

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 17»
(МАОУ СОШ № 17)**

Тюменская область, г.Тобольск 7А микрорайон, дом 6а, тел./факс 8 (3456) 39-48-66, E-mail: schkola17@mail.ru

Рассмотрено
на заседание методического
объединения учителей
начальных классов,
(протокол от 26.08.2016 №1)

Согласовано
на методическом
совете
(протокол от 26.08.2016 №1)



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Юный турист: изучаем родной край»
(духовно-нравственное направление
срок реализации – 4 года, 135 часов)

Составители программы:
Козлова О.Г.
педагог дополнительного образования

Тобольск, 2016

1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности «Юный турист: изучаю родной край»

Программа внеурочной деятельности «Юный турист: изучаю родной край» разработана в соответствии с федеральным государственным стандартом начального общего образования (2009 г.). Внеурочная деятельность предполагает интеграцию формального (начального) и неформального образования следующих видов: игровой, познавательной, физкультурно-оздоровительной и туристско-краеведческой.

Программа туристической деятельности с младшими школьниками тесно связана с содержанием следующих учебных дисциплин: «Окружающий мир», «Физическая культура», «Литературное чтение», «Технология» и др. Более того, виды и направления внеурочной деятельности интегрируют результаты учебной деятельности - универсальные учебные действия в конкретных формах организации активной практико-ориентированной деятельности (самостоятельности) учащихся в туризме и краеведении, что, собственно, и обеспечивает их взаимосвязь и формирование качественно новых универсальных учебных действий.

Предметами деятельности кружка являются:

- наблюдения за явлениями природы и социальной средой в ближнем окружении учащегося (родной край: школа, микрорайон, город);
- двигательная деятельность общеразвивающей направленности в процессе занятий туризмом;
- способы организации безопасной жизнедеятельности человека в природной и социальной среде, представленные в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих физическое и психоэмоциональное здоровье младшего школьника, а также сохранение окружающего мира;
- изучение природного и культурно-исторического наследия России.

В процессе игры во внеурочной деятельности (на туристской прогулке, в походе или на экскурсии) выявляются индивидуальные особенности поведения ребёнка в различных сюжетно-ролевых ситуациях, раскрываются личностные качества, вырабатываются и постигаются определённые морально-нравственные ценности и культурные традиции.

Реализация содержания предлагаемой программы рассчитана на год занятий. Содержание программы предполагает проведение занятий, как на базе стационарной классной комнаты, так и на базе спортивного зала, школьного двора, парка или лесного массива.

Каждое занятие предполагает организацию игровой, познавательной, физкультурно-оздоровительной и туристско-краеведческой деятельности учащихся с элементами выполнения социально-профессиональных ролей в системе должностно - ролевого туристско - краеведческого самоуправления. Проектирование «индивидуальных образовательных маршрутов» педагогу необходимо осуществлять совместно с родителями учащихся. При этом продвижение учеников по «индивидуальным образовательным маршрутам» должно проходить через следующие образовательные области: словесность, естествознание, искусство, физическая культура и оздоровительно-познавательный туризм, социальная практика, технология и др.

Совершенствуя полученные в начальном образовании универсальные учебные действия, учащиеся 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 педагогу рекомендуется использовать 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.

Личностные, метапредметные и предметные результаты

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 учащегося 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 самодетельности 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 учащегося осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных внеучебных ситуациях; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме.

Планируемые результаты

По окончании занятий внеурочной деятельности по предлагаемой программе учащиеся должны обладать определёнными знаниями, умениями и навыками в вопросах туризма и краеведения, которые можно применять в социальной практике, в туристских походах и путешествиях, в межличностной коммуникации, в быту и обществе, при продолжении образования в основной школе.

