

Пояснительная записка

Рабочая программа «ЛЮБИ И ЗНАЙ СВОЙ КРАЙ» дополнительной образовательной программы туристско - краеведческой направленности рассчитана на 36 ч., которая должна быть реализована в течение 1 года обучения, для обучающихся 11 – 14 лет - учащихся среднего подросткового возраста (далее Программа).

Подростковый возраст – это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Этот возраст характеризуется наличием самых разнообразных психологических проблем и трудностей. Именно в этом возрасте активно проявляется девиантное поведение, проявляющееся в асоциальных, конфликтных и агрессивных поступках, отсутствии интереса к учебе. Феномен девиантного поведения рассматривается как результат влияния социальной среды. Именно в ней формируется фон поведенческого отклонения, играющий, как правило, активную роль. Поэтому в процессе развития и становлении личности в подростковом возрасте важна организация комплексной, последовательной, дифференцированной, своевременной профилактической работы, в том числе и на социально-педагогическом уровне. Данная программа как раз и есть попытка организации на основе элементов краеведения, ориентирования на местности и туризма работы социально-педагогической работы с подростками 11-14 лет.

В ходе реализации рабочей программы используются различные формы социально-педагогической работы с подростками, в том числе и с признаками отклоняющегося поведения, предлагаемые отечественной педагогикой и психологией:

- организация социальной среды – создание негативного общественного мнения по отношению к отклоняющемуся поведению. Данная форма работы основывается в первую очередь на личном примере руководителя, его установок на здоровый образ жизни и трезвость.

-информирование – проведение лекций, бесед.

-активное социальное обучение социально-важным навыкам – организация групповых тренингов в ходе проведения полевой практики, экскурсий и походов.

-организация деятельности, альтернативной девиантному поведению – познание (путешествия), испытание себя (походы спорт), значимое общение, творчество, деятельность (в том числе профессиональная, духовная, благотворительная).

-организация здорового образа жизни – здоровое питание, регулярные физические нагрузки, соблюдение режима труда и отдыха, общение с природой.

- активизация личностных ресурсов – активное занятие спортом, их творческое самовыражение.

Вторая основополагающая позиция рабочей программы – это создание социальной среды для реализации собственных потребностей подростка:

- в самопознании (проявлении интереса к своим взглядам, отношениям, поступкам, определении своих возможностей)
- в самореализации (раскрытии своих возможностей и личностных качеств, а также предъявлении их окружающим)
- в самоидентификации (определении своей принадлежности к тем или иным социальным группам)

Цель педагога поддерживать их природное любопытство и желание испытать все самим, неуемная физическая энергия и страсть к приключениям и романтике, стремление к независимости, самостоятельности, проявить себя среди других.

Третья основополагающая позиция заключается в том, что подросток крайне нуждается в Идеале, образце для подражания, взрослом человеке, на которого можно равняться, и если он найдет его в своем ближайшем окружении - учителе, наставнике, тренере, то вряд ли будет продолжать поиски "на стороне". Это возможно при наличии двух необходимых условий. Первое - это наша способность быть референтом, наша личностная возможность завоевать уважение и доверие. Второе - это правильно выбранный стиль взаимоотношений с подростками. Поэтому, руководитель должен использовать в общении с подростками демократический стиль: общаться с подростком товарищеским тоном, корректно направлять его поведение, хвалить и порицать, высказывая одновременно советы и предложения, допускать дискуссии по поводу своих распоряжений и не увлекаться подчеркиванием своего руководящего положения.

Актуальность данной программы заключается в следующем: особенности подросткового возраста позволяют рассчитывать на высокую эффективность социально-педагогической работы в рамках организации туристско-краеведческой деятельности по формированию коммуникативных навыков подростков. На сегодняшний день особое внимание уделяется проблеме оптимизации межличностных отношений и достижения взаимопонимания в процессе общения в подростковом возрасте. Именно в подростковом возрасте коммуникативная деятельность является ведущей, отсутствие коммуникативных навыков существенно затрудняет внутреннее раскрытие

подростка и реализацию его в учебе, среде сверстников и социуме в целом, приводит к неконструктивному общению подростка и появлению отклонений в его социализации.

Новизна программы заключается в ее интегративном характере. С одной стороны, это возможность варьировать виды туризма (пеший, водный, велосипедный, экспедиционный), степень и категорию сложности в зависимости возраста и опыта участников, с другой стороны – это использование образовательного потенциала туризма (практическая разработка туристических маршрутов своего населенного пункта, района, края, выбора темы и направления исследований). Новизна программы и в использовании ресурса интеллектуального, физического, этического и креативного развития детей – это реальность, мир за пределами школы в каникулярное время.

Цель: Создание системы социально-педагогической работы в сельской школе в качестве педагогической поддержки подростков на основе реализации дополнительной образовательной программы туристско-краеведческой направленности.

