Составитель: Бодриченкова С.Г., учитель МАОУ Янтыковской СШШ Тюменского района

1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Настоящая рабочая программа по внеурочной деятельности «Юный турист: изучаю родной край» для 1 класса составлена на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС). Утвержден Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. № 373. (в ред. приказов Минобрнауки России от 26.11.2010 № 1241, от 22.09.2011 № 2357)

2. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении федеральных перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».

3. Основной образовательной программы начального общего образования Янтыковской СОШ, утверждённой приказом директора школы № 271-од, от 08.07.2011 г.

4. Учебного плана МАОУ Янтыковской СОШ, утвержденного директором приказ №294-од от 29.05.2014 и согласованного 29.05.2014 г. Управляющим советом школы протокол № 9.

5. Авторской программы Д.В.Смирнова «Юный турист: изучаю родной край» .

 ***Целью внеурочной деятельности*** являются развитие познавательной, двигательной и коммуникативной активности обучающихся, укрепление их физического и психоэмоционального здоровья.

 ***Задачи:***

• освоение основных социальных норм, необходимых для безопасной жизнедеятельности в социальной среде и окружающей природе;

• изучение основ туристско-краеведческого мастерства;

• развитие природных задатков и навыков детей, способствующих их личностному самовыражению в туризме и краеведении;

• мотивация к укреплению здоровья детей на занятиях туризмом и краеведением как в помещениях образовательного учреждения, так и в природных условиях; освоение технологии здорового образа жизни; усвоение норм сохранения и поддержания физического, психического и социального здоровья;

• развитие познавательной и творческой активности обучающихся;

• вовлечение обучающихся в творческую, поисково-исследовательскую и краеведческую деятельность: проведение наблюдений, опытов и др.;

• воспитание и развитие коммуникативных и личностных качеств обучающихся в процессе формирования коллектива единомышленников — туристской походной группы;

• развитие рефлексии — способности осознавать и оценивать свои мысли и действия со стороны, соотносить результат своей деятельности и деятельности товарищей с поставленной целью.

**II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

 Кружок «Юный турист: изучаю родной край» призвано комплексно обеспечивать процессы развития, обучения, воспитания и оздоровления подрастающего поколения. Школьный краеведческий музей занимает в туристско-краеведческой деятельности особое место, выступая как своеобразная моделирующая система культуры, играющая огромную роль в воспитании личности. История страны, города (своего населённого пункта), своей школы, улицы, пропущенная через собственный жизненный опыт, через пробуждение чувства сопричастности, эмоционального сострадания и соучастия, — вот что воспитывает младшего школьника как настоящего патриота и гражданина.

**ΙΙΙ. Описание места КуРСА в учебном плане**

Программа занятий рассчитана на 33 ч в год — по 1 ч в неделю.

**ΙV. Описание ценностных ориентиров содержания КУРСА**

 Педагогическая эффективность кружка будет выше, если каждый участник туристской прогулки, сюжетно-ролевой игры, экскурсии или похода

будет выполнять посильные и интересные для него поручения. Дети могут самостоятельно распределить следующие социально-профессиональные роли: командир, ремонтный мастер, направляющий, замыкающий, штурман, проводник, дежурный, костровой, санинструктор, завхоз по снаряжению, знаток погоды, знаток птиц, знаток растений, знаток трав, знаток достопримечательностей, знаток туристской кухни, знаток водотоков и водоёмов, знаток рыб, знаток туристской фотографии, знаток туристских песен, знаток истории родного края и т. п.

 Совершенствуя полученные в начальном образовании универсальные учебные действия, обучающиеся получают новые теоретические знания и практические умения в области истории и культуры малой родины через различные виды практико-ориентированной деятельности в системе должностно- ролевого туристско-краеведческого самоуправления, проявляют уважение к прошлому бережное отношение к реликвиям прежних времён, а также в процессе обучения формируется патриотизм и потребность сохранить для других поколений исторические, природные, материальные, художественные и культурные ценности родного края.

 Ведущим методом внеурочной деятельности является метод решения практических задач (познавательных, исполнительских, творческих).

 В работе с младшими школьниками используются следующие методические приёмы:

• введение и поддержание «корпоративных норм» — «Кодекса чести юного путешественника»;

• инициирование и педагогическое сопровождение должностно- ролевого самоуправления в туристской группе;

• организация деятельности на принципах коллективного планирования, организации и анализа действий;

• организация воспитывающей предметно-эстетической среды, окружающей младших школьников;

• предоставление воспитывающей и эмоционально насыщенной информации,

активизирующей познавательную деятельность, совместное обсуждение;

• проблематизация тех отношений младших школьников к миру, к людям, к самим себе, которые педагог считает социально опасными для их личностного развития.

**V. личностные, метапредметные и предметные**

**результаты освоения КУРСА**

Требования к результатам освоения программы задают критерии оценки личностных, метапредметных и предметных результатов на каждом году обучения.

