

муниципальное казенное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Воловский центр внеклассной работы»

**« РАССМОТРЕНО »**  
Протокол педагогического совета  
От 25.08.2020 г. № 6

**« УТВЕРЖДЕНО »**  
Директор МК(БУ)ДО «Воловский ЦВР»  
«Воловский ЦВР»  
И. А. Кебелева  
Приказ от 01.09.2020 г. № 30



Рабочая программа  
Педагогов дополнительного образования  
Шукаевой Ирины Николаевны, Куракиной Надежды Васильевны  
по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
туристско-краеведческой направленности  
«Туристы края»  
на 2020-2021 учебный год

2020 г.

Рабочая программа разработана на основе дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы туристско-краеведческой направленности «Туристический» для реализации в 2020-2021 году в группе первого года обучения. Обучение по данной программе создаёт благоприятные условия для интеллектуального и духовного воспитания личности ребенка, социально-культурного и профессионального самоопределения, развития познавательной активности и творческой самореализации учащихся.

Особенность программы заключается в том, что занятия объединения прежде всего направлены на ознакомление учащихся со своим краем, овладение определенным кругом знаний и умений, необходимых путешественникам.

Туризм – самый массовый и самый доступный вид отдыха. Самодеятельный туристический поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения.

В туристических походах, путешествиях, экскурсиях учащиеся углубляют знания по географии, биологии, истории, литературе и другим предметам школьной программы, знакомятся с прошлым и настоящим родного края. Ведется краеведческая работа т.е. изучение климата, растительности и животного мира родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Историю края, памятные исторические места. Юные туристы становятся крепкими, мужественными, приобретают трудовые и прикладные навыки и умения. В походах широко развивается самодеятельность и инициатива, воспитывается чувство дружбы и коллективизма. В туристических походах учащиеся выполняют общественно полезную работу, приобретают исследовательские навыки. Сочетаются элементы познания, активного отдыха, физического воспитания и спорта.

Овладев основами туристических знаний и навыков, ребята смогут совершенствовать свое туристическое мастерство и принимать участие в сложных путешествиях. Физическая закалка, навыки преодоления трудностей походной жизни имеют исключительно важное военно-прикладное значение.

Учебный план и программа занятий предусматривает обучение ребят азбуке туризма – сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных сведений о своем крае, элементарных понятий об ориентировании на местности, знаний основ топографии, гигиены туриста, первой доврачебной помощи при заболеваниях и травмах.

Особенно важно воспитать у ребят сознание того, что каждый поход необходимо тщательно готовить им самим, дружно, всем вместе. Необходимо, чтобы они поняли на собственном опыте: хороший, интересный и полезный поход бывает только у хороших туристов – умелых и трудолюбивых.

Подготовка походов включает изучение и разработку маршрута, распределение обязанностей, организационную и хозяйственную подготовку. Маршруты походов построены так, чтобы учащиеся познакомились с местами боевой славы района, наиболее типичными формами рельефа, реками и озерами. Маршруты должны знакомить с наиболее характерными по природным условиям уголками района. В результате походов ребята приобретают знания по охране природы, памятников истории и культуры. Руководитель должен быть готов привести интересные факты, рассказать легенды, связанные с местами, где проходят маршруты. Сами учащиеся делают сообщения или небольшие доклады о достопримечательных местах района похода. Знакомятся с литературой, картографическим материалом.

Главная задача объединения – удовлетворить естественную потребность учащихся в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, воспитать активную любовь к нему.

Важнейшей целью объединения является физическое воспитание детей, привитие любви к труду, формирование у учащихся понятия о целостности и диалектике

природных комплексов, путях их рационального использования и охраны, трудовое и эстетическое воспитание учащихся.

*Основные задачи реализации программы являются:*

- изучение основных видов туризма, форм туристских мероприятий;
- овладение навыками техники пешеходного туризма; Туристский быт; Гигиена туриста; Наблюдение за погодой в походе; ориентирование на местности;
- воспитание чувства товарищества, дружбы между учащимися;
- воспитание чувства уважения к старшим и чужому труду;
- воспитание гордости за хорошо выполненную работу и за успехи товарищей;
- изучение и охрана природы родного края;

