

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ №30»

 Л.Е. Лехтина

Приказ № 220 от 01.09.2020 г.




РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности
«Начала туризма и краеведения»

1-4 классы

Составитель
Соловьева Нина Сергеевна,
учитель физической культуры

Согласовано
заместитель директора по ВР
 А.П. Маркова

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

1. Результаты первого уровня (приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни):

- приобретение школьниками знаний о правилах ведения здорового образа жизни;
- о правилах поведения человека в лесу, у водоемов, на болоте, в горах;
- о правилах передвижения по дорогам;
- о правилах обращения с огнем;
- о правилах обращения с опасными инструментами;
- о правилах общения с незнакомыми людьми;
- об основных нормах гигиены;
- о способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе;
- о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры;
- о рисках и угрозах нарушения этих норм; о действенных способах защиты природы;
- об истории и культуре родного края;
- о нормах поведения мальчиков и девочек;
- об основах организации коллективной творческой деятельности.

2. Результаты второго уровня (формирование позитивных отношений школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом):

- развитие ценностных отношений школьника к своему здоровью и здоровью окружающих его людей, к спорту и физкультуре, к природе, к родному Отечеству, его истории и народу, к труду, к другим людям.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия):

- приобретение школьником опыта самообслуживания, самоорганизации и организации совместной деятельности с другими школьниками;
- опыта управления другими людьми и принятия на себя ответственности за других людей, опыта волонтерской (добровольческой) деятельности.

Личностные результаты:

- положительное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к природе, как основным ценностям в жизни человека,
- первоначальные туристские умения и навыки.

Метапредметные результаты:

- понимать цель выполняемых действий;
- работать индивидуально и в группе;
- умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей и потребностей;
- понимать и «читать» простейшие топографические знаки, данные в географическом атласе;
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения заданий,
- различать виды туристской деятельности;

**Содержание курса внеурочной деятельности
1 класс**

	Раздел	Количество во часов	Основные виды деятельности
1	Вводное занятие	2	Знакомство с новыми понятиями «туризм», «Виды туризма», «пеший туризм», «водный туризм», велосипедный туризм». Знакомство с нормами поведения в туристическом коллективе и нормами безопасного поведения в походе.
2	Походы выходного дня	5	Подготовка бивака, места для костра, для ночлега, для приготовления пищи. Распределение ролей в команде туристов-спортсменов: командир, штурман, повар, санитар, завхоз, журналист и др. «Кодекс туриста». Участвовать в совместной подготовке к походу в осенний лес. Подбирать туристическую одежду и обувь. С помощью руководителя выбирать место для бивуака, для костра. Знать отличия группового и личного туристического снаряжения, учиться распределять групповое снаряжение между мальчиками и девочками в походе. Сбор материала для гербария. Уметь выделять положительные и отрицательные моменты похода. Ознакомится и знать личное и групповое снаряжение туриста (спальный мешок, надувной матрас, коврик, палатка – одноместная). С помощью руководителя выбирать место для бивуака, для костра.
3	Безопасность юного туриста	2	Приемы обеспечения личной гигиены и техники безопасности туриста-спортсмена. Знакомство с аптечкой туриста.
4	Быт и кухня юного туриста	5	Понятие о правильном и здоровом питании туриста; о калорийности различных продуктов питания, о режиме дня и о здоровом образе жизни. Составлять походное меню, иметь представление о калорийности продуктов питания для похода.
5	Песни юного туриста	4	Знакомство с бардовской песней. Прослушивание песен в авторском исполнении (в записи). Исполнение туристических песен
6	Легенды и были родного края	8	Знакомство с яркими личностями нашего посёлка, исторической связью между поколениями, легендами и сказками Кузбасса.
7	Ориентирование на местности	7	Знакомство со следующими понятиями: природные признаки – ориентиры, стороны горизонта, компас. Знакомство со способами ориентирования на местности.
	Всего:	33	

2 класс

№	Название раздела	Количество во часов	Основные виды деятельности
1	Введение в курс	1	Продолжить знакомство с понятиями «туризм», «виды туризма», «пеший туризм», «водный туризм», велосипедный туризм». Нормы поведения в туристическом коллективе и нормы безопасного поведения в походе.
2	Безопасность	3	Нормы поведения в туристическом коллективе и нормы

