

## **ДООП «Спортивный туризм «Спортивное совершенствование»**

**Составитель:** Хабло Г.К., педагог дополнительного образования.

**Направленность:** туристско-краеведческая направленность.

**Уровень усвоения:** продвинутый

**Форма обучения по ДООП:** очная, сетевая

**Полный срок реализации программы:** 3 год обучения

**Объём реализации программы:** 1512 часов

**Адресат программы:** учащиеся 13–18 лет, (требуется справка врача о допуске к данному виду спорта).

**Актуальность:** занятия туризмом и спортивным ориентированием представляют собой эффективное средство повышения двигательной активности, физического оздоровления и совершенствования учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни.

Занятия помогают совершенствовать волевые качества характера, необходимые для быстрых и уверенных действий в сложных ситуациях - самообладание, смелость, решительность.

**Цель программы:** самореализация обучающихся в области физической культуры и здоровья, формирование допрофессиональных компетенций в области туристской деятельности, посредством освоения специализированных навыков, участия в соревнованиях по данному направлению деятельности.

**Задачи программы:**

**Предметные:**

- повысить уровень физической и функциональной подготовленности обучающихся;

- углубить знания, развить умения и навыки в области спортивного туризма, спортивного ориентирования, инструкторской подготовки и судейской практики обучающихся.

**Личностные:**

- расширить соревновательный опыт обучающихся;

- способствовать развитию функциональной грамотности обучающихся на занятиях спортом;

- способствовать воспитанию основных черт спортивного характера (волевые качества, целеустремленность, настойчивость и др.);

- способствовать духовно-нравственному и культурно-историческому развитию обучающихся.

**Метапредметные:**

- сформировать у обучающихся потребность к самоподготовке и самореализации;

- способствовать профилактике школьной неуспешности;

- сформировать у обучающихся потребность в передаче знаний, умений, навыков.

Программа разработана с учетом следующих нормативных документов и локальных актов:

1. Федеральный Закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – ФЗ);
2. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27.07.2022 г. № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;
3. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020 г. N 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
4. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022г. № 678-р «Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года»;
5. Приказ Министерства образования и науки РФ и министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
6. Приказа Министерства труда и социальной защиты РФ от 22.09.2021г. № 652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых»;
7. Приказ Министерства образования и науки РФ и Министерства просвещения РФ от 05.08.2020 г. № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ»;
8. Устав краевого государственного автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Центр развития творчества детей (Региональный модельный центр дополнительного образования детей Хабаровского края)»;
9. Приказ КГАОУ ДО РМЦ от 26.05.2023 № 218П «Об утверждении Положения о дополнительной общеобразовательной программе в Хабаровском крае».

**Программа предусматривает следующие результаты, достижения учащихся за период реализации программы.**

**Предметные**

Обучающийся узнает:

- состав личного и группового снаряжения для водных, спелео, пешеходных и горных походов;
- способы преодоления препятствий;
- технику и тактику преодоления препятствий;
- способы и виды ориентирования;
- историю своего края;
- правила соревнований по виду спорта «спортивный туризм» и «спортивное ориентирование»;

- правила организации соревнований по спортивному туризму, спортивному ориентированию;

Обучающийся научится:

- комплектовать личное и групповое снаряжение для различных видов многодневных походов, совершенствовать имеющееся снаряжение;
- преодолевать препятствия с наведением перил на дистанциях 3 и 4 класса, организовывать командную страховку и самостраховку;
- пользоваться самостраховкой;
- передвигаться по горизонтальным и вертикальным перилам;
- читать карту во время движения по дистанции ориентирования и туризма на высокой скорости;
- разрабатывать маршрут путешествия;
- составлять план подготовки к соревнованиям на основании «Положения о соревнованиях» и «Технической информации»;
- прорабатывать тактический план прохождения дистанции.

### **Личностные**

Обучающийся научится:

- сотрудничать с товарищами в процессе совместной деятельности, соотносить свою часть работы с общим замыслом.

У обучающегося сформированы:

- опыт межличностных отношений;
- устойчивый познавательный интерес, к творческой деятельности, к занятиям;
- осознание необходимости личного участия в формировании собственного здоровья;
- морально-этические и волевые качества;
- коммуникативные навыки, адаптация в коллективе.

### **Метапредметные**

*Коммуникативные УУД:*

- умение владеть способами взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- умеет работать в команде: находит компромиссы, разрешает конфликты;
- умеет вступать в контакт и поддерживать его.

*Познавательные УУД:*

- умеет обобщать и делать выводы;
- умеет анализировать свою деятельность;
- умеет подбирать информацию и работать с ней.

*Регулятивные УУД:*

- соблюдает правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;
- умеет ставить цель и организовать её достижение;
- владеет основами самоконтроля и самооценки;
- умеет оценивать правильность выполнения действий, находить ошибки и исправлять их;
- умеет взаимодействовать в парной и групповой работе при выполнении задания.

### **Количественные результаты освоения программы**

- участие не менее 50% учащихся в спортивных мероприятиях краевого, всероссийского уровней;

- по итогам 1 года обучения: включение не менее 50 % учащихся в число победителей и призёров массовых мероприятий, муниципального и регионального уровня; выполнение нормативов 1 разряда и КМС – не менее 30%;

- по итогам 2 года обучения: включение не менее 70 % учащихся в число победителей и призёров массовых мероприятий, муниципального и регионального уровня; выполнение нормативов 1 разряда и КМС – не менее 50%, участие в категорийных походах по видам туризма (пешеходные, водные) – не менее 80%;

- по итогам 3 года обучения: включение не менее 80 % учащихся в число победителей и призёров массовых мероприятий, муниципального и регионального уровня; выполнение нормативов 1 разряда и КМС – не менее 70%, участие в категорийных походах по видам туризма (пешеходные, водные) – 100%.

Форма представления результата: сдача нормативов, участие в соревнованиях.