

муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
города Новосибирска
«Гимназия № 7 «Сибирская»

ПРИНЯТО решением кафедры естественнонаучного образования протокол от 30.08.2026 г. № 1	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР  _____ Т.В. Осокина 30.08.2026г.
---	--

Программа дополнительной деятельности
«Я иду шагаю по стране »
Срок освоения программы:
1 год (с 5 по 11 класс)

Составила: учитель биологии
высшей квалификационной
категории
Ялышева Анна Владимировна

Новосибирск 2026 г

Пояснительная записка

Оглавление

Раздел 1. Пояснительная записка	3
Раздел 2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности	6
Раздел 3. Содержание курса внеурочной деятельности	7
Раздел 4. Тематическое планирование.	8
Приложение 1. Поурочное планирование	9
Приложение 2. Темы проектов (творческих работ)	11
Приложение 3. Учебно-методическое обеспечение (методические и учебные пособия, медиаресурсы).	12

Пояснительная записка

Раздел 1. АКТУАЛЬНОСТЬ И ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, ориентирована на обеспечение индивидуальных потребностей обучающихся и направлена на достижение планируемых результатов освоения программы основного общего образования с учётом выбора участниками образовательных отношений курсов внеурочной деятельности

Это позволяет обеспечить единство обязательных требований ФГОС во всём пространстве школьного образования.

Программа дополнительной деятельности «Я иду шагаю по стране» создана с целью формирования интереса к родному краю, расширения кругозора учащихся. Она ориентирована на учащихся 5-11 классов,. Дети с рождения окружены различными веществами и должны уметь обращаться с ними.

Новизна программы состоит в личностно-ориентированном обучении. Роль учителя состоит в том, чтобы создать каждому обучающемуся все условия, для приобретения знаний в области краеведения, овладения технологиями спортивно-оздоровительного туризма, навыками ЗОЖ. Все это позволит применять полученные навыки в самостоятельной жизни, безопасно совершать походы по туристическому маршруту, ориентироваться на местности, владеть правилами экологического туризма и бережно относиться к историческому, культурному, природному наследию страны.

Изучение программы туристического направления проходит в рамках курса программы дополнительной деятельности учащихся 5-11 классов.

Цель курса - создание условий для развития активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности обучающихся.

Задачи:

образовательная:

- формирование системы знаний, необходимых для участия в туристско-спортивной работе;
- обучение навыкам и умению сбора краеведческой информации,
- формирование банка данных о местах туристских маршрутов через

ведение записей краеведческих наблюдений, воспоминаний старожилов, представителей национальной культуры

воспитательные:

- воспитание экологически грамотной, физически здоровой, нравственной личности, любящей и знающей свой край;
- выработка организационных качеств, умение вести себя в коллективе;

развивающие:

- развитие активной туристско-спортивной и краеведческой деятельности у обучающихся;
- развитие интереса к изучаемым дисциплинам;
- формирование навыков туристской техники, ориентирования, выживания в природной среде, судейства туристско-спортивных мероприятий;

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Варианты реализации программы и формы проведения занятий.

Программа курса рассчитана на сборную группу учащихся в возрасте 10-17 лет и рассчитана на 1 год основного образования объёмом 34 часов. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность занятий: 40 минут занятие.

Занятия проходят в смешанных группах.

Форма организации__детей на занятии: групповая, игровая, индивидуально-игровой, в парах.

Форма проведения занятий: индивидуальное, практическое, комбинированное, соревновательное.

Формы контроля

Промежуточная аттестация по курсу проходит в форме - однодневного не категоричного похода.

Взаимосвязь с программой воспитания.

Программа курса разработана с учётом рекомендаций примерной рабочей программы воспитания для общеобразовательных организаций. Это позволяет на практике соединить обучающую и воспитательную деятельность педагога, ориентировать её не только на интеллектуальное, но и на нравственное, социальное развитие

ребёнка, что проявляется:

— в возможности включения школьников в деятельность, организуемую в рамках модулей программы воспитания:

«Внеурочная деятельность», «Экскурсии, экспедиции, походы», «Школьные медиа», «Организация предметно-эстетической среды», «Профориентация»;

— в интерактивных формах занятий для школьников, обеспечивающих большую их вовлеченность в совместную деятельность с педагогом и другими детьми

СОДЕРЖАНИЕ

Таблица 1

№	Тема урока	Количество часов
1.	Основы туристской подготовки	4 часа
2.	Краеведение	10 часов
3.	Туристическая деятельность	12 часов
4.	Туристический поход	4 часов
5.	Промежуточная аттестационная работа. Однодневный поход	4 часа.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

Реализация программы отражает приобретение предметных, метапредметных и личностных результатов, которые могут быть представлены как: результаты 1 -го уровня - приобретение школьником социальных знаний, представлений; результаты 2-го уровня – формирование опыта переживаний, позитивных отношений школьника к базовым ценностям общества; результаты 3-го уровня – получение школьником опыта самостоятельного социального действия.

