

Принято на заседании  
Педагогического Совета  
Образовательного учреждения  
ГБОУ лицея №329  
Протокол №1  
от 29 августа 2025 года

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБОУ лицея №329  
О. А. Беляева  
Приказ №54 от 29.08.2025 года

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
лицей №329 Невского района Санкт-Петербурга**

**Рабочая программа**

ТурЭКО  
(курса, предмета, дисциплины (модуля))  
Формирование функциональной грамотности

---

(указание учебного предмета)

Срок реализации рабочей программы 1 год  
Чиликина Мария Ивановна

---

(Ф.И.О. учителя)

---

Санкт-Петербург  
(наименование города)

---

2025  
(год составления программы)

## **Пояснительная записка**

Программа внеурочной деятельности «ТурЭКО» нацелена на главный ориентир современной школы - воспитание полноценной личности: активной, здоровой нравственно и физически, высокоинтеллектуальной, адаптированной к жизни, способной к творческой деятельности.

Программа позволяет решать задачи приобщения подростков к здоровому образу жизни, выработки у них правильного поведения в нестандартных и экстремальных ситуациях.

Программа направлена на развитие у школьников воли, силы, выносливости, умения преодолевать трудности, формирование умения жить в коллективе и овладение секретами общения в нем, создание мотивации разумной организации досуга, приобретение специальных знаний и умений по туризму.

Целью данной программы является создание благоприятных условий, обеспечивающих возможность сохранения здоровья, формирование необходимых знаний, умений и навыков по здоровому образу жизни (ЗОЖ), использование полученных знаний в практике, обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий, формирование всесторонней гармонично развитой личности. Формирование у детей и их родителей ответственного отношения к здоровому образу жизни, сохранение и укрепление здоровья детей младшего школьного возраста, воспитание полезных привычек и пропаганда физической культуры, спорта, туризма в семье.

### ***Задачи программы:***

- укрепления здоровья, содействия правильному физическому развитию воспитанников;
- создание условий для формирования устойчивого интереса к систематическим занятиям туризмом;
- социального самоопределения, творческой самореализации личности;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;
- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- развитие разнообразных практических навыков: самоорганизации и самоуправления;
- обеспечение безопасности туристских походов и соревнований.
- формирование бережного отношения к природе. Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, при проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

### ***Формы организации образовательного процесса.***

- 1) Устное изложение материала (рассказ, лекция, объяснение).

- 2) Показ (демонстрации, экскурсии).
- 3) Самоподготовка (самостоятельное изучение нового материала, подготовка докладов, рефератов по темам).
- 4) Задания и упражнения (тесты, практические и исследовательские работы).
- 5) Беседа, диспуты.
- 6) Тренировки (в помещении и на открытой местности).
- 7) Походы, экскурсии.

### ***Общая характеристика внеурочной деятельности***

Актуальность программы заключается в том, что туристские походы и экскурсии очень привлекательны для детей, так как в них есть возможность постоянного совершенствования спортивного мастерства и изучения природного, культурного и исторического наследия своей малой родины.

Содержание программы направлено на создание условий для укрепления и сохранения физического и психического здоровья учащихся. Как показывает практика, только средствами туризма в системе физического воспитания человека нельзя добиться должного физического совершенства. Определенную пользу знания туризмом приносят лишь в совокупности с другими средствами этой системы: играми, гимнастикой.

Место внеурочной деятельности в учебном плане. На внеурочную деятельность «ТурЭКО» отводится 1 час в неделю. Программа рассчитана на 2 класса. Срок реализации программы – 1 год. Формы занятий: теоретические, практические. Режим занятий: 1 раза в неделю – по 1 академическому часу.

