Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Ботовская школа»



|  |  |
| --- | --- |
| Рассмотрено:  Педсовет от 31.08.23 № 1 | Утверждено:    Приказ от 31.08.2022 3. № 355  Директор школы:\_\_\_\_\_\_\_\_Т.А. Крупнова |

‌

Дополнительная общеразвивающая программа

туристско-краеведческой направленности

**«Юный турист»**

8-11 лет

 Срок реализации – 1 год

 Количество часов – 34

Разработчик(и): Скорюков В.Н.,

учитель физической культуры

​

**Ботово‌** **2023‌**​

**Пояснительная записка**

**Направленность** программы дополнительного образования «Юный турист» - туристско-краеведческая.

**Обоснование значимости программы, ее новизна**

Данная программа была разработана с учетом запросов детей, потребностей семьи в туристических ценностей родного края. В настоящее время всё большее внимание уделяется пропаганде здорового образа жизни. Одной из составляющей этой работы и является туристско-краеведческая деятельность. Туристско-краеведческая деятельность относится к традиционным методам воспитания, обучения и оздоровления детей и служит важным средством гармоничного развития, укрепления здоровья, воспитания современного человека. Экскурсии, походы по родному краю, путешествия по стране помогают ребятам лучше узнать природу, полюбить родной край, научиться разумно использовать её богатства, ценить их и беречь. Краеведческая работа воспитывает любовь к своему краю, прививает интерес к познанию нового, формирует практические умения и навыки. А занятия туризмом нельзя рассматривать как кратковременное развлечение, как самоцель для удовлетворения личных интересов человека, в отрыве от умственного, трудового, нравственного и эстетического воспитания.

**Актуальность программы**

Туристско-краеведческая деятельность, как одно из направлений дополнительного образования, выступает комплексным средством всестороннего развития личности, ее эффективной самореализации в обществе. Развитие туристско-краеведческой деятельности в системе образования исторически обусловлено социально-экономическими процессами, происходящими в обществе, запросами семьи и самого ребенка. Разнообразные формы деятельности обеспечивают комплексный характер в обучении, воспитании и оздоровлении детей, в ней заложены широкие возможности для творческой самодеятельности – спортивной, научной, художественной, технической, социальной и др.

**Педагогическая целесообразность**

Данная программа педагогически целесообразна, т.к. при её реализации благодаря полученным знаниям, учащиеся будут учиться самостоятельно мыслить, осуществлять поиск, работать творчески, приобщаться к науке, учитывать пути и возможности своего организма, бережно относиться к природе.

**Цель программы:** формирование у детей интереса и ценностное отношение к занятиям физической культурой и ЗОЖ средствами туризма, способствованию гармоничному развитию личности в ходе туристско-краеведческой деятельности и формирования функциональной грамотности обучающихся.

**Задачи программы:**

Обучающие:

- способствовать расширению знаний о туризме, его видах, развивать устойчивый интерес к природе родного края, к окружающему миру;

- продолжать развивать и укреплять познавательную активность старших дошкольников;

- закрепить знания о правилах поведения в природе, в туристической прогулке;

- обучать детей туристическим навыкам в ориентировании на местности по местным признакам, умении пользоваться компасом, расширить знания в топографии, составление карты, расширить знания и умения детей в туристической технике;

- формировать и закреплять у обучающихся потребность в двигательной деятельности и физическом совершенствовании.

Развивающие:

- развивать и совершенствовать физические качества: координацию, ловкость, быстроту, равновесие, выносливость;

- обогатить, разнообразить и усложнить двигательный опыт детей (совершенствование основных движений на туристической полосе препятствий, введение упражнения «маятник», «паутина»);

- прививать и совершенствовать потребность к здоровому образу жизни;

- формировать у детей привычки думать и заботиться о своём здоровье

Воспитательные:

- продолжать воспитывать в детях нравственные качества: взаимопомощь, коллективизм, доброту, бережное отношение к природе;

- воспитывать позитивное отношение к пешему туризму, потребность в занятиях пешим туризмом;

- воспитывать умение самостоятельно принимать решение в сложившейся ситуации;

- формировать потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями

**Читательская:** выбирать основую информацию.

**Глобальные компетенции:**

* способность работать самостоятельно без постоянного руководства (это может проявляться при работе с картой, при вязке узлов и установке палатки)
* способность брать на себя ответственность по собственной инициативе (брать на себя роль лидера в нестандартных условиях).

