

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
«ЦЕНТР ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ»

Дополнительная общеобразовательная
программа спортивного туризма
«Юные путешественники»

Срок реализации: 1 год
Возраст детей: 7-10 лет

Программа утверждена Методическим советом
ГБОУ ДО РК «Центр детско-юношеского туризма
и краеведения»

Протокол № 1 от 16 сентября 2015 г.
Директор _____ Осокина Е.А.

Автор:
Дольникова Оксана Михайловна,
педагог дополнительного образования
ГБОУ ДО РК «Центр детско - юношеского
туризма и краеведения»

г. Симферополь 2015г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Введение.

Мы живем в такое время, когда для путешествующих людей нужны и «индустрия гостеприимства», и развлечения, и экзотика. Ценность спортивного туризма и скалолазания - в формировании сплоченности, гуманизма и мужества, эстетического вкуса и чувства ответственности, физической закалки и чувства любви к Родине.

Направленность – физкультурно-спортивная.

Уровень освоения - общеразвивающий, ориентирован на удовлетворение познавательного интереса обучающегося, расширение его информативности в данной образовательной области, обогащение навыками общения и приобретение умений совместной деятельности в освоении программы.

Спортивный туризм - истинное воплощение культуры свободного времени. В нем реализуются требования общества к гармоничному развитию личности, в нем реализуется подлинно свободное волеизъявление человека.

Туризм - это не только познание страны, ее истории, культуры, но и эффективная физическая и волевая закалка, превосходная военно-спортивная подготовка и патриотическое воспитание. Спортивный туризм несовместим с пьянством и с варварским отношением к природе, с моральным уродством. Его ни с чем не сравнимое преимущество в воспитании подрастающего поколения – обнажение лучших и худших качеств человека, невозможность спрятаться за спину других, утаить свои слабости и недостатки. Все это делает спортивный туризм действенным средством воспитания, и именно в этом направлении он и должен развиваться как способ рационального использования свободного времени.

Спортивный туризм и скалолазание сочетают в себе все очарование и трудности увлекательного похода, прелесть подлинного общения с природой с огромной воспитательной и организационной силой, которая формирует бойцов - защитников природы, тружеников, патриотов, людей, которые за все в ответе. Новизна программы заключается в том, что в рамках годового цикла обеспечивается активная походная деятельность, общая туристическая подготовка, объединяющая основы техники скалолазания, пешего, горного и водного туризма, основные приемы выживания в неблагоприятных условиях, необходимые знания по оказанию первой медицинской помощи, общей физической подготовке, психологии межличностных отношений, истории родного края, создавая тем самым органичное сочетание духовного, спортивного и интеллектуального развития личности.

Скалолазание – это вид спорта, который заключается в преодолении трасс по естественному (скальному) рельефу или искусственному. Он уникален тем, что сочетает в себе физические нагрузки и развитие логического мышления, а также развивает личностные качества: ответственность, целеустремленность, смелость, уверенность в себе, самостоятельность, энергичность и работоспособность.

Программа составлена на основе примерной программы «Скалолазание» (Е.В. Кузнецова, Ю.В. Байковский, В.Н. Першин, Н.А. Демура, В.О. Кауров – М.: Советский спорт, 2006), программы «Юные туристы-многоборцы» (И.И.Махов, Москва ФЦДЮТиК, 2007) и адаптирована для реализации объединения «Юный путешественник» для дополнительного образования детей в ГБОУ ДО РК «Центр детско-юношеского туризма и краеведения».

Актуальность

Актуальность разработки данной программы обусловлена активным развитием и ростом популярности детско-юношеского скалолазания в стране и необходимостью создания стройкой системы подготовки скалолазов в соответствии с современными требованиями, особенным вниманием к обеспечению безопасности воспитанников при занятиях скалолазанием.

Программа «Юный путешественник» была создана в связи с потребностью детей и их родителей заниматься активным видом спорта в любое время года и их заинтересованностью к данному виду спорта.

Педагогическая целесообразность

Педагогическая целесообразность заключается в выстроенной системе процессов обучения развития, воспитания и их обеспечения. В программе, в рамках организации дополнительной образовательной программы, конкретно выбранных форм, методов, и средств образовательной деятельности (в соответствии с поставленными целями и задачами).

Данная программа способствует развитию и увеличению двигательной активности детей. Физические нагрузки в совокупности с обучением тактике преодоления искусственного и скального рельефа, положительно влияют на формирование познавательной и эмоциональной сферы человека, особенно в условиях пребывания в природной среде.

Содержание программы рассчитано на год занятий с детьми младшего школьного возраста, проявляющими интерес к скалолазанию, физической культуре, туризму и краеведению. Рекомендуемый минимальный состав группы не менее 15 человек.

По окончании обучения учащиеся могут продолжить дальнейшее обучение в спортивных школах.

Цель программы:

1. Развитие мотивации к укреплению физического и психического здоровья обучающихся.
2. Совершенствование личностных качеств и овладение навыками спортивного скалолазания.

Задачи:

Обучающие:

1. Сформировать стройкую систему основных понятий в области физической культуры;
2. Сформировать систему знаний, умений и навыков организации тренировочного процесса в скалолазании;
3. Обучить теоретическим и тактическим решениям, применяемым в скалолазании.
4. Обучить основам работы со страховкой;
5. Обучить основным техническим приемам перемещения скалолазов;
6. Приобщить к культуре спорта.

Развивающие:

1. Способствовать развитию индивидуальных особенностей, инициативы и коммуникативных качеств учащихся;
2. Способствовать развитию двигательной и мышечной памяти при выполнении упражнений;
3. Способствовать развитию физических способностей обучающихся (скоростно-силовые, координационные, гибкость и выносливость);
4. Способствовать развитию мыслительных процессов: анализ, синтез, обобщение, оценка, установление, причинно-следственных связей и закономерностей
5. Расширить знания о погодных и природных явлениях;
6. Совершенствовать естественные виды движения и обогащать двигательный опыт (ориентироваться в пространстве).

Воспитательные:

1. Способствовать развитию потребности в физическом и умственном самосовершенствовании и активности;
2. Способствовать развитию коммуникативности;
3. Способствовать развитию воли, решительности, способности к аналитическому процессу и быстрому принятию решения;
4. Способствовать развитию навыков организованности, аккуратности и самодисциплины.

Организация образовательного процесса.

Программа рассчитана на 1 год обучения.

Условия набора – принимаются все желающие в возрасте от 7 до 10 лет на основании письменного заявления родителей об их согласии с условиями обучения в ГБОУ ДО РК «Центр детско-юношеского туризма и краеведения» и наличии медицинского допуска к занятиям в кружке «Юный путешественник».

Режим занятий

1 год обучения - 108 академических часов (2 раза в неделю по 1 и 2 академических часа)

Наполняемость учебных групп

1 год обучения – группа не менее 15 человек.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

№	Раздел. Тема.	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.	Комплектование групп. Заполнение анкет.	1	1	
2.	Введение. Цели и задачи 1 года обучения. Правила поведения и техники безопасности на занятиях скалолазания. Виды скалолазания и туризма.	2	1	1
3.	Скалолазное снаряжение, одежда и обувь для занятия скалолазанием. Групповое, личное и специальное снаряжение туристов. Основные требования к снаряжению. Туристическая палатка, устройство, виды. Укладка рюкзака и установка палатки.	2	1	1
4.	Связь скалолазания и туризма. Экскурсии, прогулки и походы.	1	1	