 Результатом внеурочной деятельности являются универсальные учебные действия: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные.

 К **личностным** результатам относится система ценностных ориентаций младшего школьника, отражающих его индивидуально-личностные, позиции, мотивы и отношение к активному участию во внеурочной деятельности, социальные чувства, личностные качества. Личностные универсальные учебные действия выражаются формулами «Я и природа», «Я и другие люди», «Я и общество», «Я и познание», «Я и Я», что позволяет младшему школьнику выполнять разные социальные роли («гражданин», «школьник», «ученик», «собеседник», «одноклассник» и др.) и профессиональные роли («путешественник», «знаток», «дежурный», «командир», «капитан», «штурман» и др.).

 К **метапредметным** результатам относятся освоенные младшим школьником универсальные способы деятельности, применимые как в рамках внеурочной деятельности (образовательного процесса), так и в реальных жизненных ситуациях.

 *Регулятивные универсальные учебные действия* отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).

 *Познавательные универсальные учебные действия* — система способов познания окружающего мира, самостоятельного процесса поиска, исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации.

 К **предметным** результатам относятся усвоенные младшим школьником в процессе внеурочной деятельности знания, умения, навыки и специальные компетенции; опыт творческой деятельности; опыт познавательной деятельности; опыт коллективной самодеятельности в туристской группе (команде); опыт социально-профессиональных ролей в системе должностно-ролевого туристско-краеведческого самоуправления; ценностные установки, специфичные для туризма и краеведения, межличностной коммуникации.

 *Коммуникативные универсальные действия* — способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных внеучебных ситуациях; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме.

 Воспитательные результаты внеурочной деятельности младших школьников распределяются по трём уровням.

 *1. Результаты первого уровня* (приобретение младшим школьником социальных знаний, понимание социальной реальности в повседневной жизни): приобретение знаний о правилах ведения здорового образа жизни, об основных нормах гигиены, о технике безопасности при занятии физическими упражнениями и туризмом, способах и средствах передвижения на местности пешком и на лыжах, способах ориентирования на местности и об элементарных правилах выживания в природе, о принятых в обществе нормах отношения к природе, к памятникам истории и культуры, российских традициях памяти героев отечественных войн, русских народных играх, о правилах конструктивной групповой деятельности на туристской прогулке и экскурсии, об основах организации коллективной деятельности в туризме и краеведении, о способах организации досуга, о способах самостоятельного поиска, нахождения и обработки информации.

 *2. Результаты второго уровня* (формирование позитивного отношения младших школьников к базовым ценностям российского общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностных отношений обучающихся к своему здоровью и здоровью окружающих людей, к физкультуре и занятиям туризмом, к природе, к малой родине и родному Отечеству его истории и народу, к труду, к другим людям.

 *3. Результаты третьего уровня* (приобретение младшими школьниками опыта самостоятельного социального действия): приобретение обучающимся опыта актуализации физкультурно-оздоровительной деятельности в социальном пространстве, опыта заботы о младших и организации их досуга, опыта волонтёрской деятельности,

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

 При достижении трёх уровней результатов внеурочной деятельности возрастает вероятность появления социокультурной идентичности, социально-коммуникативных компетенций и компетенции в сфере сохранения и укрепления здоровья.

 *Социокультурная идентичность* — осознание младшим школьником себя в контексте управления социокультурным пространством собственного существования, принятие себя как субъекта социокультурного взаимодействия, личности и индивидуальности.

 *Социально-коммуникативная компетенция* предполагает высокую степень эффективности самовыражения и самореализации младшего школьника в социальном взаимодействии (при соблюдении этикета, принципов коммуникативной толерантности), осознанное позиционирование себя как субъекта межличностного взаимодействия, владение управленческими (организаторскими) компетенциями (изучение потребностей аудитории, поиск наиболее адекватных вариантов удовлетворения потребностей и т. д.).

**Содержание курса «Юный турист: изучаю родной край»**

 **Введение (1ч)**

 Польза и значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека.

 Роль краеведения в познании окружающего мира и самого себя.

 Оздоровительный эффект чистого воздуха лесов, лугов и полей.

Оздоровительный эффект от водных процедур.

 Движение — ходьба пешком и на лыжах укрепляет костно-мышечную систему, сердце, лёгкие и другие органы человека.

 **Правила поведения юных путешественников (2 ч)**

 Правила поведения юных путешественников на занятиях (во внеурочной деятельности) в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу).

 Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Правила поведения на экскурсии по зданию школы или в школьном краеведческом музее.

 Порядок хранения туристского снаряжения, оборудования и инвентаря. Обязанности завхоза по снаряжению.

 Правила обращения с колюще-режущими предметами, электроприборами, предметами бытовой химии и медикаментами.

 Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, на территории школы, дома и на природе.

Телефоны аварийных служб.

«Кодекс чести юного путешественника».

