МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА Д. САЛТЫКИ СЛОБОДСКОГО РАЙОНА КИРОВСКОЙ ОБЛАСТИ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Принята на заседании педагогического советаот «29» августа2023годаПротокол № 1 |  | УТВЕРЖДАЮДиректор школы\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ «31» августа2023года |
|  |  |  |

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Пеший туризм»

**Уровень программы:** стартовый

**Возрастная категория:** от 7 до 10 лет

**Срок реализации:** 1 год

|  |  |
| --- | --- |
|  | Автор-составитель: учитель начальных классовГородилова Снежана Николаевна |

д. Салтыки 2023 год

**Пояснительная записка**

Детско-юношеский туризм является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий, способствующих формированию здорового образа жизни человека и общества в целом, что имеет большое государственное значение в воспитании подрастающего поколения.

Туристско-краеведческая деятельность занимает большое место в системе деятельности внеклассных мероприятий. Она способствует решению важнейших задач воспитания детей и подростков: развивают познавательность, приобщают детей к различным видам общественно-полезного труда, укрепляют здоровье школьников.

Краеведческая и экскурсионно-туристская работа стала действенным средством формирования материалистического мировоззрения школьников, воспитания любви к Родине, углубленного изучения основ науки, приобретения навыков самостоятельной работы. Она помогает в выборе будущей профессии, содействует формированию морально-психологических качеств, готовности к службе в вооруженных силах России.

 Детско-юношеский и молодежный туризм - важный способ передачи новому поколению накопленного человечеством жизненного опыта и материально-культурного наследия, формирования ценностных ориентиров, нравственного оздоровления и культурного развития нации, один из путей социализации личности.

Программа составлена на основании программы для внешкольных учреждений «Туризм и краеведение» (Москва. Издательство «Просвещение». 2008). Дополнительное образование «Спортивно-прикладной туризм» (Волгоград. Издательство «Учитель». 2009).

**Цель программы:**обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий туризмом, формирование всесторонней гармонично развитой личности.

**Задачи**

* воспитание бережного отношения к природе, формирование навыков экологического поведения и природоохранной деятельности;
* формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;
* выработка организаторских навыков, умения вести себя в коллективе;
* удовлетворение естественной потребности учащихся в непосредственном познании мира, своего края.

**Содержание и методика занятий**

Туристский кружок изучает комплекс тем, реализующих главные идеи направления работы:

* туристско-краеведческие возможности края;
* организация, подготовка и проведение похода;
* топография и ориентирование;
* меры безопасности, самоконтроль;
* первая помощь в походе.

**Содержание программы** рассчитано на занятия учащимися, проявляющими интерес к естествознанию, физической культуре, туризму и краеведению.

Программа рассчитана на 34 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю.

**Содержание и методика занятий**

Каждая тема занятий предполагает как организацию активной оздоровительно-спортивной (физические упражнения, подвижные игры, мини-соревнования, состязания в помещении и на природе, туристические прогулки), так и познавательно-творческой деятельности обучающихся (беседы, анкетирование, групповая работа, использование информационно-коммуникативных технологий, конкурсы, викторины, рисунки природных объектов, изготовление детьми поделок из природного материала, экскурсии, походы и т.д.).

**Основные формы  и методы обучения**

**Словесные методы:**рассказ, беседа, работа с книгой, справочной литературой, лекции.

**Наглядные методы:**просмотр фотографий, использование схем, рисунков, видеофильмов, картин.

**Практические методы:** спортивные тренировки, соревнования, экскурсии, игровые программы в помещении и  на свежем воздухе, походы.

**Прогнозируемые результаты**

**Должны знать:**

* не менее четырех фактов, влияющих на  здоровье (режим,    физкультура, закаливание, питание и т.д.);
* перечень личного снаряжения для одно-трехдневного похода, требования к нему;
* специальное снаряжение (для установки палатки, организации бивака, веревки основные, вспомогательные, репшнур);
* не менее 10 условных знаков топографических карт;
* способы оказания первой доврачебной помощи;
* способы ориентирования на местности.

