

РАССМОТРЕНО

на МО учителей
естественно-научного цикла
«30» августа 2023 г.

Протокол № 1
Руководитель МО

 Олейник О.В.

СОГЛАСОВАНО

на методическом совете школы

«30» августа 2023 г.

Протокол № 1
зам. директора по УВР:

 Кирш Н.Г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «ООШ № 8 г.
Кировска»

 Г.В. Тарасова

Приказ от 01.09.2023 № 94

Рабочая программа
курса внеурочной деятельности
«Туризм»

Класс: 5-9

Автор: Панов Д.Н.

Содержание:

I.	Пояснительная записка	3
II.	Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности	5
2.1	Планируемые результаты первого года обучения	5
2.2	Планируемые результаты второго года обучения	7
III.	Содержание курса внеурочной деятельности	7
3.1	Первый год обучения, 5 класс	8
3.2	Второй год обучения, 6 класс	9
IV.	Тематическое планирование	10
4.1	Тематическое планирование первого года обучения	11
4.2	Тематическое планирование второго года обучения	14

I. Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Экологический туризм» разработана в соответствии с ФГОС ООО и с учетом примерной основной образовательной программы, на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования и программы формирования универсальных учебных действий.

Цель:

- создание условий для развития личности, самореализации, социальной адаптации, оздоровления, повышения мотивации к творческому развитию и профессиональному самоопределению учащихся, формировании позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой и экологической деятельности;

Задачи:

- укрепления здоровья, содействия правильному физическому развитию воспитанников;
- создание условий для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- социального и профессионального самоопределения, творческой самореализации личности;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для

выживания в экстремальных условиях;

- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- повышение технического и тактического мастерства участников соревнований по туристскому многоборью, спортивному ориентированию, поисково - спасательным работам;
- обеспечение безопасности спортивных туристских походов и соревнований.
- формирование бережного отношения к природе.

Формы организации образовательного процесса: для успешной реализации учебного процесса используются групповые занятия. Индивидуальные занятия предусматриваются для отработки важных моментов поведения и деятельности обучающегося.

Виды занятий: лекции, практические и семинарские занятия, тренировки, соревнования, защита проектов.

Формы контроля: теоретические и практические зачеты, тестирование, практические занятия, беседы, соревнования.

Форма промежуточной аттестации - защита проекта

II. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности

При освоении программы отслеживается три вида результатов: предметный, метапредметный, личностный, что позволяет определить динамическую картину творческого развития обучающихся.

2.1 Планируемые результаты первого года обучения

2.1.1. Личностные результаты:

- овладение экологической культурой, бережным отношением к родной земле, природным богатствам России и мира;
- понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной и социальной среды;
- осознание ответственности за состояние природных ресурсов;
- развить интерес к созданию собственных умений и навыков разумного природопользования, нетерпимое отношение к

действиям, приносящим вред экологии, приобретение опыта экологонаправленной деятельности;

- проявить готовность и способность к образованию, в том числе самообразованию, на протяжении всей жизни, сознательное отношение к непрерывному образованию как условию успешной профессиональной и общественной деятельности;
- умение работать в группе;
- освоить социальные нормы, правила поведения, роли и формы социальной жизни в группах и сообществах;
- научиться эстетическому отношению к миру и проявить готовность к эстетическому обустройству собственного быта.

2.1.2. Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;
- ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;
- оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели.

2.1.3. Предметные результаты:

- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- знать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану

- окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- осознанно выполнять и пропагандировать правила здорового, безопасного и экологически целесообразного образа жизни;
 - овладеть основным правилам движения группы на маршруте;
 - знать требования, предъявляемые к туристскому снаряжению;
 - определять порядок подготовки к походу;
 - уметь применять туристическое снаряжение и оборудование, разводить костер и заготавливать дрова;
 - овладеть понятием азимута и его определением, знать устройство компаса и уметь двигаться по азимуту с помощью компаса.

2.2. Планируемые результаты второго года обучения

2.2.1. Личностные результаты:

- уважение к своему народу, чувство ответственности перед Родиной, гордости за свой край, свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России, уважение к государственным символам (герб, флаг, гимн);
- готовность обучающихся к конструктивному участию в принятии решений, затрагивающих их права и интересы, в том числе в различных формах общественной самоорганизации, самоуправления, общественно значимой деятельности;
- берет на себя инициативу;
- самостоятельно готовится к состязаниям, стремится к получению высокого результата.

