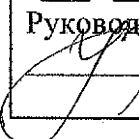
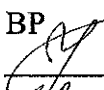
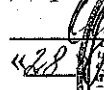



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 3  
КУРСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ**

Рассмотрено и обсуждено на заседании МО классных руководителей Протокол № 1 «17» августа 2020 г. Руководитель МО  Устюжанина Н.В.	Проверено Заместитель директора по ВР  Устюжанина Н.В. «18» августа 2020 г.	Утверждено Директор МОУ СОШ № 3  «18» августа 2020 г. 
--	--	--

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по дополнительному общеразвивающему образованию для детей и взрослых

**Турист**

(указать предмет, курс, модуль)

Ступень обучения (класс) **основное общее, 5-8 класс**

(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием классов)

Количество часов **35**

Рабочую программу составил педагог дополнительного образования Муль В.В.

Рабочая программа «Турист» составлена на основе Образовательной программы дополнительного образования детей и взрослых туристско-краеведческой направленности «Турист». Рабочая программа рассчитана на 35 часов, 1 час в неделю.

**2020-2021 учебный год**

## I. ЛИЧНОСТНЫЕ И МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- формируется положительное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к ежедневным занятиям физической культурой, к ЗОЖ, к природе, как основным ценностям;
- развивать интерес к изучению истории и культуры родного края;
- овладение первоначальными туристскими умениями и навыками;
- развитие познавательной мотивации к истории возникновения физической культуры и туризма;
- овладение умениями и навыками, способами ориентирования на местности и элементарными правилами выживания в природе;
- понимать значения занятий туризмом для общефизической подготовки и укрепления здоровья человека;
- мотивация к выполнению норм гигиены и закаливающих процедур;
- выполнять правила поведения на занятиях по общефизической и туристской подготовке;
- учиться понимать значение физических упражнений для здоровья человека;
- рационально распределять свое время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку, ОФП, использовать средства физической культуры во время отдыха и досуга;
- определять подбор одежды и инвентаря для туристических прогулок и походов;
- самостоятельно выполнять первоначальные действия туриста в природе, в быту, в необустроенных условиях.

## II. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

### **Вводное занятие (1ч).**

Цели и значения занятий туризмом и краеведением. Правила проведения и техника безопасности.

### **2. Краеведение (4ч).**

Рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир родного края. История родного края. Краеведческая работа в походе.

### **3. Топография (4ч).**

Топографические карты и топографические знаки. Чтение топографических карт. Масштаб и легенда карты. Рисование топонимов. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты.

### **4. Туристские узлы (4ч)**

Узлы и их применение в туризме. Узлы: прямой и двойной проводник. Австрийский проводник, восьмерка, стремя. Прусик, булинь, удавка. Отработка навыков завязывания туристских узлов.

### **5. Спортивное туристское многоборье (4ч).**

Наведение и снятие верёвочных перил для преодоления препятствий. Спортивное туристское снаряжение. Страховки и самостраховки.

Преодоление препятствий.

### **6. Спортивное ориентирование (4ч).**

Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение. Действия участника перед стартом, на старте, на дистанции, на КП, в финишном коридоре, после финиша. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию.

### **7. Туристская стенгазета (2ч).**

Виды газет, работа редакционной коллегии, название, газетные рубрики и заголовки, оформление. Выпуск номера, туристические походы и экспедиции.

### **8. Природоохранные акции (2ч).**

Анкетный опрос школьников, родителей и жителей села об экологических проблемах села. Создание совета дел. Распределение обязанностей.

#### 9. Походы выходного дня (5ч).

Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ походов выходного дня. Отработки навыков ориентирования. Техника походного туризма. Техника сбора краеведческого материала. Тренировки на местности.

#### 10. Спортивные походы (5ч).

Протяженность спортивных походов, локальные и протяженные препятствия. Категории сложности спортивных походов. Принципы комплектования группы. Требования к участникам спортивных походов. Подведение итогов похода.

