

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
«Черемушкинская средняя общеобразовательная школа » имени Героя
Советского Союза И.Н.Черникова
(МКОУ «ЧСОШ» имени Героя Советского Союза И.Н.Черникова)

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
Протокол № 5
от 16.06.22

СОГЛАСОВАНО
заместитель по ВР
Г.И. Солоденко *Г.И. Солоденко*
от 14.06.22
Протокол № 17

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы
В.А. Бойкова
Приказ № 40
от 14.06.22



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«Историческая турция»
(наименование учебного предмета /курса/)

3-4 класс
/уровень, степень образования, класс/

1 год
/срок реализации программы/

Иванов Александр Александрович
/Ф.И.О. учителя, составившего рабочую учебную программу/

Пояснительная записка.

Занятия туризмом в системе физического воспитания выделены в особую группу, так как позволяют в наибольшей степени, по сравнению с другими видами, овладевать знаниями, умениями и навыками, нужными в жизни каждому человеку.

Туризм – это очень интересный и полезный способ организации досуга учащихся, обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело. Учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества. Формирует навыки труда по самообслуживанию, способствует самостоятельности учащихся младшего школьного возраста.

Цель и задачи рабочей программы.

Целью данной программы является создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья, формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни (ЗОЖ), использование полученных знаний в практике, обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий, формирование всесторонней гармонично развитой личности. Формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей младшего школьного возраста, воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

Задачи программы:

- укрепления здоровья, содействия правильному физическому развитию воспитанников;
- создание условий для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- социального самоопределения, творческой самореализации личности;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- обеспечение безопасности туристских походов и соревнований.
- формирование бережного отношения к природе.

Обучающие:

–формирование необходимых знаний, умений и навыков для безопасного занятия спортивным туризмом и скалолазанием и применения полученных знаний в повседневной жизни;

Развивающие:

- развитие у ребенка самостоятельной, активной, ответственной, личностной позиции;
- укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию обучающихся;

Воспитательные:

- формирование у учащихся волевых качеств, профессионального определения;
- воспитание любви к родному краю и бережного отношения к природе.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, при проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

Программа рассчитана на детей вторых классов.

Срок реализации программы– 1 год.

Формы занятий:теоретические, практические.

Режим занятий: 1 раза в неделю.

**«Спортивный туризм»
Учебно – тематический план.**

№ п/п	Темы	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1	Техника безопасности при занятиях туризмом.	2	1	1
2	История развития туризма.	1	1	
3	Психологическая, морально – нравственная и физическая подготовка юных туристов.	10	1	5
4	Организация технологии и экологии туристского быта в полевых условиях.	1	1	1
5	Подготовка и проведение соревнований.	1		1
6	Топография и ориентирование	1	1	1
7	Первая доврачебная медицинская помощь. Обеспечение безопасности в походах и на экскурсиях.	1	1	2
Итого:		17	6	11

Содержание изучаемого курса.

История развития туризма.

Возникновение туризма. Развитие туризма в Евпатории.

Психологическая, морально нравственная и физическая подготовка юных туристов.

Воспитание волевых качеств: смелость и решительность, терпеливость, настойчивость, инициативность, дисциплинированность. Общая и специальная физическая подготовка.

Средствами общей физической подготовки достигаются: 1) разностороннее развитие физических способностей и укрепление здоровья; 2) развитие функциональных возможностей организма как основы специальной работоспособности и улучшения протекания восстановительных процессов.

Специальная физическая подготовка – это разновидность физического воспитания, специализированного применительно к особенностям избранного вида туризма. Средствами специальной подготовки осуществляется воспитание необходимых туристу навыков.

Организация технологии и экологии туристского быта в полевых условиях.

Туризм и охрана окружающей среды. Туристский бивак. Благоустройство бивака.

Техника безопасности при занятиях туризмом.

Техника безопасности при занятиях в спортивном зале. Техника безопасности при занятиях на местности. Техника безопасности при организации прогулок. Требования безопасности при использовании различных спортивных снарядов, туристского снаряжения.

Подготовка и проведение соревнований.

Подготовка и проведение соревнований с элементами туризма.

Топография и ориентирование.

Для чего необходимо знать топографию и ориентирование. Определение понятия «ориентирование на местности». Карта и схема, их виды.

Первая доврачебная медицинская помощь. Обеспечение безопасности в походах и на экскурсиях.

