

РАССМОТРЕНО

на заседании МО кл. руководителей  
протокол от «30» августа 2023 г

№ \_\_1\_\_

Руководитель МО

\_\_\_\_\_/И.Ю. Арженкова

УТВЕРЖДЕНО

на Педагогическом совете

МОУ СШ № 134 «Дарование»

протокол от «31» августа 2023 г.

№ 1

ВВЕДЕНО В ДЕЙСТВИЕ

приказом директора

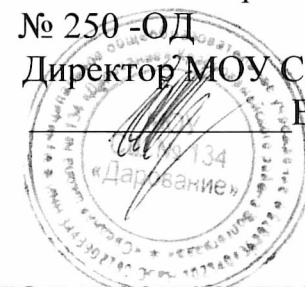
МОУ СШ № 134 «Дарование»

от «01» сентября 2023 г.

№ 250 -ОД

Директор МОУ СШ № 134 «Дарование»

Е.Н. Шведова



## **Дополнительная общеразвивающая программа**

### **«Вело-спортивный туризм»**

**на 2023-2024 учебный год**

**7 классы**

Учитель-составитель программы:

***Никифорова Элла Ивановна, учитель физики***

Квалификационная категория: ***высшая***

Волгоград, 2023

### **Пояснительная записка**

Важной задачей воспитания подрастающего поколения всегда было и остаётся воспитание патриотизма и гражданственности, так как именно в этом основа жизнеспособности любого общества и государства, преемственности поколений. Актуальность заявленной задачи в современных условиях подчёркнута в специальной программе “Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации”, утверждённой постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июля 2005 г. № 422.

В реализации поставленной задачи особое место отводится туристско–краеведческой деятельности, которая позволяет ребёнку, совершая тематические прогулки, экскурсии, походы, познакомиться со своим краем, изучить свою страну с “малой Родины”, познать патриотические, трудовые, нравственные традиции народа. А это и есть истоки и основа патриотического воспитания. Процесс познания Родины реализуется в предметно-наглядной, активной форме, когда ребёнок непосредственно видит, слышит, осязает окружающий мир, воспринимает его в более ярких, эмоционально насыщенных, запоминающихся образах, чем те, которые предстают перед ним со страниц книг, учебных пособий и т.д. Так воспитываются любовь к Родине, её природе, истории, культуре, людям.

В ходе туристско-краеведческой деятельности, в походах патриотические переживания и порывы осуществляются с особой силой, оставляют глубокий след в юной душе. Это и гордость за прошлые подвиги дедов, и любовь к родной природе, и желание приумножить своим трудом силы, богатство Родины, и уважение к культурным ценностям своего народа и стремление быть там, где труднее, и чувство ответственности за судьбу своей Отчизны, и готовность в любую минуту встать на её защиту. Такие сложные, сильные чувства зреют постепенно, их укрепляет и углубляет то, что окружает человека. Современное российское общество, с его демократическими тенденциями, предъявляет к подрастающему поколению новые требования:

- быть способными на собственный выбор;
- с пониманием воспринимать мнения и “предпочтения” других людей;
- владеть навыками социального поведения и общения с разными людьми;
- уважать права и свободы личности.

Будучи по природе коллективистской, туристско-краеведческая деятельность способствует развитию у ребёнка науки общения со сверстниками, взрослыми, окружающим миром, создаёт возможность для проявления патриотических чувств в добрых делах, прежде всего – в заботе о ветеранах, людях старшего поколения, а, гражданственность в соблюдении чистоты в поселке, вокруг школы и т.д. Сегодня как никогда актуален вопрос о необходимости изменения своего отношения к жизни, к природе и обеспечения соответствующего воспитания и образования нового поколения. Стране нужны активные деятели, творцы, которые смогут сами нести ответственность за свою жизнь.

Сочетание спортивного ориентирования, краеведения и туризма способствует формированию у ребенка представлений о взаимодействии человека и окружающей среды, навыков здорового образа жизни. Занимаясь велоспортивным туризмом, учащиеся приобретают опыт и навыки поведения и выживания в условиях автономного существования, экстремальных ситуациях: обустройство быта в природных условиях, приготовление пищи, обеспечение санитарно-гигиенических условий, преодоление препятствий, адаптация к различного рода изменениям в природе.

Программа рассчитана на 68 часов, по 2 часа в неделю. Групповые занятия до 15 человек в группе.

**Цель программы:**

создать условия для формирования социально-адаптированной личности с учетом ее возрастных, индивидуальных психофизических особенностей через организацию туристско-краеведческой деятельности.

**Задачи программы:**

- формирование чувства патриотизма и гражданственности;
- повышение мотивации на здоровый образ жизни, укрепление здоровья, содействие правильному физическому развитию воспитанников;
- совершенствование выносливости, силы, быстроты, координационных способностей, формирование механизмов эффективной защиты от сердечнососудистых и респираторных заболеваний;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- развитие навыков общения со сверстниками, взрослыми, окружающим миром и социального поведения;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- формирование устойчивого интереса к систематическим занятиям велоспортивным туризмом;
- формирование бережного отношения к природе.

