

Подписан: Романова Надежда
Викторовна
DN: C=RU, S=Курган, OU=Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение города Кургана «Лицей №12»,
L=г. Курган, T=Директор, O=МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА КУРГАНА
"ЛИЦЕЙ № 12"
СНИЛС=07347276783,
ИНН=450106609638,
E=kurgan_licey12@mail.ru,
G=Надежда Викторовна,
SN=Романова, CN=Романова
Надежда Викторовна
Основание: автор документа
Местоположение: город Курган
Дата: 2022-12-20 13:42:2022г.
Foxit Reader Версия: 9.7.2

Романова
Надежда
Викторовна
на

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
города Кургана «Лицей №12»

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ г. Кургана «Лицей №12»
Романова Н.В.
Приказ №539 от 31.10.2022 г



**Дополнительная
общеобразовательная
(общеразвивающая) программа
туристско-краеведческой направленности
«Мы туристы»**

Уровень освоения программы: ознакомительный -1 год обучения

Возраст учащихся: 14-15 лет

Срок реализации:1 год

**Автор-составитель: Фомина Т.А.,
учитель географии**

г. Курган, 2022

Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы

1.1. Пояснительная записка

Направленность программы	туристско-краеведческая
Актуальность программы	В процессе занятий обучающиеся приобретают необходимый социальный опыт общественных и личностных отношений, знакомятся с историей, природой и культурой своей области. Формирование ценности здорового образа жизни.
Отличительные особенности программы	Отличительная особенность программы состоит в ее многополярности, и объединяет спортивную, оздоровительную, туристскую, краеведческую деятельность. Структура и содержание программы обусловлены возрастными особенностями учащегося. Логика построения программы включает изучение местных объектов и явлений во время экскурсий, выполнение творческих заданий, с другой стороны, учит любить и беречь природу родного города, края, страны. Знакомство с историей города вызывает чувство гордости за свою малую Родину.
Адресат программы	Программа ориентирована на обучение обучающихся 9 классов.
Срок реализации	1 год
Объем программы	Программа рассчитана на 68 учебных часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю. С целью сохранения здоровья и исходя из программных требований продолжительность занятия соответствует возрасту.
Формы обучения, особенности организации образовательного процесса	Формы организации деятельности: групповая. Наполняемость учебных групп: составляет 20 человек. Формы обучения: очная.
Возможность реализации индивидуального образовательного маршрута (ИОМ)	Учащиеся в процессе всего занятия регулярно получают необходимые теоретические сведения, которые формируют у них сознательное отношение к тому, чем они занимаются, и к своему здоровью. Возможность исследовать окружающий мир составлять проекты и научно-исследовательские работы
Наличие детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья	Таких детей нет

(ОВЗ)	
Уровни сложности содержания программы	Стартовый (ознакомительный) - 1 год, базовый этап
Цель и задачи программы, планируемые результаты	<p>Цель: создание условий для самореализации и развития личности ребенка через изучение истории и природы родного края и туристскую деятельность.</p> <p>Задачи:</p> <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формировать знания о туристских возможностях Российской Федерации и родного края; - обучить методам краеведческого познания, умения работать с различными источниками информации; - формировать знания об особенностях исторического развития своего края. <p>Метапредметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развивать исследовательские способности, интереса к профессиям, связанным с туризмом; - формировать познавательную и информационную культуру, в том числе развитие навыков самостоятельной работы с учебными пособиями, книгами, доступными инструментами и техническими средствами информационных технологий. <p>Личностные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - способствовать формированию социального опыта, общественной активности, необходимого им для полноценной дальнейшей жизни в обществе; - воспитание гордости за свой родной край. <p>1.3. Планируемые результаты</p> <p>Предметные результаты В результате изучения программы ученик должен знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – основные этапы развития туризма в Курганской области; известные туристы края; – законы, правила и нормы поведения юных туристов; – правильная эксплуатация группового и личного снаряжения,

	<p>уход за ним;</p> <ul style="list-style-type: none"> – основные требования к месту бивака (жизнеобеспечение, безопасность, комфортность); – разведение костра в сложных метеоусловиях; туристские узлы; – основные требования к продуктам питания, правила хранения продуктов; – основные правила движения на маршруте; – определение сторон горизонта по местным предметам, солнцу; – основные сведения о флоре и фауне Курганской области. <p>умениями и навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбор перечня личного и группового снаряжения для похода выходного дня и многодневного похода; – "выбор места для бивака; установка палатки; размещение в ней вещей; – вязка туристских узлов; – составление плана-графика похода, плана подготовки к походу; составление сметы расходов; – соблюдение правил и режима движения в походе; – ориентирование карты по компасу; измерение азимутов; измерение расстояний на местности и по карте; – определение сторон горизонта; определение направления выхода в случае потери ориентировки; – составление отчета о походе; – составление меню, списка продуктов для многодневного похода; фасовка и упаковка продуктов; самостоятельное приготовление пищи на костре; – оказание первой до врачебной помощи. <p>приводить примеры: -экологических проблем родного края и их влияния на здоровье и продолжительность жизни населения;</p> <p>владеть навыками исследования и пространственной организации окружающей среды своей местности;</p> <p>прогнозировать: -изменение компонентов природы ПТК на</p>
--	--

