

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2 г.Шебекино Белгородской области»

**Рассмотрена**

на заседании

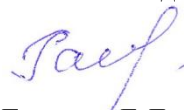
школьного методического

совета протокол № 1

«23» августа 2024 г.

**Согласована**

заместитель директора



Галушко Е.Л.

«23» августа 2024 г.

**Утверждаю**

Директор школы



Карачаров С.Н.

Приказ № 180

«23» августа 2024 г.

**Рабочая программа  
по внеурочной деятельности  
среднего общего образования  
«Туризм»  
11класса**

г.Шебекино, 2024

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа внеурочной деятельности для 11 классов обеспечивает достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы среднего общего образования.

Она разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и с учетом авторской программы внеурочной деятельности. Туристско-краеведческая деятельность. Спортивно-оздоровительная деятельность / П.В. Степанов, С. В. Сизяев, Т.Н. Сафронов, - М.: Просвещение, 2011.

Программа рассчитана на 34 часа изучения предмета на базовом уровне в 11 классе – 34 часа (1 час в неделю).

## **Планируемые результаты изучения курса**

Результаты освоения программного материала оцениваются по трём базовым уровням и представлены соответственно личностными, метапредметными и предметными результатами.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- продуктивное сотрудничество со сверстниками в процессе познавательной и игровой деятельности.

Предметные результаты:

- формирование знаний о туризме и его роли в укреплении здоровья;
- умение рационально распределять своё время в режиме дня, выполнять утреннюю зарядку;
- умение вести наблюдение за показателями своего физического развития.

Универсальные учебные действия:

Познавательные:

- определяют, где применяют действия с верёвками;
- используют общие приёмы решения поставленных задач;
- ставят и формулируют проблемы;
- ориентируются в разнообразии способов решения задач.

Регулятивные:

- принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений;
- принимают инструкцию педагога и четко следуют ей;
- осуществляют итоговый и шаговый контроль;
- выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиям её реализации;
- используют установленные правила в контроле способа решения;
- планируют свои действия.

Коммуникативные:

- договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности;
- ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии;
- используют речь для регуляции своего действия;
- формулируют собственное мнение и позицию.

Личностные:

- проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

- популяризация туристско-краеведческой деятельности, здорового образа жизни;
- умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми;
- оказывают бескорыстную помощь своим сверстникам, умеют находить общий язык и общие интересы;
- ориентируются на понимании причин успеха в учебной деятельности;
- самоанализ и самооценка результата;
- понимают значение знаний для человека и принимают его, стремятся хорошо учиться;
- раскрывают внутреннюю позицию школьника.

## **Содержание деятельности**

### ***Начала туризма и краеведения (34 часа)***

*1.1. Вводное занятие (1 час).* Что такое туризм и каково его значение в физическом и духовном развитии. Анонс будущих занятий, форм и направлений деятельности. Нормы поведения в туристском коллективе и правила личной безопасности. Шуточные конкурсы начальных туристских навыков: укладка рюкзака «вслепую», бег в спальных мешках, переправа через «болото» по «кочкам» и т.п. Туристские песни под гитару.

*1.2. Поход-знакомство (3 часа).* Подготовка к ознакомительному походу: техника безопасности; правила гигиены; групповое и личное снаряжение; цели и маршрут ознакомительного похода. Выбор ответственных за сбор и подготовку группового снаряжения, продуктов, медицинской аптечки, за проверку личного снаряжения туристов и состояния рюкзаков, за разбивку бивака, за разведение костра и заготовку дров, за приготовление обеда, за соблюдение чистоты на местах привалов и стоянок, за фотоотчет о походе и т.п.; предварительная работа с ними. Сборы и проверка готовности к первому походу. Пеший однодневный поход группы по заранее намеченному маршруту и обучение школьников в естественных

условиях похода элементарным туристским навыкам: правильному движению по дорогам и пересеченной местности, установке палаток, заготовке дров, разведению костра.

*1.3. Безопасность туриста (1 час).* Правила поведения в лесу, у водоемов, на болоте, в горах; правила передвижения по дорогам; правила обращения с огнем; правила обращения с опасными инструментами и спецснаряжением; правила общения с местными жителями; правила гигиены туриста.