2.2.2. Метапредметные результаты:

- выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;
- прогнозирует конечный результат;
- при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);
- способен оценить результаты своего труда, труда других людей;
- самостоятельно ставит перед собой цели и задачи, определяет пути решения;
- сотрудничает со всеми обучающимися в коллективе.

2.2.3. Предметные результаты:

- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию.

Ш. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

1-й год обучения. 5 класс.

№ п/п	Разделы программы	Формы организации	Виды деятельности
1.	Введение.	Беседа, работа в тетради.	Познавательная деятельность
2.	Специальная подготовка туриста.	Беседа, презентация, видео. Практическая работа, отработка навыков. Самостоятельная работа. Соревнования.	Игровая деятельность, соревновательная деятельность
3.	Топографическая подготовка и ориентирование в походе	Беседа, презентация, видео. Практическая работа, отработка навыков. Самостоятельная работа. Соревнования.	Игровая деятельность, познавательная деятельность
4.	Общая физическая подготовка.	Спортивная подготовка, тренировки.	Соревновательная деятельность
5.	Краеведение.	Беседа, презентация, экскурсии, самостоятельная работа.	Познавательная, туристическо-краеведческая
6.	Итоговое занятие	Защита проекта	познавательная деятельность

Введение (1ч.) Беседа о экологическом туризме и о работе объединения, о значении туризма для человека и для государства. Виды туризма, особенности пешеходных походов. Природа родного края, его история. История края, памятные исторические места.

Специальная подготовка туриста (8ч.). Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с

учащимися. Подбор и подготовка личного и группового снаряжения. Строй туристской группы. Темп движения. Весовые нагрузки. Режим дня и режим движения в пешеходном и лыжном походе. Значение хронометрирования (протокола движения) для ориентирования на местности. Движение по дорогам и тропам. Основные правила поведения туриста в строю, обеспечение безопасности при движении по автомагистралям. Шаг, темп, интервал, положение корпуса и рук. Способы ориентирования на местности. Природные ориентиры. Как не заблудиться в лесу. Применение веревки и альпенштока в туристских походах. Основные узлы и грудная обвязка. Первая медицинская помощь. *Практические занятия* (разработка маршрутов и планов-графиков учебнотренировочных походов. Подготовка группового и специального снаряжения, закупка, расфасовка и раскладка продуктов. Укладка рюкзаков. Составление графиков дежурств, общефизическая подготовка, вязка узлов, отработка приемов страховки альпенштоком, ориентирование по карте, по солнцу, по звездам, по луне. Природные ориентиры: муравейники, стволы деревьев, просеки. Оказание первой медицинской помощи).

Топографическая подготовка и ориентирование в походе (6ч.). Тактические свойства и виды местности. Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Что такое горизонталь, сечение, заложение, отметка, бергштрих. Основные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Определение крутизны склонов. План и карта. Виды и свойства карт. *Практические занятия.* Зарисовка новых топографических знаков и характеристик местных предметов. Отыскание на карте типичных форм рельефа, определение крутизны склонов по шкале заложений, составление характеристик участков местности по картам. **Общая физическая подготовка (4ч.).** Закаливание, комплекс утренней зарядки, маршевая подготовка, туристские нормативы комплекса ГТО. Упражнения для укрепления и развития рук и плечевого пояса, мышц шеи, туловища, ног. Беговые тренировки. Нормативы юношеских разрядов по туризму, нормы на звание младшего инструктора по туризму.

Краеведение (14ч.). Сбор информации о районе похода. Определение интересных объектов и корректировка маршрута. Историческое прошлое края. Состояние окружающей среды. Основные загрязнители в окрестностях села. Природа вокруг нас. Всегда ли чистая вода в родниках? Воздух, почему в нем содержится много пыли? Снег и его чистота. Лес вокруг села. Реки и озера. Состояние водного бассейна. Основные загрязнители: железная дорога, автодороги, котельная, водозабор, очистные сооружения, свалка. *Практические занятия.* «Что лежит в аптечке?» «Что делать в случае ... (задымления, обнаружения очагов возгорания, запаха газа, посторонних предметов и пр.)?», «Действия в чрезвычайной ситуации во время экскурсии, на туристской прогулке», исследование местности около загрязнителей с ведением записи наблюдений. Экскурсия на промышленные объекты. Уборка мусора около родников и рек.