	<p>примере ландшафтов своей местности.</p> <p>Метапредметные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - овладение навыками самостоятельного приобретения новых знаний, организации учебной деятельности, поиска средств её осуществления; - формирование умений ставить вопросы, выдвигать гипотезу и обосновывать её, давать определения понятиям, классифицировать, структурировать материал, строить логическое рассуждение, устанавливать причинно-следственные связи, аргументировать собственную позицию, формулировать выводы, делать умозаключения, выполнять познавательные и практические задания, в том числе проектные; - умение организовывать и планировать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем, определять общие цели, способы взаимодействия, планировать общие способы работы; - умение извлекать информацию из различных источников (включая средства массовой информации, компакт-диски учебного назначения, ресурсы Интернета), умение свободно пользоваться справочной литературой, в том числе и на электронных носителях, соблюдать нормы информационной избирательности, этики. <p>Личностные результаты:</p> <ul style="list-style-type: none"> - воспитывает любовь и уважение к природе родного края; - формирует социальный опыт, общественную активность
--	---

Нормативные документы, на основании которых разработана программа:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Федеральный Закон от 31 июля 2020 г. № 304-ФЗ «О внесении изменений в ФЗ-273 по вопросам воспитания обучающихся»;
- Концепция развития дополнительного образования детей (Распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г. № 1726-р);
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30 сентября 2020

№ 533 «О внесении изменений в Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам, утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018 г. № 196»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 г. № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;

- Методические рекомендации по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий (Письмо Министерства просвещения РФ от 19 марта 2020 г. № ГД-39/04 «О направлении методических рекомендаций»);

- Письмо Минпросвещения РФ от 07.05.2020 № ВБ-976/04. «О реализации внеурочной деятельности, программ воспитания и социализации, дополнительных общеразвивающих программ с использованием дистанционных образовательных технологий»

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 09 ноября 2018 г. № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ, разработанные Минобрнауки РФ, Федеральным институтом развития образования. Письмо Минобрнауки России от 18.11.2015

№ 09-3242 о направлении рекомендаций;

1.4 Учебный план

Название раздела, темы	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
	всего	теория	практика	
Основы туристской подготовки	29	24	5	педагогическое наблюдение, тест
Топография и ориентирование	17	12	5	тестирование, опрос
Промежуточная аттестация	1	1	-	Тест-опрос
Краеведение	10	7	3	проект, опрос
Основы гигиены и первая доврачебная помощь	10	8	2	тест-опрос
Итоговое занятие	1	-	1	Защита проекта.
ИТОГО:	68	52	16	

1.5. Учебно-тематический план

№ п/п	Название темы, раздела	Всего часов	Теория	Практика	Формы аттестации /контроля
1	Основы туристской подготовки	29	24	5	
1.1	Вводное занятие	1	1	-	Педагогическое наблюдение
1.2	Воспитательная роль туризма	3	3	-	Педагогическое наблюдение
1.3.	Личное и групповое снаряжение туриста	3	2	1	Педагогическое наблюдение
1.4.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	4	3	1	Педагогическое наблюдение
1.5.	Подготовка к походу, путешествию	4	3	1	Педагогическое наблюдение
1.6.	Питание в походе	3	2	1	Педагогическое наблюдение
1.7.	Туристские должности в группе	3	3	-	Педагогическое наблюдение
1.8.	Правила движения в походе, преодоление препятствий	3	3	-	Педагогическое наблюдение
1.9.	Безопасность жизнедеятельности при проведении туристских походов	3	2	1	Педагогическое наблюдение
1.10.	Подведение итогов похода	2	2	-	Педагогическое наблюдение

2.	Топография и ориентирование	17	12	5	
2.1.	Понятие о топографической и спортивной карте	3	2	1	Педагогическое наблюдение
2.2.	Условные знаки. Рельеф	3	2	1	Педагогическое наблюдение
2.3.	Компас. Работа с компасом. Азимут	3	1	1	Педагогическое наблюдение
2.4.	Промежуточная аттестация	1	1	-	Педагогическое наблюдение
2.5.	Масштаб. Измерение расстояний	1	1	-	Педагогическое наблюдение
2.6.	Способы ориентирования. Виды ориентирования.	2	1	-	Педагогическое наблюдение
2.7.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки	3	2	1	Педагогическое наблюдение
2.8.	Развитие наблюдательности и памяти	3	2	1	Педагогическое наблюдение
3.	Краеведение	10	7	3	
3.1	Наш край. История родного края, природные особенности, известные земляки	2	2	1	Защита проектов
3.2.	Туристские возможности родного края	8	5	2	Тест
4.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь	10	8	2	
4.1.	Личная гигиена туриста. Профилактика заболеваний	5	4	-	Педагогическое наблюдение
4.2.	Медицинская аптечка. Травмы и заболевания. Использование лекарственных растений	3	3	-	Педагогическое наблюдение
4.3.	Приемы оказания первой доврачебной помощи	1	1	1	Практическая работа
5.	Итоговое занятие	1	-	1	Защита проекта.
	Итого:	68	52	16	

Содержание программы

1.ОСНОВЫ ТУРИСТСКОЙ ПОДГОТОВКИ - / 29 ч./

1.1.Вводное занятие 1 ч

Теория: Туризм - средство познания своего края. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии страны. История развития-туризма в России, туристские возможности родного края.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный. Характеристика каждого вида.

