Министерство образования, науки и молодежи Республики Крым

Государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Республики Крым «Центр детскоюношеского туризма и краеведения»

|  |  |
| --- | --- |
| Картинки по запросу логотип сердце отдаю детям | Безымянный.jpg |

Презентация конкурсного программно-методического комплекта

дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы

кружка «Спортивного туризма и ориентирование»

Направленность: физкультурно-спортивная

|  |
| --- |
| **Составитель** – педагог дополнительного образования ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК» Мельник Михаил Леонидович  **Ссылка на полный текст программы:**  **Ссылка на методические разработки:** |

Симферополь

2020

**Аннотация дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы кружка «Спортивный туризм»**

(Педагог дополнительного образования – Мельник М.Л.)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа кружка «Спортивного туризма» реализуется в ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК».

Данная программа разработана в соответствии с Федеральными государственными требованиями к содержанию, структуре и условиям реализации программы в области физической культуры и спорта.

Программа кружка «Спортивного туризма» является авторской. Программа направлена на освоение знаний, умений и навыков, необходимых в спортивном туризме, спортивном ориентировании и скалолазании для освоения разрядных требований, утвержденных Федерацией спортивного туризма Российской Федерации, а также общефизического развития, социального, нравственного, духовно-патриотического, интеллектуального уровня обучающихся, воспитания самостоятельности обучающегося.

**Новизна данной программы** заключается в том, что она направлена не только на укрепление здоровья, развитие общефизических и спортивных качеств ребенка, но и на развитие творческих способностей учащихся, с разной физической подготовкой. В ней интегрированы физическая и интеллектуальная подготовка, по основам топографии, географии, истории и краеведения. Неотъемлемой частью программы является не только «разрядный рост» будущих спортсменов, но и участие в категорийных походах по всей территории РФ.

**Актуальность программы** обусловлена тем, что в программу закладывается не только спортивное совершенствование, но интеллектуальный и духовный (патриотический) рост. Проблемой всего нашего государства является воспитание здорового, всесторонне развитого поколения, однако сегодня существует масса «ленивых» соблазнов, таких как гаджеты и интернет. Многие дети настолько погружены в виртуальную реальность, что с трудом могут идти на контакт, занятие активной туристкой деятельностью позволяет решить эту проблему и подходить к ней системно. Регулярные тренировки по спортивному туризму позволяют поддерживать себя в хорошей физической форме, познавать мир вокруг себя.

**Педагогическая целесообразность программы** заключается в том, что она составлена на основе личностно-ориентированного подхода. Для достижения высоких показателей реализации программы каждому обучающемуся подбирается индивидуальный комплекс выполнения упражнений, правильнее сказать – комплекс один, а вот подходы к выполнению и их интенсивность разная, в зависимости от возможностей и целей ребенка и педагога. При подборе комплекса учебный материал дифференцируется с учётом физических и психологических особенностей каждого обучающегося. Общая физическая подготовка разбивается на циклы, а каждый кружковец ведет индивидуальный дневник тренировок с фиксацией своих результатов.

**Целью программы** является создание благоприятной атмосферы для полного самовыражения и реализации потенциала подрастающей личности, её физического совершенствования, адаптации в обществе, формирование системы нравственных ценностей, основ здорового образа жизни.

Исходя из цели программы реализуются следующие **задачи:**

*Образовательные*:

* изучить материал по технической, тактической, специальной и общефизической, психологической, тактической и теоретической подготовке;
* освоить и выполнить нормы и требования, установленные Единой Всероссийской спортивной классификацией для присвоения спортивных разрядов, как массовых, так и спорта высших достижений.

*Развивающие*:

* развивать физические и технические качества, которые позволят в полной мере освоить навыки спортивного туризма и спортивного ориентирования, навыки поведения в «дикой среде».

*Воспитательные*:

* воспитывать потребность в занятии физической культурой, спортом, совершенствовании физических способностей и возможностей организма человека;
* воспитывать чувство гражданственности, патриотизма, терпимости, трудолюбия, целеполагания, мотивационная деятельность;
* формировать духовно-нравственные качества личности (доброта, честность, воля к победе, ответственность).

Программа направлена на детей от 10 до 18 лет. Полный курс обучения по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы составляет 9 лет, и состоит из трёх этапов:

**1 этап – начальный (1 год обучения,** данному этапу может предшествовать подготовительный этап, для обучающихся 8-9 лет**):**

* выявление способностей, физических и психологических данных с помощью игр и командообразующих мероприятий, наблюдения, проверки физических данных; укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию; разносторонняя двигательная подготовка, в процессе которой развиваются основные физические качества; обучение пользованию специальным снаряжением данного вида спорта; вязке узлов; ознакомление с возможностями туристко-краеведческого движения; привитие и воспитание дисциплины, организованности, устойчивого интереса к занятиям и навыков самоконтроля. Участие в соревнованиях для новичков, а так же участие в походах выходного дня.

