

Название конкурсной работы: **«Программа комплексной туристско-краеведческой и туристско-спортивной подготовки *«Младшие инструкторы по туристско-краеведческой, туристско-спортивной и поисковой работе»***

Номинация: **«Лучшая региональная детская программа спортивного туризма»**

Автор: **Козлов Сергей Николаевич**

Организация: **Детский санаторно-оздоровительный лагерь «Игнатовский»**

Утверждена
на педагогическом совете
протокол № от

Утверждаю
директор
ДСОЛ «Игнатовский»

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА КОМПЛЕКСНОЙ
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ И ТУРИСТСКО-СПОРТИВНОЙ
ПОДГОТОВКИ**

***«МЛАДШИЕ ИНСТРУКТОРЫ ПО
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ,
ТУРИСТСКО-СПОРТИВНОЙ И
ПОИСКОВОЙ РАБОТЕ»***

Срок реализации – 3 года
Возраст детей – 10 – 15 лет

Козлов Сергей Николаевич

Пояснительная записка

Образовательная программа «МЛАДШИЕ ИНСТРУКТОРЫ ПО ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ, ТУРИСТСКО-СПОРТИВНОЙ И ПОИСКОВОЙ РАБОТЕ» разработана для подготовки туристско-краеведческих и туристско-спортивных кадров, использования возможностей туризма для формирования коллективизма, взаимовыручки и других социальных умений.

Данная программа направлена на углубленное изучение во время походов истории, природы и культуры родного края – своей малой родины. Поэтому о ней можно говорить не только как об оздоровительном комплексе, но и как о важном средстве культурно-патриотического воспитания.

Цели образовательной программы:

Формирование всесторонне развитой личности средствами туризма и краеведения, создание условий для самореализации, социальной адаптации, оздоровления, мотивационно-творческого развития и профессионального самоопределения личности.

Освоение программы и достижение поставленных целей образовательного процесса предполагают решение следующих образовательных, воспитательных и развивающих **задач:**

1. Образовательные:

- Обучать туристической технике.
- Обучать навыкам поисково-краеведческой деятельности.
- Обучать основам личной и общественной безопасности; оказанию само- и взаимопомощи; умелым и быстрым действиям в любой чрезвычайной ситуации.
- Обучать и совершенствовать у детей практические навыки выживания, безопасного и автономного существования в различных условиях.

2. Развивающие:

- Развивать умения и навыки, необходимые учащимся в проведении туристических походов и соревнований.
- Развивать высшие психические функции: самоанализ, самооценка, самозащита.
- Развивать умение правильно вести себя в неординарных и экстремальных ситуациях различного характера.

3. Воспитательные:

Воспитывать у обучающихся:

- чувства гражданственности и любви к Родине через изучение истории родного края, возрождение и развитие национальных традиций;
- осознанную потребность в разумном досуге, здоровом образе жизни;
- умения адаптироваться в социальных условиях;

- трудолюбие, ответственность, усидчивость, терпение при работе с краеведческим и архивным материалом;
- милосердие, доброту и доброжелательность, способность к состраданию и сопереживанию, готовность оказать помощь, терпимость;
- социально-коммуникативные качества: вежливость, уважение к результатам своего и чужого труда, умение устанавливать контакт с людьми разного возраста, умение разрешать бытовые и деловые конфликты.

Формировать жизненную самостоятельность и волевые качества.

Образовательный процесс, направленный на формирование основ менталитета обучающихся, строится на следующих **принципах**:

1) принципы обучения:

- воспитывающее обучение;
- актуализация в ходе познания региональных культурных ценностей;
- включение детей в активную творческую деятельность;
- сочетание индивидуальных и общечеловеческих ценностей в содержании образования и воспитания;
- научность;
- связь обучения с практикой;
- добровольность;
- доступность;
- систематичность и последовательность;
- преемственность;
- наглядность;

2) принципы воспитания:

- связь с жизнью, средой, с требованиями общества;
- целостность и единство всех компонентов воспитательного процесса;
- гуманизм – уважение к личности в сочетании с требованиями к нему;
- опора на положительное в личности;
- воспитание в коллективе и через коллектив;
- учет возрастных и индивидуальных особенностей детей и подростков;
- единство действий и требований к ребенку в семье, социуме и ДСОЛ.

