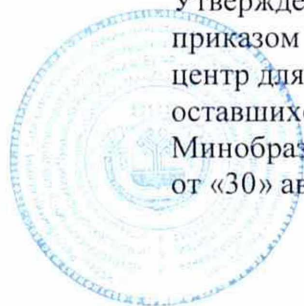


**Бюджетное учреждение «Шумерлинский центр для детей – сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей»
Министерства образования и молодежной политики Чувашской Республики**

Рассмотрено
на педагогическом совете
Протокол №1
от «30» августа 2021 года



Утверждено
приказом директора БУ «Шумерлинский
центр для детей – сирот и детей,
оставшихся без попечения родителей»
Минобразования Чувашии
от «30» августа 2021 года №18

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
(ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ) ПРОГРАММА
«ТУРИЗМ»
возраст обучающихся 8-15 лет
срок реализации 01.09.2021 – 31.05.2022**

**Цапина Татьяна
Григорьевна**

Подписан: Цапина Татьяна
Григорьевна
DN: C=RU, OU=Директор, O=БУ
ЧР Шумерлинский центр для
детей-сирот, CN=Цапина
Татьяна Григорьевна,
E=gshum_detdom@mail.ru
Основание: Я являюсь автором
этого документа
Местоположение: место
подписания
Дата: 2021.10.28 13:29:47+03'00'
Foxit PhantomPDF Версия: 10.1.1

Автор: Белов Ю.В., педагог- организатор

Шумерля, 2021 г.

Пояснительная записка

Направленность общеразвивающей программы «Туризм»- туристско-краеведческий
Актуальность

Детско - юношеский туризм- трудоёмкий, но очень интересный и полезный способ организации досуга обучающихся БУ ЧР «Шумерлинский центр для детей – сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» Минобразования Чувашии. Такой туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает обучающихся переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит к бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности.

Воспитывая в младших и старших обучающихся самостоятельность, педагог помогает решить те задачи, которые встанут перед ними в подростковом возрасте. Ведь позднее у ребят возникнет потребность ощущать себя взрослым, и зависимость от других всё больше станет тяготить его. С имеющимся же за спиной пережитым опытом самостоятельности ему легче будет решать новые задачи, легче проживать переходный возраст. Утверждение подростком себя как «взрослой» личности неразрывно связано с реализацией им собственных потребностей:

- в самопознании (проявлении интереса к своим взглядам, отношениям, поступкам);
- в самореализации (в раскрытии своих возможностей и личностных качеств, а также предъявлении их окружающим);
- в самоидентификации (определении своей принадлежности к тем или иным социальным группам).

Педагогам важно создать для обучающихся пространство личностного самоутверждения, которое отвечало бы их насущным возрастным потребностям и при этом было бы благоприятным для их нравственного развития.

В наибольшей мере перечисленным выше условиям соответствуют всевозможные формы организации жизнедеятельности воспитанников в естественной, природной, «нецивилизованной», необустроенной среде, в том числе туристские путешествия. Здесь обучающимся предоставляются дополнительные ниши, где они могут реализовать свои природные свойства и актуальные устремления. В таких условиях школьники в большей степени ощущают собственную независимость от взрослых. Попадая в новую обстановку, учащиеся имеют больше возможностей познакомиться с иными человеческими отношениями. При повышенных физических нагрузках, сильных эмоциональных переживаниях, включении в групповую работу у них появляется принципиальная возможность проверить себя, показать себя, что-то доказать себе и другим. В физически и морально сложных жизненных условиях при поддержке педагога школьники могут научиться поступать в соответствии с собственными интересами, удобствами, благополучием ради других.

Туристическая деятельность позволяет решать как возрастные задачи, которые встают перед обучающимися младшего школьного и подросткового возраста, так и собственно педагогические задачи, связанные с воспитанием учащихся. Эта особенность туристско-краеведческой деятельности и положена в основу данной образовательной программы.

Заниматься в кружке может каждый желающий школьник, прошедший медицинский осмотр и допущенный врачом к занятиям.

Спортивные сооружения для занятий кружка могут быть следующими: спортивный зал для ОФП, технического совершенствования и полевые условия для оттачивания туристской техники на местности.

Спортивный инвентарь для кружка может быть следующим: верёвки (диаметр 10 мм), верёвка (6 мм), страховочные системы, карабины, жумары, восьмерки, палатки рюкзаки, компас, котелки и т.д.