### **Результаты освоения курса**

#### **УУД**

##### ***Личностные***

1. Становление мировоззрения, жизненного самоопределения и формирование гражданской позиции личности;
2. Воспитание патриота, защитника Отечества, обладающего специфическими знаниями и умениями в области безопасности и выживания в ЭС.
3. Формирование основ исторической памяти.
4. Формирование основ экологического сознания, грамотности и культуры учащихся, освоение элементарных норм поведения в природных условиях;

##### ***Познавательные***

1. Освоение знаний об истории туризма, о туристских возможностях Ростовской области.
2. Формирование стремления обучающихся к познанию достопримечательностей Ростовской области в процессе туристской деятельности.

3. Формирование у обучающихся основ ЗОЖ.  
4. Приобретение обучающимися специфического двигательного опыта в нетрадиционных условиях организации и содержания физической активности, связанных с природно - климатическими особенностями.

5. Приобретение навыков общения и творческого сотрудничества обучающихся в ходе интегрированной спортивно – познавательной туристской деятельности.

#### ***Коммуникативные***

1. Изучение истории туризма.
2. Изучение основных достопримечательностей, объектов искусства и культуры в результате походов.
3. Изучение природных объектов, их значения для родного края.
4. Изучение спортивных сооружений, туристических.
5. Изучение и соблюдение правил ТБ и ОТ во время путешествий.
6. Освоение приёмов самоконтроля и умения контролировать и оценивать своё состояние в процессе туристской деятельности.
7. Организация туристского быта при организации летнего палаточного лагеря.
8. Формирование умений преодоления естественных препятствий в путешествии лично и в группе.
9. Формирование навыков оказания первой доврачебной помощи различного характера во время путешествий как лично, так и в составе группы.
10. Ориентирование на местности, принятие правильного коллективного решения.
11. Обеспечение собственной жизнедеятельности и жизнедеятельности окружающих в различных природно- климатических условиях.

Результатом внеурочной деятельности являются универсальные учебные действия: личностные, регулятивные, познавательные, коммуникативные.

**К личностным результатам** относится система ценностных ориентации младшего школьника, отражающих его индивидуально-личностные, позиции, мотивы и отношение к активному участию во внеурочной деятельности, социальные чувства, личностные качества. Личностные

универсальные учебные действия выражаются формулами «Я и природа», «Я и другие люди», «Я и общество», «Я и познание», «Я и Я», что позволяет

младшему школьнику выполнять разные социальные роли («гражданин»,

«школьник», «ученик», «собеседник», «одноклассник» и др.) и

профессиональные роли («путешественник», «знаток», «дежурный»,

«командир», «капитан», «штурман» и др.)

**К метапредметным результатам** относятся освоенные младшим школьником универсальные способы деятельности, применимые как в рамках внеурочной деятельности (образовательного процесса), так и в реальных жизненных ситуациях.

**Регулятивные** универсальные учебные действия отражают способность обучающегося строить учебно-познавательную деятельность, учитывая все её компоненты (цель, мотив, прогноз, средства, контроль, оценка).

**Познавательные** универсальные учебные действия — система способов познания окружающего мира, самостоятельного процесса поиска,

исследования и совокупность операций по обработке, систематизации, обобщению и использованию полученной информации.

**К предметным результатам** относятся усвоенные младшим школьником в процессе внеурочной деятельности знания, умения, навыки и специальные компетенции; опыт творческой деятельности; опыт познавательной деятельности; опыт коллективной самостоятельности в туристской группе (команде); опыт социально-профессиональных ролей в системе должностно-ролевого туристско-краеведческого самоуправления; ценностные установки, специфичные для туризма и краеведения, межличностной коммуникации.

**Коммуникативные универсальные действия** — способность обучающегося осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных внеучебных ситуациях; самостоятельная организация речевой деятельности в устной и письменной форме.

## **Планируемые результаты**

Обучающиеся научатся:

- общаться с людьми;
- вести исследовательские краеведческие записи;
- систематизировать и обобщать собранный краеведческий материал, оформлять его и хранить;
- составлять справочную картотеку;
- выступать с докладами;
- оформлять стенды, фотовыставки и т. п.;
- работать с научно-популярной литературой;

- осуществлять фотосъёмку исследуемых объектов туристского интереса;
- соблюдать правила личной гигиены;
- овладеть элементарными туристско-бытовыми навыками;
- ориентироваться в пространстве, на местности, в своём городе;
- рисовать планы местности;
- выполнять самостоятельно элементарные комплексы физических упражнений;
- владеть техническими и тактическими приёмами преодоления естественных и искусственных препятствий.