 Правила поведения участников физкультурно-туристских состязаний, соревнований и игр. Права и обязанности участников. Капитан команды, его права и обязанности, взаимоотношения капитана и участников команды.

Форма организации обучения:

— изучение правил поведения юных путешественников и техники безопасности, действий в аварийных ситуациях;

— принятие «Кодекса чести юного путешественника».

Универсальные учебные действия:

— понимать и выполнять правила поведения юных путешественников в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу);

— понимать и выполнять требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями;

— соблюдать порядок хранения туристского снаряжения, оборудования и инвентаря;

— выполнять обязанности завхоза по снаряжению;

— выполнять правила пожарной безопасности и поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, на территории школы, дома и на природе;

— соблюдать «Кодекс чести юного путешественника»;

— соблюдать правила поведения участников физкультурно-туристских состязаний, соревнований и игр;

— выполнять права и обязанности участников физкультурно-туристских состязаний, соревнований и игр;

— выполнять права и обязанности капитана команды и участников команды;

— выполнять обязанности санинструктора туристской группы;

— обсуждать работу друг друга и коллектива (команды) в целом;

— овладевать опытом исполнительской деятельности в системе должностно- ролевого самоуправления.

 **Азбука туристско-бытовых навыков (4 ч)**

 Общественно полезные и личностно значимые дела юных путешественников на экскурсиях и туристских прогулках.

 Должностно -ролевая система самоуправления в группе, взаимопомощь в туристской группе. Распределение обязанностей (ролей) юных путешественников в группе. Смена дежурных должностей в течение года.

 Правила поведения на туристской прогулке, экскурсии в парке (лесу). Правила поведения во время различных природных явлений (грозы, сильного ливня, тумана и пр.). Правила безопасности при встрече с дикими и домашними животными. Необходимость выполнения требований педагога и старших друзей; соблюдение тишины.

 Личное снаряжение юного путешественника для участия в туристской прогулке или экскурсии. Требования к рюкзачку юного путешественника. Обувь для лета, межсезонья и зимы. Требования к одежде(бельё, спортивный костюм, куртка, брюки, ветровка, головной убор, дождевик, рукавицы и пр.). Личная посуда и средства личной гигиены .

 Требования к упаковке продуктов для приёма пищи на прогулке или экскурсии. Укладка и регулировка рюкзачка. Умение подобрать личное снаряжение в соответствии с конкретными погодно-климатическими условиями и сезоном года. Уход за личным снаряжением.

 Групповое снаряжение и уход за ним: кухонная клеёнка, упаковка для продуктов, требования и правила ухода за ними. Тенты и палатки:

их назначение, устройство и правила ухода за ними. Фотоаппарат и мобильный телефон в туристской группе. Обязанности юного фотокорреспондента. Маршрутные документы и карты в путешествии, их хранение. Ремонт и сушка снаряжения после путешествия (прогулки).

 Ремонтный набор. Назначение предметов ремонтного набора и правила обращения с ними. Обязанности ремонтного мастера группы. Организация ремонта личного и группового снаряжения.

 Организация биваков и охрана природы. Понятия: бивак, охрана природы. Требования к бивакам: наличие укрытия, дров, источника питьевой воды, безопасность, эстетичность, экология. Устройство и оборудование бивака: оборудование кострища, место для приёма пищи, отдыха, гигиены и умывания, забора воды и мытья посуды. Охрана природы в туристском походе или на экскурсии. Установка палатки, тента для палатки. Снятие палатки и её упаковка для транспортировки.

 Типы костров: «Шалаш», «Колодец», «Таёжный», «Нодья», «Звёздный» — и их назначение. Определение места для костра на туристском биваке. Соблюдение правил пожарной безопасности и охрана природы. Заготовка хвороста и валежника для костра. Разведение костров в туристическом  походе.  Обязанности кострового туристской группы.

 Основные туристские узлы: прямой, проводник простой и ткацкий.

Их свойства, назначение и использование. Вязка узлов по названию и по их назначению (для крепления верёвки на опоре, связывания верёвок одинакового диаметра, проводники).

 Организация приёма пищи (приготовление пищи) на туристской прогулке в однодневном походе (летом, осенью, весной и зимой). Перекус и его организация. Техника безопасности при приготовлении пищи.

Соблюдение требований гигиены при сервировке туристского стола в походно-полевых условиях. Обязанности дежурных по кухне. Обязанности знатока туристской кухни — повара группы.

 Правильный подбор лыж и лыжных палок. Подбор лыж и снаряжения для участия в лыжной туристской прогулке. Умение правильно одеваться для лыжной прогулки или занятий.

**Я, моё тело и моё здоровье (4ч).**

 Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации чаепития и перекусов. Личная гигиена на занятиях физкультурой и туризмом. Зарядка. Комплекс физических упражнений для утренней зарядки. Утренний и вечерний туалет. Соблюдение гигиенических требований. Уход за личным снаряжением. Обязанности санитара туристской группы.