**Календарно-тематическое планирование курса «Велоспортивный туризм»**

№	Тема	К-во часов
1.	Цели, задачи кружка. Организационные вопросы. Правила поведения на кружке Правила поведения на улице во время прогулки, экскурсии	1
2.	Понятие и сущность велосипедного туризма	1
3.	История развития велосипедного туризма	1
4.	Особенности велосипедного туризма	1
5.	Материально-техническое оснащение для велосипедного туризма	1
6.	Рекреационные возможности Волгоградской области для развития велосипедного туризма	1
7.	Велосипедный туризм в Волгограде.	1
8.	Обязанности пешеходов и пассажиров. Правила поведения в организованной колонне	1
9.	Что такое улица и дорога. Элементы. Жилая зона. Загородная дорога	1
10.	Экскурсия на улицу	1
11.	Составление индивидуального безопасного маршрута	1
12.	Работа по карте «Безопасный маршрут»	1
13.	История создания первого светофора. Принцип работы современного светофора	1
14.	Виды светофоров	1
15.	Регулировщик. Назначение. Сигналы регулировщика.	1
16.	Решение тестов и дорожных задач. Тренировка в подаче сигналов регулировщика	1
17.	Перекрёсток и его виды. Проезд перекрёстков	1

18.	Решение тестов и дорожных задач	1
19.	Решение тестов и дорожных задач	1
20.	Экскурсия «Правила перехода через перекрёсток»	1
21.	Назначение и роль дорожных знаков в регулировании дорожного движения. История дорожных знаков. Дорожные знаки и их группы.	1
22.	Дорожные знаки и их группы.	1
23.	Предупреждающие знаки.	1
24.	Изготовление макетов дорожных знаков.	1
25.	Знаки приоритета. Запрещающие знаки.	1
26.	Изготовление макетов дорожных знаков.	1
27.	Предписывающие знаки. Знаки особых предписаний.	1
28.	Информационные знаки. Знаки сервиса.	1
29.	Решение тестов и дорожных задач	1
30.	Расположение транспортных средств на проезжей части. Остановка. Стоянка. Стоянка и остановка двухколёсных транспортных средств	1
31.	Остановка общественного транспорта.	1
32.	Решение тестов и дорожных задач на дорожном макете	1
33.	Ситуации дорожных «ловушек». Обсуждение. Работа со схемами	1
34.	Устройство и техническое обслуживание велосипеда. Снаряжение велосипеда. Экипировка.	1
35.	Правила движения велосипедистов. Перевозка людей и груза на велосипеде	1
36.	Правила проезда велосипедистами пешеходного перехода. Движение групп велосипедистов.	1
37.	Велосипедист в дорожном движении. Разбор дорожной ситуации в рабочей тетради	1
38.	Велосипедист в дорожном движении. Работа учащихся с электронным экзаменатором	1
39.	Фигурное вождение велосипеда. Прохождение отдельных препятствий на велосипеде	1
40.	Фигурное вождение велосипеда в целом	1
41.	Фигурное вождение велосипеда в целом	1
42.	Автомобиль. Дополнительные требования. На железной дороге	1
43.	ДТП. Причины ДТП. Ответственность за нарушение ДТП.	1
44.	Повторение правил дорожного движения. Решение тестовых заданий	1
45.	Первая медицинская помощь. Транспортировка пострадавших	1
46.	Раны, их виды, оказание первой помощи	1
47.	Виды кровотечений. Оказание первой помощи	1
48.	Виды и техника наложения повязок.	1
49.	Травма головы , грудной клетки , живота	1
50.	Оказание помощи пострадавшему при травме головы, грудной клетки , живота	1
51.	Шок, обморок.	1
52.	Ушибы, вывихи и переломы	1
53.	Разработка велосипедного маршрута по Волгоградской области	1
54.	Оказание помощи пострадавшему при переломах	1
55.	Ожоги. Степени ожогов. Обморожение. Степени обморожения	1
56.	Обморок. Сердечный приступ. Оказание первой помощи	1
57.	Ответы на вопросы билетов и выполнение практического задания	1
58.	Подготовка к конкурсу «Безопасное колесо»	1
59.	Подготовка к конкурсу «Безопасное колесо»	1

60.	Подготовка к конкурсу «Безопасное колесо»	1
61.	Подготовка к конкурсу «Безопасное колесо»	1
62.	Понятие «страхование», «страхователь», «страховой случай», «страховщик»	1
63.	Виды, отрасли, формы страхования. Страхование от несчастных случаев. Страхование автогражданской ответственности	1
64.	Просмотр видеофильма по ПДД	1
65.	Викторины. Конкурсы.	1
66.	Работа учащихся с электронным экзаменатором	1
67.	Подготовка игр и конкурсов по ПДД для учащихся	1
68.	Встреча с сотрудниками ОГИБДД	
Итого часов:		68