	юного туриста		безопасного поведения в походе. Приемы обеспечения личной гигиены и техники безопасности туриста-спортсмена.
3	Быт юного туриста	4	Знакомство с правилами организации быта туриста, правилами укладки рюкзака, установки палатки. Отработка теоретических навыков на практике.
3	Песни юного туриста	2	Знакомство с песнями В.Высоцкого, разучивание и исполнение песен
4	Мой край родной	3	Знакомство с интересными местами малой Родины. Экскурсии по памятным местам поселка.
5	Ориентирование на местности	8	Знакомство с понятием «ориентирование на местности», правилами ориентирования по компасу, работа с картой. Знакомство с видами узлов.
6	Преодоление препятствий	4	Уметь лазить и перелезать, оказывать помощь -страховку товарищу, знать виды препятствий и правила их преодоления
7	Растения	8	Знакомство с лекарственными и ядовитыми растениями, произрастающими в Кузбассе. Сбор гербария
8	Туристическая газета	2	Подготовка газеты по итогам работы за год.
	Всего:	35	

3 класс

№	Название раздела	Количество во часов	Основные виды деятельности
1	Безопасность юного туриста	3	Знакомство с правилами безопасности в походе, правилами гигиены, необходимым групповым и личным снаряжением
2	Туристическая кухня	2	Знакомство с видами туристической посуды, правилами ее эксплуатации, правилами хранения и приготовления пищи в походе.
3	Аптечка туриста	1	Знакомство с аптечкой туриста, средствами первой необходимости, правилами оказания первой помощи при порезе.
4	Песни юного туриста	4	Знакомство с бардовскими песнями, разучивание и исполнение песен.
5	Ориентирование на местности	14	Знакомство правилами ориентирования на местности, топографическими знаками, туристическими узлами.
6	Преодоление препятствий	6	Знакомство с правилами преодоления препятствий, тренировочные упражнения по преодолению препятствий
7	Легенды и мифы Кузбасса	2	Чтение и обсуждение мифов и легенд («Легенда о земле Кузнецкой», «Дух тайги», «Загадка холма» и др.)
8	Поход выходного дня	2	Поход на территорию поселка. Практическое занятие по отработке теоретического материала.
9	Итоговое занятие	1	Подведение итогов работы за год, презентация
	Всего:	35	

4 класс

№	Название раздела	Количество во часов	Основные виды деятельности
1	Безопасность юного туриста	2	Правила безопасности туриста. Безопасность в лесу, на воде.

2	Маршрут туриста	2	Правила составления маршрута. Практическое занятие-составление маршрута
3	Туристическая кухня	4	Составление походного меню, знакомство с калорийностью продуктов питания для похода, гигиеной личной и групповой посуды. Составление памятки «Транспортировка и хранение продуктов»
3	Песня туриста	1	Знакомство с авторскими песнями. Разучивание понравившейся песни.
4	Ориентирование на местности	9	Знакомство правилами ориентирования на местности, топографическими знаками, природными ориентирами, ориентированием на местности по народным признакам. Определение сторон света разными способами. Написание топографического диктанта.
5	Узлы	4	Узлы, их назначение и применение в походе. Отработка навыков завязывания узлов. Конкурс «Узелок завяжется -узелок развяжется»
6	Преодоление препятствий	6	Знакомство с видами препятствий и правилами их преодоления, тренировочные упражнения по преодолению препятствий
7	Я турист	7	Изготовление календаря туриста. Поход выходного дня (отработка теоретических знаний на практике). Онлайн-путешествие по Кузбассу (7 чудес Кузбасса). Заключительная игра по итогам работы за год.
	Всего:	35	

Тематическое планирование с определением основных видов деятельности

1 класс

№	Название темы	Кол-во часов
1	Что такое туризм?	1
2	Нормы поведения в туристском коллективе и правила личной безопасности.	1
3	Подготовка к ознакомительному походу. Туристическое снаряжение.	1
4	Цели и маршрут ознакомительного похода. Сборы и проверка готовности к первому походу.	1
5	Пеший однодневный поход.	1
6	Установка палаток, заготовка дров, разведению костра.	1
7	Приготовление пищи на костре	1
8	Правила поведения в походе	1
9	Правила обращения с опасными инструментами и спецснаряжением	1
10	Туристское снаряжение	1
11	Трудовая этика туриста	1
12	Продукты в походе. Калорийность. Походное меню	1
13	Туристская посуда. Приготовление пищи на костре	1
14	Выход группы на пикник	1
15	Бардовская песня: Ю.Визбор, В. Высоцкий.	1
16	Бардовская песня: В.Ланцберг, О Митяев, В. Егоров	1
17	Песня туриста	1
18	Песня туриста	1
19	Интересные страницы истории Кузбасса	1

