Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Николо-Поломская средняя общеобразовательная школа»
Парфеньевского муниципального округа Костромской области

РАССМОТРЕНО
на педагогическом совете
Протокол № 1
от « 28 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы
_____ Рябинина Н. А.
Приказ № 127
от « 01 » 09 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности (кружка)
«Юный турист-спасатель»»

Возраст обучающихся: 5-9 класс
Срок освоения программы:1 год
Объем программы: 34 часа

Автор составитель: Рябкова О. Н.

п. Николо-Полома

2023 год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.
2. Тематический план
3. Цель.
4. Задачи.
5. Требования к учащимся по окончании курса.
6. Прогнозируемый результат.
7. Календарно-тематическое планирование
8. Список литературы

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В школе имеется группа заинтересованных учащихся, желающих заниматься в секции в течение года. Учитывая возможности образовательного учреждения, и в целях достижения прогнозируемого результата - увеличение числа подростков, приобщенных к физкультуре, спорту, туризму и здоровому образу жизни, имеющих навыки выживания в условиях автономного существования, оказания помощи в экстремальной ситуации, оптимальным является ежегодное формирование разновозрастных групп и прохождение программы курса в объеме 34 часов (1 час в неделю).

Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Программа секции рассчитана на учащихся 5-9 классов и предусматривает приобретение ими основных знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентирования на местности, ведении краеведческих наблюдений и исследований, оказания первой медицинской помощи, инструкторской деятельности в туристическом объединении.

Занятия можно проводить с полным составом группы, но по мере роста опыта занимающихся следует делать больший упор на групповые (2-3 человека) и индивидуальные занятия. Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий.

Теоретические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, учителей-предметников, инструкторов, врачей, спасателей, спортсменов.

Практические занятия проводятся в 1-3 дневных учебно-тренировочных походах, во время проведения туристских мероприятий, экскурсий, а также на местности (стадионе, в парке) и в помещении (в классе, спортзале). В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются в походах, на соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях. Приведенный перечень практических занятий является примерным и может быть изменен педагогом в зависимости от условий работы группы.

Программа составлена на основе программы для системы дополнительного образования детей «Юные туристы-спасатели», утвержденной Управлением воспитания и дополнительного образования детей и молодежи Министерства образования

Российской Федерации, Ассоциацией спасательных формирований РФ (Москва.: ЦДЮТ и К, 2004 г.).

ЦЕЛЬ:

Целью настоящей программы является организация деятельности, направленной на повышение роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни детей и подростков.

ЗАДАЧИ:

- формирование здорового образа жизни детей и подростков;
- выработка осознанной мотивации в деле сохранения здоровья;
- приобщение к физкультуре и туризму

ТРЕБОВАНИЯ К УЧАЩИМСЯ ПО ОКОНЧАНИИ КУРСА:

Учащиеся должны уметь ориентироваться на местности, преодолевать препятствия различной сложности с применением туристического снаряжения и подручных средств, оказывать первую медицинскую доврачебную помощь, иметь элементарные навыки поведения при автономном существовании в природе.

ПРОГНОЗИРУЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Увеличение числа подростков, приобщенных к физкультуре, спорту, туризму и здоровому образу жизни, имеющих навыки выживания в условиях автономного существования, оказания помощи в экстремальной ситуации.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п\п	Наименование тем и разделов	часы	
		теория	практ
1	***Основы туристической подготовки***		
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма	1	
1.2	Воспитательная роль туризма	1	
1.3	Личное и групповое туристское снаряжение	1	
1.4	Организация туристического быта. Привалы и ночлеги		1
1.5	Подготовка к походу, путешествию	1	
1.6	Питание в туристическом походе	1	
	Туристские должности в группе	1	
1.7	Правила движения в походе. Преодоление препятствий		1
	Техника безопасности при проведении туристических походов, занятий	1	
1.8	Туристические слеты, соревнования,походы		4
	Итого	13	

2	***Топография и ориентирование***		
2.1	Понятие о топографической и спортивной карте	1	
2.2	Условные знаки	1	
2.3	Ориентирование по горизонту и азимуту	1	
2.4	Компас. Работа с компасом		1
2.5	Измерение расстояний	1	
2.6	Способы ориентирования		1
	Итого	6	
3	***Краеведение***		
3.1	Родной край. Его природные особенности, история, известные земляки	1	
3.2	Туристические возможности родного края	1	
	Изучение района путешествия		1
	Итого	3	
4	***Основы гигиены и первая доврачебная помощь***		
4.1	Личная гигиена туриста. Профилактика заболеваний	1	
4.2	Походная медицинская аптечка	1	
4.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи		1
4.4	Приемы транспортировки пострадавшего		1
	Итого	4	
5	***Начальная военная и физическая подготовка***		
5.1	Вооружение армии России	1	
5.2	Сборка и разборка автомата	1	2
5.3	Химзащита		2
5.4	Укрытия и убежища		2
	Итого	8	
	ИТОГО ЗА ГОД:	**34**	

Календарно-тематическое планирование

№ п\п	Дата	Тема занятия
1	7.09.2023	Туристские путешествия, история развития туризма
2	14.09.2023	Воспитательная роль туризма
3	21.09.2023	Личное и групповое туристское снаряжение
4	28.09.2023	Туристские должности в группе
5	5.10.2023	Правила движения в походе. Преодоление препятствий
6	12.10.2023	Техника безопасности при проведении туристических

		походов, занятий
7	19.10.2023	Организация туристического быта. Привалы и ночлеги
8	26.09.2023	Туристические слеты. Полоса препятствий
9	9.11.2023	Питание в туристическом походе
10	16.11.2023	Туристические соревнования. Бивак.
11	23.11.2023	Понятие о топографической и спортивной карте
12	30.11.2023	Ориентирование по горизонту и азимуту
13	7.12.2023	Условные знаки
14	14.12.2023	Измерение расстояний
15	21.12.2023	Способы ориентирования. Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.
16	28.12.2023	Компас. Работа с компасом
17	11.01.2024	Туристические соревнования.Ориентирование на местности.
18	18.01.2024	Родной край. Его природные особенности, история, известные земляки
19	25.01.2024	Изучение района путешествия
20	1.02.2024	Туристические возможности родного края
21	8.02.2024	Поход по родному краю
22	15.02.2024	Личная гигиена туриста. Профилактика заболеваний
23	22.02.2024	Походная медицинская аптечка
24	29.02.2024	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи
25	7.03.2024	Приемы транспортировки пострадавшего
26	14.03.2024	Вооружение армии России
27	21.03.2024	Неполная разборка и сборка автомата
28	4.04.2024	Организация укрытия в лесу
29	11.04.2024	Химзащита. Противогаз
30	18.04.2024	Разборка и сборка автомата
31	25.04.2024	Надевание костюма химзащиты
32	16.05.2024	Организация укрытия на открытой местности
33	23.05.2024	Разборка и сборка автомата на время
34	30.05.2024	Поход. Преодоление препятствий.

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА:

1. Программы для системы дополнительного образования детей «Юные туристы-спасатели». Москва.: ЦДЮТ и К, 2004 г.
2. Питер Дарман. Выживание в экстремальных ситуациях. – М.: Формула-Пресс, 1999 г.
3. Карманный справочник туриста/ автор-сост. Ю.А. Штюрмер. – М.: Профиздат, 1982 г.
4. Байбородова Л.В., Индюков Ю.В. «Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Методическое пособие».2003 г.

5. К. Джонсон «Учебник выживания. 150 способов спастись в экстремальных ситуациях». Издательство «Астра». 2004 г.