Аннотация к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

Название программы: «Юный турист»

ФИО полностью, должность автора(ов) программы: Косович Дмитрий Станиславович, педагог дополнительного образования

Направленность программы: туристко-краеведческая

Уровень освоения: 1 год

Возраст обучающихся: 12-16 лет

Форма обучения: очная - групповая

Особенности организации образовательного процесса: по виду деятельности программа профессионально ориентированная, по форме реализации групповая. Состав группы постоянный. Набор обучающихся свободный, без предварительного отбора. Зачисление в группы производится с обязательным условием - написание заявления родителями (законными представителями), подписание согласия на обработку персональных данных.

Дистанционные образовательные технологии

Электронное обучение

Программа реализуется в сетевой форме

Используются технологии наставничества

Заболевания

Требуется наличие мед. справки: не требуется

Адрес реализации программы

Краткое описание программы

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Теория	Практика	Форма аттестации (контроля)
1	**Изучение техники безопасности**	**3**	**2**	**1**	
1.1.	Вводный инструктаж по т/б	3	2	1	Опрос, анкетирование

2	**Введение в программу**.	**12**	**3**	**9**	
2.1	Влияние туризма на организм школьника. Снаряжение туриста	9	2	7	Опрос
2.2	Итоговое занятие	3	1	2	Беседа
3	**Физическая подготовка туристов.**	**24**	**3**	**21**	
3.1	Гигиеническое обеспечение туристов	3	1	2	Опрос
3.2	Укладка рюкзака.	3	1	2	Беседа
3.3	Физические упражнения для рук, ног, туловища. Развитие силовых качеств	3		3	Зачеты
3.4	Физические упражнения для похода в горах. Развитие выносливости.	12		12	Зачеты
3.5	Итоговое занятие	3	1	2	Зачет
4	**Топографическая подготовка.**	**30**	**8**	**22**	
4.1	Условные топографические знаки.	3	1	2	Зачет
4.2	Ориентирование при помощи карты и без нее	12	3	9	Опрос
4.3	Масштаб. Виды масштаба	12	3	9	Контрольный срез по разделу
4.4	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование
5	**Ориентирование**	**24**	**6**	**19**	
5.1	Работа с картой пути движения	9	2	7	Зачет

5.2	Компас	6	1	5	Зачет
5.3	Определение азимута на заданный ориентир	6	1	5	Зачет
5.4	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование
6	**Организация туристического похода**	**9**	**1**	**8**	
6.1	Инструкция по организации похода. Т/б в походе	3	1	2	Беседа
6.2	Поход выходного дня	3		3	Зачет
6.3	Итог похода. Разбор ошибок	3		3	Беседа
7	**Организация ночлега**	**12**	**4**	**8**	
7.1	Привал. Бивак в походе	3	1	2	Зачет
7.2	Костровое оборудование. Виды костров Правила поведения на привалах	3	1	2	Зачет
7.3	Питание в походе. Водно – солевой баланс	3	1	2	Зачет
7.4	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование, Практическое задание
8	**Движение в походе**	**12**	**4**	**8**	
8.1	Норма переходов	3	1	2	Зачет
8.2	Виды естественных препятствий.	3	1	2	Зачет
8.3	Движение по пересеченной местности. Движение в	3	1	2	Зачет

	лесу Движение по осыпям.				
8.4	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование
9	**Медицина**	**18**	**9**	**18**	
9.1	Зеленая аптека	3	1	2	Опрос
9.2	Оказание первой помощи пострадавшему при переломе руки, переломе ноги, при травме головы	3	1	2	Опрос
9.3	Оказание первой помощи пострадавшему при охлаждении. Оказание первой помощи пострадавшему при ожоге	3	1	2	Опрос
9.4	Оказание первой помощи пострадавшему при утоплении	3	1	2	Опрос
9.5	Оказание первой помощи пострадавшему при укусе насекомых или змей	3	1	2	Опрос
9.6	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование
10	**Узлы**	**6**	**2**	**4**	
10.1	Использование узлов. Техника вязания узлов	3	1	2	Зачет
10.2	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование
11	**Туристическая техника прохождения преград.**	**30**	**10**	**20**	
11.1	«Кочки»	3	1	2	Зачет
11.2	«Бабочка»	3	1	2	Зачет
11.3	«Параллельные верёвки»	3	1	2	Зачет

11.4	«Паутинка»	3	1	2	Зачёт
11.5	«Маятник»	3	1	2	Зачет
11.6	«Горизонтальный маятник»	3	1	2	Зачет
11.7	«Бревно». «Наклонное бревно»	3	1	2	Зачёт
11.8	«Подвесное бревно»	3	1	2	Зачёт
11.9	«Спуск – подъём – траверс»	3	1	2	Зачет
11.10	Итоговое занятие	3	1	2	Тестирование
12	**Красная книга Приморья**	**6**	**2**	**4**	
12.1	Изучение красно книжных животных	6	2	4	Тестирование
13	**Оформление документации**	**6**	**2**	**4**	
13.1	Исследовательская работа в многодневных походах	3	1	2	
13.2	Составление отчета, карты похода.	3	1	2	
14	**Краеведение**	**21**	**2**	**18**	
14.1	Поход выходного дня	9	1	9	Тестирование знаний по всем разделам
14.2	Экскурсии в г. Дальнегорск «Большая и малая Николаевские пещеры»	9	1	9	Зачет в спортивную книжку
15	**Итог года**	**3**	**1**	2	Аттестация
	Всего часов				

