«Юные инструкторы туризма»

Название: «Юные инструкторы туризма» (модифицированная, многоуровневая)
Направленность: физкультурно-спортивная
Уровни программы: стартовый (1 год), базовый (2 год), продвинутый (3 год)
Возраст обучающихся: 12–18 лет
Срок реализации: 3 года обучения (по 36 учебных недель в год), объём — 216 часов (по 72 часа в год)
Особенности организации
Организация: программа реализуется МБУ ДО «ЦЭКиТ» г. Зеленогорска; занятия — в кабинете, специализированном спортзале, на местности, в учебно-тренировочных походах, во время туристских мероприятий (слёты, соревнования) и экскурсий. Материально-техническая база центра располагает специализированным оборудованием для туристской деятельности.
Адресат программы: подростки 12–18 лет, интересующиеся туризмом и краеведением; принимаются все желающие без медицинских противопоказаний.
Режим занятий: занятия 1 раз в неделю по 2 часа, учебный час — 45 минут, перерыв — 10 минут. Зачётные походы I и II категории сложности или многодневные мероприятия (лагерь, слёт и т. п.) проводятся вне сетки часов.
Форма обучения: очная (при карантинах и очень низких температурах — с применением дистанционных форм).
Форма организации: на первом и втором годах — групповые занятия, на третьем и четвёртом — индивидуально-групповые, где каждому обучающемуся ставится конкретная задача по уровню подготовки. Обязательное условие освоения программы — практическое участие в подготовке и проведении походов и передача опыта начинающим туристам.
Цель и задачи программы
Цель — создание условий для профессионального самоопределения в области туризма и краеведения.
Специфика программы — в постановке задач на каждый год: 1 год — основы туризма и ориентирования, краеведения, участие в соревнованиях в качестве участника; 2 год — введение в специализацию: начальная инструкторская подготовка, физическая подготовка, соревновательный опыт; 3 год — расширение инструкторских знаний и умений, специальная подготовка, практическая проверка инструкторских навыков: подготовка группы школьников и проведение с ними походов в качестве руководителя группы под контролем инструктора детско-юношеского туризма.
Обучающие:

- сформировать систему знаний о спортивном туризме (маршруты, дистанции), спортивном ориентировании, инструкторской подготовке, первой доврачебной помощи и спасательных работах;
- обучить технике и тактике спортивного туризма и ориентирования;
- расширить знания о родном крае, ознакомить с правилами соревнований по туризму и ориентированию;
- сформировать представления о профессиях, требующих специальных знаний и навыков: спасатель, инструктор туризма, промышленный альпинист, медицинский работник, педагог.

Развивающие:

- развивать двигательную активность и основные физические качества (сила, ловкость, выносливость, гибкость, скорость), координационные и ориентационно-пространственные качества;
- развивать туристские умения и навыки, организаторские способности и навыки судейства соревнований;
- развивать навыки адаптации в изменяющихся условиях.

Воспитательные:

- воспитывать морально-волевые и нравственные качества: силу воли, стремление к высоким результатам, ответственность за свои поступки, заинтересованность в общем успехе, чувство коллективизма;
- сформировать установки на безопасный, активный и здоровый образ жизни.

Содержание: 3 года обучения

1 год (стартовый, 72 ч): азбука туризма (история туризма, обязанности участников, этапы подготовки путешествия, стратегия и тактика похода, разработка маршрута), ориентирование и топография (работа с компасом и картой, ориентирование на местности), основы туристского быта, участие в туристских соревнованиях.

2 год (базовый): туристские путешествия и их роль в воспитании, знакомство с путешественниками и исследователями России (Обручев, Арсеньев, Федосеев), углубление туристской подготовки, начало инструкторской специализации — выполнение обязанностей помощника руководителя при подготовке, проведении похода и подведении итогов.

3 год (продвинутый, 72 ч): туристская подготовка (личное и групповое снаряжение, организация быта, питание, подготовка к походу и подведение его итогов), методика обучения туризму: содержание занятий в туристско-краеведческих объединениях, методы, средства и формы обучения; самостоятельная подготовка и проведение теоретических и практических занятий по темам «Правила движения в походе», «Снаряжение», «Ориентирование на маршруте», «Привалы и ночлеги», проведение классных и школьных соревнований на полосе препятствий, нормативные документы по туризму, организация быта в экстремальных ситуациях, подготовка к походам по видам туризма (пешеходный, водный, лыжный, горный, спелео), разбор причин экстремальных ситуаций, педагогическая практика, практический экзамен — проведение контрольного зачётного похода с группой в качестве руководителя.

Занятия строятся с опорой на межпредметные связи со школьными дисциплинами: ОБЖ, физическая культура, география, биология, экология, физика.

Чему научится ребёнок

Предметные результаты нарастают по годам: базовая техника и тактика спортивного туризма и ориентирования с преодолением дистанций в соответствии с требованиями каждого года обучения; знание особенностей природы родного края (рельеф, климат, растительный и животный мир) с применением знаний при подготовке к походам; на 2 году — пользование специальным снаряжением и туристские традиции коллектива; на 3 году — изготовление снаряжения, расчёт меню и калорийности рациона, работа в связках и группах на полосе препятствий, самостраховка и взаимная страховка; выполнение походных должностей (повар, проводник, краевед, топограф, эколог, гидролог, инструктор, метеоролог, ремонтный мастер, фотограф).

Метапредметные результаты:

- умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, выбирать стратегию поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной, туристской деятельности — в том числе в смоделированных ситуациях, в походе при меняющихся погодных условиях и на маршруте с препятствиями.

Личностные результаты:

- проявление силы воли, ответственности за поступки, заинтересованности в общем успехе — в ситуациях походов и моделируемых педагогом испытаниях;
- установки на безопасный, активный и здоровый образ жизни;
- сформированность профессиональных намерений в соответствии с личными способностями и пригодностью к профессиям туристско-спортивной сферы.

Проверка результатов

Текущий контроль — в течение всего учебного года; **промежуточный** — декабрь и май на 1 – 2 годах обучения, декабрь на 3 году обучения; **итоговый** — май 4-го года обучения. Контроль осуществляется на занятиях, в походах, викторинах, конкурсах, тестах и при

выполнении контрольных нормативов. После каждого года обучения планируется зачётный поход или участие в туристском слете, сборах.