Итоговое занятие (1ч.). Защита проекта.

2-й год обучения. 6 класс.

№ п/п	Разделы программы	Формы организации	Виды деятельности
1.	Введение.	Беседа, работа в тетради.	Познавательная деятельность
3.	Подготовка к походу. Турбыт.	Беседа, презентация, практическая работа, отработка навыков, тренировка, соревнования.	Познавательная деятельность. Игровая деятельность
	Топографическая подготовка	Беседа, презентация, практическая работа, отработка навыков, тренировка, соревнования.	Игровая деятельность, познавательная деятельность
4.	Экологическая подготовка.	Беседа, презентация, видео. Практическая работа, отработка навыков. Самостоятельная работа.	Игровая деятельность, познавательная деятельность, туристическо-краеведческая.
6.	Итоговое занятие	Тестирование	

Введение (1ч.). Беседа о экологическом туризме. Рассказы об интересных походах и путешествиях (показ кинофильма или диафильма). Законы туристов. **Подготовка к походу. Турбыт (8ч.).** Что такое привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Планировка бивака. Типы костров и их назначение. Питание в походе. Личная гигиена туриста. Питьевой режим в походе. *Практические занятия.* Расчет продуктов питания для двухдневного похода. Зарисовка схем правильной планировки бивака с учетом требований, предъявляемых к месту привала. Оказание первой доврачебной

помощи при различных травмах. Транспортировка пострадавшего. Освоение приемов самоконтроля. Обработка и перевязка ран, наложение жгута. Конкурс на лучшего санитаря группы. **Топографическая подготовка (8ч.)** Ориентирование на местности. Снаряжение и инвентарь для спортивного ориентирования. Топографическая и спортивная карты. Масштабы топографических и спортивных карт. Условные знаки различных видов карт. Работа с компасом и картой. Азимут, движение азимутом (техника движения). Изображение рельефа на топографической и спортивной карте. Влияние рельефа на выбор пути движения. Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки. Глазомерный способ определения расстояний. Определение расстояния шагами. Определение пройденного расстояния по времени движения. Способы определения расстояния до недоступного предмета, определения высоты предмета. Ориентирование по компасу и карте, по различным особенностям местных предметов. Потеря ориентировки и нахождение на карте своего местонахождения. *Практическое занятие:* рисовка карты на чистом листе по рассказу преподавателя. Топографический диктант. Решение различных топографических задач на запоминание условных знаков, маршрута, информации карты, на быстрое и правильное чтение карты. Решение этих топографических задач в движении, беге. Поиск обозначенных на карте различных объектов на территории школьного двора за определенное время. Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага. Определение высоты предмета. **Экологическая подготовка (16ч.)**. Охрана природы в походе. Понятие экосистем. Понятие биоценоза. Типы биоценозов в Октябрьском районе. Влияние деятельности человека на природу. Природоохранная деятельность в походе. Способы тушения пожара в лесу. Изучение повадок зверей и птиц, обитающих в окрестностях Октябрьского района, поведение при встрече с ними. Растения и животные, занесенные в «Красную книгу Оренбургской области», а также редкие их виды обитающие и растущие в Октябрьском районе. Основные водоемы в окрестностях села Октябрьского: родники, реки, озера. Исток и устье. Питание водоемов. Состояние в них воды в разное время года. Наблюдение за рекой Б. Юшатырь и Б. Гумбетка. *Практическое занятие:* ведение дневников наблюдений (впечатлений) за природой. Экскурсии в лес и наблюдение за поведением птиц, животных, сезонными изменениями в природе. Выполнение краеведческих заданий. Подкормка птиц. Уборка мусора по берегам рек.

Итоговое занятие (1ч.). Тестирование.

