

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 17»  
356530 Российская Федерация, Ставропольский край,  
Светлоград, ул. Коминтерна, 13.  
Тел./ факс: 8 (86547) 4-99-57, 4-95-94.  
E-mail: soshint17@mosk.stavregion.ru;  
Официальный сайт: <https://gkou-skoshi17-svetlograd.gosuslugi.ru>

Приложение к АООП ОУ(ИН). Приказ от 28.08.2024 № 240-ОД

СОГЛАСОВАНА  
Заместителем директора по ВР  
ГКОУ «Специальная (коррекционная)  
общеобразовательная школа-интернат № 17»  
*Удовиченко* Ж.В. Удовиченко  
27 августа 2024г.

УТВЕРЖДЕНА  
Директор ГКОУ «Специальная  
(коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат № 17»  
*Б.А. Дементева*  
28 августа 2024г.

РАССМОТРЕНА  
Руководителем ШМО воспитателей  
ГКОУ «Специальная  
(коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат № 17»  
*Смурьгина* Н.В. Смурьгина  
протокол №1 от 26 августа 2024г.

## АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА внеурочной деятельности

### «Турист»

/наименование учебного предмета, курса в соответствии с УП/

### «Спортивно-оздоровительное направление»

/наименование образовательной области в соответствии с УП/

Этап обучения (класс) - II, основное общее образование

/начальное общее, основное общее образование с указанием классов/

Учебный год - 2024/2025

Количество часов: всего в год - 33 часа

в неделю - 1 час

Воспитатель - Гальченко Сергей Петрович

Квалификационная категория - «высшая»

/высшая, первая, соответствие занимаемой должности/

по должности - «учитель»

/«учитель»/«воспитатель»/

г. СВЕТЛОГРАД, 2024г.

## **Пояснительная записка**

Туристская деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности. В процессе туристско-краеведческой деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка. Сама обстановка педагогически правильно организованного туристского похода способствует выявлению и развитию этих качеств. Туристскую деятельность можно отнести к традиционным в педагогической практике нашей страны методам воспитания, обучения и оздоровления школьников.

Школьный туризм имеет комплексный, интегративный характер воздействия на личность и коллектив. Это выражается в повышении духовного и физического потенциала ребенка, уровня знаний и умений, удовлетворении потребностей детей в самовыражении, творчестве, общении с людьми и природой т.д. Туристская деятельность универсальна по содержанию и доступна по формам организации практически в каждой школе.

### **Цель:**

- обучение умениям и навыкам по основам туристической деятельности;
- формирование представления о правилах поведения в природе, во время походов;
- воспитание чувства коллективизма, взаимовыручки, взаимопомощи;
- развитие интереса к занятиям туризмом как активной, познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности.

### **Задачи:**

- овладение основными навыками и умениями туристической деятельности
- формирование основ здорового образа жизни
- развитие классного коллектива, лидерских способностей у детей.

В основе школьного туризма лежат фундаментальные, неустаревающие принципы образования и воспитания: гуманно-демократический, концептуально-методологический, системно-целостный, творчески развивающий, личностно-ориентированный, созидающей деятельности. Туризм и спортивное ориентирование помогают учащимся в освоении учебных дисциплин по основам различных наук. Туризм и краеведение являются одним из приоритетных направлений в воспитательной работе. Это дело не новое, но новизна состоит в том, что имеет более широкую педагогическую идею в плане воспитания духовности, физической выносливости, уважения и любви к природе своей Родины. Туризм - это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся. Он воспитывает у подрастающего поколения чувство патриотизма, бережного отношения к природному и культурному наследию родного края, совершенствованию нравственного и физического воспитания личности. Школьный туризм позволяет учителю

осуществлять практически все виды профессиональной деятельности: учебную и воспитательную, научно – методическую, социально – педагогическую, культурно – просветительскую и др. Походы и занятия спортивным ориентированием на незнакомой местности позволяют школьникам изучать процессы и результаты взаимодействия природы и общества. Кроме того, в наше непростое время, когда многократно возросла опасность природных и техногенных катастроф, террористических актов, необходимо использовать возможности туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений. Новизна содержания курса выражена в качественном увеличении программного времени, отводимого на изучение раздела «Топография и ориентирования на местности» Принципиальным нововведением является также распределение учебного времени на теоретические и практические занятия. Увеличение времени на проведение практических работ в помещении, на местности и туристских походов преследует цели более прочного овладения учащимися прикладными умениями и навыками. Срок реализации программы - 1 год. Программа рассчитана на учащихся 5-7 - классов, 33 часа в год (1 раз в неделю ). Состав группы – 10 человек. Занятия включают в себя теоретическую и практическую части. Большая часть учебного времени отведена практическим занятиям. Все разделы охватываются в течение одного учебного года. В ходе обучения используя свой педагогический опыт стараюсь создать условия для формирования патриотического сознания, моральной готовности и психологической способности в турпоходах. Кроме того, воспитывается дисциплинированность, нравственная норма поведения.

## ПРОГНОЗИРОВАННЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Обучающиеся научатся:

- правильно планировать место бивака;
- быстро разводить костер;
- устанавливать и снимать палатку;
- составлять перечень личного и группового снаряжения для похода;
- укладывать рюкзак для однодневного похода;
- определять стороны горизонта по компасу, солнцу, местным предметам;
- определять азимуты на заданные ориентиры;
- ориентировать карту при помощи компаса;
- определять расстояние по карте;
- оказывать первую доврачебную помощь при потертостях, порезах, обморожениях, ожогах и других заболеваниях и травмах, типичных для походных условий

## УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п/п	Тема занятия	Форма организации внеурочной деятельности (форма занятия)	Количество часов	
			Теория	Практика
1.	Введение	Беседа о туризме. Инструктаж по Т/Б	1	-
2	Ориентирование на местности.	Беседа. Работа с картой.	3	6
3	Техника пешеходного туризма.	Беседа, показ вязания узлов.	3	6
4	Материально – техническая база похода.	Т/Б с примусом. Составление походного меню.	3	4
5	Основы медицинской подготовки.	Игра, этюд, танец.	4	4
			13	20
			<b>ИТОГО:</b>	<b>33</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### **Введение (1 час)**

Теория. Беседа о туризме и о работе учебной группы, о значении туризма для человека.

Условия участия в походах, общие вопросы организации, рассказы об интересных походах и путешествиях (показ видеофильма). Инструктаж по ТБ.

### **Ориентирование на местности. (8 часов)**

Теория. Понятие о карте. Условные знаки топографических карт. Масштабы и его виды. Особенности изображения местности на картах спортивного ориентирования.

Компас. Азимуты прямой и обратный. Определение азимута.

Способы ориентирования по местным признакам.

**Практические занятия.** Чтение и изображение топонимов.

Расчет расстояния на карте с помощью линейки, нитки.

Определение азимута. Движение по азимуту.

Разработка похода.

Измерение расстояния «на глаз» и шагами.

### **Техника пешеходного туризма. (9 часов)**

Теория. Основные приемы страховки.

Узлы. Основные и вспомогательные веревки.

Карабины. Правила прохождения технических этапов туристической полосы препятствий.

**Практические занятия.** Вязание узлов на время.

Надевание страховочной системы на время.

Отработка элементов пешего туризма: движение по параллельным веревкам, преодоление водных преград: навесная переправа, переправа по бревну с перилами.

Прохождение туристической полосы препятствий.

### **Материально – техническая база похода. (7 часов )**

Теория. Личное снаряжение. Групповое снаряжение.

Костровое оборудование.

Техника безопасности с примусом.

Организация питания в походах разной продолжительности.

Правила приготовления походных блюд.

**Практические занятия.**

Составление меню и раскладка продуктов для похода.

Распределение веса на маршрут.

### **Основы медицинской подготовки. (8 часов )**

Теория. Общие гигиенические требования в походе.

Требования к одежде и обуви.

Питьевой режим. Обеззараживание воды.

Виды повязок.

Вывихи. Раны и ссадины. Переломы.

Укусы змей и насекомых.

### **Практические занятия.**

Наложение повязок на рану.

Иммобилизация конечностей при переломе.

Остановка кровотечения с помощью жгута.

Оказание помощи при потере сознания.

## ЛИТЕРАТУРА

### 1. Нормативная:

1.1. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г.

1.2. В.И.Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.

1.3. К.В. Бардин «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973.

### 2. Туризм:

2.1. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.

2.2. Ю.С. Константинов «Туристская игротка». - М.: Владос, 2000г.

### 3. Топография и ориентирование. Туристская техника:

3.1. Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.:ЦРИБ «Турист», 1983г.

