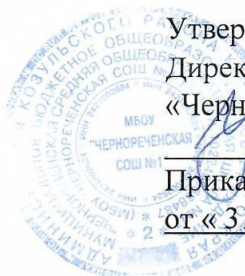


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Чернореченская средняя общеобразовательная школа №1»

Принято
Педагогическим советом
Протокол № 14
От « 31 » 08. 2023г.



Утверждаю:
Директор МБОУ
«Чернореченская СОШ №1»
И.Е. Лейниш
Приказ № 210
от « 31 » 08. 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
КУРСА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»
Возраст обучающихся 10 – 14 лет

разработчик:
Исачкова Ольга Александровна,
Учитель физической культуры

п. Новочернореченский

2023г.

Пояснительная записка

Направленность дополнительной образовательной программы «Школа безопасности» «Пешеходный туризм» – туристско-краеведческая. Новизна программы проявляется в том, что формируют у учащихся простейшие туристские навыки по пешеходному туризму (установка палатки, вязка узлов, ориентирование на местности и по картам с помощью компаса и по местным признакам, разные способы переправ через природные преграды, типы костров и т. д.). Занятия туризмом и краеведением помогают в становлении личности, так как развивают волевые качества, целеустремленность, настойчивость, упорство, самостоятельность и инициативу, решительность и смелость, выдержку и самообладание. Данные занятия помогают в формировании общей культуры личности, учат правильному поведению в природе и обществе, способствуют профессиональному самоопределению учащихся.

Актуальность: Данный курс призван сформировать у учащихся простейшие туристские навыки по пешеходному туризму, обеспечить безопасные походы и развивать экологическое мировоззрение. Физическая нагрузка, связанная с систематическими движениями на свежем воздухе в любую погоду, оказывает благоприятное влияние на нервную систему и весь организм.

Педагогическая целесообразность: На экскурсиях и в походах учащиеся познают окружающую природу родного края, закаляют свой организм, укрепляют здоровье, учатся организовывать свой досуг. Занятия туризмом развивают смекалку и находчивость. Данный курс способствует расширению и углублению знаний по школьным курсам географии, биологии, экологии, краеведению и ОБЖ и пропагандирует здоровый образ жизни.

Цель: Сформировать у учащихся туристские навыки по пешеходному туризму, развитие и формирование умений адаптироваться в условиях природной и социальной среды в ходе туристической спортивно – познавательной деятельности и жизнедеятельности.

Задачи:

Образовательные: обучить умениям и навыкам туристического мастерства пешеходного туризма;

Воспитательные: воспитывать любовь к родному краю, к окружающей природе, формировать здоровый образ жизни;

Развивающие: развивать физические качества (координацию, выносливость, силу, ловкость).

Отличительной особенностью данной программы является то, что занимающиеся приобретут специфический двигательный опыт в нетрадиционных условиях организации и содержания физической активности, связанных с природно – климатическими особенностями Красноярского края, приобретут навыки общения и творческого сотрудничества.

Возраст детей, участвующих в реализации программы 11-14 лет (5 - 7 класс). Срок реализации данной программы 1 год. Курс обучения рассчитан на 34 учебных часа.

Ожидаемые результаты. Основные умения и навыки к концу обучения.

Учащиеся должны знать:

1. Правила техники безопасности по курсу «Пешеходный туризм».
2. Знать терминологию, связанную с тематикой курса.
3. Знать основы гигиены туриста.
4. Знать теорию организации и проведения походов.

Учащиеся должны уметь:

1. Владеть картографическими навыками.
2. Ориентироваться на местности по компасу и местным признакам.
3. Уметь подбирать и использовать личное и групповое снаряжение в походе.
4. Применять простейшие туристические навыки на практике.

Способы проверки:

1. - викторины
2. - туристическая игра
3. - деловая игра
4. - туристический конкурс
5. - тест
6. - тест – азимут
7. - игра на местности
8. - полоса препятствий
9. – экскурсия, поход

Формы поощрения итогов реализации программы:

1. - награждение грамотами за личные достижения в конкурсах, играх, викторинах, за активное участие в работе.

Учебно – тематический план

№ п/п	Наименование тем курса	Всего часов	Теория	Практика в помещении	Практика на местности
Школа безопасности. Пешеходный туризм.					
1	Введение. Краеведение	6	6		
2	Основы гигиены и оказание	20	8	12	

	первой доврачебной помощи				
3	Топография и ориентирование	24	12	8	4
4	Техника туризма	28	12		16
ИТОГО:		68	34	14	20

Содержание программы

Введение. Краеведение (6 ч.)

Родной край. Природные и туристические возможности родного края. Виды туризма. Организация и проведение походов. Возможные туристические маршруты по родному краю. Техника безопасности на занятиях и в походе.

Оборудование: географические карты, блокноты, ручки.

Дидактический материал: литература о городах Красноярского края (Красноярск, Ачинск, Канск, Абакан, Норильск) книги, буклеты, проспекты. Природные достопримечательности Красноярского края (Скалы, пещеры, реки, озера)

Основы гигиены и оказание первой доврачебной помощи (10ч.)

