

Утверждаю
Директор МБОУ СОО
«Школа № 15» пос. Биракан
Ю.М. Приходько
Приказ №44 от «04» мая 2023 г.



ПРОГРАММА

Профильного отряда «Полярная звезда»

Срок реализации: 01.06.- 22.06 2023г.

Составил:
Учитель ОБЖ, истории
Куаналиев В.Ш.

пос.Биракан
Паспорт программы

Название программы	«Полярная звезда»
Направление	Туρισко - краеведческое
Автор программы	Куаналиев Владимир Шарапович
Педагоги реализующие программу	Куаналиев Владимир Шарапович
Цель программы:	Организация и осуществление полноценного отдыха и занятости детей и подростков во время летних каникул через воспитание и развитие учащихся в области туристско-краеведческой деятельности.

Задачи :	<ul style="list-style-type: none"> • обеспечить непрерывную работу туристического клуба; • укрепить здоровье учащихся; • отработать практические умения и навыки по туризму; • привить любовь к родному краю, его истории. • развивать коммуникативность и творческие способности ребят.
Актуальность программы:	<p>Программа профильного отряда является актуальной, так как способствует формированию личности обучающегося через знакомство с родным краем, его природой, историей и культурой, приобщение к исследовательской деятельности, развитию творческого потенциала ребенка, формирует навыки здорового образа жизни, физического и духовного самосовершенствования.</p> <p>Программа профильного отряда рассчитана на детей 3-11 классов, любящих общение с природой, занятия туризмом, равнодушных к истории и культуре родного края. Длительность смены – 18 дней.</p> <p>Программа тесно связана с рядом учебных дисциплин и опирается на знание истории и географии ЕАО, истории и географии России, ОБЖ, биологии, физкультуры и позволит расширить кругозор обучающихся в этих областях знаний.</p> <p>Программа предполагает освоение детьми основ пешеходного туризма, ориентирования, краеведения, знакомство с населенными пунктами Облученского района, особо охраняемыми территориями ЕАО, приобретение знаний, умений и навыков в области гигиены, медицинской подготовки, физической подготовке.</p>
Необходимое оборудование:	<ul style="list-style-type: none"> • помещение для теоретических занятий; • спортивное оборудование (волейбольный и футбольный мячи, скакалки); • туристическое оборудование (веревки, карабины, палатки, костровое оборудование); • канцелярские принадлежности; • магнитофон, записи бардовских песен.
Необходимое личное снаряжение для профильного отряда:	<ul style="list-style-type: none"> • спортивная форма, костюм из плотной ткани; • спортивная обувь (кроссовки); • перчатки; • фонарь; • рюкзак; • кружка, чашка, ложка. • Головной убор
Результат программы:	<ul style="list-style-type: none"> • накопление и обобщение опыта проведения профильных смен, наработка методических материалов;

	<ul style="list-style-type: none"> • занятость детей во время летнего отдыха
Критерии оценки программы:	<ul style="list-style-type: none"> • Положительные отзывы участников профильного отряда и их родителей о прошедшей смене.
Методы, используемые при реализации программы:	<ul style="list-style-type: none"> • практический • наглядный • словесный • видеометод
Формы деятельности:	<ul style="list-style-type: none"> • час вопросов и ответов; • «Аукцион знаний» (делимся собранной информацией по туризму и краеведению.) • создание ситуации выбора; • уроки творчества (составление поделок, рисование плакатов, выпуск информационных листков, газет); • соревнования, состязания (оказание первой медицинской помощи условно пострадавшим в походе); • путешествие по страницам Правил дорожного движения; • проведение викторин, конкурсов ; • изучение жизней замечательных людей ЕАО

РАЗДЕЛ I. Содержание программы (18 часов).

Туристическое направление	Краеведческое направление
<p>Тема 1. Введение в образовательную программу. Туризм как средство познания окружающего мира, физического и духовного развития личности (1 час). Беседа о туризме. Особенности и возможности пешеходного туризма. Основные правила и законы туристов. Планы работы группы на смену. ИНСТРУКТАЖ</p>	<p>1. Легенды ЕАО «Озеро лотосов», «Легенда о женьшене» «О тигре» «О багульнике» и др.</p>
<p>Тема 2. Краеведческая работа в походе. Занятия по краеведению «Туристические возможности ЕАО». Формы общественно-полезной, краеведческой и природоохранительной работы в походе. Фотографирование в походе. Изучение и описание краеведческих объектов.</p>	<p>2. Беседа «Достопримечательности ЕАО»</p>

