимо туристское снаряжение.

Примерный список группового туристского снаряжения:

- Палатки
- Спальные мешки
- Газовые горелки
- Комплект варочной посуды
- Тросик костровой
- Вербки
- Карабины
- Топор, пила
- Хозяйственный тент от осадков
- Хозяйственный набор для приготовления пищи
- Ремонтный набор для починки снаряжения
- Аптечка

Количество предметов снаряжения определяется количеством участников группы, а также моделями используемого снаряжения (палатки, спальные мешки).

Кроме группового снаряжения, необходимо еще и личное снаряжение, которое постепенно приобретается или изготавливается каждым участником самостоятельно.

Примерный список личного туристского снаряжения:

- рюкзак
- коврик туристский
- «сидушка»
- походная одежда: ветрозащитный костюм, теплая куртка (синтепон, пух), туристические ботинки, кроссовки, перчатки, шапочка, накидка от дождя
- страховочная система

Для проведения игровых блоков потребуются:

- мячи: баскетбольные, волейбольные, малые;
- скакалки: короткие и длинные, гимнастические палки, шесты, толстые палки длиной 70-80 сантиметров, канат, веревка, санки, хоккейные мячи, стойка для прыжков, мешочки с песком.