

**Частное образовательное учреждение высшего образования
«Русско-Британский Институт Управления»
(ЧОУВО РБИУ)**

Общеобразовательная школа «7 ключей»

454014, г. Челябинск, ул. Ворошилова, 12, тел.: 8(351)216-10-31

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по ВР

 О.А. Глущенко

«28» августа 2017 г.



Н.А. Попова

«28» августа 2017 г.

**Программа внеурочной деятельности
(спортивно – оздоровительное направление)
«Туристический клуб»**

Срок реализации программы 2 года

Возрастная категория обучающихся 7 – 15 лет

Разработала: Кузьмина И.С., педагог дополнительного образования

Челябинск, 2017 г.

Программа курса внеурочной деятельности «Туристический клуб» рассчитана на 68 учебных часов за первый год обучения и 170 учебных часов за второй год обучения. На изучение данного курса отводится 2 академических часа в неделю (первый год обучения) и 5 академических часов (второй год обучения), значительную часть которых составляют пешие походы.

Цель программы: приобщить детей к походному образу жизни, открыть для них мир спортивного туризма, открыть для ребят неизведанный и прекрасный мир природы.

Задачи программы:

- обучение навыкам туристской деятельности;
- расширение кругозора и жизненного опыта ребенка;
- формирование способности работать в команде;
- воспитание чувства эмпатии, взаимопомощи и взаимоподдержки;
- воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде, формирование экологического сознания;
- формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни;
- воспитание патриотизма.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы, 7 – 15 лет.

Сроки реализации программы: данная программа рассчитана на два года обучения.

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

2.

Личностные результаты:

- формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности; формирование ценностей многонационального российского общества; становление гуманистических и демократических ценностных ориентаций;
- формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- выявлять особенности (качества, признаки) разных объектов в процессе их рассматривания (наблюдения).

2. Содержание курса внеурочной деятельности

1 год обучения

1. Основы туристской подготовки

1.1. Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма.
Теория: игра-викторина «Что я знаю о туризме»; показ презентации о туризме.

Практика: не предусмотрена.

1.2. Техника безопасности в походе. Правила в походе. Личное и групповое снаряжение. Питание в походе.

Теория: показ фото и видеопрезентации, беседа, демонстрация снаряжения.

Практика: не предусмотрена.

2. Пешеходный туризм

2.1. Особенности пешеходного туризма.

Теория: просмотр видеоматериалов, объяснение, рассказ об особенностях и возможностях пешего похода, о возможных маршрутах.

Практика: не предусмотрена.

2.2. Поход выходного дня (парк Гагарина)

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча у Центрального стадиона, инструктаж. Поход до Каменного карьера. Привал, обед. Движение вокруг карьера. Фотосъемки во время похода. Возвращение к фонтану у центрального входа в парк.

2.3. Поход выходного дня (Голубой карьер).

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча на ост. ТК «Кольцо». Поход до Голубого карьера, привал, разведение костра, обед, фотосъемки. Поход вокруг карьера. Возвращение.

2.4. Поход выходного дня (Александровская сопка).

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча на парковке возле школы. Поездка до пос. Уржумка. Поход до Александровской сопки, подъем на вершину. Привал, обед. Фотосъемки на вершине.

2.5. Поход на Таганай с одной ночевкой.

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча в назначенном месте в г. Челябинске, проверка снаряжения у всех участников; поездка до лесничества в г. Златоусте. Поход до подножия Двуглавой сопки (стоянка Скалодром). Привал, разбивка лагеря, обед. Подъем на вершину. Спуск с вершины, приготовление ужина, ночевка. Подъем, завтрак, возвращение к автобусу в г. Златоуст, возвращение в Челябинск.

2 год обучения

1. Топография и ориентирование

1.1. Топографическая и спортивная карта.

Теория: виды топографических карт и основные сведения о них. Условные знаки топографических карт. Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Изображение рельефа на топографических и спортивных картах.

Практика: не предусмотрена.

1.2. Компас. Работа с компасом.

Теория: компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Азимут, снятие азимута с карты. Движение по азимуту.

Практика: не предусмотрена.

1.3. Способы ориентирования.

Теория: ориентирование в походе с помощью топографической карты. Ориентирование при условии отсутствия видимости. Движение по легенде — подробному описанию пути.

Особенности ориентирования в различных природных условиях: в горах, в тундре, на воде.

Практика: не предусмотрена.

1.4. Действия в случае потери ориентировки. Ориентирование по местным приметам.

Теория: определение сторон горизонта и азимутов при помощи Солнца, Луны, Полярной звезды.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники.

Практика: не предусмотрена.

2. Пешеходный туризм

2.1 Поход выходного дня. Песни у костра (Каштакский бор / парк Гагарина).

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча в установленном месте, поход. Привал, песни под гитару, обед. Возвращение, завершение похода.

2.2. Поход выходного дня. «Лесной экстрим».

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча в парке Гагарина в установленном месте. Поход к «Лесному экстриму». Перекус. Прохождение трасс каждым из участников. Обед. Возвращение, завершение похода.

2.3 Поход выходного дня (Александровская сопка).

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча на парковке возле школы. Поездка до пос. Уржумка. Поход до Александровской сопки, подъем на вершину. Привал, обед. Фотосъемки на вершине

2.4 Поход выходного дня. Построение убежища из веток в лесу (парк Гагарина).

