

Утверждаю"
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 авторской программе "Туризм - здоровье - краеведение"

Спортивно-оздоровительный туризм представляет собой эффективное средство физического и нравственного совершенствования человека. Можно говорить о его уникальности как в плане разрешения насущных проблем отдельно взятого человека, так и различных социальных групп. Многочисленные научные исследования показывают, что на психофизиологические параметры человеческого организма напрямую благотворно влияет объем его двигательной активности. Практически все население России в той или иной мере использует положительный потенциал, заложенный в спортивно-оздоровительном туризме, и в первую очередь, оздоровительный эффект ходьбы и естественное благотворное влияние природной среды. Многие известные ученые, кроме прочих методов оздоровления, предлагают заниматься туризмом, отмечая его благотворное влияние. Анализ научной литературы, посвященной спортивно-оздоровительному туризму, показал, что практически отсутствуют исследования динамики изменения психофизиологических показателей организма людей, систематически занимающихся туризмом. В основном, решались и решаются проблемы, связанные со спортивной составляющей туризма, а именно – о критериях психофизиологических параметров организма, на основании которых можно определить возможность участия конкретного спортсмена в конкретном походе определенной категории сложности.

Туристско-краеведческая деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

В гуманистической психологии 20 века вводится новое понятие – «психически здоровые индивидуумы», которое понимается как «люди зрелые с высокой степенью самоактуализации». Развивается теория психически здорового общества, которое благоприятствует наиболее полному развитию реализации человеческих возможностей. Вместе с тем выделяется необходимость личной работы человека над совершенствованием собственного «я», в понятии «самоактуализация», заостряется внимание на части «само».

Преобразование целей-ориентиров саморазвития в доминанты, с обязательной необходимостью, требуют признания наличия у «развивающегося» человека своего

личного пути совершенствования. Авторская программа «Туризм-здоровье-краеведение» (автор ПДО "ЦДЮТиК" Иванов А.В.), несомненно, играет свою роль в выстраивании части индивидуального пути ребенка к вершинам самоактуализации, его смысложизненной траектории, отфиксированной возрастными и социокультурными особенностями, используя возможности образовательного процесса и неформального общения педагогов детского объединения с обучаемыми на основе разносторонней практической деятельности не только в городских условиях, но и в условиях природной среды.

Актуальность курса состоит в том, что данная авторская программа предполагает организацию оздоровительно-познавательной деятельности средствами туризма под руководством педагогов таким образом, чтобы оказывалось преимущественное воздействие образовательно-воспитательного процесса на двигательную, творческую, познавательную и эмоциональную сферу ребенка в непосредственном контакте с действительностью – окружающей природной и социальной средой. При этом адаптация организма ребенка к физическим нагрузкам предполагает необходимость их строгого дозирования по объему, продолжительности и напряженности в соответствии с полом и возрастом, а также индивидуальным уровнем функционального и биологического развития занимающихся.

Цель программы: формирование социально адаптированной личности к современным условиям жизни, сохранение и укрепление здоровья, улучшение физической подготовленности и физического развития через туристскую деятельность. Ее достижение обеспечивается решением следующих основных задач:

Учебные:

- познакомить с основами туристской подготовки, элементами техники и тактики спортивного туризма;
- сформировать базовые знания в области туризма;
- выработать умения и навыки здорового образа жизни;
- познакомить с особенностями природы и истории Самарского края.

Воспитательные:

- воспитать бережное отношение к природе, животным и растениям нашего края;
- сформировать мотивацию на регулярные занятия физической культурой и спортом, сохранение и укрепление своего здоровья,
- формировать ответственность за свое здоровье у учащихся;
- формировать ценностные ориентации на физическое и духовное совершенствование личности.

Развивающие:

- развивать творческую и исполнительскую активность учащихся в процессе освоения местного краеведческого материала;
- развивать коммуникативные способности, силу воли;
- развивать внимание, образное мышление, наблюдательность, творческое воображение.

- развивать познавательную, творческую и общественную активность, интеллектуальные способности и исследовательские умения личности.

В программе можно выделить три периода:

- информационно-познавательный – учащиеся 5-7-ых классов начинают овладевать основами знаний по истории родного края, туристическим навыкам, здоровому образу жизни;

- операционно-деятельностный – у учащихся 8-9-ых классов происходит расширение и углубление знаний об изучаемом предмете, формирование умений и навыков самостоятельной работы, умение выполнять обязанности в группе по определенным должностям.

- Практико-ориентационный – учащиеся 10-11 классов занимаются творческой и исследовательско-поисковой работой или самостоятельной деятельностью по подготовке и проведению обработки материалов, написанием рефератов и докладов.

Программа рассчитана на трехгодичный курс обучения подростков в возрасте 11-18 лет.

Занятия в группе проводятся 2 раза в неделю: 2 часа теории и 2 похода выходного дня в месяц.

Программа реализована полностью и строится с учетом дальних и ближних перспектив.

Содержание программ первого и второго года обучения предполагает освоение детьми основ туризма, ориентирования, краеведения, знакомство с проведением туристских соревнований (в качестве участников). Со второго года обучения начинается введение в специализацию – инструкторская подготовка. С третьего года обучения начинается специализация в одном из видов туризма (пешеходный, водный, лыжный, горный, велосипедный).

Рекомендуемый минимальный состав группы первого года обучения – 25-15 человек, второго и последующего годов - не менее 12 человек. При наборе обучающихся первого года обучения следует комплектовать группу с превышением состава, так как существует естественный отсев членов объединения в период обучения, кроме того, не все учащиеся в силу тех или иных причин могут участвовать в учебных и практических занятиях.

Основные формы организации обучения включают в себя:

- туристские походы;
- организация экскурсий, походов, экологических экспедиций;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия.

Для того, чтобы положительно и разносторонне влиять на процесс самореализации школьника, пришедшего в учреждение дополнительного образования, коллектив того же подразделения, где он решил заниматься, должен жить достаточно разнообразной жизнью, включающей самые разносторонние виды деятельности, способствующие развитию личности. На практике большинство детских коллективов чаще всего заняты одним, реже двумя разными видами деятельности. В них школьник не в состоянии получить возможность для разностороннего развития личности. Тогда, согласно воззрениям Р.С Немова, остается один выход: сделать ребенка активным участником сразу нескольких

детских коллективов, занятых различными видами деятельности и в совокупности обеспечивающие ребенку нужное разнообразие личностного возраста. Участвуя в деятельности каждого из них, школьник будет иметь возможность приобретать достаточное количество различных полезных свойств, причем в зависимости от его собственных способностей и склонностей.

Активно применяются индивидуальные и групповые формы работы, в ходе которых у ребят вырабатываются следующие качества: самостоятельность, взаимопонимание, взаимовыручка, коллективизм, дружба.

Вся жизнедеятельность детского объединения строится по методике коллективно-творческой деятельности. Коллективно-творческая деятельность основывается на признании самооценности каждого ребенка, наличие в нем огромного творческого потенциала, который может быть реализован лишь в сотрудничестве всех членов коллектива. Методика коллективно-творческой деятельности позволяет ребятам не только получать, определенные знания и умения, но и решать жизненные задачи творчески с уважением к другим людям и стремлением принести им пользу. Использование личностно-ориентированных технологий в учебно-воспитательном процессе в объединении способствует саморазвитию и самореализации личности подростка с учетом его индивидуальных особенностей.