Рабочая Программа «Юный турист» разработана и реализуется в системе дополнительного образования **обучающихся 8-11 лет**в **МОУ «Ботовская школа».**

Данная программа реализуется в рамках работы кружка «Юный турист». Занятия кружка проводятся **1 раз в неделю**, длительность занятий кружка – **35 минут**, общее количество учебных часов – **34**.

**Формы организации обучения:**

по количеству учащихся*, участвующих в занятии: групповая, индивидуальная, парная;*

по особенностям коммуникативного взаимодействия *педагога и детей:  
лекция, практикум, соревнование;*

по дидактической цели: *вводное занятие, теоретическое занятие, практическое занятие, занятие по систематизации и обобщению знаний, по контролю знаний, умений и навыков, занятие-соревнование.*

**Ожидаемые результаты:**

*Реализация программы даст возможность:*

* поднять на новый качественный уровень туристско-краеведческую работу;
* ознакомиться с уникальными природными и историческими местами;
* для дальнейшего развития детского туризма;
* осуществлять новый подход к организации школьного туризма для различных категорий обучающихся;
* для создания новых туристических маршрутов;
* для развития новых форм тематического, спортивного, познавательного, экологического туризма.

В результате реализации программы у обучающихся будут сформированы следующие УУД:

**Личностные:**

* активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи;
* уважительное отношение к традициям своей Родины, толерантность;
* положительные качества личности и умение управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.

**Метапредметные:**

* самостоятельность и творческая инициативность, успешная социальная адаптация, умение организовать свой досуг, активно включаться в коллективную деятельность;
* умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять сдержанность, рассудительность;
* умение участвовать в соревнованиях и походах выходного дня.

**Предметные:**

* умение использовать разученные игры для своего досуга;
* осознание оздоровительной роли туризма;
* понятие о личном и групповом снаряжении;
* способность самостоятельно готовиться к походу;
* способность оказывать первую доврачебную помощь;
* умение учитывать требования безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий в помещении, сохранность природы во время занятий  на улице;
* умение пользоваться картой и компасом;
* умение организовать бивак;
* умение ориентироваться в лесу;
* умение преодолевать простейшие препятствия;
* умение выполнять простейшие строевые приемы и движения.

**Формы подведения итогов:**

* Соревнования
* Тематический контроль (проверка знаний и умений в конце определенной темы в виде устного опроса, практической работы, тестов)
* Итоговый контроль

