**Аннотация к ДООП «Спортивный туризм» ПДО Кривченко Е.А.**

*1. Цели, задачи ДООП.*

Цель: сформировать у подростка стремление к воспитанию в себе лучших человеческих качеств, используя возможности спортивной командной деятельности в сложных условиях.

Задачи:

*Воспитательные*

-воспитывать любовь и бережное отношение к окружающей природе, своему здоровью;

- создать коллектив, в котором совместная деятельность и общение строятся на основе добра и взаимоуважении;

- помочь понять, какие качества ценятся в людях;

- помочь развить свои лучшие качества;

- сформировать стремление самоутвердиться в коллективе через достижения лучших результатов в совместной деятельности;

*Развивающие*

- развить интерес к ценностям культуры, к познанию неведомого, тем самым расширить возможность для индивидуального выбора жизненного пути;

- способствовать укреплению здоровья детей, их физическому развитию, уверенности в своих силах;

-развить коммуникативные навыки;

*Обучающие*

- обучить основам техники и тактики по видам туризма;

- обучить ориентированию на местности с картой и без карты;

- научить оказывать первую медицинскую помощь;

- обучить техническим приемам прохождения препятствий в походах и дистанций соревнований;

- научить решать тактические задачи по прохождению маршрута и дистанций;

- научить разрабатывать маршруты походов, оформлять маршрутные документы, составлять отчеты о походах;

- обучить технике спасательных работ;

- обучить основам поведения человека в природе и взаимоотношений с ней.

*2. Возраст обучающихся по ДООП.*

8-18 лет

*3. Сроки реализации ДООП.*

Данная программа рассчитана на 3 года обучения

*4. Учебно-тематический план ДООП.*

1 год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела, темы | Кол-во часов всего | Количество часов |
| теория | практика |
| 1 | **Вводное занятие** | 2 | 1 | 1 |
|  | I.**Спортивный туризм** |
| 1.1 | Спортивный туризм. Дисциплина-маршрут. Пешеходный туризм. | 44 | 4 | 40 |
| 3 | Спортивный туризм. Дисциплина-маршрут. Лыжный туризм. | 38 | 4 | 34 |
| 4 | Спортивный туризм. Дисциплина- дистанция-пешеходная | 48 | 4 | 44 |
| 5 | Спортивный туризм. Дисциплина- дистанция-лыжная | 36 | 2 | 34 |
|  | II.**Основы топографии и ориентирование** |
| 6 | Топография и спортивное ориентирование | 26 | 6 | 20 |
|  | ***III.* Основы гигиены и первая доврачебная помощь** |
| 7 | Доврачебная помощь | 12 | 6 | 6 |
|  | IV. **Основы тур. техники** |
| 8 | Специальная подготовка | 50 |  | 50 |
|  | V.**Краеведение** |
| 9 | Краеведение | 16 | 6 | 10 |
|  | VI.**Физическая подготовка туриста** |
| 10 | ОФП | 42 |  | 42 |
| 11 | Контрольные занятия | 10 |  | 10 |
| 12 | Итоговое занятие | 2 | 1 | 1 |
|  | **итого** | **324** | **33** | **291** |

2 год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела, темы | Кол-во часов всего | Количество часов |
| теория | практика |
| 1 | Вводное занятие | 3 | 1 | 2 |
|  | I.**Спортивный туризм** |
| 2 | Спортивный туризм. Дисциплина-маршрут. Пешеходный туризм. | 36 | 4 | 32 |
| 3 | Спортивный туризм. Дисциплина-маршрут. Лыжный туризм. | 30 | 4 | 26 |
| 4 | Спортивный туризм. Дисциплина- дистанция-пешеходная | 36 | 4 | 32 |
| 5 | Спортивный туризм. Дисциплина- дистанция-лыжная | 30 | 4 | 26 |
|  | II.**Основы топографии и ориентирование** |
| 6 | Топография и спортивное ориентирование | 33 | 3 | 30 |
|  | ***III.* Основы гигиены и первая доврачебная помощь** |
| 7 | Доврачебная помощь | 24 | 6 | 18 |
|  | IV. **Основы тур. техники** |
| 8 | Специальная подготовка | 60 |  | 60 |
|  | V.**Краеведение** |
| 9 | Краеведение | 30 | 6 | 24 |
|  | VI.**Физическая подготовка туриста** |
| 10 | ОФП | 30 |  | 30 |
| 11 | Контрольные занятия | 9 |  | 9 |
| 12 | Итоговое занятие | 3 | 1 | 2 |
|  | **итого** | **324** | **33** | **291** |