Задачи программы:

1. дать знания, умения и навыки по основам туристической деятельности (навыки подбора личного и группового снаряжения, поиска и организации места привалов и ночлегов, укладки рюкзака, техники преодоления естественных препятствий, ориентирования на местности и т.п.);
2. сформировать представления о правилах поведения на природе, во время походов, прогулок, экскурсий;
3. сформировать навыки выживания в природе в условиях автономии;
4. прививать интерес к занятиям туризмом и краеведением как активной, познавательной, оздоровительной и досуговой деятельности;
5. воспитывать гордость за «малую родину» и страну на примерах выдающихся земляков, изучение культуры, истории, экономики, природы родного края, как одного из субъектов России;
6. способствовать развитию коллектива в группе, созданию обстановки доброжелательности, психологического комфорта, удовлетворению потребности детей в общении;
7. развивать инициативу и индивидуальные способности учеников;
8. предоставления возможности реализации интереса к организации экстремального досуга подростков.

I. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Учебный предмет	Содержание программы	Количество часов
Люби и знай свой край	1. Введение в программу	1 час (1ч. теория /0ч. практика)
	<p style="text-align: center;">2. Ориентирование на местности:</p> <p>- Способы ориентирование на местности (азимут, местные признаки для ориентирования: солнце и другие звезды, муравейник, снег, мох, наклон и количество веток деревьев) 3 ч. – <u>1 ч. пр.</u></p> <p>- приборы для съемки местности (компас, нивелир, шагомер, теодолит; принципы работы на местности) – 1ч.;</p> <p>- Виды съемок местности (глазомерная, маршрутная, полярная, работа на местности) – 3 ч. – <u>2 ч. пр.</u>;</p> <p>- оформление плана местности на планшете в походных условиях, нанесение объектов на план местности, условные обозначения и оформление чистового варианта, нанесение высот местности на план 3 ч. – <u>3 ч. пр.</u></p>	10 часов (4 ч. теория /6ч. практика)
	<p style="text-align: center;">3. Краеведение:</p> <p>- Население Ленинградской области и Гатчинского района, традиции (изучение статистической информации, электронных носителей, в том числе из сети Интернет) – 2 ч.;</p> <p>- Достопримечательности и природа Гатчинского района, Ленинградской области: Карельский перешеек, Юго-Запад Ленинградской области, Приладожье, Восток Ленинградской области, выезды к достопримечательностям района и области исходя из возможностей школьного автобуса) – 6 ч. – <u>3 ч. пр.</u>;</p> <p>- экскурсия в Краеведческий музей района (Луга, Кобрино, Рождествено, Суйда,</p>	13 часов (6ч. теория /7ч. практика)

	Гатчинский городской музей), встреча с краеведом (по выбору) – 2 ч. – <u>2 ч. пр.</u> ; - оформление и презентация стенда по краеведению – 3 ч. - – <u>2 ч. пр.</u>	
	4.ОФП - бег (в соответствии с возрастными нормативами); - отжимание/подтягивание (девочки/мальчики, в соответствии с возрастными нормативами); - движение цепочкой; - нормативная скорость движения; - восстановление дыхания	2 часа (0ч. теория /2ч. практика)
	5.Основы туризма: - Туристические навыки (выбор места для стоянки, установка палатки, виды костров, вязание узлов, одежда, обувь, рюкзак, предметы первой необходимости. Правила упаковки и свертывания палатки) – 2 ч. – <u>1 ч. пр.</u> -Обязанности туриста (гигиена туриста) -1 ч.; - Поведение в трудных ситуациях (основы психологии подростков, темпераменты, аффект, мобилизация сил, моральная и физическая подготовка к трудной ситуации) – 1 ч., - Способы выживания в условиях дикой природы (преодоление водных препятствий, крутых склонов, буераки, болот, осыпей, гор, фильтрация воды) – 1 ч.; - Доврачебная помощь и меры безопасности в походе (оказание ПМП при различных видах травм и повреждений, состав аптечки и сроки годности препаратов и материалов) – <u>1 ч. – пр.</u> ; - Подготовка и осуществление однодневного похода –2 ч. <u>4 ч. – пр. пеший (р.Суйда) или автобусный(Гатчинский, Волосовский, Госненский или Лужский район)</u>	8 часов (4ч. теория /4ч. практика)
	Итого	36 часов (15ч. теория /21ч. практика)

II. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Реализация программы предполагает получение и использование конкретных результатов на трех уровнях:

1. индивидуальном (развитие детей, удовлетворение интересов, расширение знаний о своей малой Родине, овладение исследовательскими методами, развитие коммуникативных навыков);
2. социальном (профилактика девиантного поведения);
3. ЗОЖ (профилактика болезней и укрепление здоровья, обучение действиям в чрезвычайных и опасных ситуациях).