Вне зависимости от программы занятий кружка группы могут состоять как из мальчиков так и из девочек, а так же возможно наличие смешанных групп.

Новизна.

Туризм оказывает на организм детей и подростков всестороннее влияние, совершенствуется функциональная деятельность организма, обеспечивается правильное физическое развитие, развиваются физические способности. Кроме этого, туризм включается в физкультурно-спортивные праздники, соревнования.

Цель Программы: формирование целостного представления о туристическом краеведении, первоначальных знаний о живой и неживой природе; понимании простейших взаимосвязей, существующих между миром природы и человека.

Задачи Программы

1. Расширить и углубить представления о предметах и явлениях окружающей действительности.
2. Воспитывать умения видеть в обычном необычное и удивительное.
3. Формировать представления о природных сообществах.
4. Повышать экологическую грамотность обучающихся.
5. Развивать наблюдательность и любознательность, прививать интерес к изучению ближайшего окружения.

6.

Возраст обучающихся – 8-15 лет.

Срок реализации: 01.09.2021г. по 31.05.2022 г.

Форма и режим занятия: занятия проводятся два раза в неделю по 1ч.20 минут с перерывом 10 минут. Форма проведения – групповая.

Формы подведения итогов: промежуточная аттестация «Поход выходного дня» декабрь; май

Содержание курса включает

Краеведение;

Топография;

Ориентирование

Элементы спортивного туризма;

1. Краеведение- в этом разделе будет изучаться рельеф и климатические особенности родного края. Животный и растительный мир родного края. История родного края.

2.Топография- топографические карты и топографические знаки. Масштаб и легенда карт. Рисование топонимов. Изображение высоты местности с помощью горизонталей. Определение крутизны склона и его высоты. Измерение расстояния до недоступных предметов. Топографическая съёмка местности.

3.Туризм -туристское снаряжение, страховки, само страховки. Преодоление препятствий, вязка узлов. Переправа по верёвке с перилами. Подъём и спуск по склону по перилам. Навесная переправа. Переправа с самонаведением и снятием перил.

4. Ориентирование–компас, определение сторон горизонта по компасу., движение по азимуту. Определение и контроль направлений с помощью компаса и карты, по объектам местности.

В зависимости от поставленной цели (обучающей, воспитывающей, развивающей), уровня подготовки воспитанников и др. используются различные формы работы на занятиях:

Основная форма	Методы
1. Познавательное занятие	Беседа, рассказ, доклад, прослушивание
2. Практическое занятие по отработке определенного умения.	Упражнения,
3.Самостоятельная деятельность детей	Упражнения, практические занятия
4. Подвижные игры	Игры с мячом, обручем, скакалкой
5. Игровая форма	Короткая игра, динамические упражнения
6. Эстафеты	Игра
7. Спортивно- массовые мероприятия	Соревновательный метод
8. Мастер-класс	Наглядный методы
9. Занятие – деловая (ролевая) игра	Урок-путешествие, урок-экскурсия и т.д.
10. Занятие - лекция	Объяснительный метод
11. Занятие - зачет	Индивидуальное или групповое занятие, собеседование.

Учебно – тематический план

№	Раздел	Тема	Количество часов		
			теория	практика	всего
Сентябрь					
1	Вводное занятие.	Вводное занятие. Техника безопасности.	1		1
2	Общая физическая подготовка	ОФП. Инструктаж по ТБ во время занятий. Акробатические элементы. Растягивающие упр. . Туристические узлы Медподготовка. ОРУ. ОФП Туристическая обвязка, вязка узлов на опоре Самостраховка. Акробатика. ОФП. Горизонтальная переправа.	1	(15) 1 2 2 2 2 2 2	(16)
Октябрь.					
3	Общеразвивающие упражнения.	ТБ на самостраховке. Виды костров, выбор места, их назначение. Туристическая палатка	1	(17) 1 2	(18)

		ОФП Парные упражнения		2	
		ОРУ Узлы Самостраховка		2	
		Двойная переправа		2	
		Компас Топография		2	
		Ориентирование на местности		2	
		Наклонная переправа			
		Туристическая экипировка. Подготовка к походу выходного дня		2	
Ноябрь.					
4	Специальная физическая подготовка	Виды туризма. Основы медподготовки.	1	(15) 1	(16)
		Силовое многоборье		2	
		Веселые старты .		2	
		Двойная переправа		2	
		ОРУ Акробатика		2	
		ОФП. Растяжка		2	
		СФП. Бег челночный.		2	
		Тройная горизонтальная переправа		2	
Декабрь.					

