**Аннотация к ДООП «Основы водного туризма» ПДО Гайнал О.А.**

*1. Цели, задачи ДООП.*

Цель: создание психолого-педагогических условий для социализации учащихся, развития их двигательной, функциональной и познавательной активности, укрепления и сохранения здоровья, повышения спортивного мастерства, всестороннего развития и патриотического воспитания, учащихся через занятия водным туризмом.

Задачи:

Образовательные:

* овладение знаниями, умениями и навыками водного туризма;
* отработка технических и тактических навыков водного туризма на водоемах;
* участие в соревнованиях, походах разного уровня и категорийности;
* овладение навыками оказания первой доврачебной помощи себе и своим товарищам;
* овладение навыками самоконтроля и восстановления после нагрузок.

Развивающие:

* включение учащихся в активную жизнь через освоение программы, возможность приобретения и накопления сенсорного, познавательного, интеллектуального, эмоционально-коммуникативного, социального опыта;
* формирование черт личности, обеспечивающих успешную адаптацию в социуме, любознательность, инициативность, самостоятельность;
* повышение функциональных возможностей организма, компенсация недостаточной двигательной активности, укрепление физического здоровья учащихся;
* закаливание организма, тренировка силы, выносливости, гибкости и координации учащихся.

Воспитательные:

* духовное и нравственное воспитание учащихся, ознакомление их с национальными, культурно-историческими традициями города, страны и спортивными достижениями земляков и соотечественников;
* формирование навыков здорового образа жизни у учащихся, через систематические занятия водным туризмом;
* воспитание учащихся в гармонии с природой, обогащение опыта ненасильственного сосуществования в природе и социуме;
* создание условий для самовыражения и самореализации, позволяющих учащемуся испытать чувство собственной значимости и заслужить одобрение, признание окружающих;
* воспитание у учащихся чувства ответственности за коллектив, укрепление межличностных отношений через уважительное, доброжелательное отношение друг к другу.

*2. Возраст обучающихся по ДООП.*

10-17 лет

*3. Сроки реализации ДООП.*

Данная программа рассчитана на 2 года обучения

*4. Учебно-тематический план ДООП.*

**1 год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|  |  | Всего | Теор | Прак |
| 1 | Российский массовый туризм. | 12 | 12 |  |
| 2 | Туристские возможности родного края для водных путешествий. | 2 | 2 |  |
| 3 | Снаряжение для водного путешествия. | 18 | 18 |  |
| 4 | Питание в водном путешествии. | 2 | 2 |  |
| 5 | Привалы и ночлеги. | 2 | 2 |  |
| 6 | Топография и ориентирование на местности. | 2 | 2 |  |
| 7 | Техника движения. Речная лоция. Естественные и искусственные препятствия. | 14 | 14 |  |
| 8 | Тактика водного путешествия. | 2 | 2 |  |
| 9 | Обеспечение безопасности в водном путешествии. | 12 | 12 |  |
| 10 | Общая физическая подготовка туриста водника | 16 |  | 16 |
| 11 | Специальная физическая подготовка туриста водника | 22 |  | 22 |
| 12 | Гигиена туриста-водника и доврачебная помощь в походе. | 8 | 4 | 4 |
| 13 | Учебно-тренировочные путешествия | 104 |  | 104 |
|  | ИТОГО | 216 |  |  |

**2 год**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование темы | Количество часов | | |
|  | Всего | Теор | Прак |
| 1 | Российский массовый туризм. | 12 | 12 |  |
| 2 | Туристские возможности родного края для водных  путешествий. | 2 | 2 |  |
| 3 | Особенности водного туризма. Подготовка, проведение и подведение итогов путешествия. | 18 | 18 |  |
| 4 | Снаряжение для водного путешествия. | 4 | 4 |  |
| 5 | Привалы и ночлеги. | 2 | 2 |  |
| 6 | Топография и ориентирование на местности. | 2 | 2 |  |
| 7 | Техника движения и преодоления препятствий. | 12 | 12 |  |
| 8 | Тактика водного путешествия. | 12 | 12 |  |
| 9 | Обеспечение безопасности в водном путешествии. | 12 | 12 |  |
| 10 | Доврачебная медицинская помощь. | 12 |  | 12 |
| 11 | Общая физическая подготовка туриста водника | 10 |  | 10 |
| 12 | Специальная физическая подготовка | 10 |  | 10 |
| 13 | Составление отчета о туристском путешествии | 2 |  | 2 |
| 14 | Учебно-тренировочные путешествия | 106 |  | 106 |
|  | ИТОГО | 216 |  |  |

*5. Ожидаемые результаты.*

Результаты работы на каждом этапе определяются степенью освоения практических умений на основе полученных знаний. Критерий успешности определяется результатом участия в соревнованиях, а так же личными зачетными соревнованиями по ориентированию, технике туризма, быту и др. вопросам содержания Программы.

Руководитель отслеживает результаты индивидуального роста.

Для воспитания коллектива группы проводятся конкурсы на лучшее название туристской группы, ее эмблему. Все это способствует созданию дружного сплоченного коллектива.