Учащиеся должны **знать**:

- основные этапы истории туризма;
- основные виды туризма;
- основные социальные функции туризма и краеведения;
- ведущие музеи, исторические и памятные места своего микрорайона и города;
- историю своей школы, её традиции;
- основные вехи истории родного края;
- жизнь и деятельность выдающихся путешественников, соотечественников, внёсших вклад в развитие туризма;
- азбуку туристско-краеведческой деятельности;
- правила поведения в музеях и других общественных местах;
- сущность и специфические особенности организации путешествий;
- основы методики проведения поисково-исследовательской работы;
- основы методики оформления краеведческого исследования;
- основные термины, применяемые в детском туризме и краеведении;
- основные принципы сохранения здоровья и здорового образа жизни;
- основные виды растительного и животного мира своего края;
- способы передвижения и преодоления естественных и искусственных препятствий в пешеходных и лыжных путешествиях;
- способы охраны природы в туристском путешествии.

Учащиеся должны **уметь**:

- 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 местности;

- 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.

Учащиеся должны обладать следующими **качествами**:

- инициативностью;
- аккуратностью;
- коммуникабельностью;
- целеустремлённостью;
- самокритичностью;
- творческой активностью;
- способностью к оказанию взаимопомощи;
- самостоятельностью;
- исполнительностью;
- способностью к взаимодействию в команде;
- физической активностью;
- выносливостью;
- упорством в достижении поставленных целей;
- уважением к старшим, родителям, семейным традициям;
- милосердием, заботой о старших и младших;
- экологической культурой;
- любовью к своей малой родине;
- трудолюбием.

2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

Формы организации: групповые, индивидуальные, работа в паре, коллективные. комбинированные занятия

Содержание	Виды деятельности
Введение 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.	Экскурсии, теоретические занятия, практические упражнения
Правила поведения юных путешественников 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	Практические занятия, ролевые игры, конкурсы, физкультурно-туристские состязания,

время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Правила поведения юных путешественников 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»: • юные путешественники — хорошие товарищи и друзья. Они не ссорятся, дружно и коллективно делают общее дело, помогают друг другу; • юные путешественники вместе готовят и совершают туристские прогулки, экскурсии; участвуют в физкультурно-оздоровительных играх, состязаниях и соревнованиях. Стараются, чтобы каждое совместное мероприятие было хорошо подготовлено и интересно проведено, а затем красиво были оформлены его результаты. По завершении каждого мероприятия они доброжелательно обсуждают работу друг друга и коллектива (команды) в целом. Достижения и успех каждого для всех большая радость; • юные путешественники стремятся добросовестно выполнять порученные им дела. Каждый член туристского коллектива готовит и организует проведение порученного ему коллективом или педагогом задания по экскурсии или туристской прогулке, а по их окончании оформляет результаты в рисунках, поделках и в других формах. Юные путешественники стараются, чтобы задание было выполнено полностью, аккуратно и в срок; • юные путешественники выполняют девизы: «В здоровом теле — здоровый дух», «Чистота — залог здоровья». Обязанности санинструктора туристской группы. Правила поведения участников физкультурно-туристских состязаний, соревнований и игр. Права и обязанности участников. Капитан команды его права и обязанности, взаимоотношения капитана и участников команды.	соревнования и игры, экскурсии
Азбука туристско-бытовых навыков 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.	Экскурсии, туристические прогулки, ролевые игры, практические упражнения, походы, подвижные игры

Смена дежурных должностей в течение года.
Правила поведения при участии в туристской прогулке, экскурсии в парк (лес). 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 рюкзаку 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 рюкзака. 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 фотокор-респондента. 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 туристском 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 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 учащегося 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.	Подвижные игры, физические упражнения, практические задания, теоретические занятия
Азбука туристского ориентирования Я и мой дом, моя школа, школьный двор. Выявление представлений учащихся 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.	Туристические упражнения, ролевые игры

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 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.	Театрализованные постановки, эстафеты, путешествия
Путешествие во времена года 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.	Краеведческие экскурсии, исследовательские проекты, задания упражнения

