

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА С.ИЛЬИНСКОЕ

РАССМОТРЕНО

Педагогическим Советом

Протокол №1 от 26.08.2024г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ №47-О от 26.08.2024г.

Аннотация  
к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе  
туристско-краеведческой направленности  
**« Юный турист »**

Возраст детей 11-13 лет

Срок реализации 1 год

Автор-составитель:  
Захарова Ольга Владимировна  
педагог дополнительного образования

с.Ильинское 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная образовательная программа «Юный турист» туристско-краеведческой направленности ориентирована на активное приобщение детей и подростков к здоровому образу жизни и носит образовательный характер.

**Актуальность.** Программа дополнительного образования детей «Юные туристы» призвана не только обеспечить занятость юного поколения, освоение им жизненно необходимых знаний, умений и навыков, но предполагает знакомство со своей большой и малой родиной, тем самым формируя патриотические чувства воспитанников, способствует физическому совершенствованию юных спортсменов, их моральному оздоровлению.

**Цель программы** – создание условий для воспитания физически здоровой, социально-адаптированной, всесторонне развитой личности подростка, развитие мотивации к познанию и творчеству, профессионального самоопределения и формирование общей культуры.

Программа концентрирует образовательно-воспитательный процесс на решение следующих взаимосвязанных **задач**:

### **Обучающие:**

1. Усвоение и овладение воспитанниками базовым уровнем знаний, умений и навыков по туризму и спортивному ориентированию.
2. Формирование потребности в углублённом освоении предмета для участия в соревнованиях по туризму и ориентированию различного уровня.
3. Создание условий для профессионального самоопределения личности.

### **Воспитательные:**

1. Воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.
2. Воспитание и повышение общей культуры поведения воспитанников на личных примерах общения с людьми, природой,
3. Воспитание характера, воли, чувства ответственности, целеустремлённости через преодоление трудностей.
4. Воспитание уважения и любви к родному краю на примере богатства природных ресурсов.
5. Воспитание трудолюбия посредством организации своего быта в походных условиях.

### **Развивающие:**

1. Развитие познавательного интереса и творческих способностей воспитанников.
2. Физическое совершенствование подростков.
3. Развитие у воспитанников внимания, памяти, логического и образного мышления, культуры речи, воображения путём создания на занятиях активной познавательной атмосферы.

**Новизна** дополнительной образовательной программы «Юный турист» заключается в следующих аспектах. В ней соединились три образовательных модуля: «Туризм», «Ориентирование» и «Физическая подготовка». Это «триединство» дает возможность гармоничного развития воспитанников, т. к. занятия туризмом (и в том числе краеведением) развивают познавательный потенциал обучающихся, ориентирование помогает интеллектуальному совершенствованию юных спортсменов (недаром его сравнивают с «шахматами на бегу»), ведь занятия ориентированием приводят в движение

не только мышцы, но и мозг), общефизическая и специальная подготовка укрепляет здоровье воспитанников. В отличие от образовательных программ данная программа направлена на формирование элементарных навыков жизнеобеспечения в полевых условиях, в результате обучения по нашей программе воспитанники показывают высокие результаты и в соревнованиях по туристской технике, и в соревнованиях на контрольно-комбинированном маршруте на школьных, районных соревнованиях.

**Возраст обучающихся:** от 11 до 13 лет.

**Количество обучающихся в группе:** от 10 до 15 человек.

**Программа рассчитана на 1 год обучения.**

**Общая продолжительность обучения составляет 68 часов.**

**Кадровое обеспечение:** педагог дополнительного образования.

#### **Режим занятий:**

Занятия проводятся 1 раза в неделю по 2 часа.

Во время занятий предусмотрен 15 минутный перерыв для снятия напряжения и отдыха.

Принимаются все желающие, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

#### **Формы работы.**

1. Участие в туристических слетах, соревнованиях.
2. Практические занятия в помещениях и на местности.
3. Проведение конференций, викторин, спортивных эстафет по охране природы.
4. Лекции, беседы, просмотр видеофильмов.

#### **Формы проведения итогов реализации программы:**

Для оценки уровня развития ребенка и сформированности основных умений и навыков в конце года проводится контрольное занятие (туристический поход).

Отслеживание развития личностных качеств ребенка проводится с помощью методов наблюдения и опроса.

Основной формой подведения итогов работы являются туристические походы, слёты.

Прогнозируемые результаты и критерии их оценки.

Прямыми критериями оценки результатов обучения служит успешное усвоение комплексной программы, прирост спортивных достижений, участие в соревнованиях, походах, туристических слётах, экологических акциях.

Косвенными критериями служат: создание стабильного коллектива кружка, заинтересованность участников в выбранном виде деятельности, развитие чувства ответственности и товарищества, воспитание физически здоровых, нравственно мыслящих и образованных патриотов страны.

В конце обучения подросток сможет осознанно выбрать подходящую специализацию и, используя широкий комплекс полученных знаний и навыков, продолжить своё развитие в специальных образовательных учреждениях по определённому профилю.

## МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Процесс обучения идет по спирали. Возвращаясь к старым темам, ребята глубоко знакомятся с историей развития туризма, детальнее изучают вопросы по топографии, ориентированию, техники и тактики пешего, лыжного, водного, горного туризма, вопросы туристского хозяйства, гигиены и медицины.

