

РАССМОТРЕНО
на заседании метод
объединения
протокол № 1
«28» августа 20 23 г.

СОГЛАСОВАНО
заместителем директора
по УВР
Е.А. Маловская /Маловская Е.А./
«30» августа 20 23 г.

УТВЕРЖДЕНО
распоряжением № 470-ОД
от «01 сентября» 20 23 г.



Адаптированная дополнительная общеобразовательная программа
курса
«Краеведческий туризм»

Программу разработал
Павлов И.В.

Пояснительная записка.

Малая Родина любого человека – это и природа, которая его окружает, семья, дом, школа, это памятные места родного города, его исторические и культурные центры, предприятия, и, конечно, это люди, гордость и слава родного города.

Особенностью данной программы является то, что она предназначена для учащихся специальной (коррекционной) школы VIII вида, главной задачей которой является развитие и подготовка обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) к самостоятельной жизни. Для решения этой задачи необходима коррекция познавательной деятельности, эмоционально-волевой сферы, формирование нравственных и социальных качеств личности школьников с интеллектуальной недостаточностью.

Актуальность и новизна программы.

Туризм и краеведение, дополняя друг друга, осуществляют комплекс образовательно-воспитательных, спортивно-оздоровительных и научно-познавательных задач. Туристско - краеведческая деятельность является комплексным средством в деле воспитания и образования обучающихся, и в тоже время очень действенным в силу своей демократичности и гуманности. Следовательно, туристско-познавательная деятельность обучающихся является весьма актуальной для их всестороннего развития и занимает важное место в общей системе обучения обучающихся и остается педагогически целесообразной. Более чем столетний опыт России в применении краеведения в обучении подтверждает актуальность и педагогическую целесообразность туристско - краеведческих программ и этой формы деятельности обучающихся. Именно туристско - краеведческая деятельность является весьма актуальной для нашего времени, для современных детей и их родителей.

Новизна данной программы заключается в том, что ее содержание дополнено разделом «Общая физическая подготовка», в результате освоения которого обучающиеся приобретают навыки физической и начальной технической подготовки, приобщаются к здоровому образу жизни.

Цель и задачи программы.

Цель: формирование у обучающихся мотивации к туристско – краеведческой деятельности и освоение начальных туристских и краеведческих знаний, умений и навыков.

Задачи программы:

Образовательные:

- расширение кругозора и повышение уровня краеведческих знаний обучающихся;
- привитие обучающимся начальных туристских знаний, умений и навыков;
- обеспечение социальной адаптации обучающихся;
- выработка навыков поисково - исследовательской работы.

Воспитательные:

- укрепление психического и физического здоровья обучающихся;
- воспитание у обучающихся патриотизма, бережного отношения к окружающему миру;
- привитие навыков здорового образа жизни.

— формирование познавательного интереса учащихся.

Уровень сложности и направленность программы: по целевому ориентированию и уровню сложности данная общеразвивающая программа является программой ознакомительного уровня.

Категория учащихся.

Программа рассчитана на учащихся от 10 до 18 лет. Набор в группу обучения осуществляется до 12 человек.

Объём и срок освоения.

На освоение программы отводится 3 часа в неделю. Занятия проводятся 2 раз в неделю по 1,5 час. Продолжительность занятий - 40 минут. Общее количество учебных часов, необходимых для освоения программы, составляет 102 часа. Срок реализации программы – 1 год. Период обучения - с сентября по май.

Формы обучения, особенности организации образовательной деятельности.

При реализации программы используется очная, групповая форма организации.

Форма проведения занятий.

Занятия по курсу краеведения являются комплексными – на них используются различные виды деятельности как теоретического, так и практического характера:

- беседы;
- народные, подвижные и интеллектуальные игры;
- работа с объектами живой и неживой природы;
- экскурсии;
- походы;
- соревнования;
- смотр;
- конкурс.

Занятия чередуются с экскурсиями в близлежащий парк поселка Ефимовский и различные природные комплексы.

На занятиях проводится демонстрация таблиц, фотографий, видеофильмов, а также используется разнообразный раздаточный материал и информационно-коммуникативные технологии.

Тип занятия: комбинированный, практический, репетиционный.

Отличительные особенности программы.