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п.п** | **Тема** | **Вид деятельности** | **Материал** |
| **Сентябрь** | | | |
| 1 | Знакомство детей с туризмом  Виды туризма  Чем полезны и интересны туристические походы? | Слушание, просмотр презентации, беседа. | Иллюстрации, презентация |
| 2 | Правила поведения в природе, в походе.  Азбука туриста .Вязание узлов, в том числе туристических. | Просмотр иллюстраций, беседа. Обучение техники вязания прямого морского узла. | Иллюстрации, веревки. |
| 3 | Костры, их виды, способы складывания костра. Вязание узла. | Беседа, просмотр иллюстраций. Игра «Найди вид костра по иллюстрации»  Отработка техники вязания «Прямого морского узла». | Иллюстрации, веревки. |
| 4 | Специальная физическая подготовка. | Упражнения на силу, гибкость, равновесие. Игра «Чья команда самая меткая» | Гимнастическая скамейка, мешочки с песком, два рюкзака. |
| **Октябрь** | | | |
| 5 | Вязание узлов. Изучаем виды костров. | «Прямой морской узел», обучение вязанию «Схватывающий узел». Командная игра «Сложи костер» (по иллюстрации). | Верёвки на каждого ребенка, макеты брёвнышек. Иллюстрации видов костров. |
| 6 | Устанавливаем палатку, повторяем вязание узлов. | Обучение установке палатки, командный тренинг. Повторение вязания «Прямого морского» и «Схватывающего» узлов. | Палатка, веревки. |
| 7 | Устанавливаем палатку, повторяем вязание узлов | Установка двух палаток, командный тренинг. Повторение вязания узлов. | 2 палатки, веревки |
| 8 | Специальная физическая подготовка. Упражнение на гимнастической стенке «Вертикальные веревки» | Разминка: ОРУ без предметов.  Лазанье по гимнастической стенке с помощью вертикальной веревки.  Полоса препятствий (подлезание, прыжки на двух ногах, ходьба по скамейке. | Вертикальные веревки, гимнастическая скамейка, дуги. |
| **Ноябрь** | | | |
| 9 | Снаряжение туриста (личное, групповое). Повторение вязания изученных узлов. | Изучение снаряжения туриста. Игровой тренинг.  Вязание изученных узлов. | Веревки (индивидуальные).  Карточки с изображением туристического снаряжения. |
| 10 | Игровое упражнение «Найди личное и групповое снаряжение» «Наши рюкзаки», учимся правильно укладывать рюкзак. | Повторение снаряжения туриста. Игровой тренинг.  Укладывание рюкзака. Беседа с игровым тренингом. | Рюкзак, снаряжение туриста. Карточки из игры «Туристическое лото» |
| 11 | Игровые упражнения «Юные туристы» | Соревновательный командный тренинг: «Юные туристы» (складывание костра, установка палатки, вязание узлов) |  |
| 12 | Туристическая полоса препятствий (спортзал) | Разминка.  Полоса препятствий: вертикальные веревки, проползание по пластунски, прыжки через препятствия. | Препятствия высотой 15-20 см., вертикальные веревки. |
| **Декабрь** | | | |
| 13 | Знакомство с топографией, рассматривание карт. Вяжем прямой морской узел. | Беседа о топографических знаках и их значении для туриста. Работа с карточками (Туристическое лото).  Вязание прямого морского узла. | Веревки. Карточки из игры «Туристическое лото» |
| 14 | Изучаем топографические знаки. Вяжем «Схватывающий» узел | Игровой тренинг. Вязание схватывающего узла. | Веревки. Карточки из игры «Туристическое лото» |
| 15 | Игра «Юный топограф» | Игра в подгруппах. | Карточки игры «Юный топограф» |
| 16 | Специальные упражнения. Туристическая полоса препятствий. | Разминка.  Полоса препятствий: вертикальные веревки, проползание по пластунски, прыжки через препятствия. | Препятствия высотой 15-20 см., вертикальные веревки. |
