

**Пояснительная записка.**

Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины.

Успех любого похода, экскурсии или путешествия во многом зависит от того, насколько хорошо путешественник сумеет определить, где он находится и в каком направлении следует идти дальше, т.е. от умения ориентироваться на местности.

Умение ориентироваться на местности приобретается в постоянном общении с природой, благодаря развитию наблюдательности и привычке быстро замечать и запоминать характерные детали местности.

Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности.

Школьный туризм позволяет учителю осуществлять практически все виды профессиональной деятельности: учебную и воспитательную, научно – методическую, социально – педагогическую, культурно – просветительскую и др.

Походы и занятия спортивным ориентирование на незнакомой местности позволяют школьникам изучать процессы и результаты взаимодействия природы и общества.

Широкая доступность, красота природы края, способствуют популярности, как школьного туризма, так и спортивного ориентирования. Занятия в кружке содействуют умственному и физическому развитию, укреплению здоровья, помогают познавать и понимать природу, участвовать в городских соревнованиях по спортивному ориентированию, экологических акциях и пропагандировать экологическую культуру среди местного населения.

Особое внимание уделяется прогнозированию перспектив развития ландшафта и выработке рекомендаций по его дальнейшему наиболее рациональному хозяйственному использованию.

Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла  опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Нельзя недооценивать и то, что детскому и особенно подростковому возрасту свойственно стремление к новизне, необычности, к приключениям и романтике. Туризм - прекрасное средство, которое естественным путём удовлетворяет и такие, не всегда учитываемые взрослыми потребности ребят. Нужно помнить и о том, что в походе ребята раскрываются совсем с иной стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для учителя, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти свой подход к нему. Контакты, которые устанавливаются между взрослыми и ребятами в походе, как правило, гораздо более глубокие и душевные, чем в школе. Они способствуют настоящему взаимопониманию и установлению отношений сотрудничества, что потом переносится в школу.

Разнообразные формы и методы позволяют вовлечь в процесс реализации программы широкий круг учащихся и учителей. Это позволяет создать своеобразную и благоприятную атмосферу общения, воспитания, коммуникативных связей и отношений.

Данная программа комплексная и даёт возможность учащимся осуществлять ряд осознанных выборов, способных в дальнейшем помочь определить профессию, жизненные принципы и интерес к познанию окружающего мира.

***Актуальность.***

Туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

**Цель программы.**

Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма, краеведения и элементами спортивного ориентирования на местности. Создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационного творческого развития и профессионального самоопределения личности.

**Задачи:**

***1. В области образования:***

- расширение и углубление знаний учащихся, дополняющих школьную программу по географии, истории, биологии, ОБЖ, физике, математике, литературе и физической подготовки;

- приобретение умений и навыков в работе с картой, компасом;

- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования, доврачебной медицинской помощи;

- обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

***2. В области воспитания:***

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;

- формирование самостоятельности и волевых качеств в любой обстановке;

- гуманное отношение к окружающему миру;

- умение вести себя в коллективе, выработка организаторских навыков в случае необходимости.

***3. В области физической подготовки:***

- физическое совершенствование подростков (развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими возможностями);

- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в туристических слётах, соревнованиях и походах.

***Принципы обучения***

* Связь физической культуры с жизнью.
* Всестороннее и гармоническое развитие личности.
* Оздоровительное направленность физического воспитания.
* Постепенность наращивания развивающих тренирующих воздействий.
* Цикличность построения занятий.
* Возрастная адекватность направлений физического воспитания.

**Методы работы.**

1. Поисково - исследовательский метод (самостоятельная работа кружковцев  с выполнением различных заданий, выбор самостоятельной темы для оформления проекта, реферата, отчета о проделанной работе в походах и на экскурсиях )

2. Метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах и экскурсиях

3. Метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль успеваемости и качество усвоения комплексной программы, роста динамики спортивных показателей

4. Метод комплексного подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

**Формы работы.**

1. Проведение соревнований по спортивному ориентированию.

2. Участие в туристических слётах.

3. Участие спортивных играх, соревнованиях.

4. Проведение краеведческих конференций, викторин, спортивных эстафет по охране природы

**Личностные результаты:**

Умения управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

Способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий

Умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим

**Метапредметные результаты**

* ***Регулятивные УУД****:*

Понимать цель выполняемых действий.

Проговаривать и осуществлять последовательность действий.

Учиться совместно с учителем и другими учениками давать эмоциональную оценку деятельности товарищей.

Самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств

***Познавательные УУД:***

Осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя учебные пособия, интернет-ресурсы.

Умения самостоятельно определять цели своего обучения.

ставить и формировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности.

развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

Анализировать полученную информацию.

***Коммуникативные УУД:***

Умение организовывать учебное сотрудничество и совместное деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально в группе: находить общие решения и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.

Умение формировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

Выработка умений и навыков коммуникативной культуры в процессе занятий физической культурой.

**Предметные результаты:**

Расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья.

**Прогнозируемые результаты и критерии их оценки.**

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, прирост спортивных достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива кружка, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

В конце обучения подросток сможет осознанно выбрать подходящую специализацию и, используя широкий комплекс полученных знаний и навыков, продолжить своё развитие в специальных образовательных учреждениях по определённому профилю.

**По завершении обучения кружковцы должны**

***знать:***

- порядок организации и правила поведения в походах и на соревнованиях;

- вопросы туризма и экологии;

- основы топографии и ориентирования;

- умение ориентироваться по местным признакам и звёздам;

- опасные и ядовитые растения края, иметь представление о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;

- основные разделы пройденной программы;

- порядок организации, подготовки и проведения экскурсии и похода;

- способы преодоления различных естественных препятствий;

- основные исторические и географические сведения о родном крае;

- различные способы ориентирования на местности.

***уметь:***

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;

- преодолевать вместе  естественные препятствия на пути;

- ориентироваться по компасу и карте в походе и на соревновании по спортивному ориентированию;

- организовать походный быт и оказывать элементарную медицинскую помощь;

- передвигаться по дорогам, тропам и пересечённой местности в составе группы;

- владеть приёмами самостраховки, преодолевать различные естественные или искусственные препятствия;

- уметь правильно применять туристские узлы;

- уметь ориентироваться по карте и компасу, а также местным признакам и участвовать в туристических слётах, соревнованиях по спортивному ориентированию и походах;

- оформлять отчёт и задания, выполненные в походах и на экскурсиях;

- организовать походный быт и распределять продукты на весь поход или слёт;

- оказывать доврачебную помощь и правильно транспортировать пострадавшего.

Настоящая программа носит образовательно-раз­вивающий характер, направлена на раскрытие индивидуальных психологических особенностей учащихся, овладение туристичес­кими навыками, позволяющими свободно жить и ориенти­роваться в природе, самостоятельно подготовить и провести поход **и предназначена для ребят, имеющих медицинский допуск к занятиям ту­ризмом, в возрасте от 7 лет .**

Количество детей в груп­пе определяется минимальным числом участников походов

(10-12 человек).

Содержание программы реализуется в течение 1 года обучения:

1ый год обучения - 34 недели по 1 учебных часа ( 34 часа)

**Содержание программы кружка 1ого года обучения**

**( 2024 – 2025 учебный год)**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№п\п*** | ***Наименование темы*** | ***Всего часов*** | ***теория*** | ***практика*** |
| 1 | Вводное занятие | 1 | 1 |  |
| **2** | Метеонаблюдения | 1 | 1 |  |
| **3** | Растения своего края | 2 | 1 | 1 |
| **4** | Животные своего края | 2 | 1 | 1 |
| **5** | Формы поверхности своего края | 1 |  | 1 |
| **6** | Горные породы и полезные ископаемые | 1 |  | 1 |
| **7** | Воды своего края | 1 | 0,5 | 0,5 |
| **8** | Ориентирование на местности. Карта | 2 | 0,5 | 1,5 |
| **9** | Охрана природы | 1 | 1 |  |
| **10** | Прошлое своего края | 2 | 2 |  |
| **11** | Народы своего края | 1 | 1 |  |
| **12** | Искусство | 2 | 1 | 1 |
| **13** | Туризм | 8 | 2 | 6 |
| **14** | Работа краеведческом музее | 1 | 1 |  |
| **15** | Общефизическая подготовка | 8 | 1 | 7 |
|  | Итого | **34** | **14** | **20** |

