

Оглавление

Пояснительная записка

.....

Учебно-тематический план 1 года обучения

.....

Содержание программы 1 года обучения

.....

Ожидаемые результаты 1 года обучения

.....

Методическое обеспечение образовательной программы

.....

Список литературы

.....

Пояснительная записка

В настоящее время подавляющее большинство подростков физически мало развиты, недостаточно двигаются, редко бывают на свежем воздухе. Лишь немногие ребята имеют представление о здоровом образе жизни. Основными способами времяпровождения стали компьютер и телевизор. Как следствие: слабое здоровье, подверженность заболеваниям и травмам, низкий уровень коммуникативной культуры.

Именно туристская деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. В результате регулярных тренировок и выездов за город ребята заметно укрепляют свое здоровье, улучшают общую физическую подготовку это является **актуальностью и педагогической целесообразностью данной программы**. В процессе туристской деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, честность, взаимовыручка. Сама обстановка педагогически правильно организованного похода способствует их выявлению и развитию.

Особенностью данной программы является то, что по программе может заниматься любой ребенок, в т.ч. и ребята из «группы риска». Здесь они находят возможность научиться самостоятельному, взрослому поведению, здесь их принимают независимо от их школьных удач или неудач, здесь имеется огромное количество ситуаций, в которых ребята чувствуют себя успешными – со временем усиливается их чувство собственного достоинства, а позитивная самооценка защищает подростков от противоправных действий. Здесь подросток реализует свое стремление к риску, которое в обычной жизни может стать одним из факторов, способствующих преступности несовершеннолетних.

Цель данной программы – формирование у учащихся устойчивого интереса к туризму и приобщение к здоровому образу жизни.

Реализации поставленной цели будет способствовать решение следующих **задач обучающих:**

- сформировать систему специальных знаний, умений и навыков по вопросам туристской подготовки; доврачебной помощи;
- дать знания по истории развития туризма
- научить организовывать туристический быт
- формировать навыки самостоятельной деятельности

развивающих:

- повысить техническую и тактическую подготовку в области оздоровительного туризма;
- совершенствовать двигательные умения и навыки;
- способствовать развитию физических способностей ребят.

воспитательных:

- формирование организаторских навыков и умение действовать в коллективе;
- воспитать чувство ответственности за свои действия; дисциплинированности, взаимопомощи;

- формировать потребность к ведению здорового образа жизни;
- воспитать привычку самостоятельно заниматься спортом.

Курс НТП (начальной туристской подготовки) является базовым для всех последующих курсов СТП с различной спецификацией (спортивный туризм, водный туризм, горный туризм, велотуризм и т.д.). При обучении по данной программе каждый ребёнок приобретает основной минимум знаний, умений, навыков, необходимых для прохождения похода 3 степени сложности.

Условия реализации программы

Данная программа рассчитана на 216 учебных часов в год (6 часов в неделю) и относится к туристско-краеведческой направленности.

Программа осуществляет межпредметные связи с географией, краеведением, биологией, анатомией, экологией, ОБЖ.

Значительное место в программе отведено разделу «Туристские слеты и соревнования». Объясняется это тем, что ребята имеют возможность участвовать в регулярно проводимых районных соревнованиях и тем самым повышать уровень своего спортивного мастерства.

Предложенная в учебно-тематическом плане разбивка часов носит скорее рекомендательный характер и может быть изменена педагогом перед началом учебного года.

Формы и режим занятий.

Возможны разнообразные формы проведения занятий по программе: лекционно-теоретические занятия, совершенно необходимые на 1-ом году обучения, тренировки в спортивном зале и на улице, кроссы на свежем воздухе, занятия в учебном классе, учебно-тренировочные выезды, просмотр видеофильмов, работу с библиотечным материалом.

Выбор места занятия определяется педагогом, в зависимости от поставленных задач и от погодных условий.

В связи с тем, что команда для технической работы на большинстве туристских соревнований состоит из 6 человек, на тренировках часто рекомендуется «работа по звеньям».

Данной программой предусматривается количество часов в неделю:

- занятия в спортивном зале или в учебном классе – 2 академических часа;
- выезды – 8 часов (без ночевки), 16 часов (с одной ночевкой).

В период осенних, зимних, весенних каникул практические навыки отрабатываются на учебно-тренировочных сборах, соревнованиях и других туристско-краеведческих мероприятиях.

Педагоги, работающие по этой программе должны иметь 3 разряд по спортивному туризму (поход 1 категории по любому виду туризма), опыт участия в туристских соревнованиях и опыт судейства соревнований не ниже районного уровня.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Программа может быть расширена и дополнена новыми разделами.

Учащиеся, успешно освоившие программу первого года обучения (НТП), могут продолжить обучение по любой из программ СТП, сочетая своё обучение с какими-либо дополнительными курсами, обеспечивающими специализацию по конкретному виду туризма.

Количество учащихся в группе:

1 год обучения — 15 человек

Ожидаемые результаты и способы их проверки

В результате изучения теоретических тем и выполнения практических заданий, по окончании обучения учащиеся должны:

знать:

- достижения высокого уровня развития физических способностей;
- владение теоретическими сведениями в области спортивно- оздоровительного туризма;
- наличие двигательных умений и навыков в туризме;
- развитие потребности в регулярных занятиях физической культурой и спортом;
- овладение базовыми знаниями и навыками, необходимыми для участия в походе

Уметь:

- самостоятельно проходить несложные дистанции по спортивному ориентированию;
- правильно вести себя в походе в различных условиях местности;
- осуществлять подготовку туристского похода

Результаты	Способы проверки
Умение самостоятельно проходить несложные дистанции по спортивному ориентированию	Участие в районных соревнованиях по ориентированию; сдача зачета.
Улучшение спортивной подготовки	Выполнение контрольных нормативов или по результатам тестирования (2-3 раза в год).
Овладение базовыми знаниями и навыками, необходимыми для участия в походе	Тестовые задания (теория); участие в выездах или степенных походах.
Выполнение нормативов на значок «Турист России», «Юный турист России»	
Устойчивость интереса к занятиям туризмом	Регулярное посещение занятий и выездов; участие в районных туристских мероприятиях в качестве участников и судей.

Формы подведения итогов реализации программы

1. участие в соревнованиях различного уровня
2. контрольное тестирование по темам
3. итоговое тестирование

В период летних каникул ребята участвуют в итоговом зачетном походе III степени сложности.

При составлении данной программы использованы программы Министерства образования Российской Федерации, составленные Константиновым Ю.С.