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 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 в школьный музей. Правила осмотра экспозиций и экспонатов. Подведение итогов экскурсии. Обязанности знатоков. Экскурсия в школьный краеведческий музей, 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.	Экскурсии
Загадки школьного двора	Экологические

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.	проекты, задания
Азбука путешественника Способы передвижения юных путешественников. Преодоление простейших естественных препятствий: канав, небольших оврагов, завалов, зарослей кустарника, луж (без снаряжения — рюкзака и с рюкзаком). 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 рюкзаке. Посадка лыжника. Передвижение ступающим и скользящим шагом (без рюкзака и с рюкзаком). Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Управление лыжами на месте: поочерёдное поднятие ноги с лыжей и движение ею по воздуху вниз и вверх, вправо и влево; поочерёдное поднятие носков лыж. Ходьба без палок ступающим и скользящим шагом; ходьба ступающим и скользящим шагом с палками; толчок палками; передвижение на лыжах по лыжне до	Туристские эстафеты, подвижные игры, гимнастические упражнения

600-700 м; соревнования на лыжах (эстафеты до 50 м); движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом в рюкзаке 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.	
--	--

3. Тематическое планирование 1 класс

№ п/п	Тема занятий	Количество часов
Введение		1
1.	Польза и значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека.	1
Азбука туристско-бытовых навыков		4
2.	Правила поведения юных путешественников.	1
3.	Личное снаряжение юного путешественника.	1
4.	Оздоровительный эффект чистого воздуха лесов, лугов и полей. Оздоровительный эффект от водных процедур.	1
5.	Движение — ходьба пешком и на лыжах на прогулке укрепляет костно-мышечную систему, сердце, лёгкие и другие органы человека	1
Я, моё тело и моё здоровье		4
6.	Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации чаепития и перекусов.	1
7.	Зарядка. Комплекс физических упражнений для утренней зарядки.	1
8.	Подвижные игры для развития общей и специальной выносливости.	1
9.	Первая помощь при порезах, ссадинах, ушибах, мозолях.	1
Азбука туристского ориентирования		4
10.	Я и мой дом, моя школа, школьный двор.	1
11.	Стороны горизонта. Ориентирование по местным признакам.	1
12.	Практическое занятие по закреплению навыков ориентирования. Игра на местности. «Путешествие по экологической тропе»	2
В гостях у путешественников - героев сказок		3
13.	Русские народные сказки и сказки народов мира о путешественниках: «Лягушка-путешественница», «Маугли», «Снежная королева», «Кот в сапогах» и др	1
14.	Способы, которые использовали для путешествий сказочные герои: пешком, на лыжах, на плавсредствах, летательных аппаратах, на оленях или лошадях.	1
15.	Театрализованное инсценирование сказок в заочном туристском путешествии.	1
Путешествие во времена года		4
16.	Снаряжение юного путешественника, необходимое для наблюдений за явлениями в природной среде.	1
17.	Народные приметы в разные времена года.	1
18.	Мастерская природы. Природные материалы для изготовления поделок, сувениров, картин и пр.	1
19.	Знакомство с писателями и их творчеством. Рассказы «знатоков природы» о деревьях, кустарниках, травах, птицах, насекомых, животных, рельефе местности, водоёмах, сезонных изменениях в природе.	1
Путешествие в мир моей школы		2
21	Знакомство с историей школы, её традициями, учителями, ветеранами педагогического труда, учениками.	1