Рассказ о работе кружка, ближайшее и перспективное планирование, часы и дни занятий. Требования к учащимся

Туристские нормативы и значки "Юный турист России", "Турист России". Разрядные нормативы по спортивному ориентированию.

1.2. Воспитательная роль туризма 3 ч.

Теория: Значение туризма в развитии личности. Роль занятий в выборе профессии и подготовке к предстоящей трудовой деятельности.

Волевые усилия и их значение в походах и тренировках. Воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости, упорства, самостоятельности, инициативы, решительности, смелости, выдержки, самообладания. Законы, правила, нормы, традиции туризма. Законы и традиции кружка.

1.3. Личное и групповое снаряжение туриста 3 ч.

Теория: Размещения предметов в рюкзаке.

Одежда и обувь для зимних и летних походов. Снаряжение для лыжных походов, типы лыж. Групповое снаряжение, требования к нему

Типы палаток, их недостатки и преимущества. Костровое хозяйство: котлы, топоры, пилы, половник, их упаковка и переноска.

Понятие о личном и групповом снаряжении. Перечень личного снаряжения, требования к нему. Спальный мешок. Типы рюкзаков, их преимущества и недостатки. Правила

Ремонтный набор: состав и назначение. Особенности снаряжения для лыжных походов.

Практическое занятие: Укладка рюкзака. Постановка и снятие палатки.

1.4 Организация туристского быта. Привалы и ночлеги 4 ч.

Теория: Привалы и ночлеги в походе. Требования к месту привала и бивуака. Планирование и размещение лагеря.

Выбор места для палаток и костра, определение мест для забора воды, умывания, мытья посуды, туалетов, мусорной ямы.

Уход за одеждой и обувью в походе. Типы костров. Меры безопасности при разведении костров. Уборка территории лагеря после ухода группы.

Установка палатки. Размещение вещей в ней. Предохранение палатки от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Практическое занятие. Упражнение для планировки бивуака на крупномасштабных планах местности и пейзажных картинах.

1.5. Подготовка к походу, путешествию. 4 ч.

Теория: Определение района путешествия. Составление плана подготовки к походу. Распределение обязанностей в группе. Выбор маршрутов учебно-тренировочных походов. Подробный расчет времени переездов, переходов, привалов, хозяйственная и техническая подготовка походов.

Практическое занятие. Составление плана подготовки похода. Изучение маршрута похода. Составление графиков движения.

1.6. Питание в походе 3 ч

Теория: Значение, режим, особенности организации питания туристов в походе, два варианта организации питания в однодневном походе: бутерброды, приготовление пищи на костре.

Организация питания в 2-3 дневном походе: фасовка, упаковка, переноска продуктов в рюкзаке. Особенности приготовления пищи на костре. Весовые и калорийные нормы на день.

Практическое занятие: Составление меню, списка продуктов для похода; фасовка и упаковка продуктов.

1.7. Туристские должности в группе 3.ч.

Теория: Должности постоянные и временные. Командир группы. Его обязанности, контроль за выполнением заданий, поддержание микроклимата в группе.

Завхоз, его обязанности. Заместитель командира по снаряжению, штурман, краевед, санитар, ремонтный мастер, ответственный за отчет.

Временные должности: дежурные по кухне, их обязанности.

1.8. Правила движения в походе, преодоление, препятствий 3.ч.

Теория: Порядок движения группы на маршруте, туристский строй. Режим движения, обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня.

Весовые нагрузки: допустимые и оптимальные для мальчиков и девочек, разгрузка заболевшего товарища; типичные ошибки туристов при укладке рюкзака, его деформация при переноске.

Основные правила поведения в строю, обеспечение безопасности при движении по автомагистралям. Шаг, темп, интервал, положение корпуса и рук. Движение без дорог и троп по равнине. Характеристика типов естественных препятствий при движении по травянистой поверхности, по песку, мокрому грунту, кустарникам, по каменистой поверхности, по болотам; положение корпуса, шаг, темп, интервал, использование альпенштока, разведка и маркировка пути.

1.9. Безопасность жизнедеятельности при проведении туристских походов 3.ч.

Теория: Дисциплина в походах, и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий на улице, в помещении. Правила поведения при поездках группы на транспорте.

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила поведения в незнакомом населенном пункте, взаимоотношения с местным населением. Вязка туристских узлов.

Практическое занятие. Вязка узлов.

1.10. Подведение итогов похода 2 ч.

Теория: Обсуждение итогов похода в группе, отчет руководителя. Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, маршрутной ленты, печатание фотографий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание. Ремонт и сдача инвентаря, взятого напрокат. Оформление выставок по итогам походов. Оформление документов на присвоение спортивных разрядов

2. ТОПОГРАФИЯ И ОРИЕНТИРОВАНИЕ 17.ч.

2.1. Понятие о топографической и спортивной карте 3.ч.

Теория: Определение топографической карты. Топографическая, географическая, спортивная карты, Значение карт для путешественников и туристов. Три отличительных свойства карты: возраст, масштаб, нагрузка /специализация/. Старение карты. Обращение с картой в походе. Определение координат точек на карте. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической карты.

