

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 7 имени историка, профессора
Н.И. Павленко г. Ейска муниципального образования Ейский район

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат: 00FEF5B3E6673EB091616BD4BE9400402B
Поставщик: Казначейство России
Владелец: Лысенко Оксана Веннаминовна
Действителен: до 24 мая 2024 года

УТВЕРЖДЕНО
решение педсовета протокол №1
от 31.08.2023 года
Председатель педсовета
Директор О.В. Лысенко
Подпись, печать ОУ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Спортивно – оздоровительное направление

Наименование: **«Краеведческий туризм»**

Тип программы: **интенсив**

Степень обучения (класс) **среднее общее образование**

Возраст обучающихся: **12-16 лет**

Количество часов: **34 часа**

Составитель: **учитель физической культуры МБОУ СОШ № 7 им.
историка, профессора Н.И. Павленко г. Ейска МО Ейский район
Новиков Вадим Владимирович**

1. Пояснительная записка

Программа «Краеведческий туризм» предназначена для организации внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению в 5-9 классах, составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Программа основного общего образования. М.: Просвещение, 2011

2. Программа Физическая культура 5-9 классы В. И. Лях. М.: Просвещение, 2012.

3. Программа внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность /П.В. Степанов, С.В. Сизяев, Т.Н. Сафронов. – М.: Просвещение, 2011.

Физическая культура – обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения – физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме внеклассной работы по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, спортивные праздники, спартакиады, туристические слеты и походы) – достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культуры и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включают в себя проведение в пределах **основных образовательных программ в объеме, установленном государственными образовательными стандартами**, дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учетом того, что система физического воспитания, объединяющая внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должно создавать максимально благоприятные условия раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребенка, его самоопределения.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласование движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирования установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определенным видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся среднего звена в области физической культуры, основными принципами, идеями и походами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построение преподавания на основе использования широких гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем из двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учете индивидуальных способностей личности каждого ребенка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе *педагогики сотрудничества* – идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребенка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом,

применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе *расширения межпредметных связей* из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

Программа внеурочной деятельности изучается в 5-9 классах из расчёта 1 час в неделю 5 класс – 34 часа; 6 класс – 34 часа, 7 класс – 34 часа, 8 класс – 34 часа, 9 класс – 34 часа. Рабочая программа рассчитана на 306 ч на 5 лет обучения (для 5-9 классов – 1 час, 6-9 класс – 2 часа). Форма организации детей – интенсив.

Программа внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению состоит из 1 раздела:

Туристическая подготовка:

- проводить не менее 2-х однодневных походов, и 1-го двухдневного похода с ночлегом в полевых условиях;
- уметь пользоваться компасом, ориентироваться на местности,;
- быт юного туриста;
- уметь вязать узлы;
- определение азимута на открытой и закрытой местности;
- уметь пользоваться топографической картой;
- преодоление препятствий;
- страховка и само страховка, первая помощь, транспортировка пострадавшего.

2. Тематический план программы

№ п/п	Наименовани е разделов/ модулей, тем	всег о, час	Количество часов										Характеристика деятельности обуч - ся
			5		6		7		8		9		
			Ауд	Вне	Ауд	Вне	Ауд	Вне	Ауд	Вне	Ауд	Вне	
1.	Туристская подготовка	170											Что такое туризм и каково его значение в физическом и духовном развитии ученика. Правила поведения и техника безопасности во время занятий. Нормы передвижения по дорогам. Правила обращения с огнём. Узлы и их применение в туризме. Спортивное туристское снаряжение. Страховки и самостраховки. Преодоление препятствий. Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному туризму.
1.1.	Вводное занятие1	5	1		1		1		1		1		
1.2	Поход – знакомство10	49	1	9	1	9	1	9	1	9	1	9	
1.3	Ориентирова ние на местности2/9	34	1	5	1	5	1	5	1	5	1	5	
1.4	Страховка и самостраховк а, первая медицинская помощь6	10		2		2		2		2		2	
1.5	Топография7	14		2		2		2		2		2	
1.6	Узлы и их назначение3	30		6		6		6		6		6	
1.7	Быт юного туриста5	4	1		1		1		1		1		
18.	Преодоление препятствий 4	16		4		4		4		4		4	
1.9	Определение азимута8	8		2		2		2		2		2	
Всего:			4	30	4	30	4	30	4	30	4	30	
Итого:		170	34		34		34		34		34		

3.Предполагаемые результаты реализации программы

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Метапредметные результаты:

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);

- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- выполнение простейших акробатических и гимнастических комбинаций на высоком качественном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности.

4. Формы контроля

- Наблюдение за детьми в ходе игры
- Организация проведения туристических игр с детьми
- Разработка и защита творческих проектов
- Участие в походах выходного дня и многодневных походах, экскурсиях, соревнованиях

5. Методические рекомендации

Организацию туристской работы с детьми необходимо начинать с похода.

Все туристские навыки будут лучше усвоены в полевых условиях, когда необходимость в них станет ощущаться детьми отчётливо и непосредственно.

Вводный инструктаж необходим, но должен являться составной частью общей предпоходной подготовки группы. Ведь главная задача на начальном этапе – создать костяк будущего детского туристского объединения. А он формируется отнюдь не на околопоходных занятиях, которые никогда не дадут детям представления обо всех трудностях и прелестях туристского путешествия.

Не переживайте, если желающих участвовать в первом ознакомительном походе окажется немного, а после возвращения из похода первоначальная группа даже немного сократится и часть ребят, поняв, что это занятие не для них, скорее всего, покинут объединение. Зато после похода:

во-первых, в вашей группе не окажется посторонних «попутчиков»;

во-вторых, вы уже наверняка будете знать, на кого из детей можно положиться в дальнейшем;

в-третьих, по школе начнёт быстро распространяться информация о вашей секции, привлекая в него новых потенциальных туристов.