

Аннотация к рабочей программе « Пеший туризм»

Курс состоит из тем – модулей, которые могут в процессе обучения по мере необходимости изменить очерёдность изложения. Курс пешеходного туризма предполагает наличие теоретической и практической части, причём практическая часть является доминирующей. Согласно концепции педагога, при реализации практической и теоретической части, обязательно должен присутствовать анализ степени риска с последующей выработкой способов защиты, так как это является основой безопасности подростков не только в походе, но и в любой критической ситуации.

В процессе обучения стоит обратить внимание на тему «Ориентирование», как наиболее сложную в обучении педагогом и восприятием обучающимися.

После изложения теоретической и практической части материала, большое внимание в учебном процессе отводится самому походу, так как поход является основой закрепления знаний, умений и навыков.

Форма обучения – занятие
Индивидуально-групповое.

Метод обучения:

- а) метод устного изложения;
- б) метод закрепления изучаемого материала;
- в) метод самостоятельной работы детей по осмыслению и усвоению нового материала;
- г) методы проверки и оценки знаний, умений и навыков учащихся, повседневное наблюдений за работой детей.

Условия реализации программы

1. Учебный и научно-методический материал:

- учебные пособия;
- журналы;
- энциклопедии.

2. Дидактический материал:

- плакаты;
- иллюстрированные журналы.

3. Материально-техническое оснащение:

- спортивный зал;
- лес, поляна, трассы;
- репшнурсы, фалы, полиспасты, блоки;
- страховочные средства;
- снаряжение туристское.

Программа рассчитана на обучение и воспитание детей и подростков от 12 до 18 лет.

Количество воспитанников в группах:
группы: 1-го года обучения – 8-10 человек.

2-го и 3-го года обучения – 9 человек.

При необходимости могут формироваться разновозрастные группы.

Время реализации программы – 4 года обучения.

Этапы обучения различаются стоящими задачами, объём получаемой информации и требованиями к качеству её усвоения.

Периодичность занятий:

1-й год обучения – 2 раза в неделю по 4 часа (группы начальной подготовки).
2-й год обучения – 2 раза в неделю по 4 часа (учебно-тренировочные группы).
3-й год обучения – 2 раза в неделю по 4 часа (группы углубленного совершенствования).

На 2-м и 3-м году обучения организуются многодневные категорийные походы с учащимися, имеющие определённые результаты и успехи.

На 1-м году обучения организуются экскурсии, походы однодневные, трёхдневные, выходного дня.

Требование к знаниям и умениям обучающихся.

К концу 1-го года обучения учащиеся должны знать:

- основные причины возникновения опасных ситуаций и правила безопасности в походах выходного дня;
- принцип отбора продуктов питания для туристского похода;
- порядок приготовления пищи на костре;
- требования, предъявляемые к личному и групповому снаряжению;
- понятие карты и условные знаки спортивных карт России, масштаб;
- устройство и правила пользования компасом;
- туристские узлы и обвязки;
- специфику организации питания в туристическом походе, полевом лагере;
- топографические знаки карт России.

К концу 1-го года обучения учащиеся должны уметь:

- укладывать рюкзак для однодневного похода и похода с ночёвкой;
- правильно планировать место бивака и организовать оптимальную последовательность бивачных работ;
- быстро разводить костёр;
- составлять меню для однодневного похода с ночлегом в полевых условиях;
- готовить на костре качественную пищу;

- определять стороны горизонта по компасу, солнцу, местным предметам;
- ориентировать карту при помощи компаса;
- определять азимут на заданные ориентиры;
- устанавливать и снимать палатку, организовать ночлег в палатке.

К концу 2-го года обучения учащиеся должны знать:

- основные приёмы оказания первой до врачебной помощи в полевых условиях;
- приемы профилактики потертостей, наминов;
- способы транспортировки пострадавшего;
- специфику физической подготовки к категорийным многодневным походам;
- виды и способы наблюдений и исследований на маршруте, в полевом лагере;
- способы фиксации результатов наблюдений (дневники, фото-кино-видео съемка, зарисовка);
- основные признаки изменения погоды;
- требования, предъявляемые к личному и групповому снаряжению;
- простейшие способы очистки воды.