Личностные результаты:

Личностные результаты отражают готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе, в том числе:

- В сфере гражданского воспитания: готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей, с которыми школьникам предстоит взаимодействовать в рамках реализации программы «Основы туризма»; готовность к разнообразной совместной деятельности; выстраивание доброжелательных отношений с участниками курса
- В сфере патриотического воспитания: осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины в науке, технологиях и трудовых достижениях народа, с которыми школьники будут знакомиться в ходе экскурсий экологической направленности
- В сфере духовно-нравственного воспитания: воспитание моральных ценностей и норм в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм; осознание необходимости брать на себя ответственность в ситуации экологического выбора, активное неприятие асоциальных поступков
- В сфере эстетического воспитания: восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; стремление к самовыражению в разных видах искусства, в том числе прикладного; стремление создавать вокруг себя эстетически привлекательную среду.
- В сфере физического воспитания, формирования культуры здоровья и эмоционального благополучия: осознание ценности жизни;

ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение правил гигиены, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); способность адаптироваться к изменяющимся социальным, информационным и природным условиям, стрессовым ситуациям; осмысление собственного опыта и выстраивание дальнейших целей, связанных с будущей профессиональной жизнью; умение управлять собственным эмоциональным состоянием; формирование навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека

- В сфере трудового воспитания: активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, образовательной организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода задачи; применение знаний, полученных в ходе изучения курса «Основы туризма»; осознание важности обучения для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор,
- В сфере экологического воспитания: применение социальных и естественно-научных знаний для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры; осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях

взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности

- В сфере понимания ценности научного познания: овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира, средством самосовершенствования человека; овладение основными навыками исследовательской деятельности в процессе изучения туристической деятельности, осмысление собственного опыта, анализ своих поступков и стремление совершенствовать пути достижения цели индивидуального и коллективного благополучия
- В сфере адаптации к изменяющимся условиям социальной и природной среды: освоение социального опыта и основных социальных ролей; способность действовать в условиях неопределённости, повышать уровень своей компетентности через практическую деятельность, в том числе умение учиться у других людей, получать в совместной деятельности новые знания, навыки и компетенции; развитие способности осознавать дефицит собственных знаний и компетентностей, планировать своё развитие, в том числе в сфере туризма; умение оперировать терминами и представлениями в области концепции устойчивого развития; умение анализировать и выявлять взаимосвязи природы, общества и экономики; умение оценивать свои действия с учетом влияния на окружающую среду; способность осознавать стрессовую ситуацию, оценивать происходящие изменения и их последствия; формулировать и оценивать риски и последствия, формировать опыт, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты обучающихся, освоивших данный курс, включают:

- - адекватно воспринимать содержательную оценку своей работы учителем;
- - следовать на занятиях инструкциям учителя;
- - вносить коррективы в свою работу.
- - понимать цель выполняемых действий;
- - адекватно оценивать правильность выполнения задания;
- - самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленных на развитие физических качеств;
- - первоначальным туристическим умениям и навыкам;
- - работать индивидуально и в группе;
- - умение осознанно использовать речевые средства для выражения своих мыслей и потребностей;
- - беречь и защищать природу , экологическое мышление.

Метапредметные результаты:

- определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- умение находить ошибки при выполнении заданий и уметь их исправлять;
- умение объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.

Предметные результаты:

- познакомятся с историей и культурой, природой родного края.

Приобретут навыки:

- элементарных правилах выживания в природе; у водоёмов, на болоте, в горах;
- правила передвижения по дорогам;
- правила обращения с огнём;

- правила обращения с опасными инструментами;
- правилах общения с незнакомыми людьми; об основных нормах гигиены.

научатся:

- выполнять правила поведения на занятиях по общефизической и туристской подготовке;
- рассказывать об истории возникновения краеведения и туризма;
- понимать значение физических упражнений для здоровья человека;
- рассказывать о личной гигиене, о правильной осанке;
- называть правила ведения ЗОЖ;
- называть основные физические качества человека;
- определять подбор одежды и инвентаря для туристических прогулок и походов;
- самостоятельно выполнять первоначальные действия юного туриста в природе, в быту, в необустроенных условиях.

Тематическое планирование.

