

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ленинградской области
«Сланцевская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные
программы»

ПРИНЯТА

на заседании педагогического совета
ГБОУ ЛО «Сланцевская школа-интернат»
протокол № 1 от 29.08.2023

ГБОУ ЛО «Сланцевская школа-интернат»



**Дополнительная адаптированная
общеобразовательная общеразвивающая
программа для обучающихся с умственной
отсталостью (интеллектуальными
нарушениями) физкультурно-спортивной
направленности**

«Детский туризм»

Возраст: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год

Барина Екатерина Александровна,
педагог дополнительного образования

г. Сланцы

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Детский туризм» имеет туристско-краеведческую и патриотическую направленность и предназначена для детей с ограниченными возможностями здоровья - ОВЗ. Туристско-краеведческая деятельность создает оптимальные условия для самореализации ребенка с ОВЗ, поэтому программа направлена на познание, на обучение, развитие личности, социальную активность и воспитание обучающихся средствами туризма, на познание окружающей действительности своего родного края и воспитание патриотических и духовно-нравственных качеств.

Программа знакомит обучающихся с основами туризма, ориентирования и краеведения, посещением экскурсий, организацией прогулок и похода по окрестностям города и за его пределами. Важными составляющими программы являются: вовлечение детей с ОВЗ в массовые мероприятия и развитие их творческих способностей.

Практические занятия позволяют детям удовлетворить свои познавательные интересы, расширить кругозор, приобщить их к активному и здоровому образу жизни.

Программа основывается на образовательном и воспитательном компонентах. Основой образовательного компонента является учебно-тренировочные занятия или комбинированные.

Воспитательный компонент включает в себя культурно-досуговую, спортивно-оздоровительную деятельность.

Особое внимание уделяется туристско-краеведческому и патриотическому воспитанию обучающихся, через организацию и проведение экскурсий, похода, участие в школьных соревнованиях и творческом конкурсе «Школа безопасности».

Данная программа ориентирована на обучающихся 11-17 лет.

Цель программы

Цель: Социализация и адаптация к жизни в обществе через освоение учебной программы туристско-краеведческого и патриотического направления.

Задачи программы

Развивающие:

- расширение и углубление знаний обучающихся, дополняющих общеобразовательную программу по географии, экологии, ОБЖ, физической подготовке;
- расширение и углубление знаний обучающихся по истории родного края и области.

Обучающие:

- приобретение умений и навыков в работе с картой и компасом;
- приобретение специальных знаний по вопросам туризма и ориентирования,

Доврачебной медицинской помощи;

- Обеспечение выживания в экстремальных условиях, знакомство с проблемами экологии и охраны природы.

Воспитательные:

- содействие гармоничному развитию личности, совершенствование духовных и физических потребностей;
- формирование жизненной самостоятельности и волевых качеств;
- формирование гуманного отношения к окружающей среде;
- выработка организаторских навыков, умение вести себя в коллективе;
- физическое совершенствование школьников — развитие силы, выносливости, координации движений в соответствии с их возрастными и физическими

возможностями;

- выполнение в течение учебного года соответствующих спортивных разрядов по туризму и ориентированию, участие в соревнованиях и походах (в том числе многодневных).

Важнейшим требованием проведения занятий по программе является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Возраст детей, участвующих в реализации программы: 11-17 лет

Срок реализации: 1 год.

Система формы контроля уровня достижений обучающихся

Диагностика уровней умений и навыков обучающихся проводится в форме наблюдений (Анкетирование, проверочная работа, экскурсия)

А так же проверяются во время участия обучающихся в школьном этапе соревнований. Подведение итогов по технической и общефизической подготовке 2 раза в год (сентябрь, май), обучающиеся выполняют контрольные нормативы.

Планируемые результаты

Личностные результаты:

- Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные, коммуникативные):

- определять наиболее эффективные способы достижения результатов;
 - договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
 - взаимодействовать со сверстниками в туристической деятельности и адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность.

Предметные результаты:

- формирование знаний о туризме и его роли в укреплении здоровья;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Ожидаемые результаты.

Должен знать/понимать	Должен уметь
<ul style="list-style-type: none"> - Правила поведения туристов и техника безопасности на занятиях и соревнованиях - Нормативные документы по туризму - Виды личного и группового снаряжения, его применения, безопасное использование. - Технику и тактику ориентирования - Состав и способы хранения походной и личной аптечки туриста, показания к применению лекарственных препаратов - Основные способы транспортировки пострадавшего - Причины возникновения экстремальных ситуаций в походе и меры их предупреждения - Действия группы в экстремальных ситуациях 	<ul style="list-style-type: none"> - Читать карту - Пользоваться походной и личной аптечкой туриста - Транспортировать пострадавшего - Оказать первую доврачебную помощь при ушибе, ожоге, обмороке, тепловом и солнечном ударе, обморожении, пищевых отравлениях и различных травмах конечностей. - Выбирать тактику действий группы в конкретной экстремальной ситуации в зависимости от вида похода, местности и погодных условий - Выбирать место для бивуака, ставить и собирать палатку в разных условиях - Составлять меню и списка на однодневный поход.