*Реализация программы осуществляется на основе следующих принципов:*

- с учётом интересов каждого учащегося, его интеллектуальность, психологические особенности;
- непрерывность образования и воспитания;
- непрерывность и преемственность общего и дополнительного образования;
- Принцип единства гуманизации и демократизации, предполагающий свободное развитие способностей каждого ребенка и подготовки его к жизни;
- Принцип природосообразности, учитывающий возрастные и индивидуальные особенности, задатки, возможности обучающихся;
- Принцип научности – занятия профессионально содержательные, тематически насыщенные и практически выполнимые;
- Принцип систематичности. Овладение навыками и новыми умениями опирается на то, что уже освоено;
- Принцип коллективного характера обучения и сохранения индивидуальных особенностей. Развитие личности в органическом единстве общих требований и индивидуальных способностей, как бы ребенок не был своеобразен и оригинален, его личные качества формируются в коллективе

Программа рассчитана на 2 года обучения. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа, что составляет 72 часа в год. В объединении могут заниматься дети как младшего так и среднего школьного возраста.

Заниматься в кружке могут, конечно, только хорошо физически развитые мальчики и девочки, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям туризмом. Поэтому, ведя запись желающих заниматься туризмом, необходимо проконсультироваться с врачом, а в иных случаях и с родителями по вопросу допуска детей к походам

Содержание занятий постоянно усложняется, например, от беседы о картах и топографических знаках переходить к решению топографических задач, участию в топографических играх, а затем к самостоятельному движению с картой, от небольших прогулок – к однодневным походам. Распределять обязанности в каждом походе следует так, чтобы к исполнению их каждый раз привлекались другие учащиеся объединения. Для занятий используется оборудование и снаряжение имеющееся в ЦВР.

## **МЕТОДИЧЕСКОЕ, МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ И КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

*Методы, применяемые в ходе реализации программы.*

1. Объяснительно-иллюстрированный метод (предлагается образец, который дети рассматривают, анализируют и работают над его изготовлением).

2. Исследовательско-поисковый метод (обучение поискам самостоятельного решения творческих замыслов, выбор соответствующих способов использования материала). Данный метод направлен на развитие творческого мышления учащихся.

*На занятиях кружка, в походах, путешествиях, экскурсиях юные туристы должны научиться:*

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;
- фиксировать наблюдения;
- проводить простейшие исследования, обрабатывать и коллекционировать собранные материалы;
- вести наблюдения за погодой и составлять прогнозы;
- ориентироваться на незнакомой местности при помощи карты, компаса и по различным особенностям местных предметов;
- делать пешие переходы с грузом, оказывать первую доврачебную помощь;
- выбор места для привала, ставить палатку, разводить костер, готовить пищу, изготавливать простейшее туристское оборудование, гигиена туриста;
- виды туризма, формы туристических мероприятий;
- овладеть навыками пешего и лыжного туризма, велотуризма, водного и горного туризма;

Оценкой деятельности детей можно считать следующие критерии:

- проявление интереса к определенному виду спорта,
- умение пользоваться полученными умениями, навыками и знаниями,
- рост мастерства, которое оценивается с учетом исходного уровня подготовки ребенка,
- стремление ребенка к самостоятельному, дальнейшему совершенствованию, углублению и расширению полученных знаний,
- стремление к сотрудничеству со сверстниками и взрослыми.

Программа обучения предоставляет следующие возможности ее участникам:

*на образовательном уровне* – углубляют знания по географии, биологии, истории, литературе и другим предметам школьной программы, знакомятся с прошлым и настоящим родного края. Ведется краеведческая работа т.е. изучение климата, растительности и животного мира родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Историю края, памятные исторические места.

*на мотивационном уровне* – формирование познавательных потребностей, целенаправленной настроенности на активную деятельность;

*на личностном уровне* – юные туристы становятся крепкими, мужественными, приобретают трудовые и прикладные навыки и умения. В походах широко развивается самостоятельность и инициатива, воспитывается чувство дружбы и коллективизма. В туристических походах учащиеся выполняют общественно полезную работу, приобретают исследовательские навыки. Сочетаются элементы познания, активного отдыха, физического воспитания и спорта.

*на коммуникативном уровне* – умение общаться со сверстниками, взрослыми, управление своим поведением, формирование нравственных качеств личности.

**Общая результативность по программе:** В туристических походах, путешествиях, экскурсиях учащиеся углубляют знания по географии, биологии, истории, литературе и другим предметам школьной программы, знакомятся с прошлым и настоящим родного края. Ведется краеведческая работа т.е. изучение климата, растительности и животного мира родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Историю края, памятные исторические места. Юные туристы становятся крепкими, мужественными, приобретают трудовые и прикладные навыки и умения. В походах широко развивается самостоятельность и инициатива, воспитывается чувство

дружбы и коллективизма. В туристических походах учащиеся выполняют общественно полезную работу, приобретают исследовательские навыки. Сочетаются элементы познания, активного отдыха, физического воспитания и спорта. Туристический поход сплачивает всех участников в дружный коллектив, помогая узнавать на деле, что такое товарищеская поддержка и взаимопомощь, путешествия и походы приучают мужественно переносить трудности.