Программа рассчитана на три года обучения:

- первый год обучения – начальный уровень подготовки (воспитанники получают первоначальные сведения по разделам обучения: туризм, спортивное ориентирование, краеведение, основы безопасности и выживания, инструкторская подготовка);
- второй год обучения – основной уровень подготовки (воспитанники углубляют полученные умения и навыки);
- третий год обучения – инструкторские курсы (основное внимание уделяется инструкторской и судейской подготовке, элементам поисково-спасательных работ, методике выживания).

Набор детей в группы производится массово, но с использованием критериев отбора:

- медицинский допуск врача;
- разрешение родителей.

Программой предусматривается изучение:

- техники пешеходного, велосипедного, водного туризма;
- основ техники горного туризма и альпинизма;
- спортивного ориентирования и картографии;
- основ безопасного существования человека в природной среде и выживания;
- основ поисково-спасательных работ;
- основ оказания первой медицинской помощи;
- методики проведения и судейства соревнований;
- основ журналистского дела;
- краеведения.

Обучающиеся также проходят курс инструкторской подготовки руководителей походов степенной сложности.

Чтобы обеспечить сознательное и прочное усвоение детьми материала программы, развить навыки их творческой работы, на занятиях используются следующие **методы работы:**

- поисково-исследовательский метод (самостоятельная работа воспитанников с выполнением различных заданий на экскурсиях и в походах);
- метод проекта (выбор самостоятельной темы с дальнейшим написанием рефератов, докладов, проектов);
- метод самореализации, самоуправления через различные творческие дела, участие в соревнованиях, походах, экскурсиях;
- метод контроля: врачебный, самоконтроль, контроль роста динамики спортивных показателей;
- метод творческого подхода к образованию и воспитанию, предполагающий единство нравственного, физического, эстетического и других форм воспитания.

В процессе обучения используется стандартное оборудование, предусмотренное «Руководством для судей и участников соревнований по технике туризма».

Основную долю программы составляет практическая работа, которая проводится почти на каждом занятии вслед за объяснением теоретического материала.

В то же время в образовательном процессе с детьми используются и другие **формы работы**, которые дают возможность обучающимся максимально проявить свою активность, творческий потенциал, развивают их эмоциональное восприятие:

- проведение соревнований и матчевых встреч по туризму, спортивно-му ориентированию, топографии;
- краеведческо-экскурсионные мероприятия (экскурсии, конференции, викторины);
- проведение походов, начиная от однодневных, и далее – до сложных спортивных маршрутов;
- организация полевых туристско-краеведческих и спортивных лагерей.

Формы контроля ЗУН обучающихся

В течение пребывания детей в лагере организуется и проводится контроль знаний, умений и навыков обучающихся.

Промежуточный контроль осуществляется в форме тренировочных походов, сдаче нормативов и зачетов по спортивным, прикладным и туристско-краеведческим дисциплинам.

Итоговый контроль – участие в соревнованиях областного уровня.

Критерии оценки ЗУН обучающихся 1-3 годов обучения

По окончании 1 года обучения воспитанники объединения **должны знать**:

- порядок организации и проведения походов выходного дня;
- правила поведения вне населенных пунктов, вопросы экологии и туризма;
- основы туристской техники;
- основы топографии и ориентирования;
- иметь общие представления об истории Середского края, его географических особенностях и ближайших окрестностях;
- иметь общие представления о самоконтроле и доврачебной медицинской помощи;
- опасные и ядовитые растения.

Должны уметь:

- передвигаться по дорогам и тропам в составе группы;
- организовывать походный быт, составлять раскладку продуктов для ПВД;
- преодолевать несложные естественные препятствия;
- ориентироваться по карте и компасу на несложном полигоне по спортивному ориентированию;
- оказывать элементарную медицинскую помощь

По окончании 2 года обучения воспитанники **должны знать**:

- порядок оформления ПВД, порядок действий при подготовке к многодневным походам;
- основные сведения по истории Середского края;
- способы преодоления различных естественных препятствий;
- несколько туристских песен;
- основные лекарственные растения, которые можно использовать в походе;
- основные принципы фотографии, репортажной и пейзажной фотосъемки.

Должны уметь:

- передвигаться по дорогам, тропам и пересеченной местности в составе группы;
- организовать походный быт, составлять раскладку продуктов для многодневного похода;
- преодолевать различные естественные и искусственные препятствия, владеть приемами самостраховки;
- знать и уметь правильно применять несколько узлов;
- ориентироваться по карте и компасу, участвовать в соревнованиях по спортивному ориентированию и топографическому ралли;
- составлять описание однодневного похода или паспорта краеведческого объекта;

- оказывать медицинскую помощь, предусмотренную программой;
- делать фоторепортаж и пейзажные фотографии.

