# Аннотация "Туризм"

**Цель программы** – обучение, воспитание, развитие и оздоровление обучающихся в процессе занятий спортивным туризмом, формирование устойчивого интереса к туризму.

# Задачи:

* формирование необходимого комплекса туристских знаний, умений и навыков для безопасного и успешного выступления на соревнованиях, организации походов;
* воспитание морально-волевых качеств, межличностных отношений;
* совершенствование физического и интеллектуального развития школьников;
* укрепление здоровья, формирование здорового образа жизни.

Туристские слёты играют важную роль в формировании личности и всестороннем развитии ребёнка. При выполнении технико-тактических заданий вырабатываются коммуникативные навыки, гибкость и вариативность мышления, умения принимать верные решения в сложных условиях соревновательной деятельности. Туризм обладает большим воспитательным потенциалом: он способствует становлению силы воли, трудолюбия, целеустремлённости, взаимовыручки, ответственности.

Туристские слёты проводятся по одному или нескольким видам спортивного туризма одновременно. В их программу входят соревнования и конкурсы. В зависимости от состава участников соревнования могут проводиться на сложных и простых дистанциях по видам: техника пешеходного туризма, контрольно-туристский маршрут, туристское ориентирование, соревнования по туристским навыкам. Дистанции на соревнованиях состоят из этапов: технически сложных, технически простых, этапов без физической нагрузки, этапов проверки начальных туристских навыков. Туристские слёты позволяют раскрыться и творческим способностям обучающихся. Конкурсная программа выделяется как отдельный вид соревнований. Конкурсы могут быть самыми разнообразными в зависимости от поставленных задач. Например, конкурс туристской и самодеятельной песни, стенгазет, самоделок, фотографий, краеведов и др.

Данная рабочая программа целенаправленно предусматривает туристскую подготовку школьников к туристским слётам, включая все вопросы от технико-тактической подготовки до организации быта и подготовки к конкурсной программе; сориентирована на возрастные группы, предусмотренные положениями по проведению туристских соревнований школьников; рассчитана на педагогов с разным уровнем специальной туристской подготовки.

Содержание программного материала предусматривает ознакомление с основами туризма, ориентирования (топографическая подготовка), краеведения, развитие умений преодолевать препятствия, не требующие специального туристского снаряжения (кочки, гать), препятствия по судейским перилам (параллельная переправа, бревно с перилами, подъём, траверс, спуск), а также укладывать рюкзак, разжигать костёр, ставить палатку, надевать страховочную систему, вязать узлы, оказывать первую медицинскую помощь, пользоваться простыми приёмами ориентирования, преодолевать простые препятствия.

В организации образовательного процесса предусматриваются различные формы проведения занятий, которые помогают сделать учебно-воспитательную деятельность более интенсивной, дифференцированной и гибкой, это: беседы, задания игровой направленности, викторины, соревнования, самостоятельная работа, походы, Но основной формой являются

учебно-тренировочные занятия, в ходе которых умения и навыки должны отрабатываться до автоматизма, чтобы на соревнованиях обучающиеся могли их выполнять технически быстро и правильно.

При проведении занятий рекомендуется применять ***методы****,* направленные:

* на приобретение специальных знаний (показ, идеомоторная тренировка, демонстрация);
* на овладение двигательными умениями и навыками (метод расчленённого и целостного упражнения);
* на совершенствование двигательных навыков и развитие физических качеств (равномерный, повторный, игровой, соревновательный), а также объяснительно- иллюстрационный, репродуктивный, частично-поисковый, проблемный.

# Требования к уровню подготовки обучающихся

**К концу обучения по данной рабочей программе дети должны**

# знать:

* + способы развития основных физических качеств необходимых туристу (сила, выносливость, быстрота);
	+ уровень физической подготовленности и функциональные возможности своего организма;
	+ особенности природных условий родного края;
	+ основные правила поведения в лесу (походе);
	+ как приготовить пищу с использованием природных ресурсов (дичь, рыба, грибы, ягоды, травы);
	+ как вести себя в экстремальной ситуации;
	+ правила проведения соревнований по туризму;
	+ стандартные международные знаки “земля–воздух”.

# уметь:

* + запоминать пройденный путь и пользоваться дорожными знаками;
	+ готовить личное снаряжение в зависимости от сезона;
	+ читать топографическую карту;
	+ ориентироваться на местности без карты (с компасом и без компаса)
	+ выбрать место для привала, оборудовать его простейшими укрытиями от дождя (на случай ночлега под открытым небом);
	+ приготовить пищу на костре;
	+ преодолевать сложные участки пути (бурелом, переправа по бревну, по камням через реку, по кочкам через болото).

# иметь навык:

* + разведения костра в любую погоду;
	+ установки палатки в любых условиях;
	+ оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях и перевязки при несложных ранениях.

.