| **Январь** | | | |
| 17 | Повторение материала за 1 полугодие. | Игра-тренинг «Привал» | 2 палатки, индивидуальные веревки, макеты брёвнышек, рюкзаки. |
| 18 | Соревнование-квест «Мы туристы» | Командные соревнования по типу квеста (с привлечением родителей) |  |
| 19 | 3.4 Игра «Нарисуй карту» | Нарисовать карту а листе А4, изображая на ней топографические знаки (по образцу) | Альбомный лист, карандаш, образец нарисованной карты. |
| 20 | Специальные упражнения. Туристическая полоса препятствий | Разминка.  Полоса препятствий: вертикальные веревки, проползание по пластунски, прыжки через препятствия. | Препятствия высотой 15-20 см., вертикальные веревки. |
| **Февраль** | | | |
| 21 | Ориентирование внутри групповой комнаты. Игра «Туристическое лото» | Игровой тренинг «Юный следопыт».  Игра «Туристическое лото» | Предметы туристического снаряжения.  Игра «Туристическое лото» |
| 22 | Игра «Найди клад» | Командное соревнование «Найди клад» (по описанию) | Предметы туристического снаряжения |
| 23 | Ориентирование по природным признакам | Рассматривание иллюстраций с изображением природных признаков | Иллюстрации. |
| 24 | Специальные упражнения. Туристическая полоса препятствий | Разминка.  Полоса препятствий: вертикальные веревки, проползание по пластунски, прыжки через препятствия. Упражнения в равновесии. | Препятствия высотой 15-20 см., вертикальные веревки. |
| **Март** | | | |
| 25 | Ориентирование на территории групповой площадке | Знакомство с картой групповой площадки. Рассматривание обозначений. Занятие на участке группы. | Карта участка. |
| 26 | 4.5 Ориентирование на территории детского сада | Рассматривание карты территории д/с. Игровой тренинг «Где спрятано» | Карта, «клад». |
| 27 | 4.6 Знакомство с компасом | Беседа. Практическое занятие с компасом. | Компас |
| 28 | Специальные упражнения. Туристическая полоса препятствий | Разминка.  Полоса препятствий: Упражнения в равновесии, вертикальные веревки, проползание по пластунски, прыжки через препятствия. | Препятствия высотой 15-20 см., вертикальные веревки. |
| **Апрель** | | | |
| 29 | Первая помощь. Клуб «Знатоков» | Рассматривание иллюстраций, видео о природных стихиях (предварительно).  Игра-тренинг: «Если друг попал в беду» (оказание первой помощи при ожогах, отравлении, обморожении). | Инструментарий для опытов.  Материал для оказания первой помощи. |
| 30 | Воздух и огонь. «Сила огня» | Продолжение предыдущей темы по оказанию помощи пострадавшим и сохранении здоровья.  Игра-тренинг. | Инструментарий для опытов.  Материал для оказания первой помощи. |
| 31 | Растения- мир вокруг нас. Животный мир рядом с нами. | Рассматривание иллюстраций, просмотр презентаций. Беседа.  Викторина «Знатоки». | Карточки, иллюстрации. |
| 32 | Специальные упражнения. Туристическая полоса препятствий | Разминка.  Полоса препятствий: вертикальные веревки, проползание по пластунски, прыжки через препятствия. Упражнения в равновесии. | Препятствия высотой 15-20 см., вертикальные веревки. |
| **Май** | | | |
| 33 | Достопримечательности родного края | Беседа. Просмотр презентации. | Иллюстрации |
| 34 | Игра «Юные краеведы» | Определение съедобных и несъедобных ягод, растений, грибов. Повторение достопримечательностей родного края. | Иллюстрации, презентация. |