5.	Спортивное ориентирование	ТБ на занятиях при прохождении переправ ОРУ ОФП ОРУ СФП Компас Карта Зарисовка карты Азимут Топография Обратный азимут. Топография Игра – Найди снайпера Ориентирование на местности	1	(17) 1 2 2 2 2 2 2 2	(18)
Январь.					
6	Наведение туристических переправ	ТБ на переправах. Самостраховка. Туристическое снаряжение Наклонная переправа Горизонтальная переправа Вертикальная переправа Переправа на блок-ролике	1	(11) 1 2 2 2 2 2	(12)
Февраль.					
7	Подготовка к походу, экипировка	ТБ на занятиях.	1	(15) 1	(16)

	туриста.	Укладка рюкзака.		2	
		Туристическая палатка		2	
		Виды костров, их назначение		2	
		Туристическое многоборье		2	
		Веселые старты		2	
		Основы скалолазания		2	
		Основы медподготовки		2	
Март.					
8.	Формирование двигательных навыков	ТБ в спортзале.	1	(17)	(18)
		Подвижные игры		1	
		ОРУ Акробатика		2	
		ОФП Растяжка		2	
		СФП Силовая подготовка		2	
		Игровая тренировка		2	
		ОРУ ОФП		2	
		ОФП СФП		2	
		Силовое многоборье		2	
Апрель.					
9.	Закрепление двигательных навыков	ТБ при проведении занятий	1	(15)	(16)
		Туристическая		1	

		переправа в связке		2	
		Туристическая переправа на время		2	
		Сложные туристические переправы		2	
		Наведение туристических переправ		2	
		Туристическое многоборье		2	
		Подвижные игры		2	
		Игровая тренировка			
Май.					
10	Закрепление двигательных навыков	ТБ на занятиях	1	(11)	(12)
		ОФП Акробатика		1	
		СФП Растяжка		2	
		Подвижные игры		2	
		Игровая тренировка		2	
		Поход выходного дня.		2	
Итого:			10	134	144

Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса.

Спортивный инвентарь, необходимый для реализации курса:

1. Личное снаряжение: рюкзак, спальный мешок, туристский коврик;
2. Групповое снаряжение: палатка, тент, костровые принадлежности, котелки, топор, ремонтный набор, компас;
3. Специальное снаряжение: веревка (10 мм.), веревка (6 мм.), страховочная система, карабины, спусковые устройства, жумары.

Список литературы.

1. Алешин, В. М. Туристская топография [Текст] / В. М. Алешин // М.: Профиздат, 1985. - 285 с.
2. Бардин, К.В. Азбука туризма [Текст] / К.В. Бардин// М.: Просвещение, 1981. - 176 с.
3. Баринов, А.В. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них [Текст] / А.В. Баринов // М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. - 496 с.
4. Волович, В.Г. С природой один на один [Текст] / В.Г. Волович // М.: Военное издательство, 1989. - 260 с.
5. Драгачев, С. П. Туризм и здоровье [Текст] / С. П. Драгачев// М.: Знание, 1984. - 345 с.
6. Дрогов, И. А. Подготовка туристских общественных кадров [Текст] / И. А. Дрогов// М.: Турист, 1982. - 86 с.
7. Ильичев, А.А. Популярная энциклопедия выживания [Текст] / А.А. Ильичев, // М.: ЭКСМО-ПРЕСС, 200. - 496с.
8. Кодыш, Э. Н. Соревнования туристов [Текст] / Э. Н. Кодыш // М.: Физк. и спорт, 1990. - 175 с.
9. Коструб, А. А. Медицинский справочник туриста [Текст] / А. А. Коструб // М.: Знание, 1986. - 231 с.
10. Лукоянов, П. И. Зимние спортивные походы [Текст] / П. И. Лукоянов // М.: Физк. и спорт, 1988. - 192 с.
11. Лысогор, Н. А. Питание туристов в походе [Текст] / Н. А. Лысогор // М.: Пищевая пром-ть, 1980. - 156 с.
12. Теплоухов, В. В. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного туризма [Текст] / В. В. Теплоухов // М.: Путник № 4, 1996. - 102 с.
13. Тыкул, В.И. Спортивное ориентирование [Текст] / В.И. Тыкул // М.: Просвещение, 1991. - 192 с.
14. Шимоновский, В. Ф. Питание в туристическом походе [Текст] / В. Ф. Шимоновский // М.: Профиздат, 1986. - 136 с