 Дневник самонаблюдений за состоянием здоровья и самочувствия.

Роль родителей и обучающегося в ведении дневника.

 Общая физическая подготовка и оздоровление организма. Комплекс физических упражнений и подвижные игры для развития общей и специальной выносливости. Бег с препятствиями и по пересечённой местности. Развитие функциональных возможностей ребёнка (гимнастика, ходьба по пересечённой местности, спортивные игры, ходьба на лыжах). Развитие силы. Гигиена на занятиях физическими упражнениями.

 Оказание первой доврачебной помощи при порезах, ссадинах, ушибах, мозолях. Характеристика травм. Необходимая помощь. Способы обработки. Профилактика. Требования по соблюдению питьевого режима во время занятий физическими упражнениями, во время экскурсии и туристической прогулки. Способы обеззараживания воды для питья и приготовления пищи.

Выносливость и сила воли, их формирование в туризме.

**Азбука туристского ориентирования (4ч).**

 Я и мой дом, моя школа, школьный двор. Выявление представлений обучающихся о своём доме (квартире), школе и школьном дворе; назначении различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора.

 Ориентирование по сторонам горизонта. Понятия: горизонт, стороны горизонта, ориентирование. Туристское ориентирование. Стороны горизонта. Определение сторон горизонта по солнцу, объектам растительного и животного мира, по местным признакам. Определение сторон горизонта в условиях парка (леса) или района школы, на пришкольном участке.

 Компас и его устройство. Компас — прибор для определения сторон горизонта. Устройство компаса и его работа. История компаса. Обязанности штурмана группы.

Ориентирование по компасу, азимут. Определение сторон горизонта по компасу. Ориентирование по компасу. Знакомство с понятием «азимут». Определение азимутов (90, 180, 270 и 360) на предметы с помощью компаса. Правила работы с компасом. Определение азимутов (90, 180,270 и 360) на контрольном пункте, установленных на школьном дворе. Определение азимутов (90, 180, 270 и 360) на удалённые предметы во время туристской прогулки. Ориентирование по компасу и плану. Чтение плана местности (школьного двора). Ориентирование плана местности по компасу, по предметам  на местности. Движение по плану местности при помощи компаса.

**В гостях у путешественников — героев сказок (3ч).**

 Русские народные сказки и сказки народов мира о путешественниках: «Лягушка-путешественница», «Маугли», «Снежная Королева», «Кот в сапогах» и др.

 Способы, которые использовали для путешествий сказочные герои: пешком (сапоги-скороходы, туфельки), на лыжах, на плавсредствах(лодки, корабли), на летательных аппаратах (ковёр-самолёт, корабли,   ступа и метла), на оленях или лошадях и т. п.

 Личностные качества героев сказок, необходимые в путешествиях: смелость, решительность, настойчивость, бесстрашие, общительность, доброта, трудолюбие, сообразительность, упорство в достижении цели, терпимость, любовь к ближнему, уважение к старшим, выносливость, мужество, хитрость, отзывчивость и др. Предметы ориентирования на местности, которые использовали сказочные герои: растения, звёздное небо, легенды (описание и рассказы), карты (планы), дорожно-тропиночная сеть, речные системы и т. д.

«Проводники» — путеводители сказочных героев в сказках: клубок ниток, перья птиц, сказочные герои и животные. Способы преодоления естественных препятствий сказочными героями.

Театрализованная постановка различных сказок в туристском путешествии.

 **Путешествие во времена года (4ч).**

 Снаряжение юного путешественника, необходимое для наблюдений за явлениями в природной среде и выполнения краеведческих, исследовательских заданий: карта (план местности), блокнот, карандаши, ластик, линейка, компас, термометр, мерная лента, лупа, определители растений,

птиц, насекомых, следов животных и т. д.

 Природное наследие. Изменения в природе. Растения и животные родного края. Сезонные изменения в жизни фауны и флоры. Фауна и флора леса, луга, берега реки. Природные материалы для изготовления поделок, сувениров, картин и пр. Необычные, причудливые формы рельефа, растений. Голоса птиц и животных, следы их жизнедеятельности. Оказание помощи братьям меньшим. Правила поведения и наблюдения за природой во время экскурсии. Подведение итогов экскурсии. Краеведческие задания и их выполнение. Краеведческие должности знатоков

природы: метеоролог, ботаник, зоолог, орнитолог, краевед-географ, краевед-эколог и т. п.

 Ведение совместно с родителями дневников наблюдений и впечатлений. Создание рисунков на тему «Зимний лес», аппликаций «Осенняя сказка» и т. п. Рисунки о том, что или кого увидели юные путешественники на туристской прогулке, во время экскурсии в парк.