22	Экскурсия в школьный краеведческий музей, библиотеку.	1
Загадки школьного двора		2
23	План школьного двора (территории). Стадион и спортивная площадка школьного двора.	1
24	Виды растений (флора) - обитателей школьных коридоров и кабинетов.	1
Азбука путешественника		8
25	Способы передвижения юных путешественников.	1
26	Игры на развитие быстроты, силовых качеств, выносливости, гибкости и координационных способностей.	1
27	Игры на развитие быстроты, силовых качеств, выносливости, гибкости и координационных способностей.	1
28	Игры на развитие быстроты, силовых качеств, выносливости, гибкости и координационных способностей.	1
29	Игры на развитие быстроты, силовых качеств, выносливости, гибкости и координационных способностей.	1
30	Подвижные игры и упражнения на развитие быстроты, силовых качеств, выносливости, гибкости и координационных способностей.	1
31	Подвижные игры и упражнения на развитие быстроты, силовых качеств, выносливости, гибкости и координационных способностей.	1
32	Туристская эстафета и её технические этапы. Организация взаимодействия в команде юных путешественников, взаимовыручка.	1
Правила поведения юных путешественников		1
33	Зачетное мероприятие (однодневный поход). Соревнования «Папа, мама и я – туристская семья».	1
Итого:		33 часа

Тематическое планирование 2 класс

№ п/п	Тема занятий	Количество часов
Введение		1
1.	Польза и значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека.	1
Азбука туристско-бытовых навыков		4
2.	Польза и значение туризма. Виды туризма.	1
3.	Роль краеведения в познании окружающего мира и самого себя.	1
4.	Оздоровительный эффект чистого воздуха лесов, разнотравных лугов и полей. Оздоровительный эффект от водных процедур.	1
5.	Движение — ходьба пешком и на лыжах на прогулке укрепляет костно-мышечную систему, сердце, лёгкие и другие органы человека	1
Я, моё тело и моё здоровье		4
6.	Правила соблюдения личной гигиены на туристских прогулках, при организации чаепития и перекусов.	1
7.	Личная гигиена на занятиях физкультурой и туризмом. Зарядка. Комплекс физических упражнений для утренней зарядки.	1
8.	Комплекс физических упражнений и подвижные игры для развития общей и специальной выносливости.	1
9.	Оказание первой доврачебной помощи при порезах, ссадинах, ушибах, мозолях. Профилактика.	1
Азбука туристского ориентирования		4
10.	Я и мой дом, моя школа, школьный двор. Выявление представлений учащихся о своём пространстве. Ориентирование по сторонам горизонта.	1
11.	Знакомство с компасом и его устройством. Компас — прибор для определения сторон горизонта. Устройство компаса и его работа. История компаса.	1
12.	Практическая работа. Определение сторон горизонта по местным признакам.	1
В гостях у путешественников — героев сказок		3
13.	Русские народные сказки и сказки народов мира о путешественниках: «Лягушка-путешественница», «Маугли», «Снежная королева», «Кот в сапогах» и др.	1
14.	Способы, которые использовали для путешествий сказочные герои: пешком, на лыжах, на плавсредствах, летательных аппаратах, на оленях или лошадях.	1
15.	Театрализованное инсценирование сказок в туристском путешествии.	1
Путешествие во времена года		4
16.	Снаряжение юного путешественника, необходимое для наблюдений за явлениями в природной среде.	1
17.	Изменения в природе. Растения и животные родного края. Сезонные изменения в жизни фауны и флоры.	1
18.	Природные материалы для изготовления поделок,	1

	сувениров, картин и пр.	
19.	Рассказы «знатоков природы» о деревьях, кустарниках, травах, птицах, насекомых, животных, рельефе местности, водоёмах, сезонных изменениях в природе.	1
Путешествие в мир моей школы		2
20.	Правила поведения на экскурсии в школьном музее.	1
21.	Экскурсия в школьный краеведческий музей, библиотеку.	1
Загадки школьного двора		2
22.	План школьного двора (территории). Стадион и спортивная площадка школьного двора.	1
23.	Виды растений (флора) и животных (фауна) обитателей школьного двора. Школьный сад.	1
Азбука путешественника		8
24.	Преодоление простейших естественных препятствий. Правила безопасного преодоления естественных и искусственных препятствий.	1
25.	Обход естественных препятствий. Прокладка маршрута движения.	1
26.	Строй туристской группы. Интервал движения, ритм движения. Привалы и их продолжительность. Привалы «Прогоночный», «Промежуточный», «Обеденный».	1
27.	Распорядок походного дня. Преодоление склонов (спуск и подъём).	1
28.	Переправа через условное болото по наведённым кладям (жердям), по кочкам.	1
29.	Туристская эстафета и её технические этапы. Организация взаимодействия в команде юных путешественников, взаимовыручка.	1
30.	Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Управление лыжами на месте.	1
31.	Упражнения на развитие быстроты, скоростно-силовых качеств, силы, выносливости, гибкости и координационных способностей. Подвижные игры. Гимнастические упражнения	1
Правила поведения юных путешественников		2
32.	Правила поведения юных путешественников на занятиях в учебном классе, спортивном зале, в парке (лесу).	1
33.	Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, на территории школы, дома и на природе. Телефоны аварийных служб.	1
Итого:		34