Отличительной особенностью этой программы от уже существующих программ данной направленности является то, что в нее внесены добавления краеведческого характера, раскрывающие специфику многообразия природных условий и богатейшей истории Бокситогорского района.

Условия реализации программы.

Для проведения теоретических занятий требуется учебный кабинет. Кабинет должен быть оснащен персональным компьютером с доступом в интернет, мультимедийным проектором с экраном. Проведение практических занятий на местности должно происходить на стадионе, в парке или в лесу.

Перечень необходимого оборудования и снаряжения:

- персональный компьютер;
- проектор;
- экран;
- географическая карта Бокситогорского района;
- компас;
- учебные плакаты;
- секундомер;
- палатки;
- туристские коврики;
- рюкзаки;
- тент;
- костровое оборудование: котел, тросик;
- лопата саперная;
- топор в чехле;
- аптечка медицинская в упаковке;
- мячи (баскетбольные, волейбольные, футбольные);
- скакалки.

Рекомендуемый перечень личного туристского снаряжения учащегося:

1. Рюкзак для туристских походов.
2. Коврик туристский.
3. Спальный мешок.
4. Накидка от дождя.
5. Фонарик.
6. Туристские ботинки или обувь на твердой подошве.
7. Обувь спортивная (типа шиновки).
8. Сапоги резиновые.
9. Фляжка или емкость для питьевой воды (1–1,5 л).
10. Головной убор.
11. Штормовка и брюки (ветрозащитный костюм).
12. Спортивный тренировочный костюм.
13. Свитер шерстяной.
14. Брюки ветрозащитные.
15. Столовые принадлежности (тарелка, кружка, ложка, нож складной).
16. Блокнот и ручка.
17. Перчатки рабочие.
18. Носки шерстяные.
19. Сидушка походная.
20. Индивидуальный медицинский пакет.

Информационное обеспечение:

1. учебные фильмы.
2. презентации.
3. интернет сайты.

Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- ценностные ориентации, отражающие индивидуально-личностные позиции обучающихся: осознание себя как члена общества на местном, региональном уровне. Представление о поселке как неотделимой части России, его места и роли в жизни родной страны.
- гармонично развитые социальные чувства и качества, эмоционально-ценностное отношение к окружающей среде, необходимости ее сохранения и рационального использования. Патриотизм, любовь к своей местности, своему региону, своей стране. Уважение к истории, культуре, национальным особенностям, традициям и образу жизни других народов.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД

- уметь планировать работу и определять последовательность действий.

Познавательные УУД

- формирование и развитие посредством исторического, географического и краеведческого знания познавательных интересов, интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- умение вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации. Выявлять причины и следствия простых явлений. Осуществлять сравнение и квалификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций.

Коммуникативные УУД

- уметь слушать и понимать речь других;
- уметь пересказывать содержание текста;
- учиться сотрудничать, работать в группе;
- учиться распределять работу между участниками проекта;

Предметные результаты.

- знать особенности природы, населения, культурно – значимых мест Бокситогорского района;
- находить в различных источниках и анализировать информацию по географии, истории, культуре родного поселка и Бокситогорского района;
- формулировать своё отношение к культурному, историческому и природному наследию родного города и родного края.

3.Содержание программы:

3.1 Учебный план.

Учебный план

1 год обучения

№	Название раздела и тем	Количество часов			Формы аттестации /
		Теория	Практи	Всего	

			ка		контроля
1	Вводное занятие (2 часа).	1	1	2	Тест
Блок 1. Краеведение (25 часов)					
2	Родной край, его природные особенности, история.	3	3	6	Буклеты
3	Туристические возможности родного края. Обзор экскурсионных объектов, музеев.	2	2	4	Викторина «Мой край родной»
4	Изучение района путешествия.	4	4	8	Защита туристических маршрутов
5	Общественно - полезная работа в путешествии.	2	5	7	Дневник наблюдений
Блок 2. Туризм (75 часов)					
6	Топография и ориентирование. Способы ориентирования.	10	15	25	Упражнения, зачет
7	Личное и групповое снаряжение для летнего и зимнего походов.	3	3	6	Буклет
8	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги в различных природных условиях.	4	4	8	Буклеты-памятки
9	Подготовка к летнему и зимнему походу, путешествию.	4	4	8	К/р Составление плана-графика 2-х дневного похода Защита маршрута
10	Питание в летнем и зимнем туристском походе.	4	4	8	Защита меню
11	Обязанности членов туристской группы по должностям.	5	5	10	Буклет
12	Соревнования по ориентированию.	5	5	10	Соревнования
ВСЕГО		60	84	102	

Содержание учебного плана 1 год обучения

Введение 2 часа

Вводное занятие. Знакомство с планом работы.

