

Директор МБУ ДО "ЦДЮТиК" г.о. Самара



Е.Г. Лайкова

Приказ №89-ОД от 28.08.2018 года

Программа принята на методическом совете МБУ ДО "ЦДЮТиК" г.о. Самара, Протокол №4 от 28.08.2018 года

Аннотация к дополнительной общеразвивающей модифицированной программе "Пешегорный туризм"

Программа «Пешегорный туризм» (пешеходный туризм и скалолазание) относится к комплексным программам туристско-краеведческой направленности.

Занятия пешеходным туризмом представляют собой эффективное средство физического оздоровления, воспитания и развития подростков. Воспитание, обучение и развитие происходит в процессе организации коллективной походной жизни на туристском маршруте и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях, что особенно важно в условиях все возрастающей гиподинамии школьников с ее негативными последствиями для здоровья. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях спортивного маршрута способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта общественных и личностных отношений, облегчает процессы самоутверждения, особенно остропротекающие в подростковом возрасте. Обучение спортивному туризму предполагает овладение знаниями и умениями в различных областях: техника и тактика спортивных походов, топография и ориентирование, организация туристского быта, физиология и медицина, особенности организации питания в походе, экология, краеведение, что позволяет формировать экологическое мышление обучающихся, создает условия для их самоопределения, формирования общей культуры.

Скалолазание – это достаточно молодой и самостоятельный вид спорта. В то же время скалолазание является необходимым элементом действий туристского похода в горной местности. Кроме того, скалолазание - это захватывающее испытание физических возможностей с одновременным балансированием телом и интеллектом на грани контролируемого риска. Также скалолазание способствует ненавязчивому и гармоничному развитию одновременно всех групп мышц, что делает фигуру человека стройной и красивой. А способность сделать то, что не доступно большинству сверстников (ловко, как кошка, влезть на отвесную скалу), способствует повышению самооценки и самоутверждению подростка.

В силу своей специфики – занятия на открытом воздухе и, как правило, в

лесной зоне - туризм и скалолазание имеют большой оздоровительный потенциал.

Посещение, в ходе путешествий и экскурсий, памятников природы, истории и искусства повышает не только культурный уровень детей, но и развивает любовь их к своей малой родине, чувство гордости и ответственности за свой край. А через это и любовь к своей стране в целом.

В программе объединяются специальные предметные и универсальные метапредметные знания, предполагается активное участие обучающихся и педагогов в выборе содержания и формы обучения. Содержание программы раскрывает обучение как процесс подготовки обучающихся к реальной жизни, готовности к тому, чтобы занять активную позицию, успешно решать жизненные задачи, уметь сотрудничать и работать в группе, быть готовым к быстрому обновлению знаний.

Актуальность программы определяется введением федеральных государственных образовательных стандартов, которые, помимо предметных, предъявляют требования к личностным и метапредметным результатам освоения основных и дополнительных общеобразовательных программ.

Отличительной особенностью данной программы можно считать объединение в одном учебном процессе трёх разных, но в то же время и в чём-то схожих, видов спорта, включающих и познавательную краеведческую деятельность.

Объединение спортивного туризма и скалолазания в одной программе позволяет проявиться различным способностям детей и подростков, а также придает ценность и самостоятельное значение физическим тренировкам, необходимым при занятиях спортивным туризмом, превращая их из обязанности в интересный и увлекательный вид деятельности. Сочетание коллективных действий в спортивной туристской группе на спортивном маршруте или на туристских соревнованиях и индивидуальных действий в условиях соревнований по скалолазанию воспитывает как умение жить и работать в коллективе, так и самостоятельность, умение принимать решения и нести за них индивидуальную ответственность.

Спортивное ориентирование вырабатывает у учащихся способность у них хорошо ориентироваться в незнакомой местности, принимать правильные решения при определении нитки маршрута, умение работать с разного рода картами.

Продолжительность образовательного цикла – три года обучения. Программа первого года – программа начального уровня. Программы второго и третьего годов обучения – программы совершенствования знаний и умений, повышения спортивной квалификации.

Программа предполагает разноуровневые результаты обучения на каждом году обучения. Учебно-тематический план составлен исходя из учебной нагрузки на одну учебную группу: 4 часа в неделю для первого года обучения и 6 часов в неделю для второго и третьего годов обучения.

Во время каникул проводятся учебно-тренировочные походы (УТП); после окончания учебного года, в июне-августе – пешие УТП, либо многодневный

поход.

Программа рассчитана на обучающихся в возрасте 6 – 18 лет. Специальных требований к знаниям обучающихся при приеме в объединение нет, но необходима справка о состоянии здоровья.

Учебные группы смешанные, разновозрастные. Особенности физиологических различий подростков мальчиков и девочек, возрастные особенности развития обучающихся, учитываются при дозировании физических нагрузок во время занятий, соревнований и походов.

Количество детей в группах начальной подготовки первого года обучения 15-25 человек. Это удовлетворяет требованиям к числу участников пеших походов первой категории сложности (6 – 15 человек). Данная программа модифицирована на основе программ по туризму: «Юные инструкторы туризма» (Маслов А.Г., 2002г), «Туризм и краеведение» (В.В. Шляков, 1982г.). А также программы по начальной подготовке обучающихся в объединениях туристско-краеведческого профиля «Юные туристы» (под общей ред. Константинова Ю.С., Маслова А.Г.), утвержденной Министерством образования Российской Федерации для использования в системе дополнительного образования детей. При разработке программы изучены методические рекомендации Федерации скалолазания России и ведущих тренеров, мастеров, спортсменов для детско-юношеских спортивных школ, СДЮШОР и ШВСМ по скалолазанию, использованы собственные наработки по тренировкам в туристическом многоборье и преодолении скального рельефа. Модификацию программы осуществил педагог дополнительного образования МБУ ДО "ЦДЮТиК" г.о. Самара Д.В. Назаркин.

Цель программы:

Развитие творчески активной, физически развитой, социально-адаптированной личности через туристско-краеведческую деятельность.

Данная цель может быть достигнута посредством решения следующих задач:

- овладение знаниями, умениями и навыками по туризму, выполнение спортивных нормативов;
- укрепление здоровья и физическое совершенствование детей;
- воспитание мужества, находчивости, ловкости, развитие инициативы;
- формирование здорового образа жизни;
- привитие чувства коллективизма;
- формирование гражданского и патриотического отношения к стране и её культурному наследию.

При работе по программе в качестве основной выбрана технология разноуровневого обучения, предусматривающая три уровня обучения: минимальный, базовый и вариативный (творческий). Минимальным уровнем знаний и умений должны овладеть все обучающиеся. Базовым уровнем должны овладеть все обучающиеся при условии соблюдения правил коммуникации и общения. Вариативный (творческий) уровень предполагает мелкогрупповую и индивидуальную работу педагога с обучающимися, нацеленными на рост спортивных результатов в туристском многоборье или спортивных походах,

углубленное изучение отдельных тем с возможным использованием индивидуальных планов по этим темам и образовательным областям. Такой подход подразумевает большую самостоятельную работу обучающихся (режим самообучения и самовоспитания). Педагог оказывает им консультативную помощь, способствует поддержанию их мотивации и контролирует полученные результаты с целью коррекции хода учебно-воспитательного процесса, постановки новых целей перед обучающимися или отмены цели, достижение которой нереально или требует от обучающихся чрезмерных усилий.