<p>Тема 3. Творческая мастерская «Кодекс туриста» Изучение туристического инвентаря Туристическая веревка, виды, назначение узлов Полдник</p>	<p>3. Занятия по краеведению: блиц-турнир «Наша область»</p>
<p>Тема 4. Природа и экология ЕАО. Животный и растительный мир региона. Климат и почвы района, водные ресурсы. Экологические и природоохранные проблемы района.</p>	<p>4.Беседа «Природа Биракана».</p>
<p>Тема 5. Практическая работа Определение расстояния по карте «Составление простейшего маршрута» (школьный двор) Ориентирование на местности</p>	<p>5. Беседа «Наши земляки-герои»</p>
<p>Тема 6. Физическая подготовка туриста (1 час). Комплекс утренней зарядки. Закаливание организма. Упражнения для укрепления мышц рук, ног, плечевого пояса. Маршевая подготовка. Беговые тренировки.</p>	<p>6.Викторина «Люблю я ЕАО». Проверка краеведческих знаний</p>
<p>Тема 7. Топографическая подготовка (1 час). Знакомство с топографической картой и топографическими знаками. Масштаб карты. Измерения, расстояний по карте. Превращение числового масштаба в натуральный.</p>	<p>7.Викторина «Железноводск- жемчужина Кавказа». Проверка краеведческих знаний о городе Железноводске.</p>
<p>Тема 8. Ориентирование на местности (1 час). Определение сторон горизонта по компасу, солнцу, звёздам и местным признакам. Привязка карты к местности. Ориентирование карты по компасу Командное состязание по ориентированию (школьный двор)</p>	<p>8. «Красная книга ЕАО»</p>
<p>Тема 9. Организация туристского быта (1 час). Привал и бивак в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Изготовление кострища и уход за костром. Костровое оборудование и его применение. Виды палаток. Устройство палаток и спальных мешков, их правильная эксплуатация.</p>	<p>9.Поход на сопку «Партизанская»</p>
<p>Тема 10. Питание в туристском походе (1 час). Рацион туриста. Расфасовка, упаковка и переноска продуктов. Хранение в походных условиях. Приготовление пищи в полевых условиях.</p>	<p>10. Растения ЕАО</p>
<p>Тема 11. Гигиена туриста (1 час). Личная гигиена туриста. Уход за ногами и обувью. Гигиенические требования к одежде постели, посуде туриста. Защита от укусов насекомых.</p>	<p>11.Поход</p>
<p>Тема 12. Доврачебная помощь в походе (1 час). Наиболее характерные травмы и болезни. Содержание походной медицинской аптечки. Первая доврачебная помощь при простейших травмах и болезнях. Предупреждение травм и болезней в походе.</p>	<p>12.Экскурсия на НК «Инвест»</p>

Тема 13. Основы поисково-спасательных работ (1 час). Виды опасностей и меры предосторожности. Первоочередные действия в экстремальных ситуациях. Значение взаимопомощи в походных условиях.	13.История поселка Биракан
Тема 14. Подготовка похода (1 час). Подготовка личного и группового снаряжения к походу. Выбор маршрута. Расчёт и заготовка продуктов. Получение краеведческих заданий.	14.Беседа «Заповедники ЕАО»
Тема 15. Проведение однодневного похода (3 часа). Поход совершается по короткому маршруту без ночёвки с целью адаптации членов отряда к полевым условиям, при нагрузках, и для выяснения психологической совместимости детей и их поведения в экстремальных условиях, закрепления теоретических знаний и для выполнения краеведческих заданий. Предусматривает преодоление естественных препятствий, ориентирование на маршруте и выполнение каждым членом группы своих походных обязанностей.	15. Сбор гербария
Тема 16. Подведение итогов похода (1 час). Отчёт членов группы о походе. Обобщение и систематизация собранного краеведческого материала. Оформление выставок и фотовыставок.	16.Познавательная Игра «ЧТО? Где? Когда?»
Тема 17 Походные песни.	17.Конкур сфотографий и рисунков «Земля, на которой мы живем»
Тема 18 . Установка палатки (практическое занятие). Вязание узлов Бивуак.	18.Блиц – опрос «Земля под радугой»

Режим работы профильного отряда «Полярная звезда»:

8.20 – 9.00	организационный момент
9.00 – 9.15	Зарядка
9.15 – 9.35	завтрак
9.35 -11.00	образовательный блок
11.00 – 12.00	занятия по краеведению
12.00 – 13.00	творческие мастерские
13.00 – 13.20	обед
13.20 – 14.00	подвижные игры
14.00– 14.30	Уборка отрядного места, рефлексия

РАЗДЕЛ II: Тематический план дополнительных занятий.

Кроме основных занятий по туризму и краеведению программа включает в себя практические и теоретические занятия для комплексного развития детей по следующим направлениям:

- ЗОЖ (формирование здорового образа жизни);
- ПДД (Изучение правил дорожного движения) ;
- «Я и культура»

Тематический план по модулю «ЗОЖ» «Минутка здоровья»:

№ п/п	Наименование тем
1	Мой рост, мой вес.
2	Поговорим о личной гигиене. Гигиена туриста.
3	Опасности вокруг нас.
4	Утро начинается с зарядки
5	Безопасный маршрут
6	Как снять усталость с ног.
7	Солнечный ожог. Первая помощь при солнечных ожогах.
8	Книги о здоровье.
9	Правильное питание.
10	Первая помощь при травмах.
11	Путешествие в страну Витаминаю.
12	Правильная осанка- основа красивой походки.
13	Гигиена нашего дома.
14	Первая помощь при укусах животных.
15	Береги глаза.
16	Зелёная аптека- на страже человека.
17	Движение- это жизнь.
18	<i>Быстрее, выше, сильнее. Спортивные состязания.</i>