**Содержание программы**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Раздел** | **Тема** | **Теория** | **Практика** |
| **1. Вводный** | 1.1 Знакомство детей с туризмом | Показ презентации о туризме | \_ |
| 1.2 Виды туризма | Рассматривание иллюстраций с видами туризма | \_ |
| 1.3 Чем полезны и интересны туристические походы | Беседа о пользе туризма, о людях, которые занимаются туризмом. | \_ |
| 1.4 Правила поведения в природе, в походе. | Беседа и рассматривание иллюстраций о правилах поведения в природе, в походе. | \_ |
| 1.5 Азбука туриста | Повторение предыдущих тем. Правила оказания первой помощи в походе | Викторина  Игра - тренинг |
| **2. Туристическая техника** | 2.1 Вязание узлов, в том числе туристических | Показ техники вязания «схватывающего», «прямого морского», пиратского» узлов. | Отработка и закрепление практических навыков вязания узлов. Игра «Кто быстрее». |
| 2.2 Костры, их виды, способы складывания костра. | Рассказ «Зачем нужны костры в походе». Беседа «Виды костров», демонстрирование иллюстраций. | Игра «Сложи костер по схеме и определи его вид» |
| 2.3 Устанавливаем палатку | Отгадывание загадок на туристическую тему. Показ иллюстраций с изображением разных видов палаток. | Тренинг по установке палатки (простой двухместной).  Соревнования по командам «Кто быстрее установит палатку» |
| 2.4 Снаряжение туриста (личное, групповое). | Компоненты личного и группового снаряжения. Просмотр иллюстраций. | Игра «Туристическое лото» (кто быстрее найдет правильную картинку). |
| 2.5 «Наши рюкзаки», учимся правильно укладывать рюкзак. | Просмотр иллюстраций «Что в наших рюкзаках?». | Показ правильной укладки рюкзака. Самостоятельный тренинг. |
| 2.6 Игровые упражнения «Юные туристы» | - | Эстафета «Бег с передачей рюкзака», «Чья команда быстрее сложит костер», «Шишки в рюкзаке» |
| **3. Топография** | 3.1 Знакомство с топографией | Рассматривание карты с топографическими знаками. Зачем нужны карты? | \_ |
| 3.2 Изучаем топографические знаки | «Умные знаки» | Игровое упражнение «Покажи правильно» |
| 3.3 Игра «Юный топограф» | \_ | Закрепление знаний о топографических знаках |
| 3.4 Игра «Нарисуй карту» | Рассматривание карты с нарисованными знаками. Раскладываем знаки на листе бумаги. | Игра «Нарисуй и объясни» |
| **4. Туристическое ориентирование** | 4.1 Ориентирование внутри групповой комнаты | Рассказ о том, зачем нужно ориентироваться. | Игровое упражнение «Найди направление», «Что у тебя за спиной, справа, слева» |
| 4.2 Игра «Найди клад» | Письмо пирата | Игровое упражнение «Ищем клад» |
| 4.3 Ориентирование по природным признакам | Рассматривание иллюстраций ориентирование по природным признакам. | Игровое упражнение «Найди направление, помоги Элле» |
| 4.4 Ориентирование на территории групповой площадке | Знакомство с картой группового участка, рассматривание её (на улице). | Игровое упражнение «Где спрятано» |
| 4.5 Ориентирование на территории детского сада | Знакомство с картой территории детского сада, рассматривание её (на улице). | Игровое упражнение «Найди направление по карте», Квест «Весёлое путешествие» |
| 4.6 Знакомство с компасом | Определение сторон горизонта, «Волшебная стрелка». | Игровое упражнение «Как дети Умке помогли» |
| **5 Если хочешь быть здоровым** | 5.1 Первая помощь | Рассматривание иллюстраций, видео о природных стихиях (предварительно) | Игра-тренинг: «Если друг попал в беду» (оказание первой помощи при ожогах, отравлении, обморожении). |
| 5.2 Клуб «Знатоков» | Продолжение предыдущей темы по оказанию помощи пострадавшим и сохранении здоровья. | Игра тренинг |
| **6. Юные исследователи** | 6.1 Воздух и огонь |  | Серия опытов |
| 6.2 «Сила огня» | Чтение рассказа «Леса в огне» | Серия опытов |
|  | Игра «Туристическое лото» | Рассматривание иллюстраций, беседа. | Игра «Туристическое лото» |
| 7.2 Животный мир рядом с нами | Рассматривание иллюстраций, беседа. | Игра «Туристическое лото» |
| 7.3 Достопримечательности родного города | Рассматривание иллюстраций, презентации, беседа. | - |
| 7.4 Игра «Юные краеведы» | - | Викторина |
| **8. Специальная физическая подготовка.** | 8.1 Упражнения для развития силы плечевого пояса | - | Ползание по гимнастической скамейке на животе без помощи ног, по наклонной скамейке. Лазанье по гимнастической стенке «вертикальные верёвки». |
| 8.2 Упражнения для развития выносливости- | - | Непрерывный бег 100м,200м. |
| 8.3 Упражнения для развития ловкости | - | Подлезание под препятствия, перелезания, проползание под препятствием. |
| 8.4 Упражнения для развития силы ног. | - | Прыжки в длину с места, через препятствия. Прыжки на одной и двух ногах. |
| 8.5 Туристическая полоса препятствий | - | Лазанье с помощью вертикальных веревок по гимнастической стенке, перелезание через препятствие, ходьба по бревну, прыжки через препятствия. |