По окончании 3 года обучения воспитанники **должны знать:**

- разрядные нормативы спортивного туризма;
- правила подготовки и организации многодневных походов;
- меры безопасности при подготовке и проведении многодневных походов и соревнований;
- правила соревнований по топографии и спортивному ориентированию;
- иметь общие представления об истории Середского края, его географических особенностях, памятниках природы, истории и культуры;
- правила участия в туристских соревнованиях, условия выполнения спортивных туристских разрядов;
- приемы самоконтроля и доврачебной помощи;
- лекарственные, съедобные растения;
- алгоритмы выживания в условиях природной среды.

Должны уметь:

- подготовиться и участвовать в многодневных походах и подводить их итоги;
- ориентироваться на местности и по карте при помощи компаса и без него, выполнять глазомерную съемку пройденного маршрута;
- готовить материалы для участия в краеведческих конференциях;
- оказывать доврачебную медицинскую помощь, владеть приемами самоконтроля;
- различать опасные, применять лекарственные и съедобные растения;
- участвовать в соревнованиях по туристскому многоборью; осуществлять разнообразные технические действия;
- участвовать в простейших поисково-спасательных работах.

Модель выпускника

Профессионально важные качества

- развитая образная зрительная память;
- хороший глазомер, острота зрения;
- физическая и эмоциональная выносливость;
- творческое мышление;
- развитое воображение;
- наблюдательность;
- чувство гармонии и меры;
- эстетический вкус;
- усидчивость, терпение;
- аккуратность.

ВЫПУСКНИК

Социально важные качества

- нравственность;
- патриотизм и гражданственность;
- трудолюбие, ответственность;
- честность.

Социально коммуникативные качества

Умение общаться:

- устанавливать контакт с людьми разного возраста;
- поддерживать беседу и диалог;
- разрешать конфликты;
- быть способным к адаптации в новых жизненных условиях.

Психофизические качества

- здоровый образ жизни;
- активная жизненная позиция.

Условия реализации образовательной программы

Для реализации программы необходимо:

1) материально-технические условия, необходимые для нормальной деятельности обучающихся:

- необходимый картографический материал (спортивные и топографические карты);
- специальное альпинистское снаряжение: страховочные системы (10 шт.), жумары (4 шт.), восьмерки (2 шт.), десантеры (2 шт.), карабины (50шт.), каски (10шт.);
- туристическое снаряжение: палатки (4 шт.), коврики (10 шт.), спальные мешки (10 шт.), рюкзаки (10 шт.), газовые горелки (4 шт.), альпеншток (2 шт.), велорюкзаки (10 шт.);
- оборудование учебного кабинета: компьютер, видеокамера, фотоаппарат

2) организационные условия:

- в 1-й год обучения программа предусматривает 144 учебных часа, занятия проходят по 2 часа 2 раза в неделю;
- во 2-й и последующие годы обучения программа предусматривает 216 учебных часов, занятия проходят по 2 часа 3 раза в неделю;
- наполняемость групп:

1-й год обучения – 12 - 15 человек,

2-3-й год обучения от 8 до 12 человек;

обучение проходит с каждым ребенком или подростком, с учетом его способностей и возможностей, а также в составе группы;

3) организация работы с родителями:

- привлекать родителей к оказанию помощи в ремонте кабинета;
- приглашать родителей на открытые занятия, выставки детского творчества, праздники и другие массовые мероприятия в объединении и Центре детского творчества;
- приглашать родителей в качестве помощников при проведении учебно-тренировочных походов;
- организовать работу родительского комитета - первого помощника педагога;
- разнообразить формы проведения родительских собраний;
- привлекать к работе с родителями специалистов: психологов, социальных педагогов, врачей, педагогов;

4) организация внешней интеграционной деятельности объединения:

- организовать внешнюю интеграционную деятельность с образовательными учреждениями города и района для проведения совместных спортивно-туристических мероприятий и праздников; с туристическими клубами городов и районов области для участия в общих походах, слетах, соревнованиях, матчевых встречах; с Отделом по делам

ГО ЧС Фурмановского муниципального района; с поисково-спасательными формированиями г. Иванова.