Содержание программы

Введение. Введение в предмет. Правила поведения туристов на занятии. Виды спортивного туризма.

Значение туризма. Значение туризма. Воспитательная роль туризма. Личное снаряжение туриста. «Личная техника пешеходного туризма».

Краеведение. История города. Памятники и памятные места. Общая физическая подготовка. Промежуточный контроль.

Ленинградская область. Ленинградская область. Работа с картой. Общая физическая подготовка. Природная среда. Растительный мир. Животный мир. Экскурсия. Текущий контроль.

Ориентирование. Основы безопасности. Основы ориентирования. Работа с компасом. Работа с картой. Экскурсия. Общая физическая подготовка.

Подготовка к походу. Походная медицинская аптечка. Основные приемы оказания первой медицинской помощи. Питание в туристском походе. Участие в сборе палатки. Туристские должности в группе. Подготовка к походу. Организация туристского быта. Питание в туристском походе.

Тематическое планирование

№	Название темы	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
	Введение	3	3	-	Анкетирование
1	Введение в предмет	1	1	-	
2	Правила поведения туристов на занятии	1	1	-	
3	Виды спортивного туризма	1	1	-	
	Значение туризма	4	3	1	Практическая работа
4	Значение туризма	1	1	-	
5	Воспитательная роль туризма	1	-	1	
6	Личное снаряжение туриста	1	1	-	
7	«Личная техника пешеходного туризма»	1	1	-	Экскурсия
	Краеведение	5	4	1	
8	История города	1	1	-	

9	Памятники и памятные места	1	1	-	
10	Общая физическая подготовка	1	-	1	
11	Общая физическая подготовка	1	1	-	
12	Промежуточный контроль	1	1	-	
	Ленинградская область	10	6	4	Практическая работа
13	Ленинградская область	1	1	-	
14	Работа с картой	1	1	-	
15	Работа с картой	1	-	1	
16	Общая физическая подготовка	1	1	-	
17	Общая физическая подготовка	1	1	-	
18	Природная среда	1	-	1	
19	Растительный мир	1	1	-	
20	Животный мир	1	-	1	
21	Экскурсия	1	-	1	
22	Текущий контроль	1	1	-	
	Ориентирование	6	4	2	
23	Основы безопасности	1	1	-	
24	Основы ориентирования	1	1	-	
25	Работа с компасом	1	1	1	
26	Работа с картой	1	1	-	
27	Экскурсия	1	-	1	
28	Общая физическая подготовка	1	1	-	
	Подготовка к походу	6	3	3	Итого
29	Походная медицинская аптечка	3	-	3	
30	Основные приемы оказания первой медицинской помощи				
31	Питание в туристском походе				

32	Участие в сборе палатки	2	-	2	
33	Туристские должности в группе	2	2	-	
34	Подготовка к походу. Организация туристского быта. Питание в туристском походе	1	1	-	
	Итого	34	23	11	

Материально-техническое оснащение

Материально-техническоеоснащение:

Наличие помещения, рабочих мест для обучающихся и мультимедийного оборудования, соответствующих правилам безопасной эксплуатации. Наглядно-демонстративный материал. Дидактический материал, литература, фотоматериалы.

Информационное обеспечение:

- наличие постоянных связей с культурными и образовательными учреждениями. (Посещение музеев, выставок, театров, библиотек);
- интернет-источники.

Кадровое обеспечение:

- учебные занятия проводят педагоги дополнительного образования, имеющие педагогическое образование и опыт работы с обучающимися;
 - к работе по реализации программы возможно привлечение узких специалистов (музейные работники, работники библиотеки и т.д.).
- Проведение занятий вне класса: в музее, библиотеке, на экскурсии в природу.
Привлечение к работе родителей.
Для реализации данной программы требуется определенная материально-техническая база.

Техническое обеспечение:

- учебный класс;
- спортивный зал;
- инвентарь;
- манекен «Максим II-01»;
- мультимедиапроектор;
- маркерная доска;
- компьютер и ноутбук с выходом в Интернет, принтер, сканер;
- учебная литература по предмету ОБЖ;
- набор учебных плакатов по ОБЖ, туризму и краеведению;
- методическое обеспечение по программам туристско-краеведческой направленности.

Список литературы

1. Дубровский В.И. Реабилитация в спорте.-М.: ФиС,1991.
2. Ильин Е.П. Психология физического воспитания.-М.: Просвещение,1983.
3. Карелин А.А. Психологические тесты. - М.:Владос,1999.
4. Константинов Ю. С., Куликов В. М. Педагогика школьного туризма: Учебно-метод. пособие. -М.: ЦДЮТиК МОРФ,2002.
5. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования обучающихся: Учебно-метод. пособие. -М.: ЦДЮТК МОРФ,2000.
6. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм: Учебно-метод. пособие. - М.:ФЦДЮТиК,2006.
7. Лосев А.С.Тренировка ориентировщиков-разрядников.- М.:ФиС, 1984.
8. Кошельков С А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований обучающихся.-М.: ЦДЮТурМОРФ,1997