Календарно – тематическое планирование первого года обучения

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№ п\п*** | ***Содержание*** | ***Тема занятий*** | ***Кол-во часов*** | ***дата*** |
| 1 | Вводное занятие | ТБ и личная гигиена на занятиях. Цели и задачи занятий | 1 |  |
| 2 | Метеонаблюдения | Погода, климат. Основные характеристики погоды. Местные признаки погоды. Организация наблюдений за погодой. | 1 |  |
| 3 | Растения своего края | Лекарственные растения. | 1 |  |
| 4 |  | Растения, которые надо охранять. | 1 |  |
| 5 | Животные своего края | Редкие животные своего края. | 1 |  |
| 6 |  | Экскурсия в природу. Наблюдения за жизнью животных. | 1 |  |
| 7,8 | Туризм | ТБ в походе. Личное и групповое снаряжение. | 2 |  |
| 9,10 |  | Экскурсия в лес. Туристская тропа. | 2 |  |
| 11 | Общефизическая подготовка | ТБ и личная гигиена на занятиях в спортивном зале. Спортивные игры. | 1 |  |
| 12,13 |  | Спортивные игры. Мини – футбол, пионербол | 2 |  |
| 14,15 |  | Спортивные игры. Бадминтон, настольный теннис | 2 |  |
| 16,17 |  | Занятия в спортивном зале. | 2 |  |
| 18 |  | Беседа «Спорт, его значение в формировании ЗОЖ современного человека» | 1 |  |
| 19 | Народы своего края | Знакомство с национальностями, проживающими в своей местности, их обычаями, народными играми, обрядами… | 1 |  |
| 20 | Работа в краеведческом музее | Экскурсия в краеведческий музей. История нашего села. | 1 |  |
| 21 | Туризм | Правила преодоления возможных препятствий. | 1 |  |
| 22 |  | Экскурсия в природу. Правила преодоления возможных препятствий. КТМ. | 1 |  |
| 23 | Охрана природы | Необходимость охраны природы. Правила поведения в природе. Изготовление и развешивание кормушек | 1 |  |
| 24 | Формы поверхности своего края | Формы поверхности своего края. Горы и равнины, овраги и балки.. Экскурсия в природу. Наблюдения, зарисовки | 1 |  |
| 24 | Искусство | Знакомство с писателями и художниками своего края | 1 |  |
| 26 |  | Знакомство поэтами нашего края | 1 |  |
| 27 | Прошлое своего края | Моя родословная. История моей семьи. | 1 |  |
| 28 |  | Знакомство с историей сельского поселения. История наши деревень. | 1 |  |
| 29 | Туризм |  | 3 |  |
| 30 |  |  |  |  |
| 31 | Ориентирование на местности. Карта. | Компас, устройство компаса. Стороны горизонта. Ориентирование на местности | 1 |  |
| 32 |  | Условные знаки карт. Топосъёмка. | 1 |  |
| 33 | Горные породы и полезные ископаемые. | Горные породы и полезные ископаемые. Знакомство с группами горных пород и полезных ископаемых. Экскурсия в природу. Сбор коллекции полезных ископаемых. | 1 |  |
| 34 | Воды своего края. | Значении рек, водоёмов в жизни людей. Знакомство с водной системой края | 1 |  |
|  |  | Итого: | 34 |  |

**Первый год обучения**

1. **Вводное занятие**. ТБ и личная гигиена на занятиях. Цели и задачи занятий

**2 .Метеонаблюдения**. Погода, климат. Основные характеристики погоды: температура, осадки, сила и направление ветра, облачность. Времена года. Местные признаки погоды. Наблюдения за погодой.

Практические занятия. Организация наблюдений за погодой.

3**. Растения своего края**. Растения луга, леса, водоёмов. Что нам даёт лес. Лекарственные  
растения. Растения, которые надо охранять. Съедобные и несъедобные грибы.

Практические занятия. Экскурсии в лес, луг, водоём. Сбор гербария, осенних листьев, ягод, плодов. Посадка цветов, кустарников.

**4. Животные своего края**. Животные луга, леса, водоёма. Редкие животные своего края  
Жизнь насекомых. Жизнь птиц. Влияние времени года на жизнь животных.

Практические занятия. Экскурсии в природу. Наблюдения за жизнью животных.

**5. Формы поверхности своего края**. Горы, равнины. Как разрушаются горы Овраги, балки,  
вершины, хребты.

Практические занятия. Однодневный поход. Наблюдения, зарисовки.

**6. Горные породы, полезные ископаемые.** Знакомство с группами горных пород: осадочными, магматическими, метаморфическими. Полезные ископаемые.

Практические занятия. Работа с образцами горных пород и минералов. Экскурсия в краеведческий музей, экскурсии к геологическим обнажениям.

**7. Воды своего края**. Знакомство с основными реками, озёрами, водохранилищами,  
прудами своей местности Значение рек, водоёмов в жизни людей.