#### Основные виды деятельности.

Учащиеся принимают участие в экскурсиях, походах, туристско-краеведческих экспедициях, изучают и описывают природные объекты родного края с целью их рационального использования и сохранения, выявляют случаи негативного воздействия человека на окружающую среду, участвуют в их ликвидации, изучают и описывают природные объекты с целью создания экологических троп, изучают литературные источники, архивные документы по истории края. Проводят тренировки и практические занятия на местности по топографии, вязанию туристских узлов, спортивному ориентированию и пешеходному туристскому многоборью. Участвуют в различных туристско-краеведческих мероприятиях (соревнованиях, конкурсах, и т.д.).

#### Формы проведения занятий:

- учебно - тренировочные походы, соревнования;
- туристские вечера, просмотр видеосюжетов;
- работа с картой.

### III. КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата
<b>Вводное занятие - 1 час</b>			
1.	Цели и значения занятий туризмом и краеведением. Правила проведения и техника безопасности.	1	
<b>Краеведение - 4 часа</b>			
2.	Практическая работа. Рельеф и климатические особенности родного края.	1	
3.	Практическая работа. Животный и растительный мир родного края.	1	
4.	История родного края.	1	
5.	Практическая работа. Краеведческая работа в походе.	1	
<b>Топография - 4 часа</b>			
6.	Топографические карты и топографические знаки.	1	
7.	Практическая работа. Масштаб и легенда карты.	1	
8.	Практическая работа. Рисование топографических знаков. Определение крутизны склона и его высоты.	1	

9.	Практическая работа. Изображение высоты на местности.	1
<b>Туристические узлы – 4 часа</b>		
10.	Практическая работа. Узлы и их применение в туризме.	1
11.	Практическая работа. Прямой и двойной проводник.	1
12.	Практическая работа. Австрийский проводник, восьмерка, стремя.	1
13.	Практическая работа. Прусик, булинь, удавка. Отработка навыков завязывания туристских узлов.	1
<b>Спортивное туристское многоборье - 4 часа</b>		
14.	Практическая работа. Наведение и снятие веревочных перил для преодоления препятствий.	1
15.	Практическая работа. Спортивное туристское снаряжение.	1
16.	Практическая работа. Страховки и самостраховки.	1
17.	Практическая работа. Преодоление препятствий.	1
<b>Спортивное ориентирование - 4 часа</b>		
18.	Практическая работа. Гигиена спортсмена: гигиена тела, одежды и обуви. Правила соревнований по спортивному ориентированию.	1
19.	Практическая работа. Правила соревнований по спортивному ориентированию. Спортивное снаряжение.	1
20.	Практическая работа. Действия участника перед стартом, на старте, на дистанции, на КП в финишном коридоре.	1
21.	Практическая работа. Тренировки и соревнования по спортивному ориентированию.	1
<b>Туристическая стенгазета - 2 часа</b>		
22.	Виды газет, работа редакционной коллегии, название, газетные рубрики и заголовки, оформление.	1
23.	Практическая работа. Выпуск номера, туристические походы и экспедиции.	1
<b>Природоохранные акции – 2 часа</b>		
24.	Практическая работа. Анкетный опрос школьников, родителей и жителей села об экологических проблемах села.	1
25.	Практическая работа. Создание совета дел. Распределение обязанностей.	1
<b>Походы выходного дня – 5 часов</b>		
26.	Совместная подготовка. Осуществления и последующий анализ походов выходного дня.	1
27.	Практическая работа. Отработки навыков ориентирования.	1
28.	Практическая работа. Техника походного туризма.	1
29.	Практическая работа. Техника сбора краеведческого материала.	1
30.	Практическая работа. Тренировки на местности.	1
<b>Спортивные походы – 5 часов</b>		
31.	Практическая работа. Протяженность спортивных походов. Локальные и протяженные препятствия.	1

32.	Практическая работа. Категория сложности спортивных походов.	1
33.	Принципы комплектования группы.	1
34.	Требования к участникам спортивных походов.	1
35.	Практическая работа. Подведение итогов похода.	1