Блок 1: КРАЕВЕДЕНИЕ (25 часов)

Школьное краеведение, его цель и задачи. Территория и границы родного края – Ленинградской области и Бокситогорского района. Климат и его влияние на возможности занятий туризмом. История края, памятные события. Знаменитые земляки, их роль в истории края. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий.

Памятники истории и культуры, музеи Ленинградской области. Краеведческие, народные и школьные музеи. Посещение Краеведческого музея г. Пикалево. Викторина. Сбор и обработка краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода. Выполнение краеведческих заданий: сбор материалов по истории. Метеорологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Природоохранительная деятельность туристов. Охрана памятников истории и культуры. Проведение краеведческих наблюдений. Сбор и оформление краеведческого материала для образовательного учреждения.

Блок 2: ТУРИЗМ (75 часов)

Краеведческие наблюдения в походе. Поисковая работа в походе. Краеведческие навыки (ведение дневника, описание маршрута, сбор документальных материалов, фотографирование). Обработка и оформление собранного материала. Охрана природы, борьба с засорением лесов, рек, озер и других водоемов. Компас, правила пользования им. Ориентирование карты и компаса. Измерение среднего шага. Счет шагов при движении шагом, бегом на местности различной проходимости. Определение пройденного расстояния по времени движения. Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей полной информации о местности. Определение своего местонахождения при наличии сходной (параллельной) ситуации. Движение в походе при использовании схем участников маршрута. Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, поиск отличительных ориентиров. Принятие решения на выход к крупным ориентирам, к ближайшему жилью. Движение вдоль ручьев, рек. Поведение членов группы, необходимость жесткой дисциплины и отсутствия паники. Действия отдельного члена группы, участника соревнований в случае потери им ориентировки. Основная задача - движение по тропам и дорогам до выхода к населенным пунктам, стремление как можно меньше срезать тропинки, идти по азимуту. Обязательное извещение организаторов соревнований о своем местонахождении при выходе к людям во избежание напрасных поисковых работ. Требования к туристскому снаряжению для пешего похода: прочность, легкость, безопасность эксплуатации, удобство в использовании, гигиеничность, эстетичность; для зимнего похода: хорошие теплоизоляционные свойства, ветронепродуваемость, легкость, наличие запасной одежды и обуви. Групповое и личное снаряжение туриста. Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона, условий похода. Обеспечение влагонепроницаемости вещей в рюкзаке, в палатке. Обувь туриста, утепление обуви и уход за ней. Сушка одежды и обуви в

походе. Кухонное оборудование для летних и зимних условий: таганки, тросики с крючьями, каннны, топоры и пилы, чехлы к ним, их транспортировка. Заточка и разводка пилы, усовершенствование пил и топоров. Ремонтный набор для пешего и лыжного походов. Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток. Изготовление, усовершенствование и ремонт снаряжения. Оборудование зимних курток, утепление рукавиц, носков, пошив бахил, ветрозащитных масок. Требования к месту бивака: жизнеобеспечение - наличие питьевой воды, дров; безопасность - удаленность от населенных пунктов, расположение на высоких берегах рек, отсутствие на территории бивака сухих и гнилых деревьев; комфортность - продуваемость поляны, освещенность утренним солнцем, красивая панорама. Организация почевки в палатке зима. Установка палатки в различных условиях. Типы костров и их назначение. Заготовка растопки, дров и предохранение их от намокания. Разведение костра в экстремальных условиях, в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане, зимой. Хранение кухонных и костровых принадлежностей, топора, пилы. Оборудование места для приема пищи. Мытье и хранение посуды. Правила работы дежурных по кухне. Подготовка снаряжения. Смета расходов на подготовку и проведение похода. Изучение маршрутов учебно-тренировочных и зачетного (летнего) походов. Составление подробного маршрута, плана-графика движения в походе. Значение, режим и особенности питания в многодневном летнем и зимнем походах. Примерный набор продуктов их калорийность, вес и нормы дневного рациона. Зависимость меню от сложности предстоящего похода и температурных условий. Карманное питание. Применение сахара, глюкозы, шоколада, витаминов, на особо трудных участках пути в зимних походах. Норма закладки продуктов. Составление меню, списка продуктов на день, на весь поход. Фасовка и упаковка продуктов. Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Виды стартов. Жеребьевка команд и участников. Обязанности участников соревнований. Соревнования по ориентированию в заданном направлении, их характеристика. Соревнования по выбору, их разновидности, характеристика. Эстафетное ориентирование в заданном направлении. Определение результатов в соревнованиях по ориентированию. Туристское ориентирование, движение по обозначенному маршруту. Отдельные виды ориентирования в программе туристских слетов и соревнований.