### **Ожидаемые результаты и способы их проверки**

В результате освоения программы дополнительного образования: формируется гармоничная личность воспитанника, которая складывается из следующих компонентов: физическое и психическое здоровье, нравственное воспитание и социальная адаптированность.

После освоения программы воспитанники получают новые знания, умения и применяют их на практике в пешеходных, лыжных, водных и велосипедных походах и на соревнованиях. В процессе туристско-краеведческой деятельности воспитанники реализуют свой творческий потенциал и получают возможность профессионального самоопределения. В процессе коллективного воспитания у воспитанников формируются социальные и культурные нормы поведения. Спортивная деятельность повышает уровень физического развития (силу, ловкость, выносливость) и волевые качества личности: решительность, целеустремленность. Приобретут необходимые знания для выживания в природной среде в экстремальных ситуациях.

В процессе обучения по программе воспитанники могут выполнить нормативы на спортивные разряды по спортивному туризму, получить звание «Юный турист России». Обучающиеся приобретут необходимые знания, умения и навыки для участия в соревнованиях по спортивному туризму в качестве участников.

### **Формы подведения итогов реализации программы.**

Результатом изучения данного курса занятий будет подготовленный самими учащимися поход, который даст возможность каждому из них почувствовать себя настоящим туристом, получить заряд положительных эмоций от общения с природой, а романтика туризма никого не оставит равнодушным.

К концу обучения учащиеся должны:

#### **ЗНАТЬ:**

- основы туристической подготовки;
- технику безопасности при проведении туристических походов, занятий;
- топографию и способы ориентирования;
- историю родного края и его особенности;
- памятники истории, музеи края;
- основы гигиены и основные приемы оказания первой доврачебной помощи;
- предупреждение спортивных травм.

#### **УМЕТЬ:**

- составлять план путешествия и разрабатывать маршрут;
- одеваться, обуваться и снаряжаться для похода в зависимости от сезона, длительности похода и способа передвижения;
- ориентироваться в незнакомой местности при помощи карты, компаса, по местным предметам, солнцу, часам;
- пользоваться топографической и спортивной картами, ходить по азимуту;
- преодолевать естественные препятствия в пути, вязать узлы;
- делать пешие переходы с грузом, оказывать первую доврачебную помощь;

- выбирать место для привала, оборудовать его для ночлега, ставить палатку, разводиться костёр, готовить на нём пищу, изготавливать простейшее туристское оборудование;

- фиксировать наблюдения, проводить простейшие исследования, обрабатывать и коллекционировать собранные материалы;

- составлять технические описания маршрута;

- вести наблюдения за погодой и составлять прогнозы.

### **Методическое обеспечение программы**

Для успешного учебно-воспитательного процесса и полной реализации программы имеются:

- планы-конспекты каждого занятия;
- методические сборники и литература по данному направлению;
- схемы и таблицы для учебных занятий;
- карты парков и лесопарков микрорайонов города, зон массового отдыха и прилегающих к городу участков лесного массива;
- карты оздоровительных лагерей;
- нормативные документы по спортивному ориентированию, спортивному туризму (правила соревнований, разрядные квалификационные требования);
- тестовые задания и упражнения по всем разделам программы;
- раздаточный материал (карточки, бланки тестовых заданий).

### **Кадровое обеспечение программы**

Обучение по программе могут вести педагоги дополнительного образования и общеобразовательной школы занимающиеся туризмом на уровне «любителей», имеющих желание освоить азы туризма.

### **Материально - техническое обеспечение программы**

1. Компаса.
2. Комплекты спортивных карт.
3. Система электронной отметки (компостеры, электронные станции, чипы).
4. Контрольные пункты (призмы).
5. Лыжный инвентарь (лыжи, планшеты, ботинки, лыжные палки).
6. Снаряжение для походной деятельности (рюкзак, палатка, спальные мешки, котелки, костровые принадлежности).
7. Спортивный инвентарь (мячи, скакалки, гимнастические палки).
8. Снаряжение для спортивного туризма (страховочные системы, карабины, веревки).
9. Секундомеры.
10. Аппетечка и т.д.
11. Используется спортивный инвентарь имеющийся на базе учреждения, также спортивный инвентарь учащихся.