 Экскурсии в парк (лес), на   луг, на берег реки. Выполнение краеведческих заданий (сбор листвы различных пород деревьев, сбор отпечатков, следов животных и птиц, сбор лекарственных растений и пр.). Цели и задачи экскурсии. Правила поведения на экскурсии. Подведение итогов экскурсии. Соблюдение правил поведения и культуры общения в природной среде. Умение слушать экскурсовода и правильно осматривать объекты экскурсии (растения, животных, птиц и следы их жизнедеятельности).

Помнить цель экскурсии — узнать и увидеть что-то новое, интересное. Умение не бояться задавать возникающие в ходе экскурсии вопросы.

 Наблюдение за природной (растительный и животный мир; живая и неживая природа) и искусственной средой. Рассказы знатоков природы о деревьях, кустарниках, травах, птицах, насекомых, животных, рельефе местности, водоёмах, сезонных изменениях в природе.

 **Путешествие в мир моей школы (2ч).**

 Знакомство детей с учебным классом, спортивным залом, школьной библиотекой, столовой, туристско-спортивной площадкой, учебным полигоном, географической площадкой, школьным садом и др.

 Цели и задачи экскурсии по школе. Правила поведения на экскурсии. Правила осмотра экспозиций и экспонатов. Подведение итогов экскурсии.

 Обязанности знатоков.

 Экскурсия в школьную библиотеку: выставка картин с изображением природы, пейзажей; выставка книг о путешественниках и природе родного края. Соблюдение правил поведения и культуры общения в музее. Умение слушать экскурсовода и правильно осматривать экспонаты. Помнить цель экскурсии — узнать и увидеть что то новое, интересное. Умение не бояться задавать возникающие в ходе экскурсии вопросы.

 **Загадки школьного двора (2ч).**

 Школа и школьный двор: местоположение в населённом пункте. План школьного двора (территории). Назначение сооружений школьного двора. Стадион и спортивная площадка школьного двора. Условные знаки плана школьного двора. Ориентировка плана школьного двора по сторонам горизонта. Масштаб. Измерение расстояний на школьном дворе.

 Виды растений (фауны) и животных (флоры) обитателей школьного двора. Школьный сад.

 Экология школьного двора: охрана природы, загрязнение территории. Участие в природоохранных акциях.

**Азбука путешественника (7ч).**

 Способы передвижения юных путешественников. Преодоление простейших естественных препятствий: канав, небольших оврагов, завалов,  зарослей кустарника, луж (без снаряжения — рюкзачка и с рюкзачком).Правила безопасного преодоления естественных и искусственных препятствий.

 Обход естественных препятствий. Прокладка маршрута движения. Обязанности штурмана и хронометриста туристской группы. Обязанности проводника и их выполнение. Взаимовыручка и взаимопомощь при преодолении препятствий. Гимнастическая самостраховка при преодолении препятствий.

 Организация движения туристской группы по тропинкам и дорожкам в парке, по песку, по лугу, по снегу (пешком и на лыжах). Преодоление водных преград по брёвнам и мосткам.

 Строй туристской группы. Интервал движения, ритм движения. Привалы и их продолжительность. Ходовое время. Скорость передвижения на туристской прогулке. Привалы «Прогоночный», «Промежуточный», «Обеденный». Распорядок походного дня.

 Преодоление склонов (спуск и подъём). Подъём, траверс и спуск по склонам с использованием альпенштоков. Переправа через условное болото по наведённым кладям (жердям), по кочкам. Переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; преодоление оврага (канавы) маятником.

 Туристская эстафета и её технические этапы. Организация взаимодействия в команде юных путешественников, взаимовыручка.

 Управление лыжами при транспортировке груза (от 2 до 5 кг) в рюкзачке. Посадка лыжника. Передвижение ступающим и скользящим шагом (без рюкзачка и с рюкзачком). Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Управление лыжами на месте: поочерёдное поднимание ноги с лыжей и движение ею по воздуху вниз и вверх, вправо и влево; поочерёдное поднимание носков лыж.

 Ходьба без палок ступающим и скользящим шагом; ходьба ступающим и скользящим шагом с палками; толчок палками; передвижение на лыжах по лыжне до 600–700 м; соревнования на лыжах (эстафеты до50 м); движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом в рюкзачке до 2–5 кг; передвижение в среднем темпе.

 Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Подвижные игры. Гимнастические упражнения.