Личная гигиена туриста. Походная медицинская аптечка, использование лекарственных растений в походе. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Средства и способы переноски пострадавших.

Оборудование: предметы личной гигиены, аптечка, гербарии.

Дидактический материал: литература по оказанию первой доврачебной помощи, медицинские плакаты, литература по школе выживания.

Топография и ориентирование (24 ч.)

Понятие о топографической и спортивной карте. Топографические знаки. Спортивные знаки. Компас. Работа с компасом. Азимутальный ход. Поиск контрольного пункта. Способы ориентирования. Ориентирование по местным признакам.

Оборудование: топографические карты, карточки с топографическими знаками, компасы разных устройств.

Дидактический материал: учебник географии 6 класс, атласы.

Техника туризма (28 ч.)

Опасности в туризме, мнимые и действительные. Преодоление естественных препятствий. Преодоление крутых склонов. Узлы и их применение. Вязка узлов. Установка и снятие палатки. Укладка рюкзака. Виды костров.

Оборудование: веревка, туристическое снаряжение, палатки, рюкзаки.

Дидактический материал: литература по пешеходному туризму, инструкции ТБ, схемы различных переправ., схемы костров

Используемая литература

1. 1000 и 1 совет туристу. Школа выживания. Издательство «Современный литератор» 1999г. Автор - И.Б. Сидикова

2. Современная энциклопедия для мальчиков. Издательство «Современный литератор» 1999г. Автор - И.В. Белов

**Календарно – тематическое планирование
программы дополнительного образования
«Школа безопасности» (Пешеходный туризм)**

№ п\п занятия	Дата проведения занятия	Тема занятия	
Введение. Краеведение (6 ч.)			
1		Родной край.	
2		Природные и туристические возможности родного края.	
3		Виды туризма	
4		Организация и проведение походов.	
5		Возможные туристические маршруты по родному краю.	
6		Техника безопасности на занятиях и в походе.	
Основы гигиены и оказание первой доврачебной помощи (10ч.)			
7		Личная гигиена туриста.	
8		Средства гигиены в походе	
9		Походная медицинская аптечка	
10		Использование лекарственных растений в походе.	
11		Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Практическое занятие
12		Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Практическое занятие
13		Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	Практическое занятие
14		Основные приемы оказания первой	Практическое

		доврачебной помощи.	занятие
15		Средства и способы переноски пострадавших.	Практическое занятие
16		Средства и способы переноски пострадавших.	Практическое занятие
Топография и ориентирование (24 ч.)			
17		Понятие о топографической и спортивной карте.	
18		Топографические знаки.	
19		Топографические знаки.	
20		Топографические знаки.	
21		Топографические знаки.	
22		Топографические знаки.	
23		Топографические знаки.	
24		Спортивные знаки	
25		Спортивные знаки	
26		Спортивные знаки	
27		Спортивные знаки	
28		Компас. Работа с компасом.	Практическое занятие
29		Работа с компасом.	Практическое занятие
30		Работа с компасом	Практическое занятие
31		Работа с компасом	Практическое занятие
32		Азимутальный ход.	Практическое занятие
33		Азимутальный ход.	Практическое занятие
34		Поиск контрольного пункта	Практическое

			занятие
35		Поиск контрольного пункта	Практическое занятие
36		Способы ориентирования.	
37		Ориентирование по местным признакам.	Практическое занятие
38		Ориентирование по местным признакам.	Практическое занятие
39		Ориентирование по местным признакам.	Практическое занятие
40		Ориентирование по местным признакам.	Практическое занятие
		Техника туризма (28 ч.)	
41		Опасности в туризме, мнимые и действительные.	
42		Опасности в туризме, мнимые и действительные.	
43		Преодоление естественных препятствий.	
44		Преодоление естественных препятствий.	Практическое занятие
45		Преодоление естественных препятствий.	Практическое занятие
46		Преодоление естественных препятствий.	Практическое занятие
47		Преодоление крутых склонов.	
48		Преодоление крутых склонов.	Практическое занятие
49		Преодоление крутых склонов.	Практическое занятие
50		Преодоление крутых склонов.	Практическое занятие
51		Узлы и их применение.	
52		Вязка узлов.	
53		Вязка узлов.	

54		Вязка узлов.	
55		Вязка узлов.	
56		Вязка узлов.	Практическое занятие
57		Вязка узлов.	Практическое занятие
58		Вязка узлов.	Практическое занятие
59		Вязка узлов.	Практическое занятие
60		Вязка узлов.	Практическое занятие
61		Установка и снятие палатки.	
62		Установка и снятие палатки.	Практическое занятие
63		Установка и снятие палатки.	Практическое занятие
64		Установка и снятие палатки.	Практическое занятие
65		Укладка рюкзака.	
66		Укладка рюкзака.	
67		Виды костров.	Практическое занятие
68		Виды костров.	Практическое занятие