Тематическое планирование в 3 классе

№ п/п	Тема занятий	Количество часов
Введение		1
1.	Польза и значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека.	1
Азбука туристско-бытовых навыков		4
2	Правила поведения во время различных природных явлений (грозы, ливня, тумана и др.)	1
3	Правила безопасности при встрече с дикими животными и правила организации похода или экскурсии (снаряжение для похода: упаковка продуктов, личное снаряжение в соответствии с погодой, фотоаппарат, мобильный телефон).	1
4	Чистый воздух, вода- залог здоровья. Охрана природных ресурсов.	1
5	Лыжные туристические прогулки (подбор лыж, умение правильно одеться для такой прогулки) Движение – это здоровье для всего нашего организма.	1
Я, моё тело и моё здоровье		4
6	Правила соблюдения личной гигиены во время организации походов и перекусов в них.	1
7	Общая физическая подготовка и оздоровление организма. Зарядка, физические упражнения для укрепления здоровья.	1
8	Подвижные игры для развития общей выносливости, силы и воли. Гигиена на занятиях физическими упражнениями.	1
9	Характеристика травм. Оказание необходимой помощи при порезах, ссадинах, ушибах. Способы обработки раны и профилактика травматизма.	1
Азбука туристского ориентирования		4
10	Ориентирование в природе по сторонам горизонта и объектам растительного и животного мира и по местным признакам.	1
11	Компас-прибор для определения сторон горизонта (его устройство и работа, история компаса)	1
12	Практическое занятие по закреплению навыков ориентирования (использование компаса и плана местности) Игра «Пройди свой маршрут».	2
В гостях у путешественников — героев сказок		3
13	Русские народные сказки и сказки народов мира о путешественниках: «Лягушка-путешественница», «Маугли», «Снежная королева», «Кот в сапогах». Личные качества героев сказок необходимых в путешествиях: смелость, решительность, настойчивость, бесстрашие, общительность, доброта, трудолюбие, сообразительность, упорство уважение к товарищам и другие.	1
14	Предметы и способы ориентирования на местности, которые использовали для путешествий сказочные герои: растения, звёздное небо, легенды, карты. (пешком, на лыжах, на плавсредствах, летательных аппаратах, на оленях или лошадях) Использование клубков ниток, перьев птиц, помощь сказочных героев и животных.	1
15	Театрализованная постановка различных сказок в заочном	1