**VΙΙ. Тематическое планирование с определением основных видов деятельности**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Количество часов | Основные виды деятельности |
| Всего | в поме щении | на местности |
| Введение. Польза и значение туризма. Виды туризма. | 1 | 1 |  | — общаться с людьми; — вести исследовательские краеведческие записи; — систематизировать и обобщать собранный краеведческий материал, оформлять его и хранить; — составлять справочную картотеку; — вести элементарную поисково-исследовательскую работу по алгоритмам; — выступать с докладами; — оформлять стенды, фотовыставки и т. п.; — работать с научно-популярной литературой; — осуществлять фотосъёмку исследуемых объектов туристского интереса; — соблюдать правила личной гигиены; — овладеть элементарными туристско-бытовыми навыками; — ориентироваться в пространстве, на местности, в своём городе; — рисовать планы местное™; — выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений; — владеть техникой перемещения на местности пешком и на лыжах с грузом-рюкзачком; — владеть техническими и тактическими приёмами преодоления естественных и искусственных препятствий.  |
| Правил а поведения юных путешественников  | 2 | 1 | 1 |
| Азбука туристско-бытовых навыков  | 4 | - | 4 |
| Я, моё тело и моё здоровье | 4 | 1 | 3 |
| Азбука туристского ориентирования  | 4 | 1 | 3 |
| В гостях у путешественников — героев сказок  | 3 | - | 3 |
| Путешествие во времена года | 4 | 1 | 3 |
| Путешествие в мир моей школы  | 2 | - | 2 |
| Загадки школьного двора | 2 | - | 2 |
| Азбука путешественника | 7 | 2 | 5 |
| **Итого** | 33 | 7 | 26 |

**VΙΙΙ. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения
образовательного процесса**

|  |  |
| --- | --- |
| **Литература для учителя** | **Список рекомендуемой литературы для учеников** |
| 1. *Багаутдинова Ф.Г.*Туристско-краеведческая деятельность учащихся начальных классов (в помощь учителю, руководителю кружка). — М.,1992.2. *Григорьев Д.В., Степанов П.В.*Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя. — М. : Просвещение, 2010.3. Комплект учебников «Физическая культура» для учащихся начальных классов общеобразовательных учреждений / *А.П. Матвеев*. — М.: Просвещение, 2011.4. Комплект учебников «Физическая культура» для учащихся 1–2 и 3–4 классов общеобразовательных учреждений / *В.Я. Барышников* и *А.И. Белоусов*под ред. *М.Я.Виленского*. — М. : Русское слово,2010.5. *Михайлова Е.В.*Формирование нравственных ценностей у младших школьников во внеурочной деятельности. — М. : Экон-Информ, 2009.6. *Поломис К.*Дети в пионерском лагере. Прогулки. Походы. Экскурсии / пер. с чеш. *С.Д. Баранниковой*. — М. : Профиздат, 1990.7. Примерные программы внеурочной деятельности. Начальное и основное образование / *В.А. Горский, А.А. Тимофеев, Д.В. Смирнов*; под ред. *В.А. Горского*. — М. :Просвещение, 2010.8. Сборник нормативно-правовых актов по туристско-краеведческой работе, организации отдыха детей и молодёжи / сост. *Ю.С. Константинов, С.В. Усков.*— М. :ФЦДЮТиК, 2006.9. Сборник программ внеурочной деятельности 1-4 классы /*под ред. Н.Ф.Виноградовой*– М.: «Вентана-Граф», 2013. | 1. *Андерсен Х.К.*«Снежная королева» и другие сказки: [пер. с дат. : для мл. возраста]. — М. : Дом, 1993.2. *Берроуз Э.*Тарзан. — СПб. : Искуство, 1991.3. *Верн Ж.*Дети капитана Гранта. — Л., 1984.4. *Верн Ж.*Пятнадцатилетний капитан. — М. : Детская литература, 1977.5. *Дефо Д.*Робинзон Крузо. — Л. : Лениздат, 1933.6. *Киплинг Р.*Маугли. — М. : Детская литература, 1986.7. *Пришвин М.М.*Моя страна. — М. : Географиздат, 1950.8. *Пушкин А.С.*Стихотворения. Поэмы. Сказки. Евгений Онегин. — М. : АСТ : Олимп, 1997.9. *Рони-старший Ж*. Борьба за огонь: повесть. — Ростов н/Д: Ростовское книжное изд-во, 1988.10. *Твен М.*Приключения Тома Сойера. Приключения Гекельберри Финна. М. : Детская литература, 1977.11. *Чуковский Н.*Водители фрегатов (Книга о великих мореплавателях). — М.: Детская литература, 1984. |

**3. Технические средства обучения.**

 Экран

 Проектор.