IV. Тематическое планирование 4.1. Тематическое планирование первого года обучения

	Темы занятий	Теория	Практика	Всего часов
1.	Введение.	1		1
2.	Специальная подготовка туриста.	2	6	8
3.	Топографическая подготовка и ориентирование в походе	3	3	6
4.	Общая физическая подготовка.	2	2	4
5.	Краеведение.	6	8	14
6.	Итоговое занятие.	1		1
	Всего	15	19	34

4.2 Тематическое планирование второго года обучения

	Темы занятий	Теория	Практика	Всего часов
1.	Введение.	1		1
2.	Подготовка к походу. Турбыт.	2	6	8
3.	Топографическая подготовка и ориентирование в походе	4	4	8
4.	Экологическая подготовка.	6	10	16
5.	Итоговое занятие.	1		1
	Всего	14	20	34

V. Учебно-методическое обеспечение.

Литература для учителя

1. Алешин, В.М. Туристская топография / В.М. Алешин, А.В. Серебряников. - М.: Профиздат, 1985.
2. Бардин, К.В. Азбука туризма: (О технике пешеходных путешествий). Пособие для учителей, руководителей турист. походов со школьниками. - М.: Просвещение, 1981. - 205 с.
3. Горькова, Л.Г. Сценарии занятий по экологическому воспитанию / Л.Г. Горькова. - М., 2008. - 238 с. 2.7. Костерев, Н.А. Справочник инструктора детско - юношеского туризма. часть III. Безопасность туристско-краеведческих походов, экскурсий, экспедиций / Н.А. Костерев, Т.А. Самохина. - М., 2003. 21
4. Миндель, А.Я. Дорогу осилит идущий (клубная работа, туризм, экология) / А.Я. Миндель. - М.: РОДЮО, 2006. - 172 с.
5. Остапец-Свешников, А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся (методические рекомендации) / А.А. Остапец - Свешников - М.: Просвещение, 2001. - 144 с.
6. Панфилов, А.М. Организация и проведение полевой школьной экспедиции / А.М. Панфилов. - М.: Центр детского и

юношеского туризма Министерства образования Российской Федерации, 1997.

7. Смирнов, Д.В. Спортивный туризм. Примерная программа внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / Д.В. Смирнов. - М.: Просвещение, 2011.
8. Типовые дополнительные образовательные программы эколога - биологического профиля. Научно-методический сборник / под ред. Д.В. Моргуна. - М. : - 2005. - 140 с.
9. Туризм и краеведение: образовательные программы для системы дополнительного образования детей / Константинов Ю.С. и др. - М.: Советский Спорт, 2005. - 324 с.
10. Усыскин, Г.С. Очерки истории Российского туризма / Г.С. Усыскин. - М.: Гер- да, 2000.

Литература для учащихся и родителей

1. Выживание в экстремальных условиях. - М.: ИПЦ Русский раритет, 1993.
2. Дельвин, Н.П. Лапландский заповедник / Н.П. Дельвин. - М., 1984. - 160 с.
3. Иванов, Е.И. Начальная подготовка ориентировщика / Е.И. Иванов. - М.: ФиС, 1985.
4. Кодыш, Э.Н. Соревнования туристов / Э.Н. Кодыш. - М.: ФиС, 1990.
5. Кoryтин, С.А. Повадки диких зверей / С.А. Кoryтин. - М.: Агропромиздат, 1986.
6. Коструб, А.А. Медицинский справочник туриста / А.А. Коструб. - М.: Профиз- дат, 1986.
7. Линчевский, Э.Э. Психологический климат туристской группы / Э.Э. Линчев- ский. - М.: ФиС, 1981.
8. Лукоянов, П.И. Зимние спортивные походы / П.И. Лукоянов. - М.: ФиС, 1988.
9. Лукоянов, П.И. Самодельное туристское снаряжение / П.И. Лукоянов. - М.: ФиС, 1987.
10. Лысогор, Н.А. Питание туриста в походе/ Н.А. Лысогор.- М. : Пищевая пр-ть, 1980.
11. Мацюцкий, С.П. Туристу о растениях / С. П. Мацюцкий. - М.: Профиздат, 1988.
12. Некрасов, И.Б. Рабочая тетрадь по туризму и краеведению (пособие для воспитанников) / И.Б. Некрасов. - М. 2001.
13. Соколов, И.А. Топографическая карта и местность/ И.А. Соколов. - М.: ДОСААФ, 1975