**Календарный учебный график на 2020-2021 учебный год  
(Краеведение- педагог дополнительного образования Куракина Н.В.)**

№ п/п	Тема занятия		Количество часов		Дата	Время проведения занятий
			Теория	Практика		
1	<b>Климат, флора, фауна</b> Теория/Практика 1 / 3	Климатический пояс, в котором находится Тульская область и Воловский район. Климатические особенности, народные приметы. ТБ.	1	-	04.09.20	18.00-19.00
2		Природа в сентябре. Экскурсе в природу.	-	1	11.09.20	18.00-19.00
3	<b>Географическое положение</b> Теория/Практика 2 / 2	Флора и фауна Воловского района. Наблюдаем за поведением птиц.	-	1	18.09.20	18.00-19.00
4		Деревья и кустарники Воловского района. Гербарий из осенних листьев.	-	1	25.09.20	18.00-19.00
5	<b>История</b> Теория/Практика 3 / -  <b>Конкурсная программа</b> Теория/Практика 2 / 2	Географическое положение Тульской области, Воловского района. Долгота, широта.	1	-	02.10.20	18.00-19.00
6		Созвездия северного полушария. Выход и заход солнца в наших широтах осенью.	1	-	09.10.20	18.00-19.00
7		Сезонные изменения травянистых растений. поход	-	1	16.10.20	18.00-19.00
8		Краеведческая викторина «Природа осенью»	-	1	23.10.20	18.00-19.00
9		Водоёмы Тульской области и Воловского района. Природные водоразделы.	1	-	30.10.20	18.00-19.00
10		Изучение истории образования Тульской области. Легенды Тульского	1	-	06.11.20	18.00-19.00

		края				
11		Изучение истории образования Воловского района. Легенды земли Воловской.	1	-	13.11.20	18.00-19.00
12		История возникновения деревень Воловского района и их названий.	1	-	20.11.20	18.00-19.00
13		История возникновения сёл Воловского района. Их названия, Храмы	1	-	27.11.20	
14		Конкурс «Пословицы и поговорки»	-	1	04.12.20	18.00-19.00
15		Викторина «Город оружейников»	-	1	11.12.20	18.00-19.00
16	<b>История</b>	Природа зимой. Зимующие птицы.	1	-	18.12.20	18.00-19.00
17	Теория/Практика 3 / 3	ТБ. Наблюдаем природу. Прогулка на лыжах	-	1	25.12.20	18.00-19.00
18.		Зимние забавы жителей Воловского района	-	1	15.01.21	18.00-19.00
19		Традиции, связанные с празднованием Рождества, Крещения, на Тульской земле	1	-	22.01.21	18.00-19.00
20		Краеведческая викторина «Зимние традиции»	1	-	29.01.21	18.00-19.00
21	<b>Краеведение</b>	Игры на свежем воздухе	-	1	05.02.21	18.00-19.00
22		Знаменитые земляки	1	-	12.02.21	18.00-19.00
23	Теория/Практика 6 / 6	Улицы п.Волова, носящие имена знаменитых людей	1	-	19.02	18.00-19.00
24		Краеведческая викторина «Герои былых времён»	1	-	26.02.21	18.00-19.00
25		Спортивно-игровая программа «До свиданья, Зимушка-зима!»	-	1	05.03.21	18.00-19.00
26		Экскурсия в музей п.Волово	-	1	12.03.21	18.00-19.00
27		Конкурс рисунков	-	1	19.03.21	18.00-19.00



		«Природа родного края»				
28		История возникновения названий улиц г.Тула. п.Волово	1	-	26.03.21	18.00-19.00
29		Программа «Маршрут выживания»	-	1	02.04.21	18.00-19.00
30		Природа весной. Первые весенние растения.	1	-	09.04.21	18.00-19.00
31		Экскурсия в природу	-	1	16.04.21	18.00-19.00
32		Краеведческая викторина «Весна в Тульской области»	1	-	23.04.21	18.00-19.00
33		Водоёмы Воловского района весной.	-	1	30.04.21	18.00-19.00
34	<b>Конкурсная программа</b>	Тематический конкурс «Природа весной»	1	-	14.05.21	18.00-19.00
35	Теория/Практика 1 / 2	Заключительное занятие «Велосипедное путешествие»	-	2	21.05.21	18.00-19.00
			18	18		

**Календарный учебный график на 2020-2021 учебный год  
(Туристический- педагог дополнительного образования Шукаева И.Н.)**