Обучающиеся получают возможность развивать в себе следующие качества:

- инициативность;
- аккуратность;
- коммуникабельность;
- целеустремлённость;
- самокритичность;
- творческую
- активность;
- способность к оказанию взаимопомощи;
- самостоятельность;
- исполнительность;
- способность к взаимодействию в команде; выносливость;
- уважение к старшим, родителям, семейным традициям;
- любовь к своей малой родине;
- трудолюбие.

### **Содержание программы.**

Польза и значение туризма (прогулок и экскурсий) для оздоровления организма человека. Роль краеведения в познании окружающего мира и самого себя.

Оздоровительный эффект чистого воздуха лесов, лугов и полей.

Движение — ходьба пешком и на лыжах укрепляет костно-мышечную систему, сердце, лёгкие и другие органы человека.

#### ***Правила поведения юных путешественников***

Правила поведения юных путешественников на занятиях (во внеурочной деятельности) в учебном классе, спортивном зале, на учебно- тренировочном полигоне, в парке (лесу).

Требования по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода и при занятиях физическими упражнениями. Правила поведения юных путешественников на экскурсии по зданию школы.

Пожарная безопасность и правила поведения в чрезвычайных (аварийных) ситуациях в школе, на территории школы, дома и на природе. Телефоны аварийных служб.

### ***Азбука туристско-бытовых навыков***

Общественно полезные и личностно значимые дела юных путешественников на экскурсиях и туристских прогулках. Распределение обязанностей (ролей) юных путешественников в группе. Правила поведения при участии в туристской прогулке, экскурсии в парк (лес). Необходимость выполнения требований педагога и старших друзей; соблюдение тишины.

### ***Азбука туристского ориентирования***

Я и мой дом, моя школа, школьный двор. Выявление представлений обучающихся о своём доме (квартире), школе и школьном дворе; назначении различных комнат, кабинетов в здании школы и сооружений школьного двора Ориентирование по сторонам горизонта.

### ***Азбука путешественника***

Способы передвижения юных путешественников. Преодоление простейших естественных препятствий: канав, небольших оврагов, завалов, зарослей кустарника, луж (без снаряжения — рюкзака и с рюкзаком). Правила безопасного преодоления естественных и искусственных препятствий. Обход естественных препятствий. Прокладка маршрута движения.

### **Учебно – тематическое планирование**

№ темы п/п	Название раздела	Кол-во часов
1	Азбука безопасности	5
2	Азбука туристско-бытовых навыков	12
3	Азбука туристического ориентирования	6
4	Азбука путешественника	11
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>

**Календарно – тематическое планирование внеурочной деятельности  
«ТурЭКО» 2 класс**

№	Тема занятия	Количество часов		Основные виды деятельности	Дата план	Дата факт
		теория	практика			
Раздел 1. Азбука безопасности.						
1	Польза и значение туризма для человека. Виды туризма.	1		Беседа о оздоровительном эффекте чистого воздуха лесов, разнотравных лугов и полей, о видах туризма.		
2	Правила поведения юных путешественников.		1	Рассказ о требованиях по соблюдению техники безопасности во время туристской прогулки, похода.		
3	Личная гигиена на занятиях туризмом.		1	Беседа о правилах соблюдения личной гигиены. Тренинг по оказанию первой доврачебной помощи при разных видах травм.		
4	Аптечный набор юного туриста.		1	Игра "Соберем аптечку в поход"		
5	Экскурсия "Золотая осень"		1	Наблюдение за природой, рассказы "знатоков природы", сбор гербария.		
Раздел 2. Азбука туристско-бытовых навыков.						
6	Должностно-ролевая система самоуправления в группе.		1	Распределение обязанностей (ролей) юных путешественников в группе.		
7	Личное снаряжение юного путешественника	1		Практическое занятие "Собери рюкзак в поход". Беседа о требованиях к одежде и обуви.		