20	Местные легенды и мифы.	1
21	Герои и яркие личности малой Родины	1
22	Экскурсия в краеведческий музей школы.	1
23	Экскурсия «Мой поселок»	1
24-25	Знакомство с природой поселка	2
26	Мини-проект «Природа родного края»	1
27	Как не заблудиться в лесу	1
28	Компас и его назначение	1
29	Нахождение сторон света без компаса.	1
30	Ориентиры на местности.	1
31	Легенда карты. Чтение карт.	1
32	Обращение с компасом и картой. Азимут. Азимутальный ход.	1
33	Итоговое занятие. Роль туризма в жизни человека	1
	Итого	33

2 класс

№п/п	Содержание	Количество часов
1.	Значение туризма в жизни человека	1
2.	Правила личной безопасности.	1
3.	Правила поведения в лесу, у водоёма, в горах, по дороге.	1
4.	Правила гигиены туристов.	1
5-6	Укладка рюкзака.	2
7-8	Установка палатки.	2
9	Песни В.Высоцкого	1
10	Разучивание и исполнение туристических песен.	1
11	Интересные страницы родного края.	1
12	Экскурсия к Обелиску Славы	1
13	Экскурсия в школьный музей	1
14-15	Компас и его назначение	2
16-17	Ориентирование по местности	2
18-19	Карта. Чтение карт.	2
20-21	Топографические узлы, их назначение.	2
22-23	Виды препятствий.	2
24-25	Лесные завалы, овраги, крутые склоны.	2
26-27	Природные лекари	2
28-29	Осторожно! Ядовитые растения	2
30-31	Выставка рисунков «Растения Кузбасса»	2
32	Заочное путешествие «Моя малая Родина»	2
33-34	Сбор гербария	2
35	Туристическая газета	1

3 класс

№ п/п	Содержание	Количество часов
1.	Техника безопасности юного туриста	1
2.	Правила гигиены.	1

3.	Групповое и личное снаряжение.	1
4.	Туристическая посуда.	1
5.	Приготовление пищи на костре.	1
6.	Аптечка туриста	1
7-8	Бардовские песни	2
9-10	Песни под гитару.	2
11-12	Ориентиры на местности	2
13-14	Спортивное ориентирование и тренировка	2
15-16	Масштаб	2
17-18	Нахождение сторон света без компаса	2
19-20	Топографические знаки.	2
21	Топографический кроссворд.	1
22-23	Отработка навыков завязывания туристических узлов	2
24	Квест «Ориентирование на местности»	1
25	Игра-практикум. Движение по склонам.	1
26-27	Полоса препятствий	2
28	Туристическая игра «Переправа через болото», игры с мячом.	1
29-30	Отработка навыков преодоления препятствий.	2
31-32	Легенды и мифы Кузбасса	2
33-34	Поход выходного дня	2
35	Круглый стол-игра «Юный турист познает мир»	1

4 класс

№п/п	Содержание	Количество часов
1-2	Техника безопасности в походе	2
3-4	Разработка маршрута	2
5-6	Походное меню	2
7-8	Упаковка и транспортировка продуктов.	2
9	Авторские песни	1
10	Компас и карта.	1
11	Правила обращения с картой и компасом	1
12-13	Азимут	2
14-15	Спортивное ориентирование: обучение и тренировка	2
16	Топографические знаки.	1
17-18	Топографический диктант	2
19-20	Туристские узлы	2
21-22	Отработка навыков завязывания узлов	2
23	Отработка навыков преодоления препятствий	1
24	Переправа по бревну.	1
25-26	Переправа по кочкам	2
27-28	Спортивно-туристские игры	2
29-30	Изготовление туристского календаря	2
31-32	Поход выходного дня	2
33-34	7 чудес Кузбасса	2
35	Квест-игра «Юный турист Кузбасса»	1