 Компьютер

**Календарно -тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | **Количество    часов** | **Универсальные учебные действия** | **Дата** | **Факт.** |
| **всего** | **в помещении** | **на****местности** |
| **I четверть - 8 ч.** |
| 1 | ***Введение.***Польза и значение туризма. Виды туризма. | 1 | 1 | - | —кратко характеризовать путешествия как форму познания окружающего мира и самого себя, оздоровления своего организма;—выявлять различия в основных способах передвижения человека в путешествиях;—понимать и рассказывать об оздоровительном эффекте от путешествий, оказываемом на организм человека. | 08.09  |   |
| ***Правила поведения юных путешественников*** | 2 | 1 | 1 |  |   |   |
| 2 | Правила поведения юных путешественников. |   | 1 |   | —понимать и выполнять правила поведения юных путешественников в учебном классе, спортивном зале, на учебно-тренировочном полигоне, в парке (лесу);—понимать и выполнять требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями;—соблюдать порядок хранения туристского снаряжения, оборудования и инвентаря;—выполнять обязанности завхоза по снаряжению;—выполнять правила пожарной безопасности и поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, на территории школы, дома и на природе;—соблюдать «Кодекс чести юного путешественника»;—соблюдать правила поведения участников физкультурно-туристских состязаний, соревнований и игр;—выполнять права и обязанности участников физкультурно-туристских состязаний, соревнований и игр;—выполнять права и обязанности капитана команды и участников команды;—выполнять обязанности санинструктора туристской группы;—обсуждать работу друг друга и коллектива (команды) | 15.09  |   |
| 3 | Правила поведения на экскурсии |   |   | 1 | 22.09  |   |
| ***Азбука туристско-бытовых навыков*** | 4 | - | 4 |  |   |   |
| 4 | Распределение прав и обязанностей юных путешественников в туристической группе.  |   |   | 1 | —выполнять туристские и краеведческие  обязанности членов туристской группы;—подбирать необходимое личное снаряжение для участия в туристской прогулке, экскурсии или однодневном походе с учётом сезона года и погодных условий;—соблюдать требования гигиены по уходу за личным снаряжением;—упаковывать личное снаряжение для участия в туристской прогулке, экскурсии;—осуществлять регулирование рюкзачка для туристских прогулок, путешествий;—соблюдать правила и требования упаковки снаряжения в рюкзачке;—подбирать необходимое групповое снаряжение для туристских прогулок и однодневных походов, экскурсий;—соблюдать требования по охране природы в туристской прогулке, походе или на экскурсии;—характеризовать назначение предметов ремонтного набора и правила обращения с ними;—овладевать технологиями производства элементарного ремонта личного снаряжения. |  29.09 |   |
| 5 | Сбор личного снаряжения и осуществление ухода за ним. |   |   | 1 | 06.10  |   |
| 6 | Групповое снаряжение в путешествиях и на экскурсиях. |   |   | 1 | 13.10  |   |
| 7 | Организация приёма пищи на туристической прогулке. |   |   | 1 | 20.10  |   |
| ***Я, моё тело и моё здоровье*** | 4 | 1 | 3 |  |   |   |
| 8 | Правила личной гигиены. |   | 1 |   | —соблюдать правила личной гигиены при занятиях туризмом;—выполнять комплекс физических упражнений для утренней зарядки;—осваивать навыки ведения дневника самонаблюдений за состоянием здоровья и самочувствия;—взаимодействовать в процессе подвижных игр, в игровой и соревновательной деятельности;—овладевать навыками ходьбы по пересечённой местности, ходьбы на лыжах с грузом-рюкзачком;—овладевать навыками оказания первой доврачебной помощи при порезах, ссадинах, ушибах, мозолях;—соблюдать питьевой режим во время занятий физическими упражнениями, во время экскурсии и прогулки;—проявлять качества выносливости, аккуратности, доброжелательности, исполнительности, силы воли и др. | 10.11  |   |
| 9 | Бег с препятствиями. |   |   | 1 |  17.11 |   |
| 10 | Оказание первой доврачебной помощи. |   |   | 1 |  24.11 |   |
| 11 | Способы обеззараживания воды. |   |   | 1 |  01.12 |   |
| ***Азбука туристического ориентирования*** | 4 | 1 | 3 |  |  |   |
| 12 | Я  и мой дом, моя школа, школьный двор.История и устройство компаса. |   | 1 |   | —выявлять характерные особенности своего дома (квартиры), школы и школьного двора;—определять назначение различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора, выявлять различия в их назначении;—пересказывать маршрут движения;—определять стороны горизонта;—выявлять и характеризовать отличительные признаки условных обозначений на планах местности в зависимости от цвета;—осваивать технику ориентирования по карте и компасу на местности;—проявлять внимательность и сосредоточенность;—соблюдать правила работы с компасом и картой; |  08.12  |   |
| 13 | Ориентировка по сторонам горизонта. |   |   | 1 | 15.12  |   |
| 14 | Определение азимутов. |   |   | 1 |  22.12 |   |
| 15 | Ориентирование по компасу. |   |   | 1 | 29.12 |   |
| ***В гостях у путешественников - героев сказок*** | 3 | - | 3 |  |   |   |