Предупреждение (профилактика) ожогов, ушибов, потертостей, вывихов, растяжений, переломов, простудных заболеваний, тепловых и солнечных ударов, отравлений и желудочно – кишечных заболеваний, укусов насекомых.

Ожидаемые результаты

Ученик научится:

- адаптироваться в стремительно изменяющемся мире;
- быть активным и заинтересованно познавать мир;
- овладеют системой знаний об основах здорового, безопасного образа жизни;
- действовать самостоятельно и верно при преодолении препятствий.

Ученик получит возможность научиться:

- устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире;
- собирать информацию окружающего мира, осмыслить её и использовать её для выполнения проекта.
- получит навык сотрудничества, общения с другими людьми;
- получит начальные туристические навыки.

Первый уровень результатов:

- ценить и сохранять свое здоровье, здоровье близких и окружающих людей;
- иметь первоначальные представления о роли физической культуры и спорта для здоровья человека, его образования, труда и творчества;
- знать основы доврачебной помощи при ушибах;
- уметь устанавливать палатку с помощью учителя;
- уметь проходить полосу препятствий.

Второй уровень результатов:

- накопление знаний и развитие интереса к учёбе,
- укрепление связи обучения с жизнью;
- развитие ценностного отношения к своему здоровью и окружающих его людей, к спорту и физкультуре, труду, родной природе, родному Отечеству.

Третий уровень результатов:

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

Календарно – тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Дата по плану	Дата фактическая
1	Техника безопасности при занятиях физическими упражнениями	0,5	05.09	
2	История развития туризма	0,5	12.09	
3	Разновидности ходьбы.	0,5	19.09	
4	Лазания по шведской стенке.	0,5	26.09	

5	Развитие координации движения.	0,5	03.10	
6	Висы и упоры.	0,5	10.10	
7	Организация туристского бивака.	0,5	17.10	
8	Сбор рюкзака.	0,5	24.10	
9	Выбор места для бивака, установка палатки.	0,5	31.10	
10	Первая доврачебная помощь.	0,5	14.11	
11	Упражнения на равновесие.	0,5	21.11	
12	Перелезание через предметы.	0,5	28.11	
13	Подлезание под различными предметами.	0,5	05.12	
14	Эстафеты с переноской предметов.	0,5	12.12	
15	Висы и упоры.	0,5	19.12	
16	Техника безопасности при занятиях на местности.	0,5	26.12	
17	Понятие карта и схема. Ориентирование на местности.	0,5	16.01	
18	Упражнения на развитие координации движений.	0,5	23.01	
19	Упражнения на равновесие.	0,5	30.01	
20	Первая доврачебная помощь.	0,5	06.02	
21	Упражнения на прыгучесть.	0,5	13.02	
22	Установка палатки.	0,5	20.02	
23	Соревнования (установка палатки, полоса препятствий с элементами туризма.)	0,5	27.02	
24	Висы и упоры.	0,5	06.03	
25	Упражнения на развитие скорости.	0,5	13.03	
26	Эстафеты с переноской предметов.	0,5	20.03	
27	Первая доврачебная медицинская помощь.	0,5	03.04	
28	Упражнения на развитие силы.	0,5	10.04	
29	Перелезание через различные предметы.	0,5	17.04	
30	Упражнения на развитие зрительной памяти.	0,5	24.04	
31	Топография и ориентирование на местности.	0,5	08.05	
32	Соревнования по скалолазанию.	0,5	15.05	
33	Упражнения на равновесие.	0,5	22.05	
34	Выбор места для бивака, установка палатки.	0,5		

Список литературы:

1. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений/В.И. Лях – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

2. Селуянов В.Н., Федякин А.А. Биологические основы оздоровительного туризма. – М.: СпортАкадем Пресс, 2000.
3. Спортивный туризм: Учебное пособие / Под ред. Евсеева С.П., Федотова Ю.Н. – СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999.
4. Федотов Ю.Н. Спортивно – оздоровительный туризм. – СПб.: ГАФК им П.Ф. Лесгафта, 2001.
5. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – М., 2004.
6. Чепик В.Д. Физическая культура в социальных процессах. – М., 1995.
7. Шабанов А.Н. Карманная энциклопедия туриста. – М.: «Вече», 2000.
8. Энциклопедия туриста. – М., 1993.

Лист коррекции

раздела	Тема урока	Дата проведения урока по плану	Причина коррекции	Корректирующие мероприятия

[illegible]