

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

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00FEF5B3E6673EB091616BD4BE9400402B

Поставщик: Казначейство России

Владелец: Лысенко Оксана Веннаминовна

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Приймак И.П.
Протокол №1
от «30» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам директора по УВР

Кальсин А.А.
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Лысенко О.В.
Протокол №1
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Курса внеурочной деятельности

«Краеведческий туризм»

для обучающихся 11 классов

Тип программы: **интенсив**

Ейск 2024

Пояснительная записка

Программа «Туристской подготовки» предназначена для организации внеурочной деятельности по спортивно – оздоровительному направлению в 7 классах составлена на основе следующих нормативных документов:

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 2007г. № 329-ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включают в себя проведение в пределах **основных образовательных программ в объеме**, 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 по «Туристской подготовке» изучается в 9-х классах из расчёта 1 час в неделю. Рабочая программа рассчитана на 34 ч., 1 год обучения. Форма организации детей – **интенсив**.

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

Туристская подготовка:

- проводить не менее 2-х трёхдневных походов, или 1-го многодневного 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;
- первая медицинская помощь.

2. Тематический план программы

№ п/п	№	Наименование разделов/ модулей, тем	всего, час	Классы		Характеристика деятельности обуч - ся
				10-11		
				Аудиторные	Внеаудиторные	
1.		Туристская подготовка	34			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.	1	Вводное занятие	2	2		
1.2	1	Поход, (ПВД), соревнования	7	2	5	
1.3	1	Ориентирование на местности	6	1	5	
1.4	1	Страховка и самостраховка, первая медицинская помощь	2	2		
1.5	1	Топография	6	6		
1.6	1	Узлы и их назначение	6		6	
1.7	2	Быт юного туриста	2	2		
18.	2	Преодоление препятствий				
1.9		Определение азимута	3		3	
Всего:			34	15	19	
Итого:				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

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.