| 16 | Русские народные сказки и сказки народов мира о путешественниках.Способы, которые использовали для путешествий сказочные герои. |   |   | 1 | —описывать и характеризовать сказочных персонажей как путешественников;—выявлять положительные и отрицательные качества сказочных героев-путешественников;—выявлять и описывать способы преодоления естественных препятствий сказочными персонажами;—участвовать в сюжетно-ролевой театрализованной игре;—примерять на себя качества сказочных персонажей;—оценивать деятельность сказочных персонажей, формулировать выводы;—формировать личностные качества: смелость, решительность, настойчивость, общительность, доброту, трудолюбие, сообразительность, упорство в достижении цели, терпимость, любовь к ближнему, уважение к старшим, выносливость, мужество, отзывчивость и др.;—взаимодействовать при инсценировании сказок;—общаться и взаимодействовать в игровой деятельности. |  12.01  |   |
| 17 | Предметы ориентировки на местности, которые использовали сказочные герои. |   |   | 1 | 19.01  |   |
| 18 | Способы преодоления естественныхпрепятствий сказочными  героями. |   |   | 1 | 26.01  |   |
| ***Путешествие во времена года*** | 4 | 1 | 3 |  |   |   |
| 19 | Снаряжения необходимые для наблюдений за явлениями в природной среде. |   | 1 |   | —осваивать методы организации наблюдений в природной среде за объектами животного и растительного мира;—осваивать алгоритмы выполнения исследовательских краеведческих заданий;—взаимодействовать в звеньях, группах «знатоков» при выполнении исследовательских краеведческих заданий;—обучать универсальным умениям: управлять эмоциями в процессе экскурсий и наблюдений, организовывать наблюдения за природными явлениями;—обучать умению формулировать вопросы к экскурсоводу;—развивать усидчивость, аккуратность, внимательность, наблюдательность, последовательность;—осваивать навыки ведения дневников наблюдений (впечатлений);—изготавливать различные поделки из природных материалов (листьев деревьев, сучьев,плодов и т. п.);—организовывать наблюдения за следами жизнедеятельности птиц и животных;—оценивать сезонные изменения в природе, поведении птиц и животных; | 02.02 |   |
| 20 | Сбор природного материала. |   |   | 1 |  09.02 |   |
| 21 | Экскурсия в парк. Оказание помощи братьям меньшим. |   |   | 1 |  16.02  |   |
| 22 | Экскурсия «Наблюдение за природой» |   |   | 1 | 24.02 |   |
| ***Путешествие в мир моей школы*** | 2 | - | 2 |  |   |   |
| 23 | Экскурсия по школе. Правила поведения на экскурсии. |   |   | 1 | —пересказывать и составлять тексты по результатам наблюдений за природными объектами на экскурсии;—формулировать вопросы, возникающие в ходе экскурсий, прогулок; | 02.03   |   |
| 24 | Экскурсия в школьную библиотеку. Умение слушать экскурсовода. |   |   | 1 | 09.03 |   |
|   | ***Загадки школьного двора*** | 2 | - | 2 |  |   |   |
| 25 | Ориентировка плана школьного двора. Масштаб. |   |   | 1 | —общаться и взаимодействовать при выполнении исследовательских заданий;—составлять описание школьного двора и обсуждать назначение его сооружений;—характеризовать зелёные насаждения школьного двора, их назначение и видовой состав;—рисовать план школьного двора; | 16.03 |   |
| 26 | Экология школьного двора: охрана природы. |   |   | 1 |  30.03 |   |
| ***Азбука путешественника*** | 7 | 2 | 5 |  |   |   |
| 27 |  Обязанности штурмана и хронометриста.Способы передвижения. |   | 1 |   | —самостоятельно наблюдать погодные условия и описывать их;—осваивать универсальные умения по передвижению пешком или на лыжах с грузом-рюкзачком;—осваивать навыки и технику преодоления естественных препятствий при передвижении пешком с грузом и без;—осваивать технику физических упражнений прикладной направленности;—выявлять характерные ошибки при передвижении пешком или на лыжах с грузом;—проявлять силу и выносливость при передвижении на местности;—соблюдать правила техники безопасности при передвижении на местности;—моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах при транспортировке груза в рюкзачке;—проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций на лыжах различными способами передвижения;—применять правила подбора одежды для занятий туризмом с учетом состояния погоды и сезона года;—принимать адекватные решения при возникновении аварийных ситуаций на маршруте (прогулке);—проявлять быстроту и ловкость во время подвижных игр на местности на лыжах;—организация командного взаимодействия в играх на местности, в эстафетах. | 06.04   |   |
| 28 | Привалы. Распорядок походного дня. |   | 1 |   | 13.04  |   |
| 29 | Обход естественных преград. Прокладка маршрута движения. |   |   | 1 | 20.04  |   |
| 30 | Преодоление препятствий: канав, зарослей, завалов, кустарников. |   |   | 1 | 27.04   |   |
| 31 | Организация движения туристической группы по тропинкам, по песку, по лугу. |   |   | 1 | 04.05 |   |
| 32 | Преодоление склонов и спусков. |   |   | 1 |  11.05 |   |
| 33 | Туристическая эстафета. |   |   | 1 |  18.05  |   |
|  | **ИТОГО** | **33** | **7** | **26** |  |  |  |