3 год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование раздела, темы | Кол-во часов всего | Количество часов |
| теория | практика |
| 1 | Вводное занятие | 3 | 1 | 2 |
|  | I.**Спортивный туризм** |
| 2 | Спортивный туризм. Дисциплина-маршрут | 27 | 3 | 24 |
| 3 | Спортивный туризм. Дисциплина-пешеходная дистанция | 39 | 4 | 35 |
|  | II. **Лыжная подготовка** |
| 4 | Спортивный туризм. Дисциплина-лыжная дистанция | 39 | 4 | 35 |
|  | **III.Краеведение** |
| 5 | Краеведение | 36 | 4 | 32 |
|  | **IV. Основы судейства** |
| 6 | Судейская подготовка | 24 | 6 | 18 |
|  | V. **Основы тур. техники** |
| 7 | Специальная подготовка | 90 |  | 90 |
|  | **VI.Основы гигиены и первая доврачебная помощь** |
| 8 | Доврачебная помощь | 24 | 4 | 20 |
|  | VI.**Физическая подготовка туриста** |
| 9 | ОФП | 30 |  | 30 |
| 10 | Контрольные занятия | 9 |  | 9 |
| 11 | Итоговое занятие | 3 | 1 | 2 |
|  | **итого** | **324** | **27** | **297** |

*5. Ожидаемые результаты.*

1год обучения

Знать:

- правила поведения в ЦВР, общественных местах, транспорте;

- правила охраны труда во время учебных занятий;

- правила проведения соревнований по спортивному туризму на пешеходных дистанциях;

- правила выполнения технических приемов при прохождении этапов дистанций по спортивному туризму;

- основы топографии и ориентирования;

- состав медицинской аптечки для походов выходного дня.

Уметь:

- подбирать походную экипировку и снаряжение;

- организовывать быт в походных условиях;

- ориентироваться на местности;

- оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях;

- преодолевать препятствия в походах;

- выполнять технические приёмы прохождению этапов дистанций по спортивному туризму.

Развиты и сформированы:

- навыки действий в малой группе;

- умения самостоятельно выстраивать план своих действий в определенных условиях;

- способности для применений знаний и умений в учебной и повседневной деятельности;

Конечный результат – выполнение 3 юношеского разряда по спортивному туризму.

2 год обучения:

Знать:

- особенности пешеходного туризма;

- особенности лыжного туризма;

- правила проведения и регламент соревнований по спортивному туризму на лыжных дистанциях;

- виды соревнований по спортивному ориентированию;

- условные знаки топографических и спортивных карт;

- классификацию дистанции в закрытых помещениях;

- правила оказания доврачебной помощи при травмах;

- меры реанимации.

Уметь:

- подбирать походную экипировку и снаряжение;

- оформлять походные документы;

- организовывать быт в походе в зимних условиях;

- преодолевать препятствия в лыжных походах;

- проходить дистанцию по спортивному туризму и спортивному ориентированию;

- ориентироваться на местности по карте и GPS;

- оказывать первую медицинскую помощь при заболеваниях, проводить меры реанимации;

Развиты и сформированы:

- навыки организации походного быта в группе;

- интересы к спортивно-туристской деятельности;

-позитивное отношение к коллективному, командному взаимодействию;

- бережное отношение к окружающей природе.

Конечный результат –выполнение 2-го,1-го юношеского разряда по спортивному туризму.

3 год обучения:

Знать:

- разрядные требования;

- состав главной судейской коллегии, права и обязанности судей;

-методику судейства этапов на соревнованиях по спортивному туризму;

-калорийность продуктов;

- действия туристской группы на лавиноопасных участках.

Уметь:

- разрабатывать походные маршруты;

- организовывать зимние ночевки вне зоны леса;

- планировать тактику прохождения маршрута;

-планировать и оборудовать дистанции по спортивному туризму;

- самостоятельно готовиться к походам и соревнованиям;

- работать на соревнованиях в качестве судей этапов.

Развиты и сформированы:

-общие навыки организации жизни малого коллектива в условиях повышенной сложности;

- самостоятельные суждения о человеке, его возможностях, личностных качеств;

- представления о возможностях применения в жизненных ситуациях своих умений и навыков;

- устойчивые интересы к здоровому образу жизни.

Конечный результат- выполнение взрослого разряда по спортивному туризму.