

РАССМОТРЕНО  
на заседании Педагогического совета  
протокол № 11 от 01.06.2017 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ СОШ № 23  
А.М. Бабаев  
Приказ № 32-п от 01.06. 2017 г.

**Приложение**

к Основной образовательной программе  
основного общего образования Муниципального  
бюджетного общеобразовательного  
учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 23»  
(новая редакция)  
Утвержденная приказом №35/3 от 24.06.2015г  
(«Об утверждении Основной образовательной  
программы основного общего образования в новой редакции»)

**Рабочая программа  
курса внеурочной деятельности  
«Туризм»**

**5,6 классы**

**Составители: Сидненко М.А.**

## Результаты освоения курса внеурочной деятельности

### Личностные:

- положительное отношение к систематическим занятиям волейболом;
- понимание роли волейбола в укреплении здоровья.
- Технически правильно выполнять двигательные действия в волейболе.
- Играть в волейбол по упрощенным правилам.

### Метапредметные:

- Следовать при выполнении задания инструкциям учителя;
- Понимать цель выполняемых действий;
- Различать подвижные и спортивные игры;
- Договариваться и приходить к общему решению, работая в паре;
- Рассказывать об истории развития волейбола в России;
- Рассказывать о правилах личной гигиены, профилактики травматизма;
- Самостоятельно организовывать игры во внеурочное время.

### Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности Вводное занятие. ТБ на занятиях по туризму

Виды туристской деятельности

Понятие о личном и групповом снаряжении

Групповое и личное снаряжение, требования к нему

Укладка рюкзаков, подготовка снаряжения

Разновидности туристских узлов, их классификация

Применение туристских узлов в туристской технике

Вязка узлов на время и с закрытыми глазами

Определение цели и района похода

Распределение обязанностей в группе. ОФП

Закупка, фасовка, упаковка и приготовление пищи в полевых условиях.

Составление меню на 1 день в полевых условиях. ОФП

Питьевой режим в походе. ОФП

Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря

Разжигание костра, основные меры предосторожности

Типы компасов, строение компасов

Работа с компасом, определение азимута

Ориентирование на местности

Движение по азимуту

Определение место положения

Мини поход на территории школы

Изучение топографических знаков

Топографические карты и их разновидности

Прокладывание маршрута

Определение крутизны склона

Основные направления на стороны горизонта

Определение азимута, его отличие от простого угла

Туризм и экскурсии как спорт и отдых

Географическое положение города Сочи

Рельеф территории города Сочи  
Климат и микроклимат, прибрежные и горные районы  
Виды препятствий в туризме  
Способы преодоления, различных препятствий  
Растительный покров. Высотная зональность  
Мини поход на территории школы  
Вводное занятие. ТБ на занятиях по туризму  
Виды туристской деятельности  
Понятие о личном и групповом снаряжении  
Групповое и личное снаряжение, требования к нему  
Укладка рюкзаков, подготовка снаряжения  
Разновидности туристских узлов, их классификация  
Применение туристских узлов в туристской технике  
Вязка узлов на время и с закрытыми глазами  
Определение цели и района похода  
Распределение обязанностей в группе. ОФП  
Закупка, фасовка, упаковка и приготовление пищи в полевых условиях.  
Составление меню на 1 день в полевых условиях. ОФП  
Питьевой режим в походе. ОФП  
Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря  
Разжигание костра, основные меры предосторожности  
Типы компасов, строение компасов  
Работа с компасом, определение азимута  
Ориентирование на местности  
Движение по азимуту  
Определение место положения  
Мини поход на территории школы  
Изучение топографических знаков  
Топографические карты и их разновидности  
Прокладывание маршрута  
Определение крутизны склона  
Основные направления на стороны горизонта  
Определение азимута, его отличие от простого угла  
Туризм и экскурсии как спорт и отдых  
Географическое положение города Сочи  
Рельеф территории города Сочи  
Климат и микроклимат, прибрежные и горные районы  
Виды препятствий в туризме  
Способы преодоления, различных препятствий  
Растительный покров. Высотная зональность

#### **Формы проведения занятия и виды деятельности**

- беседа;
- просмотр фотографий, рисунков и таблиц, учебных видеофильмов
- самостоятельное чтение специальной литературы;
- практические занятия
- сообщение новых знаний;
- объяснение;
- работа с учебно-методической литературой;

- работа по фотографиям;
- работа по рисункам;
- работа по таблицам;
- практический показ.

