

РЕСПУБЛИКА КРЫМ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ, НАУКИ И МОЛОДЕЖИ



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

Дополнительная общеобразовательная программа
«Пешеходный туризм»

Возраст обучающихся – 10-18 лет
Срок реализации – 3 года

Программа утверждена
Методическим советом
ГБОУ ДО РК «Центр
детско-юношеского туризма
и краеведения»
Протокол № 6 от «07» 06 2019 г.
Директор Осокина Е. А.



Программа согласована
Педагогический совет по
ГБОУ „Красногвардейская сеть“
Протокол № 16 от «08» 08 2019 г.
Директор Зеф Баженова Е. С.
ОГРН 1159102009109



Автор: Т.В. Егорова
педагог дополнительного образования
ГБОУ ДО РК «Центр детско-юношеского
туризма и краеведения»

Симферополь, 2019 г

I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе типовой программы по пешеходному туризму, утвержденной комитетом по физической культуре и спорту РФ.

Данная программа туристско-краеведческой направленности.

Актуальность программы состоит в создании условий для активного включения обучающихся в процесс изучения истории родного края, формировании у них морально-нравственных, духовных, патриотических качеств и развитие чувства любви к Родине, физическое совершенствование детей и подростков.

Педагогическая целесообразность программы заключается в выборе форм и методов работы с учетом осуществления дифференциации и индивидуализации образовательной деятельности в контексте Концепции модернизации российского образования. Здесь закладываются основы знаний, умений, навыков социализации, активной гражданской и социально значимой деятельности.

Цель дополнительной программы: воспитание и подготовка всесторонне развитых юных спортсменов через пропаганду здорового образа жизни.

Задачи дополнительной программы:

- осуществление подготовки спортсменов для пополнения сборных команд области, района.
- морально-нравственное, духовное, патриотическое воспитание и развитие чувства любви к Родине,
- организация и проведение спортивно-массовых мероприятий для школьников,
- повышение уровня общей и специальной подготовленности и тренированности школьников,
- восстановление уровня здоровья,
- организация активного отдыха учащихся,
- обучение технике пешеходного туризма,
- привитие учащимся стойкого интереса к туризму.

Возраст детей, участвующих в реализации дополнительной программы:
10-15 лет

Срок реализации дополнительной образовательной программы – 2 года.

Основными формами занятий являются:

- групповые практические занятия,
- индивидуальные уроки тренера с отдельными спортсменами,
- самостоятельные тренировки по индивидуальным планам и по заданию тренера,
- лекции и беседы,
- просмотр учебных фильмов и соревнований,
- участие в туристических соревнованиях,
- участие в учебных и категорийных походах.

Ожидаемые результаты и способы их проверки

На каждый год обучения для всех занимающихся разрабатываются контрольные нормативы по общей физической и специальной подготовке.

На основании графиков учебного процесса составляется расписание занятий.

1 год обучения

Зачетные требования (ожидаемый результат)

Теоретическая подготовка

Ответить на вопросы по пройденным темам:

- Снаряжение
- Питание
- Организация бивака
- Меры безопасности
- Элементы ориентирования

Специальная подготовка

Уметь ориентироваться на местности по компасу, карте, небесным светилам и признакам местных предметов. Уметь правильно организовать бивак. Уметь правильно проходить туристическую полосу препятствий.

Участие в походах и соревнованиях

Участвовать в течении 1 года в:

- походах выходного дня:	2
- многодневных походах:	1
- областных соревнованиях	2
- категорийных походах	1
- соревнованиях	2

2 год обучения

Зачетные требования (ожидаемый результат)

Теоретическая подготовка

Ответить на вопросы по пройденным темам:

- Снаряжение
- Питание
- Организация бивака
- Меры безопасности
- Элементы ориентирования

Специальная подготовка

Уметь ориентироваться на местности по компасу, карте, небесным светилам и признакам местных предметов. Уметь правильно организовать бивак. Уметь правильно проходить туристическую полосу препятствий.

Участие в походах и соревнованиях

Участвовать в течении 1 года в:

- походах выходного дня:	2
- многодневных походах:	1

- областных соревнованиях	3
- категорийных походах	1
- соревнованиях	2

3 год обучения

Теоретическая подготовка

Ответить на вопросы по пройденным темам.

- история туризма
- организация самостоятельного путешествия
- снаряжение
- питание
- порядок движения и способы преодоления препятствия
- приемы ориентирования
- привалы и ночлеги
- безопасность путешествий и оказание первой помощи
- охрана природы, памятников истории и культуры

Специальная подготовка

Уметь ориентироваться на местности, правильно оборудовать бивак, приготовить пищу в походных условиях. Уметь оказать первую доврачебную помощь.

Участие в походах и соревнованиях

В течении 1 года участвовать в:

- походах выходного дня	4
- многодневных походах	2
- категорийных походах	1
- соревнованиях	4

II. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

1 год обучения

Задачи:

1. Всесторонняя физическая подготовка.
2. Овладение простейшими туристскими умениями и навыками.
3. Воспитание общей выносливости.
4. Овладение основами картографии и краеведения.

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			
			Всего	Лекции	Практические занятия, походы
1.	Введение.	1	1		
2.	Снаряжение.	4	1	3	
3.	Питание.	5	2	3	