Методическое обеспечение образовательной программы:

1) закрепление ЗУН обучающихся осуществляется с помощью метода проекта по социальным заказам образовательных учреждений и организаций Фурмановского муниципального района (проведение спортивных соревнований туристической направленности, привлечение инструкторов клуба в качестве руководителей походов различной степенной сложности).

2) на занятиях используются

а) лекционный материал по разделам:

- туризм;
- спортивное ориентирование;
- краеведение;
- топонимика;
- школа безопасности и выживания;

б) дидактический материал:

- схемы узлов;
- таблицы-схемы по технике различных видов переправ;
- таблицы-схемы по технике страховки и само страховки;
- картографический материал по туризму (топографические карты);
- картографический материал по спортивному ориентированию (учебно-тренировочные карты, карты для соревнований);
- раздаточные карточки «Условные знаки спортивных карт»;
- таблицы-схемы работы на скалодромах;
- картотека населенных пунктов.

Литература для педагога

- 1.1. Единая Всероссийская спортивная классификация (ЕВСК), комментарии туристско-спортивного Союза России (ТССР).
- 1.2. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. – М.: ЦДЮТур МО РФ, 1995.
- 1.3. Энциклопедия туриста. / Под ред. Е. Тамм – М.: Большая Российская энциклопедия, 1993.
- 2. Из истории развития туризма и альпинизма.**
 - 2.1. Спутник альпиниста. - М.: Физкультура и спорт, 1970.
 - 2.2. Туризм в школе. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
- 3. Туристская техника.**
 - 3.1. Берман. Юный турист. - М.: Физкультура и спорт, 1977.
 - 3.2. Волков Н. Спортивные походы в горах. - М.: Физкультура и спорт, 1974.
 - 3.3. Организация и проведение слетов и соревнований по пешеходному туризму: Методические рекомендации. – М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
- 4. Подготовка и проведение похода, организация бивака, приготовление пищи, туристская группа в походе, обеспечение безопасности.**
 - 4.1. Евтушенко А. Организация, подготовка и проведение походов выходного дня: Методическая разработка.
 - 4.2. Попчиковский В. Организация и проведение туристских походов. – М.: Профиздат, 1987.
 - 4.3. Питание в туристском путешествии. – М.: Профиздат, 1987.
 - 4.4. Организация и проведение спортивного туристского похода. – М.: Турист, 1986.
- 5. Топография и ориентирование.**
 - 5.1. Тыкул. В. Спортивное ориентирование. М.: Просвещение, 1990.
 - 5.2. Спортивное ориентирование: Правила соревнований, ЕВСК.
 - 5.3. Куприн. А. Занимательная картография: Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1989.
 - 5.4. Меньчуков А. В мире ориентиров. – М.: Недра, 1986.
- 6. Краеведение.**
 - 6.1. Справочник путешественника и краеведа. / Под ред. С. Обручева. Т. 1-2. – М.: Государственное издательство географической литературы, 1950.
 - 6.2. Беликов Г. Занимательное путешествие – М.: Турист, 1986.
 - 6.3. Работа кружка юных туристов в школе: Методические рекомендации – М.: Турист, 1989.
 - 6.4. Жучкевич В. Общая топонимика. Минск: Вышэйшая школа, 1968.
 - 6.5. Краеведении. / Под ред. А. В. Даринского. - М.: Просвещение, 1987.
 - 6.6. Юньев И. Краеведение и туризм. – М.: Знание, 1974.

Литература для обучающихся

1. Булгаков А. А. Велосипедный туризм для всех. – Москва, Профиздат, 1984.
2. Самодельное туристическое снаряжение. - Москва, ФиС, 1986.
3. Шимановский В. Ф. М.: Переправы вброд через водные преграды. - Москва, ЦРИБ «Турист», 1984.
4. Штюмер Ю. А. Краткий справочник туриста. – Москва, Профиздат, 1984.
5. Штюмер Ю. А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. – Москва, ФиС, 1983.
6. О первых шагах в ориентировании.
7. SURVIVAL.

Тренировка по спортивному туризму



Областные соревнования по спортивному туризму





Учебно-тренировочные и спортивные походы



Областные соревнования по спортивному туризму среди загородных лагерей



Областные соревнования по технике горно-пешеходного туризма в закрытых помещениях



Скалодром. Парк высотных тренажеров



Спортивное ориентирование



Турнавыки. Туристские узлы