**2 этап – базовый (2-7 год обучения):**

* всесторонняя физическая подготовка, развитие специальных физических качеств; общей и специальнофизической подготовки; освоение техники спортивного туризма; изучение Родного края; участие в категорийных походах и соревнованиях Всероссийского уровня; воспитание волевых качеств – смелости и решительности, умение самостоятельно работать и соревноваться; умение ставить цели и выбирать пути их достижения.

**3 этап – продвинутый (8-9 год обучения):**

* достижения высшего спортивного мастерства: укрепление здоровья и функционального состояния на основе достижения высокого уровня общей и специальной физической подготовленности; стабильность спортивных результатов; овладение знаниями и умением управлять развитием своей спортивной формы в годичном цикле, в том числе при подготовке к соревнованиям. Выполнение высших спортивных нормативов в объеме спортсмена первого разряда и Кандидата в мастера спорта.

На базовый и продвинутый уровень программы могут быть зачислены обучающиеся ранее не занимающиеся по программе начального уровня, но имеющие определённые умения и навыки, соответствующие данному этапу обучения (по результатам сдачи нормативов/ наличие желания развиваться), вне зависимости от возраста, но показывающие выдающиеся способности по данному виду деятельности.

Программа рассчитана на 216 часов. Занятия проводятся 2 раза в неделю, их продолжительность составляет от до 2-2,5 академических часов.

В основе учебно-воспитательного процесса лежат современные проектные, рефлексивные и здоровьесберегающие образовательные технологии, а также методы дифференцированного обучения, лично-ориентированный подход, командообразующие мероприятия и коллективная работа. Важное место отводится составлению индивидуальной программы тренировок, теоритических занятий, упражнения общей физической подготовки.

В качестве заминки и снятия утомления, после занятия проводятся ***командные*** спортивные игры (баскетбол, волейбол, туристские эстафеты). Такое окончания занятий помогает отвлечь ребенка от физической нагрузки.

На каждый год обучения определен минимум знаний, умений и навыков, который должен быть усвоен учащимися на конец учебного года и служить свидетельством успешной реализации образовательной программы.

В программе представлены разделы: общая физическая подготовка (ОФП), специальная физическая подготовка (СФП), техника спортивного туризма, способы преодоления препятствий, оказание первой доврачебной помощи и питание в походе, топографическая подготовка. Подведение итогов реализации данной программы осуществляется через итоговые открытые занятия, выполнение спортивных нормативов согласно ЕВСК, тестирование, показательные выступления и соревнования.

В программе раскрыта общая методика работы в соответствии с направленностью содержания и индивидуальными особенностями учащихся. Методические материалы включают в себя описание методов обучения, технологий, формы организации учебного занятия, дидактические материалы.

**Аннотация основных методических разработок к программе**

**кружка «Спортивный туризм»**

(педагог дополнительного образования – Мельник М.Л.)

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа кружка «Спортивный туризм» реализуется в ГБОУ ДО РК «ЦДЮТК». Педагогом разработана концепция и программно-методический комплект для реализации данной программы. Основными методическими разработками педагога являются:

1. **Тематические разделы «Общая физическая подготовка» (ОФП), «Специальная физическая подготовка» (СФП), Техника спортивного туризма, способы преодоления препятствий, топографическая подготовка.**

Каждый тематический раздел включает в себя краткое содержание тем с разбивкой по часам; перечень понятий для усвоения материала; подробное описание каждого занятия (теоретическая часть и описание практической работы). Каждый раздел тесно переплетается друг с другом и не может существовать отдельно.

1. **Поурочные планирования для каждого занятия.**

Занятие по спортивному туризму состоит из трёх последовательно дополняемых этапов:

* Подготовительной (разминочный).

Общее назначение подготовительной части занятия – подготовка организма к предстоящей работе. Конкретными задачами этой части являются организация группы (построение детей, приветствие группы и эмоционально-психологический настрой), объявление темы, цели и задач данного занятия, разогревание организма. Основными средствами подготовительной части являются: бег, прыжки, упражнения на внимание, координацию и быстроту реакции, подтягивания, челночный бег, разогрев кистей рук и голеностопного сустава, растяжка организма.

* Основной (ключевой).

Задачами основной части занятия являются формирование двигательных умений и навыков, развитие и совершенствование основных физических качеств и способностей, совершенствование специальной физической и тактической подготовки. Средства данной части занятия: общеразвивающие упражнения со специальным инвентарем, для выполнения технических приемов и совершенствования навыков. К основным методам обучения относятся показ техники упражнений – с его последующей отработкой. Для освоения упражнений и лучшей отработки навыка рекомендуется разбивка группы на пары, «Умеющий-Новичок».

* Заключительный (Заминочный).

Основные задачи заключительной части занятия – постепенное снижение нагрузки, подведение итогов занятия. Основными средствами являются подвижные командные игры и/или эстафеты, короткие беседы.

