

муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 14»

Рассмотрено:
МО классных руководителей
Протокол №1 от 27.08.2024 г.
Рук. МО: 
Закриева Х.З.

Согласовано: 27.08.2024 г.

Зам. директора по ВР: 
Закриева Х.З.

Принято
Педагогическим советом школы
Протокол №_1 от 27.08.2024 г.



Утверждаю
Директор МКОУ «СОШ № 14»
Л.В. Степаненко
Приказ №165-од от 28.08.2024 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА
Модульная
(вид)

Туристическо- краеведческая направленность

«Спортивно- прикладной туризм»
(название программы)

Уровень программы: стартовый (ознакомительный)

Возрастная категория: от 12 до 15 лет

Состав группы: 15

Срок реализации: 2024-2025 год (а)

ID-номер программы в Навигаторе: 3323

Автор-составитель:
Гаджиханов Р.З- учитель

п. Ага-Батыр
2024 год

Рабочая программа разработана на основе:

- «Программы туристско-краеведческой деятельности» П.В.Степанов, С.В.Сизяев, Т.Н.Сафронов. – М.: Просвещение, 2011.;

- В поход с классом: Пособие для классного руководителя /авт.-сост. Ю.В.Козлова, В.В.Ярошенко. – М.: ТЦ Сфера, 2004. (Серия «Библиотека вожака»);

- Краеведение: Внеклассная работа по истории, географии, биологии и экологии. Методическое пособие /авт.-сост. Ю.В.Козлова, В.В.Ярошенко. – М.: ТЦ Сфера, 2007. – 128 с. – (Школа природолюбия);

- Спортивно-прикладной туризм: программа, разработки занятий, рекомендации. 8-9 классы/сост. В.А.Шкенеv.- Волгоград: Учитель, 2009.

Программа рассчитана на 68 часов (2 часа в неделю).

1.Планируемые результаты

Личностные результаты:

-активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на

принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и

сопереживания;

- проявлять положительные качества личности и управлять своими

эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении

поставленных целей;

- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними

общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты включают освоенные школьниками универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

- определять наиболее эффективные способы достижения результатов;

договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;

взаимодействовать со сверстниками в туристической деятельности и адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра;

- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметные результаты:

- формирование знаний о туризме и его роли в укреплении здоровья;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и

элементы;

- применять жизненно важные двигательные навыки и умения в различных изменяющихся, вариативных условиях.

2.Содержание программы

1. Введение (2 часа)

Теория. Беседа о туризме и о работе учебной группы, о значении туризма для человека.

Условия участия в походах, общие вопросы организации, рассказы об интересных походах и путешествиях (показ видеофильма). Инструктаж по ТБ.

2. Ориентирование на местности. (18 часов)

Теория. Понятие о карте. Условные знаки топографических карт. Масштабы и его виды. Особенности изображения местности на картах спортивного ориентирования.

Компас. Азимуты прямой и обратный. Определение азимута.

Способы ориентирования по местным признакам.

Практические занятия. Чтение и изображение топонимов. Расчет расстояния на карте с помощью линейки, нитки.

Определение азимута. Движение по азимуту.

Разработка похода.

Измерение расстояния «на глаз» и шагами.

3. Техника пешеходного туризма. (18 часов)

Теория. Основные приемы страховки.

Узлы. Основные и вспомогательные веревки.

Карабины. Правила прохождения технических этапов туристической полосы препятствий.

Практические занятия. Вязание узлов на время.

Надевание страховочной системы на время.

Отработка элементов пешего туризма: движение по параллельным веревкам, преодоление водных преград: навесная переправа, переправа по бревну с перилами.

Прохождение туристической полосы препятствий.

4. Материально – техническая база похода. (14 часов)

Теория. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.

Костровое оборудование.

Техника безопасности с примусом.

Организация питания в походах разной продолжительности.

Правила приготовления походных блюд.

Практические занятия. Составление меню и раскладка продуктов для похода.

Распределение веса на маршрут.

4. Основы медицинской подготовки. (16 часов)

Теория. Общие гигиенические требования в походе.

Требования к одежде и обуви.

Питьевой режим. Обеззараживание воды.

Виды повязок.

Вывихи. Раны и ссадины. Переломы.

Укусы змей и насекомых.

Практические занятия. Наложение повязок на рану.

Иммобилизация конечностей при переломе.

Остановка кровотечения с помощью жгута.

Оказание помощи при потере сознания.

3. Календарно – тематический план

№ п/п	Наименование темы	Дата проведения		Примечания
		План.	Факт.	
1. Введение (2ч.)				
1.	Беседа о туризме и о работе учебной группы, о значении туризма для человека.			

2.	Условия участия в походах, общие вопросы организации, рассказы об интересных походах и путешествиях (показ видеофильма). Инструктаж по ТБ.			
2. Ориентирование на местности.(18 ч.)				
3.	Понятие о карте. Условные знаки топографических карт.			
4.	Масштабы и его виды. Особенности изображения местности на картах спортивного ориентирования.			
5.	Компас. Азимуты прямой и обратный. Определение азимута.			
6.	Способы ориентирования по местным признакам			
7.	Чтение и изображение топонимов.			
8.	Расчет расстояния на карте с помощью линейки, нитки.			
9.	Определение азимута. Движение по азимуту.			
10.	Разработка похода.			
11.	Измерение расстояния «на глаз» и шагами.			
3. Техника пешеходного туризма. (18 ч.)				
12.	Основные приемы страховки.			
13.	Узлы.			
14.	Основные и вспомогательные веревки.			
15.	Карабины.			
16.	Правила прохождения технических этапов туристической полосы препятствий.			
17.	Вязание узлов на время.			
18.	Надевание страховочной системы на время.			
19.	Отработка элементов пешего туризма: движение по параллельным веревкам, преодоление водных преград: навесная переправа, переправа по бревну с перилами.			
20.	Прохождение туристической полосы препятствий.			
4. Материально – техническая база похода (714.)				
21.	Личное и групповое снаряжение			
22.	Костровое оборудование.			

23.	Техника безопасности с примусом.			
24.	Организация питания в походах разной продолжительности.			
25.	Правила приготовления походных блюд.			
26.	Составление меню и раскладка продуктов для похода.			
27.	Распределение веса на маршрут.			
5. Основы медицинской подготовки. (16ч.)				
28.	Общие гигиенические требования в походе.			
29.	Требования к одежде и обуви.			
30.	Питьевой режим. Обеззараживание воды.			
31.	Виды повязок.			
32.	Вывихи. Раны и ссадины. Переломы.			
33.	Укусы змей и насекомых.			
34.	Наложение повязок на рану.			
35.	Итоговое занятие «Оказание помощи при ЧС»			