№ п/п	Тема занятия		Количество часов		Дата	Время проведения занятий
			Теория	Практика		
1	<b>Безопасность в путешествии</b> Теория/Практика 2 / 2	Правило поведения туриста в природе. Разбивка лагеря. Установка палатки. ТБ.	1	-	04.09.20	17.00-18.00
2		Правило поведения у костра. устройство безопасного костровища. ТБ при велосипедной прогулке.	-	1	11.09.20	17.00-18.00
3	<b>Ориентирование на местности</b> Теория/Практика 2 / 2	Правило обращения с лесными	1	-	18.09.20	17.00-18.00

	<b>Виды туризма</b> Теория/Практика 2 / 2	обитателями, сбора «даров природы»				
4	<b>Конкурсная программа</b> Теория/Практика - / 3	ТБ при заготовке дров, пользовании ножом, топором, лопатой. Этика туриста. Ликвидация мусора. Свёртывание лагеря	-	1	25.09.20	17.00-18.00
5		Компас. Азимут. Определение сторон горизонта по часам, деревьям, муравейникам	1	-	02.10.20	17.00-18.00
6		Ориентирование по карте, солнцу, звёздам	1	-	09.10.20	17.00-18.00
7		Ориентирование на местности, поход	-	1	16.10.20	17.00-18.00
8		Нахождение контрольных пунктов. прорисовка пройденного маршрута	-	1	23.10.20	17.00-18.00
9		Водный туризм. безопасность на воде. Горный туризм, снаряжение туриста-горняка, туристические узлы	1	-	30.10.20	17.00-18.00
10		Изучение туристических песен, пословиц, поговорок.	1	-	06.11.20	17.00-18.00
11		Верёвки, карабины, узлы	-	1	13.11.20	17.00-18.00
12		Страховочная система, техника безопасности	-	1	20.11.20	17.00-18.00
13		Конкурс туристической песни.	-	1	27.11.20	17.00-18.00
14		Конкурс «Туристические	-	1	04.12.20	17.00-18.00

		старты»				
15		Викторина «Турист»	-	1	11.12.20	17.00-18.00
16	<b>Виды туризма</b> Теория/Практика 1 / 2	Лыжный туризм. Безопасность в путешествии на лыжах	1	-	18.12.20	17.00-18.00
17		ТБ. Преодоление препятствий на лыжах. Прогудка на лыжах	-	1	25.12.20	17.00-18.00
18		Программа «Лыжные гонки»	-	1	15.01.21	17.00-18.00
19	<b>Психологические тренинги</b> Теория/Практика 2/ 1	Тестирование: «Авианутешствие с вынужденной посадкой»	1	-	22.01.21	17.00-18.00
20		Психологический тренинг «Спасатель»	1	-	29.01.21	17.00-18.00
21	<b>Спортивно-игровая программа</b>	Психологические игры на свежем воздухе	-	1	05.02.21	17.00-18.00
22		Спортивная программа «Настольный теннис»	-	1	12.02.21	17.00-18.00
23	Теория/Практика - / 4	Игровая программа «Весёлые лыжи»	-	1	19.02	17.00-18.00
24		Игровая программа «Снежная крепость»	-	1	26.02.21	17.00-18.00
25		Спортивно-игровая программа «до свиданья, Зимушка-зима!»	-	1	05.03.21	17.00-18.00
26		<b>Виды туризма</b> Теория/Практика 2 / -	Велотуризм. Безопасность в путешествии на велосипеде	1	-	12.03.21
27		Правила передвижения в природных условиях. Снаряжение туриста-пешеходника	1	-	19.03.21	17.00-18.00
28	<b>Ориентирование на местности</b> Теория/Практика	Условные знаки. Ориентирование карты согласно	1	-	26.03.21	17.00-18.00

	1-1	местности				
29	<b>Виды туризма</b>	Программа «Маршрут «Маришрут выживания»»	-	1	02.04.21	17.00-18.00
30	Теория/Практика 1.7.3	Вязка узлов. страховочная система. ТБ. Верёвки, карабины, самостраховка, рукавицы	-	1	09.04.21	17.00-18.00
31		Отработка технических приёмов на пересечённой местности	-	1	16.04.21	17.00-18.00
32		Организация перид для навесной переправы. движение по параллельным верёвкам	1	-	23.04.21	17.00-18.00
33		Переправа по бревну, траверс склона	-	1	30.04.21	17.00-18.00
34	<b>Конкурсная программа</b>	Изучение природы. Тематический конкурсе «Природа весной»	1	-	14.05.21	17.00-18.00
35	Теория/Практика 1.7.2	Заклочительное занятие «Велосипедное путешествие»	-	2	21.05.21	17.00-18.00