**Должны уметь:**

* выполнять комплекс утренней гимнастики;
* выполнять основные санитарно-гигиенические нормы (мытье рук, ног, стирка носков, мытье посуды, уборка бивака);
* передвигаться с рюкзаком в течение 45-50 минут в пешем походе;
* технически грамотно передвигаться по пересеченной местности. Используя приемы самостраховки.
* читать карту местности, используя условные топографические знаки;
* оказывать первую доврачебную помощь при солнечном ударе, термических ожогах, ушибах;
* уметь транспортировать пострадавшего;
* определять азимут по компасу на заданный (азимут) ориентир и ориентир по заданному азимуту.

|  |  |
| --- | --- |
| Наименование разделов | Кол-во часов |
| *1. Введение.*История развития туризма. Техника безопасности при проведении походов | 1 |
| *2. Азбука туристско-бытовых навыков юного туриста* | 5 |
| 2.1. Основы безопасности в природе |  |
| 2.2. Личное снаряжение и уход за ним |  |
| 2.3. Групповое снаряжение и уход за ним. Индивидуальный и групповой ремонтный набор |  |
| 2.4. Организация бивака. Правила установки палатки |  |
| 2.5 Туристская группа в походе |  |
| *3. Азбука топографии* | 2 |
| 3.1 Условные знаки карты. |  |
| 3.2. Ориентирование по сторонам горизонта, карте |  |
| *4. Туристическое и экскурсионное ориентирование* | 3 |
| 4.1. Ориентирование по местным признакам.  Способы ориентирования |  |
| 4.2. Способы отметки на КП |  |
| 4.3. Ориентирование экскурсионное |  |
| *5. В гостях у Айболита* | 5 |
| 5.1. Оказание первой медицинской помощи при ушибах. |  |
| 5.2. Обработка ран, ссадин.  Наложение простейших повязок |  |
| 5.3. Индивидуальная и групповая аптечка |  |
| 5.4. Способы транспортировки пострадавшего |  |
| 5.5. Термический ожог, солнечный удар, |  |
| *6. Основы краеведения* | 4 |
| 6.1. Родословная |  |
| 6.2. Земляки |  |
| 6.3.Памятные места города |  |
| *7. Азбука спортивно-оздоровительного туризма* | 14 |
| 7.1. Поход выходного дня |  |
| 7.2. Полоса препятствий. |  |
| 7.3. Туристские узлы и их применение. |  |
| 8. Соревнование по пешеходному туризму |  |
| ИТОГО | 34 |

Тематическое планирование

Календарно-тематическое планирование кружка «Пеший туризм»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата  | Тема  | Кол-во часов |
|  | *Введение.*История развития туризма. Техника безопасности при проведении походов | 1 |
|  | Основы безопасности в природе | 1 |
|  | Личное снаряжение и уход за ним | 1 |
|  | Групповое снаряжение и уход за ним. Индивидуальный и групповой ремонтный набор | 1 |
|  | Организация бивака. Правила установки палатки | 1 |
|  | Туристская группа в походе | 1 |
|  | Поход выходного дня | 4 |
|  | Условные знаки карты. | 1 |
|  | Ориентирование по сторонам горизонта, карте | 1 |
|  | Ориентирование по местным признакам.  Способы ориентирования | 1 |
|  | Способы отметки на КП | 1 |
|  | Ориентирование экскурсионное | 1 |
|  | Оказание первой медицинской помощи при ушибах. | 1 |
|  | Обработка ран, ссадин.  Наложение простейших повязок | 1 |
|  |  Индивидуальная и групповая аптечка | 1 |
|  | Способы транспортировки пострадавшего | 1 |
|  | Термический ожог, солнечный удар, | 1 |
|  | Поход выходного дня | 3 |
|  | Родословная | 1 |
|  | Земляки | 1 |
|  | Памятные места города | 2 |
|  | Поход выходного дня | 4 |
|  | Полоса препятствий. | 1 |
|  | Туристские узлы и их применение. | 1 |
|  | Соревнование по пешеходному туризму | 1 |
|  | ИТОГО | 34 |