8	Групповое снаряжение и уход за ним.	1		Рассказ о назначении тента, палатки и др. снаряжения, ухода за ними. Обзор обязанностей фотокорреспондента.		
---	-------------------------------------	---	--	---	--	--

9	Ремонтный набор		1	Мастер-класс по правилам обращения с ремонтным набором, обзор обязанностей ремонтного мастера группы.		
10	Организация биваков и охрана природы		1	Мастер класс по сбору и упаковке палатки. Беседа о требованиях к биваку.		
11	Разведение костров в туристском походе	1		Изучение типов костров. Практическая работа "Заготовка хвороста"		
12	Макеты костров		1	Создание макетов костров.		
13	Основные туристские узлы		1	Свойства, назначение и использование узлов. Вязка узлов по названию и по назначению.		
14	Основные туристские узлы		1	Свойства, назначение и использование узлов. Вязка узлов по названию и по назначению.		
15	Основные туристские узлы		1	Составление меню для похода, списка необходимых продуктов. Обзор обязанностей дежурных по кухне.		
16	Кухня юного туриста		1	Наблюдение за природой, сбор природного материала.		
17	Экскурсия "Русская зима"		1	Наблюдение за природой, сбор природного материала.		
<b>Раздел 3. Азбука туристического ориентирования.</b>						
18	Ориентирование по сторонам горизонта.		1	Практическое занятие по ориентированию на местности при помощи солнца, животного и растительного мира, местным признакам.		

19	Компас и его устройство.		1	Рассказ штурмана группы о истории компаса, его устройстве и работе.		
20	Ориентирование по компасу, азимут.		1	Определение азимутов на контрольном пункте школьного двора.		
21	Составление плана местности.	1		Изучение назначения плана местности и условных знаков.		
22	Составление плана местности.		1	Практическое занятие по составлению плана местности, по которой будет проходить маршрут похода.		
23	Экскурсия "Пробуждение природы"		1	Наблюдение за изменениями природы, составление правил поведения и охраны природы.		
<b>Раздел 4. Азбука путешественника.</b>						
24	В гостях у путешественников - героев сказок.	1		Театрализованное инсценирование сказок о путешественниках.		
25	Строй туристической группы.		1	Составление распорядка походного дня, привалов и их продолжительности, скорости движения.		
26	Строй туристической группы.		1	Составление правил безопасного преодоления естественных и искусственных препятствий.		
27	Обход естественных препятствий.		1	Обязанности штурмана и хронометриста группы. Взаимовыручка и взаимопомощь.		
28	Туристская эстафета.		1	Организация взаимодействия в команде, взаимовыручка.		
29	Туристические игры.		1	Упражнения на развитие быстроты, силы, выносливости, координационных способностей.		

30	Песни юного туриста		1	Разучивание песен для позитивного прохождения маршрута.		
31	Резерв	1				
32	Резерв	1				
33	Резерв	1				
34	Резерв	1				

### Список литературы:

1. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха. 1-4 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений/В.И. Лях – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2012.
2. Селуянов В.Н., Федякин А.А. Биологические основы оздоровительного туризма. – М.: СпортАкадем Пресс, 2000.
3. Спортивный туризм: Учебное пособие / Под ред. Евсеева С.П., Федотова Ю.Н. – СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999.
4. Федотов Ю.Н. Спортивно – оздоровительный туризм. – СПб.: ГАФК им П.Ф. Лесгафта, 2001.
5. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм. – М., 2004.
6. Чепик В.Д. Физическая культура в социальных процессах. – М., 1995.
7. Шабанов А.Н. Карманная энциклопедия туриста. – М.: «Вече», 2000.
8. Энциклопедия туриста. – М., 1993