### 4. Подготовка и проведение похода:

4.1. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.

4.2. А.Ю.Остапец «На маршруте туристы- следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.

### 5. Краеведение:

5.1. И.А.Юньев «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1974гю

5.2. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.

### 6. Зелёная аптека:

6.1. Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.

### 7. Медицина:

7.1. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ СТАВРОПОЛЬСКОГО КРАЯ  
Государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 17»  
356530 Российская Федерация, Ставропольский край,  
г. Светлоград, ул. Коминтерна, 13.  
Тел./ факс: 8 (86547) 4-99-57, 4-95-94.  
E-mail: soshint17@mosk.stavregion.ru;  
Официальный сайт: <https://gkou-skoshi17-svetlograd.gosuslugi.ru>

Приложение 1  
к АРП «Спортивно-оздоровительное направление»

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по ВР  
ГКОУ «Специальная  
(коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат №17»  
Удовиченко Ж.В. Удовиченко  
27 августа 2024г.

РАССМОТРЕНО  
Руководитель ШМО воспитателей  
ГКОУ «Специальная  
(коррекционная) общеобразовательная  
школа-интернат №17»  
Смурьгина Н.В. Смурьгина  
протокол №1 от 26 августа 2024г.

## КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ внеурочной деятельности

### «Турист»

/наименование учебного предмета, курса в соответствии с УП/

### «Спортивно-оздоровительное направление»

/наименование образовательной области в соответствии с УП/

Этап обучения (класс) - II, основное общее образование

/начальное общее, основное общее образование с указанием классов/

Учебный год - 2024/2025

Количество часов: всего в год - 33 часа

в неделю - 1 час

Воспитатель Гальченко Сергей Петрович

Квалификационная категория - «высшая»

/высшая, первая, соответствие занимаемой должности/

по должности - «учитель»

/«учитель»/ «воспитатель»/

г. СВЕТЛОГРАД, 2024г.

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата
1	Беседа о туризме и о работе учебной группы, о значении туризма для человека. Условия участия в походах, общие вопросы организации, рассказы об интересных походах и путешествиях (показ видеofilm). Инструктаж по ТБ.	1	05.09.
2	Понятие о карте. Условные знаки топографических карт.	1	12.09.
3	Масштабы и его виды. Особенности изображения местности на картах спортивного ориентирования.	1	19.09.
4	Компас. Азимуты прямой и обратный. Определение азимута.	1	26.09.
5	Способы ориентирования по местным признакам	1	03.10.
6	Чтение и изображение топонимов.	1	10.10
7	Расчет расстояния на карте с помощью линейки, нитки.	1	17.10
8	Определение азимута. Движение по азимуту.	1	24.10
9	Разработка похода. Измерение расстояния «на глаз» и шагами.	1	07.11
10	Измерение расстояния «на глаз» и шагами.	1	14.11
11	Основные приемы страховки.	1	21.11
12	Узлы.	1	28.11
13	Основные и вспомогательные веревки.	1	05.12
14	Карабины.	1	12.12
15	Правила прохождения технических этапов туристической полосы препятствий.	1	19.12
16	Вязание узлов на время.	1	26.12
17	Надевание страховочной системы на время.	1	09.01
18	Отработка элементов пешего туризма: движение по параллельным веревкам, преодоление водных преград: навесная переправа, переправа по бревну с перилами.	1	16.01
19	Прохождение туристической полосы препятствий.	1	23.01
20	Личное и групповое снаряжение	1	30.01
21	Костровое оборудование.	1	06.02
22	Техника безопасности с примусом.	1	13.02
23	Организация питания в походах разной продолжительности.	1	20.02
24	Правила приготовления походных блюд.	1	27.02
25	Составление меню и раскладка продуктов для похода.	1	06.03
26	Распределение веса на маршрут.	1	13.03
27	Общие гигиенические требования в походе.	1	20.03
28	Требования к одежде и обуви.	1	03.04
29	Питьевой режим. Обеззараживание воды.	1	10.04
30	Виды повязок.	1	17.04
31	Вывихи. Раны и ссадины. Переломы.	1	24.04
32	Укусы змей и насекомых.	1	15.05
33	Наложение повязок на рану. Оказание помощи при	1	22.05

	потере сознания		
--	-----------------	--	--

Пронумеровано, скреплено,  
заверено подписью и печатью  
11 ( одиннадцать ) листов  
Директор Б.А. Дементева

