|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНА:на заседании педагогического совета КГБУ ДО «АКЦДОТиК «Алтай» |  | УТВЕРЖДЕНА:приказом КГБУ ДО «АКЦДОТиК «Алтай»от 07.06.2021 № 176 |
| Протокол от 31.05.2021 № 4 |  |  |
|  |  |  |



**Аннотация к ДООП «Юные туристы-многоборцы» ПДО**

**Соловьева Т.Г.**

*1. Цели, задачи ДООП.*

Целью данной программы является обучение, воспитание, развитие и оздоровление детей в процессе занятий туристским многоборьем, фор-мирование всесторонней гармонично развитой личности.

Задачи:

Создание условий для формирования знаний, умений по туристскому многоборью, необходимых туристских навыков.

Развивающие:

* способствовать раскрытию и развитию творческих способностей;
* способствовать стремлению к самообразованию,
* доступу к огромному массиву информационных источников для получения новых знаний.

Личностные:

* способствовать саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
* способствовать формированию основ российской гражданской идентичности, формированию чувства гордости за свою Родину;
* развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
* развитие навыков сотрудничества;
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

 Метапредметные:

* развитие умений определять способы действий в рамках предложенных условий и требований;
* формирование навыков планирования, контроля и оценивания своих действий;
* развитие компетентности в области использования дистанционных технологий.

Предметные:

* формирование знаний, умений по туристскому многоборью, необходимых туристских навыков по технике туризма, основ туристско-краеведческой деятельности;
* формирование знаний и умений ориентирования, поисково – спасательных работ.

 *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

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Раздел, тема программы | Количество часов | Форма контроля |
|  |  | Всего | Теория | Практика |
|  | Вводное занятие. | 2 | 2 |  | Анкетирование  |
| 1. | **Введение** | 67 | 11 | 56 | Беседа Тестирование,  |
| 1.1 | Значение туризма | 2 | 1 | 1 | Беседа  |
| 1.2 | Воспитательная роль туризма | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 1.3. | Правила поведения туристов- многоборцев и техника безопасности на занятиях | 5 | 1 | 4 | Тестирование, |
| 2. | Основы туристского многоборья | 2 | 2 |  | Беседа |
| 2.1. | Виды спортивного туризма | 1 | 1 | - | Опрос |
| 2.2. | Нормативные документы по туристскому многоборью | 1 | 1 |  | Беседа |
| 2.3. | Личное снаряжение туриста-многоборца | 2 | 1 | 1 | Опрос,  |
| 2.4. | Групповое снаряжение туриста-многоборца | 2 | 1 | 1 | Беседа, опрос |
| 2.5. | Технико-тактическая подготовка к виду «Личная техника пешеходного туризма (ТПТ)» | 10 | 2 |  8 | Опрос, беседа, зачет Выполнение практического задания |
| 2.6. | Технико-тактическая подготовка к виду «Командная техника пешеходного туризма (ТПТ) | 10 | 2 | 8 | Опрос, беседа, зачет Выполнение практического задания |
| 2.7. | Технико-тактическая подготовка к виду «Контрольно-туристский маршрут (КТМ)» | 10 | 2 | 8 | Опрос, беседа, зачет Выполнение практического задания |
| 2.8. | Туристские слеты и соревнования | 20 | 1 |  | Участие в соревнованиях, выполнение нормативов |
| 3.  | **Ориентирование на местности** | **38** | **6** | **32** | Зачет, участие в соревнованиях |
| **3.1.** | Краткие сведения о спортивном ориентировании | 3 | 1 | 2 | Опрос |
| 3.2. | Виды ориентирования, правила соревнований | 3 | 1 | 2 | Беседа |
| 3.3. | Топографическая подготовка | 5 | 1 | 4 | Тестирование,  |
| 3.4. | Техника ориентирования | 5 | 1 | 4 | Беседа |
| 3.5. | Тактика ориентирования | 5 | 1 | 4 | Выполнение практического задания |
| 3.6. | Соревнования по спортивному ориентированию | 17 | 1 | 16 | Участие в соревнованиях, |
| 4.  | **Основы гигиены и первая** | **8** | **4** | **4** | Беседа, опрос,  |
| 4.1. | Личная гигиена туриста, на занятиях и соревнованиях и в походе | 2 | 1 | 1 | Беседа |
| 4.2. | Походная медицинская аптечка | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 4.3. | Основные приемы оказания первой доврачебной помощи | 4 | 2 | 2 | Выполнение практического задания |
|  **5.**  | **Общая и специальная физическая подготовка** | **66** | **4** | **62** | Зачет  |
| 5.1. | Строение и функции организма человека, влияние физических упражнений на укрепление здоровья. | 1 | 1 |  | Беседа |
| 5.2. | Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивного травматизма | 2 | **1** | 1 | Опрос |
| 5.3. | Общая физическая подготовка | 38 | 2 | 36 | Зачет |
| 5.4. | Специальная физическая подготовка | 23 | **1** | 22 | Выполнение практического задания |
| **6.**  | **Организация** и **проведение походов** | **23** | **7** | **70** |  |
| 6.1. | Подготовка к походу | 2 | 1 | 1 | Беседа |
| 6.2. | Краеведение | 5 | 1 | 4 | Беседа, тестирование |
| 6.3. | Организация туристского быта |  |  |  | Выполнение практического задания |
| 6.4. | Питание в туристском походе | 5 | **1** | **4** | Беседа |
| 6.5. | Туристские должности в группе | 2 | 1 | 1 | Опрос |
| 6.6. | Правила движения в походе | 2 | 1 | 1 | Беседа |
| 6.7 | Подведение итогов похода |  |  |  | Отчет |
|  | Итого за период обучения | 216 | 35 | 181 |  |