Практические занятия. Определение по карте элементы, менее других подвергнутые изменениям со временем. Копирование на кальку участков топографической карты.

2.2. Условные знаки. Рельеф 3ч.

Теория: Виды условных знаков: масштабные, внемасштабные, линейные и площадные. Значковый метод изображения. Местные предметы и методы изображения их на карте.

Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Внемасштабные условные знаки для изображения рельефа. Виды горизонталей: основные, утолщенные, полугоризонталей. Бергштрихи. Определение различных форм рельефа. Отдельные типы рельефа: пойменный, мелкосопочный, овражно-балочный. Влияние рельефа на выбор пути движения.

Практическое занятие Изучение элементов рельефа по моделям и на местности. Определение по горизонталям различные формы рельефа. Выбор пути движения с учетом основных форм и элементов рельефа.

Топографический диктант. Лото "Спортивные знаки".

2.3. Компас. Работа с компасом. Азимут 3 ч.

Теория: Компас. Типы компасов. Спортивный жидкостный компас. Устройство компаса Андрианова. Правила обращения с компасом. Определение точки стояния.

Ориентир. Что может служить ориентиром, движение по азимуту.

Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка. Способы ориентирования на местности с помощью компаса и карты. *Теория:* Определение азимута. Стороны горизонта. Дополнительные и вспомогательные направления на стороны горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта.

Азимутальное кольцо. Азимутальный тренировочный треугольник. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Отработка технических навыков с учетом вида соревнований.

Практическое занятие. Ориентирование карты по компасу. Упражнения на засечки: нахождение ориентиров по заданному азимуту (прямая засечка), определение азимута на заданный предмет (обратная засечка), движение по азимуту.

2.4. Промежуточная аттестация 1 ч.

Тест-опрос

2.5. Масштаб. Измерение расстояний 1 ч.

Теория: Определение масштаба. Обозначение масштаба на карте: численный масштаб (дробно), линейный масштаб графически, с помощью шкалы), словесный (словами).

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Величина среднего паршага, курвиметр, использование нитки. Таблица перевода паршага в метры при ходьбе и беге. Определение расстояний шагами и визуально.

Глазомерный способ измерения расстояний, Способы тренировки глазомера. Определение расстояний по времени движения.

2.6. Способы ориентирования. Виды ориентирования. 2ч.

Теория: Ориентирование с помощью карты в походе, Виды ориентиров: линейные, точечные, звуковые. Способы определения точек стояния на карте (привязки). Сходные (параллельные) ситуации.

Движение по азимуту в походе, обход препятствий, выдерживание общего заданного направления. Виды организации разведки в походе, опрос местных жителей.

Ориентирование по легенде, ориентирование в заданном направлении, на маркированной трассе, по нитке.

Ориентирование с картой без компаса. Ориентирование без карты и компаса. Оценка расстояний глазомерно и по слышимости звуков. Определение времени по часам и компасу.

Практическое занятие. Разработка маршрута похода по спортивной карте, с подробным описанием ориентиров, составлением графика. Движение по легенде, по маркированной трассе, по нитке.

2.7. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки 3 ч.

Теория: Определение азимута по солнцу в разное время дня. Полярная звезда; ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по местным предметам: по солнцу и часам, по срезу дерева, по расположению листвы у одиноко стоящего дерева, по столбу на пересечении просек. Анализ пройденного маршрута в случае потери ориентировки, возможность ухода на запасной вариант, поиск отличительных ориентиров, принятие решения о выходе на крупные ориентиры, выход к ближайшему жилью.

Использование звуковой пеленгация, источников света в ночное время. Сигналы бедствия.

Практическое занятие: Ориентирование карты по местным предметам: по солнцу (в различное время дня), по полярной звезде. На карте с четкими опорными ориентирами спланировать и в пасмурный день пройти, не пользуясь компасом, тренировочную дистанцию.

Определение точки стояния на спортивной карте, имитация ситуации потери ориентировки; действия по восстановлению местонахождения.

2.8. Развитие наблюдательности и памяти 3ч.

Теория: Развитие наблюдательности и памяти вырабатывает последовательность мышления, самостоятельность, правильный выбор пути движения. Упражнения, направленные на развитие воссоздающего воображения - умение представить незнакомую местность по отвлеченным условным знакам на карте, опираясь на образы, сохранившиеся в памяти от прошлого отчета.

Упражнения, направленные на развитие "памяти карты", т.е. способности быстро запечатлеть и сохранять образ карты в ходе соревнований,

Упражнения, направленные на развитие внимания (интенсивность, переключение, устойчивость, распределение).

Практические занятия. Упражнения с "корректирующим текстом". Игра "Вызов номеров". Карточки на запоминание с различными геометрическими фигурками, переколка карты. Перенос КП с контрольной карты, карточки - "перевертыши". Складывание разрезанных карт, открыток, топографическое лото. Нахождение пары неординарных рисунков. Рисовка фрагментов карт по памяти.

3. КРАЕВЕДЕНИЕ 10 часов

3.1 Наш край. История родного края, природные особенности, известные земляки. 2 ч.

Теория: Климат, растительный и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление. Транспортные магистрали. Промышленность. Полезные ископаемые.

Экономика и культура, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знаменитые люди края, их вклад в его развитие.