	туристском путешествии.	
Путешествие во времена года		4
16	Снаряжение юного путешественника, необходимое для наблюдений за явлениями в природной среде и выполнение краеведческих, исследовательских заданий.	1
17	Наблюдение за сезонными изменениями в природе и в жизни растений и животных родного края. Рисунки о том, что увидели на туристской прогулке, во время экскурсии в парк.	1
18	Мастерская природы. Природные материалы для изготовления поделок, сувениров, картин и пр.	1
19	Учиться слушать экскурсовода и правильно рассматривать объекты экскурсии, слушать рассказы «знатоков природы» о деревьях, кустарниках, травах, птицах, насекомых, животных, рельефе местности, водоёмах, сезонных изменениях в природе.	1
Путешествие в мир моей школы		2
20	Знакомство с историей школы, её традициями, учителями, ветеранами педагогического труда, учениками.	1
21	Экскурсия в школьный краеведческий музей, библиотеку.	1
Загадки школьного двора		2
22	Школа и школьный двор (территории). Назначение сооружений школьного двора. Стадион, спортивная площадка школьного двора.	1
23	Виды растений (флора) - обитателей школьного двора. Школьный сад. Участие в природоохранных акциях.	1
Азбука путешественника		8
24	Способы передвижения юных путешественников, безопасное преодоление простейших опасностей. Взаимовыручка и взаимопомощь в преодолении препятствий.	1
25	Занятия на развитие умения прокладывать маршрут движения, развивать быстроту, силовые качества, выносливость, гибкость и координационные способности.	1
26	Подвижные игры на свежем воздухе.	1
27	Ходьба-укрепление опорно-двигательной системы организма (ходьба пешком, на лыжах, техника безопасности при ходьбе на лыжах.)	1
29	Туристическая эстафета и её технические этапы. Организация взаимодействия в команде юных путешественников, взаимовыручка.	1
30	Игра «Преодолей преграду» (преодоление подъёмов, спусков, оврага, переправа через условное болото по жердям и кочкам, по бревну, упражнения на соблюдение равновесия)	1
31	Игра «Составь план похода» (строй туристической группы, интервал движения, привалы и их продолжительность, распорядок походного дня, охрана окружающей среды, соблюдение техники безопасности. Трудовой десант-сохраним родной край потомкам!	1
32	Защита творческого проекта (по группам) «Мы-туристы».	1
Правила поведения юных путешественников		2
33	Правила юных путешественников: пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, на территории школы, дома и на природе. Телефоны	1

	аварийных служб.	
34	Физкультурно-туристическое состязание «Папа, мама, я-туристская семья» (подвижная игра на местности и защита мини-проектов)	1
Итого:		34 часа

Тематическое планирование в 4 классе

№п/п	Тема занятий	Количество часов
1	История развития туризма в мире.	1
2	Правила поведения юных путешественников лесу.	1
3	Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки и похода.	1
4	Легенды и были родного края. Экскурсия в школьный музей.	1
5	Легенды и были родного края. Экскурсия в городской музей.	1
6	Групповое и личное снаряжение туриста.	1
7	Организация привала.	1
8	Развертывание и свертывание лагеря.	1
9	Установка и уборка лагеря перед уходом.	1
10	Техника безопасности при приготовлении пищи, обращение с огнем, кипятком.	1
11	Поход в осенний лес.	1
12	Сущность закаливания.	1
13	Общая физическая подготовка и оздоровление организма.	1
14	Оказание первой доврачебной при различных травмах. Помощь утопающему, наложение жгута, солнечный удар, обморожение.	1
15	Приемы транспортировки пострадавшего.	1
16	Масштабы, рамка, отличительные свойства топографических и спортивных карт.	1
17	Определение расстояний.	1
18	Условные знаки.	1
19	Топографический диктант, упражнения на запоминание знаков.	1
20	Компас. Ориентирование по компасу.	1
21	Ориентирование по местным признакам.	1
22	Туристические узлы. Вязание узлов на время.	1
23	Типы костров. Разжигание костра.	1
24	Зимние изменения в жизни фауны и флоры родного края. Оказание помощи братьям меньшим.	1
25	Загадки о природе.	1
26	Экология школьного двора: охрана природы, загрязнение территории.	1
27	Подготовка к походу. ТБ в походе.	1
28	Разработка маршрута похода.	1
29	Правила движения в походе.	1
30	Туристская группа в походе.	1
31	Подвижные игры на развитие быстроты, ловкости, силы.	1
32	Весенние изменения в жизни фауны и флоры родного края.	1
33	Край родной – тобольский.	1
34	Летние изменения в жизни фауны и флоры родного края. Зачётный летний однодневный поход.	1
	Итого	34 часа