Контрольное мероприятие: Двухдневный поход (за рамками учебной сетки часов).

Календарно – тематическое планирование.

№	Дата	Кол-во часов	Тема
1.		2	Вводное занятие. Знакомство с планом работы.
Блок 1. КРАЕВЕДЕНИЕ (25 часов).			
2.		2	Школьное краеведение. Край родной.
3.		2	Влияние климата на занятия туризмом.
4.		2	Ленинградская область в годы Великой Отечественной войны.
5.		3	Памятники истории и культуры Бокситогорского района.
6.		2	Интересные места для проведения походов и экскурсий.
7.		2	Музеи Бокситогорского района.
8.		1	Экскурсия в Краеведческий музей г. Пикалево.
9.		2	Экскурсия по поселку Ефимовский.
10.		1	Викторина «Мой край родной!».
11.		3	Сбор и обработка краеведческого материала о районе.
12.		1	Метеорологические наблюдения.
13.		3	Изучение растительного и животного мира Ленинградской области и Бокситогорского района.
Блок 2. ТУРИЗМ (75 часов).			
14.		2	Краеведческие навыки в походе.
15.		2	Организация экспедиций, содержание экспедиционных заданий.
16.		3	Компас, правила пользования. Ориентирование карты и компаса.
17.		2	Приемы обхода препятствий.
18.		2	Движение через промежуточные ориентиры.
19.		2	Упражнения на прохождении дистанций в ограниченном коридоре.
20.		3	Способы измерения расстояний на карте и на местности.
21.		2	Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага.
22.		2	Ориентирование в походе с помощью топографической карты, не дающей полной информации о местности.
23.		2	Движение по легенде (подробному описанию пути).
24.		2	Соревнования по ориентированию.
25.		2	Определение сторон горизонта при помощи местных предметов.
26.		2	Действия группы при потере ориентировки.
27.		2	Действие отдельного члена группы при потере ориентировки.
28.		2	Требования к туристскому снаряжению для пеше-го похода.
29.		2	Групповое и личное снаряжение туриста.
30.		2	Сушка одежды и обуви в походе.
31.		2	Кухонное оборудование для летних и зимних условий.
32.		2	Ремонтный набор для пешего и лыжного походов.
33.		2	Специальное снаряжение.
34.		2	Требования к месту бивака. Организация бивака в безлесной зоне.

35.		2	Установка палатки в различных условиях.
36.		4	Разведение костра.
37.		2	Хранение кухонных и костровых принадлежностей.
38.		1	Правила работы дежурных на полевой кухне.
39.		3	Разработка маршрута.
40.		3	Подготовка снаряжения.
41.		3	Составление плана-графика 2-х дневного похода.
42.		2	Особенности питания в многодневном летнем и зимнем походах.
43.		2	Примерный набор продуктов их калорийность, вес и нормы дневного рациона.
44.		2	Виды соревнований по спортивному ориентированию.
45.		4	Эстафетное соревнование в заданном направлении.
46.		3	Отдельные виды ориентирования в программе туристских слетов и соревнований.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 602785626040375320589557888015438598111854845817

Владелец Абакумова Ольга Геннадьевна

Действителен с 29.11.2022 по 29.11.2023