Практическое занятие Знакомство с картой своего края. "Путешествия" по карте. Встречи с интересными людьми, краеведческие викторины.

3.2. Туристские возможности родного края. Экскурсионные объекты. Охрана природы и памятников культуры. 8 ч.

Теория: Изучение наиболее интересных отчетов о совершенных походах по родному краю. Памятники истории, музеи края. Экскурсии в музеи и на предприятия. Сбор сведений о крае в архивах, военкоматах, общественных организациях.

Изучение района путешествия. Сбор сведений о районе похода. Разработка маршрута, составление плана-графика движения. Подготовка докладов о районе похода: по истории, климату, рельефу, флоре, фауне.

выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории края, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий, метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира.

Работа в музеях, архивах, библиотеках. Законодательство по охране природы. Природоохранная деятельность туриста.

Охрана памятников истории и культуры

Практическое занятие Организация экскурсии в музеи. Знакомство с краеведческими объектами. Изучение краеведческой литературы. Проведение различных краеведческих наблюдений.

4. ОСНОВЫ ГИГИЕНЫ И ПЕРВАЯ ДОВРАЧЕБНАЯ ПОМОЩЬ/10 ч./

4.1. Личная гигиена туриста. Профилактика заболеваний. 5ч.

Теория: Понятие о гигиене. Пропаганда здорового образа жизни. Гигиена воды. Личная гигиена спортсмена: суточный режим, сон, уход за телом.

Закаливание. Гигиенические основы закаливания. Закаливание воздухом, водой, солнцем, закаливание в туристском походе.

Питание туриста. Профилактика вредных привычек: курения, алкоголизма, наркотиков. Профилактика инфекционных и простудных заболеваний, ВИЧ и СПИД инфекций.

Умение одеваться сообразно погодным условиям.

Практическое занятие Разучивание комплексов упражнений для разминки, утренней гимнастики. Гимнастики для глаз. Подбор одежды и обуви для тренировок. Уход за одеждой и обувью. Применение средств личной гигиены в походах и во время тренировочного процесса. Способы обеззараживания воды.

4.2. Медицинская аптечка. Травмы и заболевания в походе. Использование лекарственных растений 3ч.

Теория: Подбор медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Дозировка препаратов. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных походов. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства, необходимые для лечения хронических заболеваний.

Термические ожоги. Отравления продуктами питания. Отморожения. Тепловой удар. Обмороки. Ушибы, растяжения, травмы. Первая помощь.

Укусы насекомых, змей. Первая помощь. Лекарственные растения. Их назначение. *Практическое занятие* Укомплектовать походную аптечку. Лото "Лекарственные растения".

4.3. Приемы оказания первой доврачебной помощи 1ч.

Теория: Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика травматизма и заболеваний. Помощь при различных травмах. Непрямой массаж сердца. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка. Переноска пострадавшего.

Практическое занятие Разработка тестов на тему: "Первая доврачебная помощь в походе". Оказание первой помощи пострадавшему. Способы переноса пострадавшего при различных травмах.

5. Итоговое занятие (1 час)

Практическая работа: Защита проекта.

Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий

2.1. Календарный учебный график

Этапы образовательного процесса	2022-2023 учебный год	
	Всего часов по программе	144
Теория		Практика
28		116
продолжительность учебного года	36 недель	
Начало учебного года	1 сентября 2021 г.	
1 полугодие	17 недель	
Промежуточная аттестация	10 декабря – 30 декабря 2021 г.	
2 полугодие	19 недель	
Аттестация по завершении освоения программы	10 мая – 20 мая 2022 г.	

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение: Занятия в очном режиме проводятся в просторном, оборудованном, хорошо освещаемом и проветриваемом кабинете в соответствии с требованиями СанПиН. При реализации программы с применением ЭО и ДОТ местом осуществления образовательной деятельности является место нахождения организации (педагога) независимо от места нахождения обучающихся.

Оборудование учебного кабинета: столы (парты), стулья для учащихся и педагога, магнитная доска, дидактические материалы (таблицы, схемы, рисунки, презентации, наглядные пособия поэтапного выполнения работы и пр.); компьютер, периферийное оборудование (веб-камера, микрофон, колонки); программное обеспечение, доступ к сети Интернет.

Материально-техническое обеспечение: для проведения занятий необходимо следующие материалы и оборудование;

№№ п/п	Наименование учебного оборудования
	1. Учебное оборудование
	1.1. Таблицы:
1.	Географическое положение, территории и границы России.
2.	Тектоническое строение территории России.

3.	Рельеф России.
4.	Климат России.
5.	Внутренние воды России.
	1.2.Плакаты
1.	Растения Курганской области
2.	Животные лесостепной и лесной зоны
3.	Съедобные и несъедобные грибы
4.	Тайга
5.	Смешанный лес
6.	Степь и лесостепь
	1.3.Географические карты
1.	Физическая карта России.
2.	Физическая карта Курганской области.
3.	Административная карта Курганской области.
4.	Карта Кургана.
	1.4.Презентации в программе PowerPoint
1	Организация привалов и ночлегов
2	Туристское снаряжение
3	Первая медицинская помощь при получении травм в походе
	Компас
	Топографическое лото
	Лото лекарственных растений
	Лото "Спортивные знаки".