Практические занятия Экскурсии на водоёмы. Описание водоёма.

8**. Ориентирование на местности**. Карта. Компас, устройство компаса. Стороны горизонта.  
Ориентирование на местности с картой и компасом. Условные знаки карт. Знакомство с  
картой своего края.

Практические занятия. Определение сторон горизонта по компасу и местным признакам. Игры на местности с элементами ориентирования.

**9. Охрана природы**. Необходимость охраны природы. Правила поведения в природе.

Практические занятия. Посадка растений, изготовление кормушек, скворечников, уборка мусора.

10. **Прошлое своего края**. Моя родословная, история моей семьи. Знакомство с историей  
своего посёлка. Памятники истории. Чтение книг по истории своего края. Рассказы и  
стихи о Великой Отечественной войне.

Практические занятия. Сбор материала по истории своей семьи. Встречи с ветеранами войны и труда. Экскурсии в краеведческий музей, охрана памятников истории и культуры.

**11. Народы своего края**. Знакомство с национальностями, проживающими в своей  
местности, знакомство с обычаями, обрядами, народными играми, музыкой, танцами.  
Фольклор.

Практические занятия. Чтение легенд, сказок, разучивание народных песен, танцев, частушек.

**12. Искусство**. Культура. Знакомство с художниками, композиторами, писателями,  
поэтами своего края.

Практические занятия. Посещение выставок, встречи, чтение произведений. Конкурс рисунков "Наш край".

**13. Туризм**. Техника безопасности в походе. Личное и групповое снаряжение. Правила  
преодоления возможных препятствий. Туристские узлы. Участие в туристских  
мероприятиях. Однодневные походы.

**14.Работа в краеведческом музее.** Сбор материалов, экспонатов в музей, оформление экспозиций.

**15. Общефизическая подготовка**. Развитие ловкости, силы, выносливости**.** Спорт и туризм, их значение в формировании ЗОЖ современного человека»

**Значение туристско-краеведческой деятельности в развитии личности учащегося:**

- расширение кругозора учащегося в походах и путешествиях; воспитание высоких

нравственных качеств;

- физическое развитие и укрепление здоровья.

**Законы, правила и традиции юных туристов-краеведов:**

- юный турист знает, любит и бережет свой родной край;

- юный турист - хороший товарищ он всегда готов прийти на помощь товарищу в школе, в

походной обстановке, заботится об укреплении своего туристского коллектива;

- юный турист любит искусство и литературу, старается правильно вести себя в коллективе,

жить по законам красоты;

- юный турист активно участвует во всех делах своего коллектива, ведет шефскую работу с

младшими школьниками, помогает старшим;

- юный турист регулярно занимается туристско-краеведческой работой, исследует свой

родной край,

- безопасность туристских походов: самодисциплина и самоорганизация туристской  
группы, страховка и самостраховка в туристском путешествии; внимательное отношение ко  
всем членам коллектива.

**Туристско-краеведческие навыки, знания и умения**

1. Туристские знания, навыки и умения:

- снаряжение для туристского многодневного похода;

- питание в туристском многодневном походе по родному краю;

- техника преодоления естественных препятствий;  
- ориентирование на местности и топография;

- привалы и ночлеги в многодневном походе по родному краю;

- первая доврачебная медицинская помощь в походе;

- туристские игры и культурная программа на привалах и дневках;

- особенности зимнего туризма.

- как надо вести краеведческие наблюдения при исследовании своего родного края; фиксирование краеведческих наблюдении при исследовании родного края; охрана природы родного края, памятников истории и культуры в туристском походе; изготовление экспозиции по результатам туристского похода для школьного краеведческого музея, подготовка выставки по итогам похода;

- снаряжение личное, групповое, специальное, ремонт, хранение снаряжения,

изготовление туристских самоделок;

- питание в туристском путешествии,

- тактика в пешеходном путешествии;

- преодоление естественных и искусственных препятствий в пешеходном путешествии;

- характерные заболевания и травмы в туристском пешем путешествии, их профилактика и

лечение;

- топография и ориентирование на местности в пешем туристском путешествии.

**Безопасность в туристско-краеведческих мероприятиях:**

- самодисциплина, высокая самоорганизованность, взаимопомощь, взаимодействие,

внимательное заботливое отношение к товарищам;

- ответственное отношение к своим обязанностям, подчинение руководству туристской

группы - основа безопасности в путешествиях; страховка и самостраховка в путешествиях.