Предполагается такая методика занятий:

- 1) **личное и групповое туристское снаряжение** - беседы, практические занятия, как на местности, так и в помещении, просмотр диафильмов, игры;
- 2) **организация туристского быта, привалы и ночлеги** - беседы, практические занятия на местности и в помещении, тематические вечера, конкурсы, эстафеты, тренировки и соревнования;
- 3) **подготовка к походу, путешествию** - практические занятия на местности и в помещении, просмотр видеофильмов, слайдов, диафильмов, тематические игры, конкурсы;
- 4) **питание в туристском походе** - беседы, лекции, практические занятия на местности и в помещении, просмотр диафильмов, вечера вопросов и ответов;
- 5) **топография и ориентирование** - беседы, практические занятия на воздухе и в помещении, эстафеты, игры, конкурсы, подвижные игры с элементами ориентирования;
- 6) **обеспечение безопасности в туристском походе, на тренировках** - лекции, практические занятия со снаряжением, игры, эстафеты, соревнования;
- 7) **краеведение** - лекции, беседы, викторины, загородные экскурсии, экскурсии по городу, посещение краеведческих музеев, подборка литературы по вопросам, изучаемых в походе, беседы с местными жителями;
- 8) **общая физическая подготовка** - практические занятия на местности, туристско-спортивные праздники, утренняя зарядка, тренировки по бегу, спортивные соревнования, обучение плаванию, беседы по организации закаливания;
- 9) **теория и практика по видам туризма** - беседы, практические занятия на местности, туристские соревнования и слёты, тематические вечера, соревнования на полосе туристских препятствий, просмотр видеофильмов, туристские походы.

### *Формы и методы реализации программы.*

Программа включает комплексные занятия, теоретические и практические занятия по технике туризма и спортивному ориентированию, тренировки по общефизической и специальной физической подготовке (ОФП и СФП). Средствами общей физической подготовки являются общеразвивающие упражнения таких видов спорта как, легкая атлетика, гимнастика и др. К общеразвивающим упражнениям относятся упражнения направленные на развитие и воспитание основных физических качеств, укрепление мышц и связок, совершенствование координационных способностей организма. Занятия по ОФП направлены на комплексную тренировку всех групп мышц с обязательным включением кроссовой подготовки. Специальная физическая подготовка направлена на развитие специфических физических качеств, необходимых в спортивном туризме: специальной выносливости, скоростной выносливости, силовой выносливости, силы, ловкости и быстроты. Теоретические занятия имеют определенную целевую

направленность: вырабатывать у занимающихся умение использовать полученные знания на практике в условиях тренировочных занятий.

В теоретической части образовательном процессе используются традиционные методы обучения: *словесные* (рассказ, объяснение, беседа, диспут); *наглядные* (демонстрация, показ - плакатов, рисунков, схем, графических изображений, карт, видеофильмов, приемов работы); *практические* (работа с книгой, справочной литературой, дидактическим материалом, нормативно-правовыми документами, выполнение заданий, упражнений по спортивному ориентированию, скалолазанию, технике туризма).

Метод применения информационно-коммуникационных технологий позволяет обучать детей на основе самостоятельного поиска информации в сети интернет, обмена информацией на специализированных WEB-страницах по спортивному туризму, выполнение диагностических тестов и заданий по психологической подготовке спортсменов.

Занятия проводятся с использованием различных *форм организации учебной деятельности* (групповая, массовая, индивидуальная). Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса детей к обучению. *Рекомендуемые типы занятий*: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений (закрепление), комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия, тестирование.

*Рекомендуемые формы занятий*: учебные занятия в кабинете и учебно-тренировочные занятия на местности, занятия по ОФП и СФП в спортивном зале и на местности. Кроме того используются такие формы, как соревнование, конкурс, поход, путешествие, игра, лекция, видеозанятие и др.

Основной составляющей подготовки спортсменов-туристов являются учебно-тренировочные сборы и многодневные соревнования по спортивному туризму и ориентированию. Походы проводятся, как правило, в каникулярное время вне часов, заложенных в учебно-тематическом плане как средство релаксации и оздоровления, обучающихся в пост - и межсоревновательный период.

### Список литературы.

#### 1. Нормативная:

1.1. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦЦЮТур МО РФ, 1995г.

1.2. В.И. Тыкул «Спортивное ориентирование» (пособие для руководителей кружков и внешкольных учреждений). – М.: «Просвещение», 1990г.

13. К.В. Бардин «Азбука туризма». М., Просвещение, 1973.

#### 2. Туризм:

2.1. Туризм в школе. – М.: Физкультура и спорт, 1983г.

2.2. Ю.С. Константинов «Туристская игротка». - М.: Владос, 2000г.

#### 3. Топография и ориентирование. Туристская техника:

3.1. Организация и проведение слётов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983г.

3.2. А.М.Куприн «Умей ориентироваться на местности». - М.: ДОСААФ, 1969г.

4. Подготовка и проведение похода:

4.1. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986г.

4.2. А.Ю.Остапец «На маршруте туристы- следопыты». М.: «Просвещение», 1987г.

5. Краеведение:

5.1. И.А.Юньев «Краеведение и туризм». М.: Знание, 1974гю

5.2. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации.- М.: Турист, 1989г.

6. Зелёная аптека:

6.1. Ю.Шальков «Здоровье туриста». – М.: Физкультура и спорт, 1987г.

7. Медицина:

7.1. Первая медицинская помощь дома и на улице. Под ред. Профессора В.А. Попова. – Ленинград, 1991г.