Кадровое обеспечение: педагог дополнительного образования, знающий психологические и физиологические особенности детей.

2.3. Формы аттестации/контроля

В процессе реализации данной программы используются следующие *виды контроля*:

Входной контроль: в начале учебного года с целью выявления начального уровня подготовки. Форма проведения: тестирование.

Текущий контроль – проверка усвоения знаний после каждого занятия.

Форма контроля – педагогическое наблюдение.

Промежуточный контроль – проводится в середине учебного года и показывает степень усвоения учащимися пройденного материала.

Итоговый контроль – проводится в конце обучения с целью определения качества усвоения программного материала.

Аттестация (промежуточная и по завершению освоения программы) проводится в порядке, установленном локальным нормативным актом организации дополнительного образования.

Промежуточная аттестация проводится в середине учебного года (в декабре) с целью

определения уровня компетентности обучающегося. Форма проведения аттестации – тест-опрос

Аттестация по завершении освоения программы - с целью проверки результатов освоения общеобразовательной программы. **Форма проведения** - защита проекта.

Форма аттестации в дистанционном формате – фото отчет выполненного теста.

Формы отслеживания и фиксации образовательных результатов: материалы тестирования, журнал посещаемости.

Формы предъявления и демонстрации образовательных результатов: проекты.

2.4. Оценочные материалы

Диагностика результативности освоения учащимися дополнительной общеразвивающей программы проводится на различных этапах усвоения материала при помощи следующих оценочных средств:

- Тест-опросы (*Приложение 1*);
- темы проектов обучающихся (*Приложение 2*);
- критерии оценки творческого проекта обучающегося (*Приложение 3*).

2.5. Методические материалы

Методы обучения, применяемые на занятиях:

словесные (объяснение, рассказ, беседа, консультация);

наглядные (показ педагогом приёмов выполнения задания, демонстрация наглядных пособий, иллюстраций, репродукций, фотографий, слайдовых презентаций);

аналитические (наблюдение, сравнение, повторение пройденного материала, анализ выполненных работ);

практические (выполнение упражнений, овладение приемами работы различными материалами, приобретение навыков последовательности выполнения работ); *эвристические методы* (выполнение творческих работ).

Форма организации образовательного процесса: групповая, индивидуально-групповая.

Формы организации учебного занятия: беседы, игра, викторина, практическое занятие, открытое занятие, презентации. При подготовке к занятиям большое внимание уделяется нормам организации учебного процесса и дидактическим принципам. Следовательно, учащиеся способны полностью усвоить материал при осуществлении практической деятельности с применением предметной (практика), изобразительной (учебно-наглядные пособия) и словесной (образная речь педагога) деятельности.

Основной формой обучения по программе является учебное занятие. На сообщение теоретических сведений изучаемой темы и повторению материала предыдущего занятия отводится, как правило, 1/3 учебного занятия, остальные 2/3 учебного занятия посвящены выполнению практических работ. В ходе выполнения практических заданий предусматривается анализ действий учащихся, обсуждение оптимальной последовательности их выполнения, поиск наиболее эффективных способов решения поставленных задач. Теоретическая часть дается в форме бесед с показом демонстрационного материала и подкрепляется практическим освоением темы.

При реализации программы с применением ЭО и ДОТ формы организации занятий могут быть следующие: видео-лекция, видео-уроки, онлайн-беседа, мультимедийная презентация заданий, самостоятельная работа учащихся, онлайн-консультация, фото отчет, виртуальная выставка и пр.

Педагогические технологии: при реализации программы с применением ЭО и ДОТ формы организации занятий могут быть следующие: видео-лекция, видео-уроки, онлайн-беседа, мультимедийная презентация заданий, самостоятельная работа учащихся, онлайн-консультация, фото отчет, виртуальная выставка.

Средства обучения при организации и проведении занятий с использованием ЭО и ДОТ: электронная почта – связь педагога и учащегося, используется для рассылки учебных заданий, дидактических материалов, письменных консультаций; видеоконференции – используя сервисы, представленные в сети Интернет (Zoom) для организации общей дискуссии на учебные темы, индивидуальные консультации с педагогом; социальные сети и мессенджеры (ВКонтакте, Viber, WhatsApp) – для размещения в группе заданий, дидактических материалов, объявлений; для координации работы и организации общения с учащимися и родителями; видеохостинг YouTube, позволяющий загружать, просматривать и хранить видеоматериалы.

Дидактические материалы: таблицы, географические и археологические карты, топонимические словари, разработки отдельных тематических занятий, диагностические материалы определения уровня освоения программы.

2.5 Список рекомендуемой литературы

1. Баршай В.М. Физкультура в школе и дома. – Ростов–на–Дону, 2001.
2. Болотов С.Б., Прохорова Е.А. Программы для системы дополнительного образования детей. Спортивное ориентирование. – М., 2002.
3. Воронов Ю.С., Константинов Ю.С. Программы для системы дополнительного образования детей. Спортивное ориентирование. – М., 2000.
4. Вяткин Л.А., Сидочук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование. – М., 2001.
5. Диханова Л.Г., Горбачева Л.А. Туристы в путь! – Екатеринбург, 1998.
6. Евладова Е.Б., Логинова Л.Б. Организация дополнительного образования детей. – М., 2003.
7. Ильичев А.И. Большая энциклопедия выживания. – М., 2003.
8. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. – М., 2002.
9. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. – М., 2002.
10. Краткий справочник туриста / под ред. Ю.А. Штюмера. – М., 1986.
11. Кузина В.В. 500 игр и эстафет. – М., 2000.
12. Настольная книга учителя физкультуры / под ред. Б.И. Мишина. – М., 1978.
13. Огородников Б.И., Крохин Л.А. Подготовка спортсменов – ориентировщиков. – М., 1978.
14. Петрушин В. И., Петрушина Н.В. Валеология. – М., 2003.