В конце изучения курса учащиеся:

Будут знать:

- основу теории туризма при совершении путешествий малой и средней длительности;
- технику преодоления естественных препятствий;
- способы ориентирования на местности;
- правила поведения в природе;
- порядок и правила оказания первой медицинской помощи.

Будут уметь:

- подбирать личное и групповое снаряжение;
- составлять меню и подбирать необходимый оптимальный набор продуктов;
- организовывать привалы и ночлеги;
- разбивать туристический бивуак;
- укладывать рюкзак;
- разрабатывать простейшие маршруты выходного дня;
- самостоятельно выбирать тему краеведческого задания для похода;
- распределить обязанности в группе;
- организовывать свою жизнь на основе безопасности жизнедеятельности.
- переносить известные ему знания и навыки, варианты решения, приемы общения в условия новой ситуации, трансформируя их в соответствии со спецификой ее конкретных условий;
- находить решения коммуникативной ситуации из комбинации уже известных подростку идей, знаний, навыков, приемов;
- создавать новые способы и конструировать новые приемы для решения конкретной коммуникативной ситуации.

Формы отслеживания результатов

Наиболее эффективными способами проверки достигнутых результатов являются однодневные походы и экскурсии, совершаемые по итогам учебного года и (или) в каникулярное время, подготовка и составление отчетов по походам и путешествиям, оформление стенда по краеведению, составление планов местности, а также участие в туристско-краеведческих конкурсах и соревнованиях.

III. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Учебная неделя, дата занятия	Теория	Практика	Тип занятия
1. Введение в курс программы (1ч.)					
1	Введение в курс предмета (программу)	1	1		Аудиторное занятие
2. Ориентирование на местности (10ч.)					
2	Способы ориентирование на местности	2	1		Аудиторное занятие
3	Способы ориентирование на местности	3	1		Аудиторное занятие
4	Способы ориентирование на местности	4		1	Практическое занятие на местности
5	Приборы для съемки местности	5	1		Аудиторное занятие
6	Виды съемок местности	6	1		Аудиторное занятие
7	Съемка местности	7		1	Практическое занятие на местности
8	Съемка местности	8		1	Практическое занятие на местности
9	оформление плана местности	9		1	Практическое занятие
10	оформление плана местности	10		1	Практическое занятие
11	оформление плана местности	11		1	Практическое занятие
3. Краеведение (13ч.)					
12	Население	12	1		Аудиторное занятие

	Ленинградской области и Гатчинского района, традиции				
13	Население Ленинградской области и Гатчинского района, традиции	13	1		Аудиторное занятие
14	Достопримечательности и природа Ленинградской области: Карельский перешеек	14	1		Аудиторное занятие
15	Достопримечательности и природа Ленинградской области и Гатчинского района: Юго-Запад Ленинградской области	15	1		Аудиторное занятие
16	Достопримечательности и природа Ленинградской области: Приладожье и Восток Ленинградской области	16	1		Аудиторное занятие
17	Достопримечательности и природа Ленинградской области: практическое знакомство	17		1	Экскурсия
18	Достопримечательности и природа Ленинградской области: практическое знакомство	18		1	Экскурсия
19	Достопримечательности и природа Ленинградской области: практическое знакомство	19		1	Экскурсия
20	Экскурсия в Краеведческий музей района	20		1	Экскурсия
21	Экскурсия в Краеведческий музей района	21		1	Экскурсия
22	Оформление стенда по краеведению	22	1		Аудиторное занятие
23	Оформление стенда по краеведению	23		1	Аудиторное занятие
24	Оформление стенда по краеведению	24		1	Аудиторное занятие
4.Общая физическая подготовка (2 ч.)					

25	ОФП (бег, отжимание, подтягивание, восстановление дыхания)	25		1	Занятия в спортивном зале или на школьном стадионе
26	Специальная физическая подготовка для туриста	26		1	Занятия в спортивном зале или на школьном стадионе
5. Основы туризма (8 ч.)					
27	Туристические навыки – теория	27	1		Аудиторное занятие
28	Туристические навыки – (выбор места бивака, установка палатки, сбор рюкзака, разведение костра)	28		1	Аудиторно – полевое занятие
29	-Обязанности туриста (гигиена, правила поведения)	29	1		Аудиторное занятие
30	- Поведение в трудных походных ситуациях	30	1		Аудиторное занятие
31	- Способы выживания в условиях дикой природы	31	1		Аудиторное занятие
32	Доврачебная помощь и меры безопасности в походе	32		1	Аудиторное занятие
33	Подготовка и осуществление однодневного похода	33		1	Поход
34	Подготовка и осуществление однодневного похода	34		1	Поход
35	Подготовка и осуществление однодневного похода	34		1	Поход
36	Подготовка и осуществление однодневного похода	34		1	Поход
ИТОГО		34	15	19	34 часа