1. **«Дневник» достижений учащихся (портфолио).**

Для формирования и развития навыков самоконтроля и самооценки своей деятельности и достижения планируемых результатов после участия в соревнованиях по спортивному туризму учащиеся дают оценку своему выступлению (проводится анализ, разбор ошибок и принятых решений). Все достижения обучающихся фиксируются в портфолио. Данные результаты позволяют проследить за динамикой физической подготовленности обучающихся, сравнивать и анализировать показатели, таким образом, вести систематический контроль уровня подготовленности, контролировать динамику выполнения норм и требований ЕВСК.

1. **Итоговое тестирование, контрольно-тестовые нормативы.**

С целью оценки качества освоения программы по спортивному туризму педагогом и самим обучающимся проводится текущий контроль в течение всего учебного года (тестирование/контроль основных показателей по общей и специальной физической подготовке согласно календарному учебному плану, участия в соревнованиях различного уровня). В конце учебного года проводятся контрольно-тестовые нормативы (обучающийся переводится на следующий учебный год при успешной сдаче 70% упражнений по ОФП и СФП и/или при высоких показателях результативности выступлений на соревнованиях и участие в походах II и III категории сложности).

Ссылка на полный текст методических материалов:

**Динамика результативности реализации программы кружка «Спортивный туризм»**

(Педагог дополнительного образования – Мельник М.Л.)

Динамика результативности реализации программы кружка «Спортивный туризм» представлена в следующих таблицах:

**Сохранность контингента обучающихся**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Учебный  год | 2014/2015 | | 2015/2016 | | 2016/2017 | | 2017/2018 | | 2018/2019 | | 2019/2020 | |
| Начало  года | Конец  года | Начало  года | Конец  года | Начало  года | Конец  года | Начало  года | Конец  года | Начало  года | Конец  года | Начало  года | Конец  года |
| кол-во  групп | 1 | 2 | 2 | 2 | 2 | - | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 | 2 |
| кол-во  обучающихся | 17 | 30 | 30 | 31 | 40 | - | 30 | 30 | 30 | 32 | 40 | 40 |
| сохранность  в % | 100% | | 100 % | | 100 % | | 100% | | 100% | | 100% | |

**Участие в соревнованиях** разного уровня

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Уровень  соревнований | 2014 год | 2015 год | 2016 год | 2017 год | 2018 год | 2019 год | 2020 год |
| Муниципальные | 2 | 2 | 3 | 3 | 3 | 1 | 1 |
| Республиканские | 5 | 5 | 5 | 9 | 7 | 5 | 2 |
| Межрегиональные | - | - | 1 | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Всероссийские | 3 | 2 | 2 | 3 | 3 | - | - |
| Международные | - | - | 1 | 1 | - | - | - |
| **Итого:** | **10** | **9** | **11** | **17** | **14** | **7** | **4** |

**Показатель результативности участия в соревнованиях**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Место** | **2014 год** | **2015 год** | **2016 год** | **2017 год** | **2018 год** | **2019 год** | **2020 год** |
| **1** | 6 | 21 | 59 | 71 | 68 | 88 | 13 |
| **2** | 9 | 19 | 44 | 48 | 41 | 49 | 18 |
| **3** | 12 | 23 | 41 | 31 | 34 | 35 | 4 |
| **Итого:** | **27** | **63** | **144** | **150** | **133** | **172** | **35** |

**Присвоение разрядов обучающимся**

**кружка «Спортивный туризм»**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Разряд | 2014 год | 2015 год | 2016 год | 2017 год | 2018 год | 2019 год | 2020 год |
| КМС | - | - | 1 | - | - | 7 | 3 |
| I взрослый | 5 | 2 | 5 | 4 | 3 | - | 3 |
| II взрослый | 9 | 2 | 15 | 6 | 4 | - | 1 |
| III взрослый | - | 6 | 13 | 4 | 4 | 1 | 2 |
| Юношеские, массовые разряды | - | - | 10 | 3 | - | 8 | 3 |
| **Итого:** | **14** | **10** | **44** | **17** | **11** | **16** | **12** |

**Прохождение маршрутов путешествий обучающимися**

**кружка «Спортивный туризм»**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Разряд | 2014 год | 2015 год | 2016 год | 2017 год | 2018 год | 2020 год |
| Поход выходного дня | 3 | 4 | 4 | 6 | 3 | 1 |
| Степенные походы | 1 | - | - | 1 | 3 | - |
| Поход **I** категории сложности | 1 (Крым) | - | - | 1 (Крым) | - | - |
| Поход **II** категории сложности | 1 (Западный Кавказ) | - | - | - | 1 (Западный Кавказ) | - |
| Поход **III** категории сложности | 1 (Карпаты, без кружковцев) | 1 (Приэльбрусье, Кавказ) | 1 (Кольский п-ов, Хибины) | 1 (Западный Кавказ) | - | 1  (Приэльбрусье) |
| **Всего походов:** | **6** | **5** | **5** | **9** | **7** | **2** |