Интернет-ресурсы:

перечень сайтов, материалы которых могут быть использованы в образовательном процессе :

1. [Http—www.gks.ru](http://www.gks.ru) – сайт Госкомстата РФ
2. [Http—www/hde.ru](http://www/hde.ru) – областной образовательный портал;
3. <http://www.admobl.kurgan.ru> сайт администрации Курганской области;
4. <http://oblduma.kurgan.ru/> - сайт областной думы Курганской области;
5. <http://culturemap.ru/> - культура регионов России;
6. <http://www.rostur.ru/> - Единая информационная система «Туризм в России»;
7. <http://heraldry.hobby.ru/index.html> - Гербы городов Курганской области;
8. <http://www.mojgorod.ru/>; <http://rfdata.al.ru/> - народная энциклопедия городов и регионов России;
9. - <http://www.geocities.com/Paris/LeftBank/3405/45.html> Курганская область на сайте "Города и веси России";
10. <http://notes.society.ru/bibl/polros/Kurgan/strukt.htm> Курганская область: разнообразные сведения на сервере Интернет-медиа "Обществу";

11. <http://www.kurgan.ru/> Информационно-поисковая система по Кургану и области;
12. <http://catalog.aport.ru/rus/themes1.asp?id=4746&r=0> Курганская область в каталоге "Апорт-2000";
13. <http://www.list.ru/catalog/14638.html> Курганская область в каталоге List.ru: Государство Российское: Города от А до Я;
14. <http://www.list.ru/catalog/13621.html> Курганская область в каталоге List.ru: Государство Российское: Регионы;
15. <http://www.regions.ru/cities/index.html?cityarticle=cities/regions/45> Курганская область на сайте "REGIONS.RU/Россия.Регионы";
16. <http://gosorgan.amursk.ru/show.gos?page=2&catg=55> Курганская область на сервере "Вся власть на WWW";
17. <http://www.uralweb.ru/region/kurgan/> Раздел Курган каталога ресурсов Урал.

Приложение 1

Тест-опросы

Входной контроль

1. Называть и показывать на карте Курганской области:
 - границы Курганской области, районы входящие в состав области и пограничные области;
 - виды природных ресурсов.
2. Определять:
 - формы рельефа, основной тип растительности и почв своей местности.
3. Описывать:
 - географическое положение области, района;
 - маршрут по топографическому плану;
 - растительный и животный мир района.
4. Объяснять:
 - влияние человека на природу, взаимодействие природы и человека.
5. Прогнозировать:
 - перспективы развития Курганской области.

Промежуточный контроль

Задачи на логику.

1. Сколько туристов живёт в этом лагере?

На картинке изображён отдых ребят. Внимательно посмотрите на картинку и попробуйте ответить на вопросы ниже. Ответы на все вопросы вам нужно найти, глядя на картинку и

внимательно читая вопросы. Ответ на каждый вопрос



обоснуйте.

1. Сколько туристов живет в этом лагере?
2. Когда они сюда приехали: сегодня или несколько дней назад?
3. На чем они сюда приехали?
4. Далек ли от лагеря до ближайшего селения?
5. Откуда дует ветер: с севера или юга?
6. Какое сейчас время дня?
7. Куда ушел Шура?
8. Кто был вчера дежурным? (Назовите имя.)
9. Какое сегодня число, какого месяца?

2. Переправа



1. На рисунке поздняя осень или ранняя весна?
2. Журавли летят на север или на юг?
3. В какое время дня всё происходит?
4. Эта река судоходна?
5. В каком направлении она течёт (север, юг, запад, восток)?
6. Около берега, где стоит лодка, река глубокая?
7. Есть ли поблизости мост?
8. Далеко ли железная дорога?

Итоговый контроль

1. В каком году и из районов каких областей РФ образовалась Курганская область?
2. Сколько районов в Курганской области?

3. С именем этого человека связывают основание Кургана. Как его звали? Когда и откуда он появился в здешних местах?
4. Какой зверь изображен на современном гербе Курганской области?
5. В XIX веке Зауралье называли «кухней Лондона». Почему?
6. Назовите нашего земляка, Героя Советского Союза, генерал-полковника 64-й армии, который во время Сталинградской битвы взял в плен командира 6-й немецкой армии генерал-фельдмаршала Паулюса. Где на территории Курганской области ему установлены памятники?
7. Курган прославили два замечательных доктора, которые сделали серьезные открытия в медицине. Назовите их имена.
8. Назовите самого известного хлебороба в Курганской области.
9. Великий русский ученый, изобретатель, проведший первые школьные годы в Духовном училище в г. Далматово.
10. Художник-скульптор, взявший псевдоним по имени родного города.
11. «Небесная ласточка» Кургана. Кто она?