Цель программы: формирование здорового образа жизни обучающихся

Задачи: ***Воспитательные:***

- воспитывать патриотизм;
- воспитывать привычку рационально использовать свободное время;
- воспитывать чувство коллективизма

Развивающие:

- повышение технического и тактического мастерства, при прохождении дистанций, имитирующих и воссоздающих экстремальные ситуации пребывания группы в естественных условиях;
- развивать волевые качества, умение принимать решения, брать на себя ответственность не только за себя, но и за окружающих;
- развивать память и внимание;
- развивать деловую и познавательную активность;
- развивать физическую и психическую выносливость.

Обучающие:

- научить ориентироваться на незнакомой местности;
- научить составлять простейшие схемы маршрутов;
- осваивать методы наблюдения, для определения своего местонахождения;
- научить умениям по оказанию взаимопомощи при ч/с;
- научить технике пешего туризма;
- научить навыкам спортивного ориентирования, с целью дальнейшей профориентации.

Оздоровительные:

- организация активного отдыха детей в период каникул;
- укрепление физического здоровья обучающихся через включение в образовательный процесс большого блока общеразвивающих физических упражнений.

Планируемые результаты: ***Личностные результаты:***

Обучающиеся будут иметь:

- знания об истории туризма, о туристских возможностях Приморского края;

- стремление к познанию достопримечательностей Приморского края в процессе туристской деятельности;
- знания основ здорового образа жизни;
- навыки общения и творческого сотрудничества в ходе интегрированной спортивно – познавательной туристской деятельности

Предметные результаты:

Обучающийся **должен знать:**

Основные сведения по родному краю.

Культуру поведения туристов в походе, правила взаимоотношений туристов с местными жителями.

Популярные в туристической среде песни.

Вопросы организации и проведения пешеходного похода.

Групповое и личное специальное снаряжение, необходимое для похода.

Режим питания в пешеходном походе.

Топографию и ориентирование на местности.

Технику передвижения по маршруту, преодоления естественных препятствий.

Основные требования и правила безопасного проведения пешеходных путешествий.

Основные причины аварий и ЧП в походах.

Методику организации и проведения поисково-спасательных работ.

Значение и содержание физической и морально-волевой подготовки туриста.

Личную гигиену туриста-пешеходника, доврачебную медицинскую помощь.

В конце обучения обучающийся **должен уметь:**

Установить палатку, уложить рюкзак.

Двигаться по маршруту, ориентироваться на местности, составлять глазомерную съемку.

Оформить фотостенд, фотоальбом, мультимедийную презентацию.

Пользоваться компасом.

Пользоваться личным, групповым и специальным снаряжением.

Составлять план маршрута и график похода.

Составлять меню и раскладку продуктов на поход.

Тактически грамотно организовывать движение группы на маршруте.

Применять технические приемы передвижения и преодоления препятствий в различных условиях.

Разрабатывать оперативный план проведения поисково-спасательной работы.

Оказывать доврачебную медицинскую помощь.

Проектировать исследовательскую и туристско-краеведческую деятельность.

Средства обучения

В процессе обучения используются несколько основных **типов занятий**:

- занятие – изучение нового материала.
- занятие выполнения практической работы.
- комбинированное занятие.

Структура занятий:

Занятие - изучение нового материала.

1. Организационный момент. (Приветствие, сообщение темы и цели занятия).
2. Разминка. Физические упражнения на брусьях.
3. Основная часть. Изучение новой темы. Методы обучения: рассказ, беседа, использование различных наглядных пособий. Практическая часть: работа на веревках или на этапах на улице.
4. Закрепление. Проверка степени усвоения материала в форме индивидуальной и фронтальной беседы по основным положениям прослушанного материала. Возможно проведение практической проверочной работы.

Занятие - выполнение практической работы.

1. Организационный момент. (Приветствие, сообщение темы и цели занятия).
2. Разминка. Физические упражнения на брусьях.
3. Основная часть.

- Повторение материала, необходимого для выполнения практической работы на веревках.

- Рассмотрение порядка выполнения работы, разбор вопросов, вызывающих у обучающихся затруднения.

- Выполнение упражнений.

- Формулировка вывода, сравнение его с поставленной целью работы.

4. Подведение итогов. Зачет.

Комбинированное занятие - используются элементы занятий рассмотренных типов в различных сочетаниях как по времени, так и по сочетании применения.

Полный текст образовательной программы представлен по ссылке: