

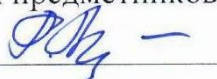
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
"СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА П. МОЛОДЕЖНЫЙ"**

249255, Россия, Калужская область,  
Мещовский район, пос. Молодежный,  
ул. Юбилейная дом 3

Тел. 8(919)036-03-38  
Эл. почта:  
[voroshi40418003@mail.ru](mailto:voroshi40418003@mail.ru)

РАССМОТРЕНО

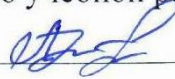
методическое объединение  
учителей предметников



Председатель МО Голикова Г.Е.  
Протокол № 1 от 01.09.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора  
по учебной работе



Колосов А.П.  
01.09.2023 года

УТВЕРЖДЕНО

директор МКОУ "СОШ  
п. Молодежный"



В.С. Ныркова  
приказ № 52-ОД от  
01.09.2023 г.



**Рабочая программа  
туристско-краеведческого кружка  
«Вятич»**

П. Молодежный

2023 год

## **Пояснительная записка**

Настоящая программа дополнительного образования разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта общего образования.

### **Данная программа направлена на:**

- создание условий для целостного развития личности ребенка;
- обеспечение эмоционального благополучия ребенка;
- приобщение к общечеловеческим и национальным ценностям;
- профилактику асоциального поведения;
- укрепление психического и физического здоровья детей;
- взаимодействие педагога с семьей.

Актуальность программы заключается в том, что она позволяет реализовывать в школьной практике принципы государственной политики, а также ориентирована на выполнение требований Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования к содержанию программ внеурочной деятельности школьников.

**Цель программы:** создать условия для формирования у школьников осознанного и бережного отношения к своему здоровью, а также поспособствовать формированию патриотических чувств, развитию любви к природе, своей семье и уважительному отношению к своему окружению.

### **Задачи программы:**

- сформировать у обучающихся сознательное и добросовестное отношение к своим обязанностям, организованность и дисциплину;
- развить осознанное отношение детей к состоянию здоровья как основному фактору успеха;
- воспитывать интерес к активной двигательной деятельности;
- сформировать у школьников понимание сущности здорового образа жизни;
- научить учащихся выполнять первичные приемы туристических навыков;
- воспитать качества человека, которые составляют основу его коммуникативной, гражданской и социальной активности;
- воспитать уважение к культуре и истории России;
- привлечь родителей в помощь укрепления здоровья своих детей

- познакомить детей с природой России и родного края.

Особенностью данной программы является то, что она объединила в себе разнообразные виды обучающей и развивающей деятельности, направленные на формирование знаний, умений и навыков, необходимых учащимся в повседневной жизни.

Срок реализации программы - 1 год. Программа рассчитана на учащихся 8-11 классов, по 34 часов в год (1 раз в неделю). Состав группы - 12 человек.

Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Большая часть учебного времени отведена практическим занятиям. Все разделы охватываются в течение одного учебного года. В ходе обучения используя свой педагогический опыт стараюсь создать условия для формирования патриотического сознания, моральной готовности и психологической способности в турпоходах. Кроме того, воспитывается дисциплинированность, нравственная норма поведения.

Плановые занятия проходят на учебно-материальной базе школы.

В ходе учебного процесса, в течение года учащиеся активно участвуют в туристических слётах

### **Содержание программы.**

#### **Тема 2. Безопасность туризма.(1 ч)**

Инструктажи по технике безопасности в туристском походе.

#### **Тема 2. Ориентирование и топография. (6 ч.)**

Масштаб. Компас, ориентирование во времени. Прокладка маршрута, составление плана графика движения. План и карта.

*Практические занятия:*

1 «Работа с картой и компасом».

2 «Составление плана местности».

#### **Тема 4. Основы медицинских знаний (8 ч)**

Гигиена туриста. Доврачебная помощь пострадавшему. Индивидуальный медицинский пакет туриста. Первая медицинская помощь. Опасности бесконтрольного употребления грибов, ягод, трав. Уход за больным в походе.

*Практические занятия:*

3-4 «Оказание доврачебной помощи подручными средствами».

#### **Тема 5. Организация питания в походе. (4 ч)**

Основные характеристики суточного питания. Режим питания. Нормы закладки основных продуктов. Хранение продуктов в пути.

## **Тема 6. Туристское снаряжение. (7 ч)**

Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Главные требования к предметам снаряжения. Устройство туристской палатки. Правила укладки рюкзака. Демонстрация снаряжения.

*Практические занятия:*5

«Укладка рюкзака».

6 « Постановка палатки».

## **Тема 7. Туристские узлы. (5 ч)**

Определение узла, требования к узлам, группы узлов по назначению. Основные туристские узлы.

*Практические занятия:*

7-8 « Изучение навыков вязания основных туристских узлов».

9-10 «Отработка навыков вязания основных туристских узлов».

11-13«Закрепление навыков вязания основных туристских узлов».

## **Тема 8. Туристские биваки. (2 ч)**

Что такое привал и бивак в походе. Типы костров и их назначение.

*Практические занятия:*

14 «Разжигание костров».

### **Тематическое планирование.**

<b>№п/п</b>	<b>Тема занятия</b>	<b>даты</b>
1	Инструктажи по технике безопасности.	06.09
2	Масштаб	13.09
3	Компас, ориентирование во времени	20.09
4	Прокладка маршрута.	27.09
5	План и карта	04.10
6	<i>Практическое занятие 1.»Работа с картой и компасом».</i>	11.10
7	<i>Практическое занятие 2.» Составление плана местности».</i>	18.10
8	Гигиена туриста.	25.10
9	Доврачебная помощь пострадавшему.	08.11
10	Индивидуальный медицинский пакет туриста.	15.11
11	Первая медицинская помощь.	22.11
12	Опасности употребления грибов, ягод, трав.	29.11
13	Уход за больным в походе	06.12
14	<i>Практическое занятие 3 «Оказание доврачебной помощи »</i>	13.12
15	<i>Практическое занятие 4. «Оказание доврачебной помощи ».</i>	20.12

16	Основные характеристики суточного питания	27.12
17	Режим питания.	17.01
18	Нормы закладки основных продуктов	24.01
19	Хранение продуктов в пути.	31.01
20	Снаряжение туристов.	07.02
21	Предметы снаряжения.	14.02
22	Устройство туристской палатки.	21.02
23	Правила укладки рюкзака.	28.02
24	Демонстрация снаряжения.	07.03
25	Практическое занятие 5 «Укладка рюкзака».	14.03
26	Практическое занятие 6 «Постановка палатки».	21.03
27	Группы узлов по назначению.	04.04
28	Основные туристские узлы.	11.04
29	Практическое занятие 7 «Навыки вязания туристских узлов».	18.04
30	Практическое занятие 8 «Навыки вязания туристских узлов».	25.04
31	Практическое занятие 9 «Навыки вязания туристских узлов».	16.05
32	.Привал и бивак. Типы костров.	23.05
33	Практическое занятие 10: «Разжигание костра»	30.05

**Программа обучения позволяет:**

- приобрести знания, умения, навыки, ряда физических и психологических качеств, необходимых для ускорения адаптации к туристическим условиям ;
- приобрести элементарные навыки при обращении с туристическим снаряжением; - овладеть приемами туристской подготовки.

**Результаты обучения.** (освоенные умения, усвоенные знания)

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения

*Умения:*

- собирать снаряжение для многодневного похода с учётом метеорологических прогнозов;
- оказывать доврачебную помощь пострадавшему;
- ориентироваться по компасу и топографической карте;
- применять на практике технику вязания узлов;
- организовать питание в походных условиях;

Разбить бивак для привала на маршруте похода и для ночёвки в многодневном походе;

*Знания:*

виды и типы костров, правила разведения костров и пожарной безопасности;

правила установки палаток в пешем походе, виды палаток для массового пешеходного туризма;

правила техники безопасности при выполнении движения в туристской группе;

принцип работы и составные части туристского компаса, правила ориентирования по топографической карте и компасу, топографические знаки;

способы оказания доврачебной помощи, состав туристской аптечки;

виды туристских узлов и способы их применения;

"составные части" туристского бивака и правила расположения его элементов;

### **УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ программы.**

*Требования к минимальному материально-техническому обеспечению.*

Информационно-коммуникативные средства: видеофильмы по разделам курса, слайды (диапозитивы) по тематике курса мультимедийный проектор; технические средства обучения; учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование: компас, туристическое снаряжение, набор веревок для вязания узлов, туристические палатки, комплект для приготовления пищи, туристические рюкзаки, медицинская аптечка, перевязочные средства, разномасштабные географические карты, спортивные карты; учебно-методический комплекс дисциплины.

*Информационное обеспечение обучения.*

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы.

### **Список литературы:**

Алексеев А. А. Горообразование и горный рельеф: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2005.

Алексеев А. А. Питание в туристском походе: Пособие для инструкторов и преподавателей туризма в школе. — М., 2006.

Добарина И. А., Жигарев О. Л. Основы школьного туризма: Методическое пособие для учителей и студентов. — Новосибирск: Издательство Новосибирского государственного педагогического университета, 1998.

Карманная энциклопедия туриста /Автор-составитель Шабанов А. М. — М.: Вече, 2004.

Лях В.И. Физическая культура: Учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / В.И.Лях, А.А.Зданевич; под ред. В.И.Ляха. — М., 2006—2007.

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / [А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, Э.Н.Аюбов]; под ред. А.Т.Смирнова. – М., 2007.

Петров С.В. Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С.В.Петров, В.Г.Бубнов. – М., 2000.

Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб. для 10—11 кл. общеобразоват. учрежд. / А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин, П.В.Ижевский; под общ. ред. А.Т.Смирнова. – 6-е изд. – М., 2006.

Талм Е. И. Энциклопедия туриста. — М.: «Большая российская энциклопедия», 1993.

Шаповал Г. Ф. История туризма: Пособие. — Минск: Экоперспектива, 1999.