2 год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Содержание | Количествово часов | Формы промежуточной аттестации и контроля |
|  всего | теория | практика |
| **1. Туристское многоборье как вид спорта** |
| 1.1. | Вводное занятиеОбзор программы, тестирование, ТБ на занятиях, противопожарная безопасность. Туристское многоборье как вид спорта | 3 | 3 | - | Устный опрос |
| 1.2. | Нормативные документы по туристскому многоборью | 3 | 1 | 2 | Устный опрос |
| 1.3. | Техника безопасности и правила поведения туристов-многоборцев на занятиях | 3 | 1 | 2 | Устный опрос |
| 1.4. | Личное снаряжение туриста-многоборца | 3 | 1 | 2 | Устный опрос |
| 1.5. | Групповое снаряжение туриста-многоборца | 3 | 1 | 2 | Устный опрос |
| 1.6. | Технико-тактическая подготовка к виду «Личная техника пешеходного туризма (ТПТ)» | 18 | 1 | 17 | Анализ действийучащихся |
| 1.7. | Технико-тактическая подготовка к виду «Командная техника пешеходного туризма (ТПТ) | 21 |  | 21 | Анализ действийучащихся |
| 1.8. | Технико-тактическая подготовка к виду «Контрольно-туристский маршрут (КТМ)» | 21 | 1 | 20 | Анализ действийучащихся |
| 1.9 | Туристские слеты и соревнования | 18 | 1 | 17 | Анализ действийучащихся |
|  |  | **93**  | **10** | **83** |  |
| 2 **Ориентирование на местности** |
| **2.1.** | Краткие сведения о спортивном ориентировании | 6 | 2 | 4 | Устный опрос |
| 2.2.  | Условные знаки спортивных карт | 6 |  | 6 | Устный опрос |
| 2.3. | Техника ориентирования | 9 |  | 9 | Устный опрос |
| 2.4. | Тактика ориентирования | 9 |  | 9 | Устный опрос |
| 2.5. | Соревнования по спортивному ориентированию | 18 | 6 |  12 | Анализ действийучащихся |
|  |  | **48** | **8** | **40** |  |
| 3. **Основы гигиены и первая доврачебная помощь** |
| **3.1.** | Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний и травм на занятиях и соревнованиях по туристскому многоборью,  | 6 | 1 | 5 | Устный опрос |
| 3.2.  | Основные приемы оказания первой доврачебной помощи | 12 |  | 12 | Анализ действийучащихся |
| 3.3. | Приемы транспортировки пострадавшего | 6 |  | 6 | Анализ действийучащихся |
|  |  | **24** | **1** | **23** |  |
|  **4 Общая и специальная физическая подготовка** |
| 4.1. | Строение и функции организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, работоспособность | 6 | 1 | 5 | Устный опрос |
| 4.2. | Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивного травматизма | 6 | 2 | 4 | Устный опрос |
| 4.3. | Общая физическая подготовка | **48** | - | 48 | тестирование |
| 4.4. | Специальная физическая подготовка | **57** | - | 57 | тестирование |
|  |  | **117** | **3** | **114** |  |
| **5. Организация и проведение походов** |
| 5.1. | Подготовка к походу | 6 |  | 6 | Устный опрос |
| 5.2. | Краеведение | 9 | 2 | 7 | Устный опрос |
| 5.3. | Организация туристского быта | 12 | 2 | 10 | Устный опрос |
| 5.4. | Питание в туристском походе | 9 | 1 | 8 | Устный опрос |
| 5.5. | Подведение итогов похода | 6 |  | 6 | Устный опрос |
|  |  | **45** | 5 | 39 |  |
|  | **Итого за период обучения:** | 324 | 27 | 297 |  |