*1.4. Быт туриста (1 час).* Туристское снаряжение: групповое и личное. Распределение группового снаряжения в походе между мальчиками и девочками. Туристская одежда и обувь. Рюкзак. Укладка рюкзаков разного типа. Палатка, установка палаток разного типа. Походный лагерь. Место для костра. Топливо, правила хранения. Трудовая этика туриста. Тимуровская работа на маршруте. Отношение к памятникам истории и культуры. Отношение к природе.

*1.5. Кухня туриста (2 часа).* Продукты в походе. Калорийность. Походное меню. Упаковка и транспортировка продуктов. Сублимированные продукты. Сушка овощей, фруктов, хлеба в домашних условиях. Туристская посуда. Уход за котлами.

*1.6. Песни туриста (1 час).* Бардовская песня, туристская песня. Ю.Визбор: человек, судьба, профессия, песни. В.Высотский: человек, судьба, профессия, песни. В.Ланцберг: человек, судьба, профессия, песни. О.Митяев: человек, судьба, профессия, песни. В.Егоров: человек, судьба, профессия, песни.

*1.7. Легенды и были родного края (1 час).* Интересные страницы истории родного края: родной край в Древности, в Средневековье, в Новое время, в годы Великой Отечественной войны и т.п. Местные легенды и мифы. Герои и яркие личности родного края.

*1.8. Ориентирование на местности (6 часов).* Что нужно делать, если заблудился в лесу и что нужно знать, чтобы не заблудиться. Север, юг, запад,

восток. Компас и его назначение. Нахождение сторон света без компаса. Ориентиры на местности. Карты. Масштаб. Легенда карты. Чтение карт. Обращение с компасом и картой. Азимут. Азимутальный ход. Спортивное ориентирование: обучение и тренировки.

*1.9. Топография (4 часа).* Топографическая карта. Топографические знаки. Топографические игры. Топографический кроссворд. Топографический диктант.

*1.10. Туристские узлы и их назначение (2 часа).* Узлы, их назначение и применение в походе. Узлы: прямой, проводник, двойной проводник, восьмерка, стремя, прусик, удавка, булинь, ткацкий, академический, схватывающий, грейпвайн и т.п. Отработка навыков завязывания туристских узлов. Конкурс «Узелок завяжется – узелок развяжется».

*1.11. Преодоление препятствий (9 часов).* Виды препятствий. Лесные завалы, овраги, крутые склоны, гари, болота, ручьи и реки, горные перевалы и т.п. Страховка и самостраховка. Страховочные обвязки. Правила преодоления лесных завалов. Переправа по кочкам и гатям. Спуск с крутого склона при помощи альпенштока. Спуск с крутого склона и при помощи веревки. Подъем по крутому склону при помощи веревки. Переправа по бревну. Переправа по параллельно натянутым веревкам. Переправа при помощи вертикального маятника. Переправа при помощи горизонтального маятника. Навесная переправа. Переправа рюкзаков. Отработка навыков преодоления препятствий.

*1.12. Туристские игры (1 час).* Совместная подготовка, проведение и анализ проведения спортивно-туристских игр и краеведческих викторин.

*1.13. Туристская стенгазета (1 час).* Совместная подготовка, изготовление и презентация стенных газет, посвященных совершенным туристами экскурсиям и походам, а также знаковым датам туристского календаря (например, Всемирному дню туризма, Дню Земли и т.п.).

*1.14. Природоохранные акции (2 часа).* Совместная подготовка, осуществление и последующий анализ природоохранных акций: уборка

мусора в близлежащих лесопарках и скверах; расчистка близлежащих родников; развешивание кормушек и скворечников для птиц; огораживание муравейников и т.п.

## Тематическое планирование

### 11 класс

№	Названия разделов	Общее количество часов
<i>1</i>	<i>«Начала туризма и краеведения»</i>	<i>34</i>
1.1	Вводное занятие	1
1.2	Поход-знакомство	3
1.3	Безопасность юного туриста	1
1.4	Быт туриста	1
1.5	Кухня туриста	1
1.6	Песни туриста	1
1.7	Легенды и были родного края	1
1.8	Ориентирование на местности	6
1.9	Топография	4
1.10	Туристские узлы и их назначение	2
1.11	Преодоление препятствий	9
1.12	Туристские игры	1
1.13	Туристская газета	1
1.14	Природоохранные акции	2