Тематическое планирование для сборной группы обучающихся 5-11 классов

Таблица 1

№	Тема урока	Количество часов
6.	Основы туристской подготовки	4 часа
7.	Краеведение	10 часов
8.	Туристическая деятельность	12 часов
9.	Туристический поход	5 часов
10.	Промежуточная аттестационная работа. Однодневный поход	4 часа.

Календарно-тематическое планирование по курсу «Основы туристической деятельности» для 5-8_ классов на 2024/2025 учебный год		
№ урока	Тема урока	Основные виды деятельности
	Тема 1. Основы туристской подготовки	
1.	<i>Туризм, как вид спортивной деятельности</i>	
2.	Виды туристических походов	
3.	Туристские районы Западной Сибири, РФ.	
4.	Основы безопасности в туризме	
	Тема 2. Краеведение	
5.	Природно – климатическая характеристика области.	
6.	Погода, как фактор успешного похода.	Практическая работа « Наблюдение за погодой, народные приметы»
7.	Особенности распределения природных зон.	Экскурсия в краеведческий музей
8.	Природные объекты внутреннего туризма Новосибирской области	Практическая работа « Работа с информацией»
9.	История образования региона.	
10.	Археологические памятники природы.	Встреча с археологами, либо экскурсия в археологический музей
11.	Достопримечательности Новосибирска	Практическая работа «Создание рекламного буклета», выпуск стенгазеты.
12.	Достопримечательности Новосибирской области.	Практическая работа «Создание рекламного буклета», выпуск стенгазеты.
13.	Реки и водоемы родного края.	Практическая работа «Способы очистки воды»

14.	Полезные растения моего региона.	Презентация «Растения, которые помогут»
Туристическая деятельность		
15.	Топографическая подготовка	
16.	Карта географическая и топографическая. Условные знаки.	
17.	Устройство компаса и пользование им	Практическая работа « Знакомство в работой компаса»
18.	Схема маршрута.	Практическая работа «Определение азимута»
19.	Туристское снаряжение. Необходимое групповое и личное снаряжение (в зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды).	
20.	Виды рюкзаков и палаток	Практическая работа « Приобретения навыков сбора рюкзака»
21.	Туристский быт.	Практическая работа «Установка палатки»
22.	Виды костра.	Практическая работа « Правила разведения костра»
23.	Питание на маршруте.	Практическая работа «Составление рациона питания на маршруте одного дня с учетом возрастных особенностей группы»
24.	Сушка и ремонт снаряжения и одежды.	
25.	Первая помощь в походе.	Практическая работа
26.	Правила безопасного поведения в походе с учетом географии района.	
Туристический поход		

27.	Подготовка похода	
28.	Туристические узлы	Приобретение навыков вязания туристических узлов.
29.	Приемы безопасного преодоления препятствий.	Практическая работа
30.	Совместная работа группы (команды).	Практическая работа
31.	Общефизическая подготовка.	Практическая работа
32-34	Промежуточная аттестация -	Однодневный поход

Итого:	
Общее количество часов	35
Количество лабораторных и практических работ (экскурсий)	19
Количество проверочных и контрольных работ	4

Темы проектов (творческих работ)

1. Народные приметы, как способ предсказания погоды.
2. Современные навигационные программы
3. Ориентирование по местным предметам.
4. Основы гигиены в походе
5. Походная медицинская аптечка.
6. Основные приёмы оказания первой помощи в походе
7. Строении и функциях организма, влияние физических упражнений
предупреждение спортивных травм
8. Специальная физическая подготовка для прохождения не
категоричных походов.
9. Памятники природы Новосибирской области.
10. Объекты народной культуры.
11. Экологический туризм в современном обществе.
12. Разработка экологического маршрута.

Приложение 3.

Учебно-методическое обеспечение (методические и учебные пособия, медиаресурсы).

1. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373;
2. Инструкция по проведению туристско-краеведческих мероприятий с обучающимися Новосибирской области №10571-03/25
3. Аппенянский А.И. Методика врачебно-педагогического контроля в туризме. М.: ЦРИБ «Турист», 1990.
4. Кодыш Э.Н., Константинов Ю.С., Кузнецов Ю.А. Туристские слеты и соревнования. – М.: Профиздат, 1984.
5. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.
6. Русский турист: Нормативные акты по спортивно-оздоровительному туризму в России на 1998-2000гг. Вып.2.-М., 1998.
7. Соловьев А.В. Обеспечение безопасности в туристских походах. Метод. рекомендации. Челябинск, 1983.
8. Энциклопедия туриста. – М.: Большая российская энциклопедия, 1993.