**Комплекс организационно-педагогических условий**

**Условия реализации программы**

Материально-техническое обеспечение программы

* Учебный кабинет
* 8 столов
* 15 стульев
* Компьютер
* Проектор
* Экран

Туристическое снаряжение

* Палатки – 3 шт.
* Рюкзаки – 8 шт.
* Жилет спасательный – 6 шт.
* Котелок – 2 шт.
* Спальные мешки – 15 шт.
* Коврики - 15 шт.
* Тент – 1 шт.
* Дождевики – 10 шт.
* Компасы – 5 шт.
* Горелка – 1 шт.
* Фонарь налобный – 5 шт.
* Топор – 1 шт.
* Лыжные комплекты – 5 шт.

**Форма аттестации**

Результативность контролируется на протяжении всего процесса обучения. Для этого предусмотрено использование форм контроля:

* входной контроль (срок проведения, форма);
* текущий контроль (формы контроля знаний, умений и навыков учащихся в процессе обучения);
* промежуточный контроль (формы контрольный занятий в течение учебного года);
* итоговый контроль (формы контрольных занятий в конце учебного года).

**Оценочные материалы.**

**Критерии оценки успеваемости учащихся по программе:**

* тестирование, сдача контрольных нормативов по ОФП;
* освоение учащимися программы по годам обучения;
* рост спортивных достижений;
* участие в походах;
* участие в районных, областных соревнованиях, конкурсах, научно – практических конференциях, слётах;
* участие в судействе школьных соревнований, походов, слётов по туризму;
* текущий (практические занятия или опрос после каждой темы);

итоговый (в конце освоения каждого раздела программы – зачётный поход вне сетки часов).

**Методические материалы**

**Формы организации учебного занятия:** беседа, игра, лекция, практическое занятие, соревнование, поход, экскурсия;

* **педагогические технологии:** группового обучения, дифференцированного обучения, игровой деятельности, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающая технология, технология поддержки учащегося.

**Список использованной литературы:**

1. Алексеев А.А. «Питание в туристском походе». Москва, Изд.: И.В. Балабанов, 2006.- 96 с.
2. Алешин В.М. «Карта в спортивном ориентировании». Москва, Изд.: «Физкультура и спорт», 2012. – 122 с.
3. Берсон Г.З. «Дикорастущие съедобные растения». С.-Петербург, Изд.: «Гидрометеоиздат», 1999. – 87 с.
4. Васильев И.В. «В помощь организаторам и инструкторам туризма». Москва, Изд.: «Профиздат», 2013.- 136 с.
5. Ганопольский В.И. «Туризм и спортивное ориентирование». Москва, Изд.: «Физкультура и спорт», 2009. – 166 с.
6. Коструб А.А. «Медицинский справочник туриста». Москва, Изд.: «Профиздат», 2016. – 126 с.
7. Николаев А.С. «Военная топография». Москва, Изд.: «Воениздат», 1997. – 215 с.
8. Попчиковский В.Ю. «Организация и проведение туристских походов». Москва, Изд.: «Профиздат», 2011. – 188 с.
9. Тыкул В.И. «Спортивное ориентирование». Москва, Изд.: «Просвещение», 2007. – 224 с.
10. Чернобров В.А. «Справочник сталкера». Москва, Изд.: «Вече» 2006, - 384 с.
11. Штюрмер Ю.А. «Опасности в туризме, мнимые и действительные». Москва, Изд.: «Физкультура и спорт», 2009. – 162 с.