3 год

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №пп | Названиеразделов и тем | Количество часов  | Форма контроля |
| Всего | теория | практика |
|  | Вводное занятие Инструктаж по ТБ | 3 | 3 |  | Устный опрос |
| **1** | Туристское многоборье  | 129 | 30 | 99 | Зачет, участие в соревнованиях |
| 1.1.  | Нормативные документы по туристскому многоборью | **6** | 6 |  | Обсуждение. Опрос. |
| 1.2.  | Техника безопасности и правила поведения | **6** | 6 |  | Обсуждение. Опрос. |
| 1.3. | Личное снаряжение туриста-многоборца | **6** | 3 | 3 | Обсуждение. Опрос. Практическое задание. |
| 1.4. | Групповое снаряжение туриста-многоборца | **9** | 3 | 6 | Практическое задание. |
| 1.5. | Технико-тактическая подготовка вида Личная техника пешеходного туризма» | **18** | 3 | 15 | Устный опрос.Решение ситуационных задач. Зачет |
| 1.6. | Технико-тактическая подготовка вида Командная техника пешеходного туризма | **24** | 3 | 21 | Устный опрос.Решение ситуационных задач. Зачет. |
| 1.7. | Технико-тактическая подготовка вида «Контрольно-туристский маршрут (КТМ)» | **24** | 6 | 18 | Решение ситуационных задач. Зачет. |
| 1.8. | Технико-тактическая подготовка вида «Поисково-спасательные работы (ПСР)» | **21** | 6 | 15 | Решение ситуационных задачВыполнение практических заданий |
| 1.9. | Туристские слеты и соревнования | **30** | 3 | 27 | Участие в соревнованиях |
| **2** | Ориентирование на местности  | **30** | 12 | 18 | Тестирование |
| 2.1 | Спортивное ориентирования | **12** | 3 | 9 | Устный опрос |
| 2.2.  | Условные знаки спортивных карт  | **6** | 3 | 3 | Зачет |
| 2.3.  | Техника ориентирования | **9** | 3 | 6 | Выполнение практических заданий |
| 2.4. | Тактика ориентирования | **12** | 3 | 9 | Решение ситуационных задач |
| 2.5. | Соревнования по спортивному ориентированию | **12** | 3 | 9 | Участие в соревнованиях |
| **3** | Основы гигиены и первая доврачебная помощь | **21** | 6 | 15 |  |
| 3.1. | Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний в походе | 6 | 3 | 3 | Опрос. Решение ситуационных задач |
| 3.2. | Походная медицинская аптечка | **6** | 3 | 3 | Решение ситуационных задач |
| 3.3. | Личная гигиена туриста, профилактика заболеваний в походе | **6** |  | 6 | Обсуждение, устный опрос |
| 3.4. | Приемы транспортировки пострадавшего |  |  |  | Выполнение практического задания |
| **4** | Организация и проведение походов | **39** | 12 | 27 | Обсуждение, устный опрос |
| 4.1. | Подготовка к походу | 6 | 3 | 3 | Обсуждение, устный опрос |
| 4.2 | Краеведение  | 12 | 3 | 9 | Тестирование |
| 4.3. | Организация туристского быта | 9 | 3 | 6 | Решение ситуационных задач |
| 4.4. | Питание в туристском походе | 6 | 3 | 3 | Обсуждение, устный опрос |
| 4.5. | Подведение итогов похода | 6 |  | 6 | Выполнение практического задания |
| **5** | Общая и специальная физическая подготовка | 51 | 6 | 45 | Зачет нормативов  |
| 5.1. | Строение и функции организма человека и влияние физических упражнений на укрепление здоровья, повышение работоспособности | 3 | 3 |  |  |
| 5.2. | Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивного травматизма | 3 | 3 |  |  |
| 5.3. | Общая и специальная физическая подготовка | 24 |  | 24 |  |
| 5.4. | Специальная физическая подготовка | 27 |  | 27 |  |
|  | Итого за период обучения  | **324** | 66 | 258 |  |