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча в установленном месте. Поход. Привал в лесу, обед. Сбор веток и построение шалаша. Фотосъемки во время похода. Возвращение, завершение похода.

2.5 Поход выходного дня: экскурсия в музей Ильменского заповедника + подъем на Ильментау.

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча возле школы, поездка на автобусе до музея Ильменского заповедника при въезде в г. Миасс. Экскурсия в музей. Поездка на автобусе до машгородка, подъем на Ильментау. Привал, обед. Фотосъемки на маршруте. Спуск с горы к автобусу. Возвращение в Челябинск.

2.6 Поход на Таганай с двумя ночевками.

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча в назначенном месте в г. Челябинске, проверка снаряжения у всех участников; поездка до лесничества в г. Златоусте. Поход до стоянки Скалодром. Привал, разбивка лагеря, обед. Подъем на вершину. Спуск с вершины, приготовление ужина, ночевка. Подъем, завтрак, прогулки по хребтам Таганая (Двуглавая сопка, Откликной гребень). Ужин, ночевка. Подъем, прогулки по хребтам. Обед. Возвращение к автобусу, завершение похода. Возвращение в Челябинск.

3. Зимние походы

3.1. Поход. Построение снежного убежища (парк Гагарина).

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча в назначенном месте в парке Гагарина. Поход по парку, привал. Построение снежного убежища. Подвижные игры, разведение костра, обед. Возвращение.

3.2. Лыжный поход по парку Гагарина.

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча в назначенном месте в парке Гагарина. Лыжный поход. Привал, разведение костра. Возвращение.

3.3. Поход на Таганай с ночевкой в домиках на Белом ключе.

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча у школы, поездка до лесничества в г. Златоусте. Поход до Белого ключа. Размещение и ночевка в домиках. Подъем на вершину. Возвращение к автобусу, возвращение в Челябинск.

3.4. Поход на остров Веры (озеро Тургояк).

Теория: не предусмотрена.

Практика: встреча у школы. Поездка до городского пляжа оз. Тургояк (г. Миасс). Поход по зимнему озеру на остров Веры. Привал на острове, обед. Возвращение к автобусу, возвращение в Челябинск.

Формы организации и виды деятельности

Занятия проходят в форме кружковой работы – просмотр фото и видео, изучение местности по карте и описанию, планирование похода (теоретическая часть). Преобладающая форма занятий – непосредственно поход или экскурсия (практическая часть). Походы включают в себя также интеллектуальные и спортивные игры, соревнования. Формы проведения занятий: в классе - урок-беседа, урок просмотр видео; на природе – овладение практическими навыками спортивного туризма.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- Участие в городском конкурсе на лучший туристско-краеведческий поход, спортивный поход или экспедицию среди обучающихся и воспитанников образовательных организаций;
- Участие в городском сборе детского туристского актива «Из дальних странствий возвратясь»;
- Участие в конкурсе «Тропинка» (в рамках городского экологического марафона);
- Участие в открытом личном Первенстве города Челябинска по спортивному туризму на дистанции - лыжной среди обучающихся образовательных организаций;
- Участие в открытом личном Первенстве города Челябинска по спортивному туризму на пешеходных дистанциях.
- Соревнования в рамках своего туристического клуба.

3. Тематическое планирование

1 год обучения

№ п/п	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе	
			теория	практика
1.	Основы туристской подготовки.	4		
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма. Виды туризма.		2	
1.2	Техника безопасности в походе. Правила в походе. Личное и групповое снаряжение. Питание в походе.		2	
2.	Пешеходный туризм.	64		
2.1	Особенности пешеходного туризма.		2	
2.2	Поход выходного дня (парк Гагарина).			4
2.4	Поход выходного дня (Голубой карьер).			5
2.5	Поход выходного дня (Изумрудный карьер).			7
2.6	Поход выходного дня (Александровская сопка).			10
2.7	Поход на Таганай с одной ночевкой.			36
	Всего часов:	68	6	62

2 год обучения

№ п/п	Разделы программы и темы учебных занятий	Всего часов	В том числе	
			теория	практика
1.	Топография и ориентирование.	4		
1.1.	Топографическая и спортивная карта.		1	
1.2.	Компас. Работа с компасом.		1	
1.3.	Способы ориентирования.		1	
1.4.	Ориентирование по местным приметам. Действия в случае потери ориентировки.		1	
2.	Пешеходный туризм.	104		
2.1	Поход выходного дня. Песни у костра (Каштакский бор / парк Гагарина).			6
2.2	Поход выходного дня. «Лесной экстрим».			4
2.3	Поход выходного дня (Александровская сопка).			14
2.4	Поход выходного дня. Построение убежища из веток в лесу (парк Гагарина).			8
2.5	Поход выходного дня: экскурсия в музей Ильменского заповедника + подъем на Ильментау.			12
2.6	Поход на Таганай с двумя ночевками.			60
3.	Зимние походы.	62		
3.1	Поход. Построение снежного убежища (парк Гагарина).			8
3.2	Лыжный поход по парку Гагарина.			6
3.3	Поход на Таганай с ночевкой в домиках на Белом ключе.			36
3.4	Поход на остров Веры (озеро Тургойк).			12
	Всего часов:	170	2	168