К концу 2-го года обучения учащиеся должны уметь:

- передвигаться по лесу с густым подлеском, кустарником, мокрому грунту, травянистым склонам;
- переправляться через реки или заболоченные участки леса;
- оказывать первую доврачебную помощь при: потертостях, порезах, ожогах, обморожениях, заболеваний и травмах, типичных для походных условий;
- ходить в туристском строю, соблюдая установленный темп, интервал и порядок движения;
- вести походный дневник;
- проводить метеорологические исследования;
- рассчитать расход воды в реке;
- переправляться на различных видах переправ;
- определять расстояние по карте и местности;
- определять азимут до предмета на местности и по карте;
- выполнять все элементы 1-го года обучения.

К концу 3-го года обучения учащиеся должны знать:

- способы геометрических измерений на местности;
- таблицы расстояний начала видимости предметов;
- всю краеведческую работу в путешествиях;
- правила подбора, подготовки и эксплуатации снаряжения;
- правила проведения туристских мероприятий;
- нормативные требования по туризму и спортивному ориентированию;
- топографические обозначения;
- символные легенды;
- снаряжение для всех походов, начиная с выходного дня до 2-й категории сложности;

- разновозрастные нагрузки на учащихся в походе первой, второй, третьей категорий сложности.

К концу 3-го года обучения учащиеся должны уметь:

- ориентироваться по местным предметам;
- ориентироваться по небесным светилам;
- определять крутизну склона;
- делать топографическую съёмку местности;
- изображать рельеф на топографических картах;
- использовать подручные средства, вязать узлы, применяемые в туризме;
- проводить спасательные работы;
- выполнять все приемы страховки и самостраховки;
- составлять сметы и приказы на соревнования по туризму;
- наводить переправы.

Оценка результатов обучения детей:

Формировать у детей положительный социальный опыт, умение адаптироваться в жизни, в современном социуме, а также в экстремальных условиях.

1. Дать учащимся основы знания, умения и навыки по туризму.
2. Укрепить здоровье, повысить работоспособность воспитанников, совершенствовать физические и психические качества, необходимые для овладения техникой и тактикой пешеходного туризма.
3. Воспитать у детей положительные качества: стойкость, коммуникативность, взаимовыручку, силу воли, мужество.

Концепция программы: «Обеспечение безопасности – основа процесса обучения туризму».

Гипотеза: «Если в системе, на каждом занятии, в туристском походе, соревнованиях, лагерях работать над формированием у учащихся знаний, умений и навыков, необходимых для ускорения адаптации к условиям среды обитания, а также внутренней готовности к потенциально наиболее опасным видам деятельности, то я подготовлю своих воспитанников к рациональным эффективным психическим и морально обоснованным действиям в чрезвычайных ситуациях».

Возраст детей: 11-16 лет (5-9 класс).

Численность в группе: 8-10 человек.

Возрастные и психологические особенности детей:

С 11 до 15 лет

Ведущая деятельность – общение в системе общественно полезной деятельности, включающей различные её формы: учебную, трудовую, общественную, спортивную и т.д. Во всех формах деятельности подростка наблюдается подчинение своих действий и отношений своеобразному «кодексу» товарищества, на основе которого строится общение со сверстниками. Деятельность общения выступает в качестве своеобразной формы воспроизведения между подростками тех взаимоотношений, которые существует в мире взрослых людей.

Важнейшими психологическими новообразованиями этого возраста являются: стремление к взрослости и самостоятельности, критическое отношение к окружающим людям, формирование способности сознательно подчиняться нормам, принятым в коллективе.

От 15 до 16 лет

Ведущая деятельность – учебно-профессиональная. Для старших школьников учение снова выступает на передний план, но его главной целью становится не простое усвоение знаний и общих теоретических норм, а усвоение основ наук как необходимой базы для будущей профессиональной деятельности. В процессе выполнения учебно-профессиональной деятельности у старших школьников формируются такие психологические новообразования, как самосознание, профессиональные интересы, мировоззрение, установка на выбор определённой профессии.

Ключевые определения:

Азимут, бергштрих, рельеф, контрольный пункт (КП), ориентирование, гидрология, крутизна склона, узлы, обвязка, легенда, маркировка, масштаб карты, ориентир, микрообъект, чтение карты, штрафное время, спортивная карта, топографическая карта, спортивная схема, тренировка ориентировщика, категорийность, многодневный поход, спортивный туризм

Основные принципы программы.

- Гуманистических начал, многообразие и вариативность форм организации жизнедеятельности и образования детей и подростков;
- Приоритета интересов каждого учащегося и учёта его интеллектуальных и психофизических личностных особенностей;
- Непрерывности образования и воспитания;
- Воспитывающего обучения;