*5. Ожидаемые результаты.*

Ожидаемым результатом реализации программы стартового уровня

является формирование у обучающихся:

* ценностно-смысловых компетенций: умение осуществлять поиск необходимых материалов при изучении района похода;
* учебно-познавательных компетенций: умение выступать устно и составлять письменный краткий отчёт о своей деятельности;
* социокультурных компетенций: владеть культурными нормами и традициями родного края; владеть навыками по подготовке к походу, выполнения различных должностей в походе;
* коммуникативных компетенций: умение совместно выполнять поручения в микрогруппах; умение выступать с устным сообщением, задавать вопросы, корректно вести диалог; владеть навыками выступлений с сообщениями в группе или перед незнакомой аудиторией;
* информационных компетенций: владеть навыками работы с источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, Интернетом;
* природоведческих и здоровьесберегающих компетенций: знать и применять правила юных туристов, основные правила поведения в природной среде;
* знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о личной безопасности;

Ожидаемым результатом реализации программы базового уровня является формирование у обучающихся в области:

* ценностно-смысловых компетенций: умение осуществлять исследовательскую деятельность;
* учебно-познавательных компетенций: умение составлять план, определять цель и организовывать процесс её достижения; умение выступать с результатами своей деятельности.
* социокультурных компетенций: уметь определять свое место и роль, систему взаимоотношения в туристском объединении; владеть культурными нормами и традициями родного края, России; иметь представление о системе социальных норм и ценностей в России; иметь представление о принципах жизнедеятельности обществе;
* коммуникативных компетенций: владеть способами совместной деятельности в группе и владеть способами взаимодействия с окружающими, уметь задать вопрос, корректно вести диалог;
* владеть навыками выступлений с сообщениями.
* информационных компетенций:
* владеть навыками работы Интернетом для самостоятельного поиска информации, систематизировать, анализировать и отбирать необходимую для решения учебных задач; преобразовывать, сохранять и передавать ее;
* природоведческих и здоровье сберегающих компетенций:
* знать и применять правила поведения в природной, техногенной и социальной средах;
* знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной и общественной безопасности;

После завершения базового уровня обучения знать и уметь:

* Знать топографические знаки, уметь их классифицировать и наносить на карту в соответствии с видами местности на заданных картинках и фотографиях
* Уметь ориентироваться по различным видам спортивного ориентирования
* Знать турузлы, уметь их вязать, отличать по назначению
* Уметь преодолевать препятствия: подъем, спуск на схватывающем узле, «бабочка» с помощью страховки усом с карабином к основным перилам
* Уметь преодолевать бревно без самонаведения.
* Уметь преодолевать траверс склона с перестежкой.

После завершения продвинутого уровня обучения знать и уметь:

Знать: правила организации и проведения туристских соревнований.

Разрядные требования по спортивному туризму.

Владеть навыками выполнения краеведческих заданий на маршруте, изучения краеведческих объектов.

Уметь решать ситуационные теоретические и практические задачи по транспортировке пострадавшего в сложных условиях, по организации ПСР в загазованных помещениях, укладываясь в контрольное время без штрафов.

Уметь применять знания особенностей преодоления препятствий: навесная переправа, подъем-спуск, переправа вброд с шестом, стенкой

Уметь проходить все эти препятствия, разрабатывая тактику и стратегию прохождения, без штрафов, укладываясь в контрольное время.