Критерии оценивания

Не приступал к решению заданий. 0%

Не достигнут необходимый уровень знаний. 1-49%

Частично успешное решение. 50-69%

Решение с ошибками и с небольшими недочетами, полностью самостоятельное. 70-100%

Приложение 2

Темы проектов обучающегося

1. Оформление картосхемы области «Этапы заселения родного края».
2. Создание карты района «Время возникновения населенных пунктов района».
3. Проведение социологического анкетирования населения с целью выявления детности семей в различные исторические периоды и определения этапов демографического перехода на территории родного края.
4. Создание карты культовых сооружений своего района (в дореволюционный период и в настоящее время).
5. География музеев Курганской области.
6. Роль краеведов в познании края.
7. Известные краеведы – наши современники.
8. Реки и озера своего административного района: современное состояние, проблемы охраны.
9. Развитие сети памятников природы своей местности.
10. Влияние природных, исторических и других факторов на традиции и обычаи населения края.
11. Карта «Народные промыслы Зауралья».
12. Жизнь семьи. Семейные традиции в прошлом и в настоящее время.
13. Детский фольклор современности.
14. История края в литературных произведениях.
15. Природа родного края в литературных произведениях.
17. Природа края в творчестве художников Зауралья.

Приложение 3

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ТВОРЧЕСКОГО ПРОЕКТА ОБУЧАЮЩИХСЯ

Критерии оценки проекта	Содержание критерия оценки	Количество баллов
Актуальность поставленной краеведческой проблемы (до 5 баллов)	Насколько работа интересна в практическом или теоретическом плане?	От 0 до 1
	Насколько работа является новой? обращается ли автор к проблеме, для комплексного решения которой нет готовых ответов?	От 0 до 1
	Верно ли определил автор актуальность и социальную значимость проблемы?	От 0 до 1
	Верно ли определены цели, задачи работы?	От 0 до 2
Практическая ценность (до 16 баллов)	Результаты исследования доведены до идеи (потенциальной возможности) применения на практике.	От 0 до 2
	Проделанная работа решает или детально прорабатывает на материале проблемные теоретические вопросы в определенной научной области.	От 0 до 2
	Автор в работе указал практическую значимость	От 0 до 1
	Использование архивных материалов	От 0 до 2
	Наличие историко-краеведческого материала	От 0 до 2
	Оригинальность, подходов в решении проблемы, наличие самостоятельного взгляда авторов на решаемую проблему	От 0 до 2
	В проекте есть разделение на части, компоненты, в каждом из которых освещается отдельная сторона работы	От 0 до 2
	Есть ли исследовательский аспект в работе	От 0 до 2
	Есть ли у работы перспектива развития (тиражируемость)	От 0 до 1
Взаимодействие с государственными органами, социальными партнёрами, организациями и группами граждан (до 4 баллов)	Каково взаимодействие с группами граждан	От 0 до 1
	Каково взаимодействие с властными структурами	От 0 до 2
	Каково взаимодействие с социальными партнёрами	От 0 до 1

Документы проекта (до 2 баллов)	Нормативно-правовое обеспечение проекта	От 0 до 2
Оформление работы (до 8 баллов)	Титульный лист	От 0 до 1
	Оформление оглавления, заголовков разделов, подразделов	От 0 до 1
	Оформление рисунков, графиков, таблиц, приложений	От 0 до 2
	Информационные источники	От 0 до 2
	Форматирование текста, нумерация и параметры страниц	От 0 до 2
Итого:		35

Приложение 4

Карта самооценки обучающегося и оценки педагогом компетентности обучающегося (Бланк карты)

Дорогой, друг! Оцени, пожалуйста, по пятибалльной шкале знания и умения, которые ты получил, занимаясь в объединении, и поставь соответствующую цифру (1 – самая низкая оценка, 5 – самая высокая)

1	Освоил теоретический материал по разделам и темам программы (могу ответить на вопросы педагога)	1	2	3	4	5
2	Знаю специальные термины, используемые на занятиях	1	2	3	4	5
3	Научился использовать полученные на занятиях знания в практической деятельности	1	2	3	4	5
4	Умею выполнить практические задания (упражнения, задачи и т.д.), которые дает педагог	1	2	3	4	5
5	Научился самостоятельно выполнять творческие задания	1	2	3	4	5
6	Умею воплощать свои творческие замыслы	1	2	3	4	5
7	Могу научить других тому, чему научился сам на занятиях	1	2	3	4	5
8	Научился сотрудничать с ребятами в решении	1	2	3	4	5

поставленных задач						
9	Научился получать информацию из различных источников	1	2	3	4	5
10	Мои достижения в результате занятий	1	2	3	4	5

Структура вопросов:

пункты 1, 2, 9 – опыт освоения теоретической информации;

пункты 3, 4 – опыт практической деятельности;

пункты 5, 6 – опыт творчества;

пункты 7, 8 – опыт коммуникации.

Процедура проведения: Данную карту предлагается заполнить учащемуся в соответствии с инструкцией. Затем данную карту заполняет педагог в качестве эксперта. Оценка проставляется педагогом в пустых клеточках.

Обработка результатов: Самооценка обучающегося и оценка педагога суммируются, и вычисляется среднеарифметическое значение по каждой характеристике.

