

АННОТАЦИЯ

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе
«Горизонт»

1. Обучение по программе «Горизонт» позволяет изучать природу родного края, его историю, культуру. Включает в себя туристические походы, путешествия и экскурсии - важное средство воспитания подрастающего поколения. Туристические соревнования имеют своей целью подготовку юных туристов к проведению познавательных безаварийных путешествий. Они направлены на совершенствование физического и умственного развития, приобретение полезных навыков.

2. Направленность – туристско-краеведческая.

3. Цель программы – обучение детей и подростков основам техники туризма, ориентирования и спасательных работ, вовлечение их в краеведческую работу.

4. Задачи программы:

обучающие:

- познакомить с основами техники пешеходного и водного туризма, ориентирования на местности и спортивного ориентирования, оказания первой доврачебной помощи, спасательных работ, транспортировки пострадавшего, поведения в экстремальных условиях, выживания в природной среде,
- сформировать навык организации быта в природных условиях, безопасного поведения во время занятий физическими упражнениями, спортивных туристских походов, соревнований,
- обучать технике страховки и само страховки при выполнении технических приемов,
- расширить знания, полученные в школе в области географии, биологии, экологии, истории,
- познакомить с культурой, бытом, историческим наследием родного края,

- вовлекать обучающихся в краеведческую работу, в том числе поисковую и исследовательскую;

развивающие:

- развивать физическую активность,
- развивать мотивированный интерес к систематическим занятиям спортивным туризмом, спортивным ориентированием, спасательными работами, краеведением,
- развивать техническое мастерство, стремление к улучшению тактических действий,
- развивать стремление к здоровому образу жизни, расширению кругозора, познанию;

воспитательные:

- воспитывать бережное отношение к культурно-историческому и природному наследию родного края, чувство патриотизма,
- воспитывать волевые качества, настойчивость, целеустремленность.

Чувство товарищества, коллективизма и взаимопомощи.

5. Контингент обучающихся – обучающиеся 10-17 лет с возможностью реализации индивидуального образовательного маршрута. В объединение принимаются дети (девочки и мальчики) без специального отбора.

6. Продолжительность реализации программы – 1 год. Программа состоит из двух модулей по 72 часа каждый.

7. Режим занятий: занятия организуются 2 раза в неделю по 2 часа с переменной 10 минут, 144 часа в год.

8. Форма обучения – очная.

9. Краткое содержание. Занятия туризмом и краеведением – это комплексный вид воспитания здорового и закаленного человека, важнейшее средство патриотического воспитания, которое, благодаря своему разнообразию и универсальности, открывает широкие возможности для подготовки маленького гражданина к большой жизни, является школой воспитания коллективизма, дружеского и товарищеского отношения друг к другу,

взаимопомощи, дисциплинированности, самостоятельности, инициативности, трудолюбия, оказывает положительное влияние на психофизиологические функции организма школьников, является возможностью воспитания толерантности в коллективе, расширяет кругозор, обогащает духовную жизнь, представляет собой прекрасное средство познания красоты природы родного края.

10. Ожидаемый результат. Обучающиеся будут:

- Сведения по истории и развитию туризма в России. Виды туризма. Роль туризма в жизни каждого человека. Туристские законы, правила, нормы поведения.
- Виды туристских соревнований, основные правила.
- Характеристики естественных препятствий, правила организации переправ, технику безопасности при занятиях спортивным туризмом на улице, в спортивном зале, в условиях соревнований, в зависимости от сезонных изменений и времени года.
- Состав медицинской аптечки.
- Способы и правила оказания первой доврачебной помощи при ушибах, ожогах, тепловом ударе, обморожении, поражении электрическим током, оказание помощи утопающему.
- Способы транспортировки пострадавшего.
- Гигиенические требования, предъявляемые к занимающимся спортивным туризмом.
- Сведения о строении тела, о значении физических упражнений для укрепления здоровья, о роли закаливания, предупреждения травматизма.
- Правила поведения в природных условиях, в населенных пунктах, при передвижении к местам соревнований, при переездах.
- Состав личного и группового снаряжения, требования, предъявляемые к снаряжению.

- Требования, предъявляемые к месту привала, бивака, организации жизни в полевых условиях
- Виды костров, требования техники безопасности при заготовке дров, работе с открытым огнем, организации питания.
- Список продуктов для похода, требования по их хранению, состав меню.
- Распределение обязанностей в группе.
- Сведения об истории, культурном наследии, климате, флоре и фауне родного края, памятники истории, культуры и природы.
- Историю происхождения названия своего окрестных населенных пунктов и водоемов.
- Известных земляков.
- Топографические знаки, условные обозначения спортивных карт, понятие о масштабе, понятие о рельефе.
- Стороны горизонта, азимут, его определение, понятие «ориентир», компас и его устройство.
- Способы измерения расстояния и высоты по карте и на местности.
- Виды ориентирования, способы ориентирования по естественным ориентирам.
- Порядок действий в случае потери ориентиров.

Дети должны уметь:

- Надевать страховочную систему, использовать страховку и самостраховку, специальное снаряжение при преодолении естественных препятствий по бревну, параллельным перилам, на навесной переправе, при спуске и подъеме.
- Вязать узлы: ткацкий, встречный, проводник «восьмерка», штык, булинь, прямой и др.
- Наводить сопровождение, восстанавливать перила.
- Бухтовать и транспортировать основную веревку.

- Пробегать в снаряжении расстояние, превышающее длину предполагаемой дистанции соревнований в полтора-два раза.
- Участвовать в соревнованиях по спортивному туризму в качестве участника.
- Подбирать состав аптечки.
- Оказывать необходимую доврачебную помощь, уметь обеззаразить воду, измерить пульс, температуру, наложить обеззараживающую повязку, жгут.
- Транспортировать пострадавшего через препятствия с помощью страховочной системы, используя транспортирующую веревку и веревку сопровождения.
- Правильно подобрать одежду и обувь для тренировок, соревнований, похода, в соответствии с обстоятельствами и погодными условиями.
- Применять приемы самоконтроля.
- Научиться основным способам передвижения: бег, прыжки, бег с преодолением различных препятствий.
- Выполнять контрольные нормативы общей физической подготовки.
- Укладывать рюкзак, ухаживать за личным и групповым снаряжением.
- Подобрать состав продуктов для перекусов, похода, поездки на соревнования.
- Выбрать место для бивака, обустроить ночлег, установить палатку, разложить вещи.
- Заготовить дрова, развести костер, вскипятить воду.
- Убрать бивак, оставляя место ночлега в первоначальном виде.
- Сбирать и разбирать байдарку под руководством преподавателя.
- Собрать и систематизировать краеведческий материал, фотографии.
- Определять масштаб по карте, ориентировать карту по компасу и сторонам горизонта, местности, читать карту.
- Измерять и строить азимуты.
- Измерять расстояния и высоты по карте и на местности.

- Находить ориентиры на местности.
- Определять направление аварийного выхода в случае потери местонахождения по местным и природным объектам.
- Пользоваться технической информацией на соревнованиях.
- Участвовать в соревнованиях по спортивному ориентированию.