**Тематическое планирование  
5 класс**

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие. ТБ на занятиях по туризму	1
2	Виды туристской деятельности	1
3	Понятие о личном и групповом снаряжении	1
4	Групповое и личное снаряжение, требования к нему	1
5	Укладка рюкзаков, подготовка снаряжения	1
6	Разновидности туристских узлов, их классификация	1
7	Применение туристских узлов в туристской технике	1
8	Вязка узлов на время и с закрытыми глазами	1
9	Определение цели и района похода	1
10	Распределение обязанностей в группе. ОФП	1
11	Закупка, фасовка, упаковка и приготовление пищи в полевых условиях.	1
12	Составление меню на 1 день в полевых условиях. ОФП	1
13	Питательный режим в походе. ОФП	1
14	Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря	1
15	Разжигание костра, основные меры предосторожности	1
16	Типы компасов, строение компасов	1
17	Работа с компасом, определение азимута	1
18	Ориентирование на местности	1
19	Движение по азимуту	1
20	Определение местоположения	1
21	Мини поход на территории школы	1
22	Изучение топографических знаков	1
23	Топографические карты и их разновидности	1
24	Прокладывание маршрута	1
25	Определение крутизны склона	1
26	Основные направления на стороны горизонта	1
27	Определение азимута, его отличие от простого угла	1
28	Туризм и экскурсии как спорт и отдых	1
29	Географическое положение города Сочи	1
30	Рельеф территории города Сочи	1
31	Климат и микроклимат, прибрежные и горные районы	1
32	Виды препятствий в туризме	1

33	Способы преодоления, различных препятствий	1
34	Растительный покров. Высотная зональность	1
35	Мини поход на территории школы	1

### 6 класс

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов
1	Вводное занятие. ТБ на занятиях по туризму	1
2	Виды туристской деятельности	1
3	Понятие о личном и групповом снаряжении	1
4	Групповое и личное снаряжение, требования к нему	1
5	Укладка рюкзаков, подготовка снаряжения	1
6	Разновидности туристских узлов, их классификация	1
7	Применение туристских узлов в туристской технике	1
8	Вязка узлов на время и с закрытыми глазами	1
9	Определение цели и района похода	1
10	Распределение обязанностей в группе. ОФП	1
11	Закупка, фасовка, упаковка и приготовление пищи в полевых условиях.	1
12	Составление меню на 1 день в полевых условиях. ОФП	1
13	Питьевой режим в походе. ОФП	1
14	Организация работы по развёртыванию и свёртыванию лагеря	1
15	Разжигание костра, основные меры предосторожности	1
16	Типы компасов, строение компасов	1
17	Работа с компасом, определение азимута	1
18	Ориентирование на местности	1
19	Движение по азимуту	1
20	Определение место положения	1
21	Мини поход на территории школы	1
22	Изучение топографических знаков	1
23	Топографические карты и их разновидности	1
24	Прокладывание маршрута	1
25	Определение крутизны склона	1
26	Основные направления на стороны горизонта	1
27	Определение азимута, его отличие от простого угла	1
28	Туризм и экскурсии как спорт и отдых	1
29	Географическое положение города Сочи	1
30	Рельеф территории города Сочи	1
31	Климат и микроклимат, прибрежные и горные районы	1
32	Виды препятствий в туризме	1
33	Способы преодоления, различных препятствий	1
34	Растительный покров. Высотная зональность	1
35	Мини поход на территории школы	1

