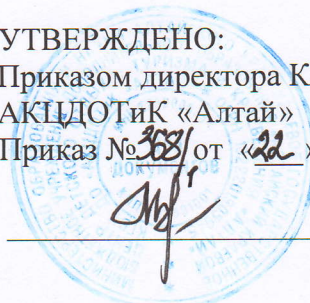


Краевое государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования «Алтайский краевой центр детского
отдыха, туризма и краеведения «Алтай»»

ПРИНЯТО:
на заседании педагогического
совета КГБУ ДО АКЦДОТик «Алтай»
Протокол № 01 от «10» 09 2017 г.

УТВЕРЖДЕНО:
Приказом директора КГБУ ДО
АКЦДОТик «Алтай»
Приказ № 368/1 от «22» 09 2017 г.



Н. В. Молчанова

**Элективный курс
«Юный водник»**

Направленность туристско-краеведческая
Адресована обучающимся от 12 до 18 лет.
Срок реализации 12 часов.

Автор-составитель:
Бейберетов С.В.

педагог дополнительного
образования

г. Барнаул 2017

Пояснительная записка.

Актуальность. Туристская деятельность во всех её формах способствует всестороннему развитию личности ребенка, она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует изучению Родины, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

Вовлечение обучающихся в туристско-краеведческую, туристско-инструкторскую деятельность позволяет педагогу решать одновременно, в комплексе, вопросы обучения, воспитания, оздоровления, профессиональной ориентации и социальной адаптации подростков, формирования навыков здорового образа жизни и безопасности жизнедеятельности.

С учетом стремительного развития активного туризма в Алтайском крае, и нехваткой профессиональных туристских кадров, курс будет актуален для нашего региона.

Педагогическую целесообразность. Краеведческий подход к преподаванию ряда предметов успешно используется в образовательном процессе и в наши дни. Занятия туризмом, краеведением предполагают погружение обучающихся во многие области знаний как общеобразовательного цикла (история, география, геология и др.), так и дополнительного образования. Данный курс позволяет педагогу поспособствовать у обучающихся профессиональной ориентации, в сфере туризма.

Адресат программы. Курс рассчитан на 12 часов обучения и адресована обучающимся в возрасте 12-18 лет, что соответствует сложившейся практике обучения в учреждениях дополнительного образования детей туристско-краеведческой направленности.

Отличительные особенности – курс практико-ориентированный, даёт представление обучающимся о специфике водного туризма и рафтинга, использовании приобретаемых навыков в будущих профессиях.

Цель: физическое развитие личности обучающихся через занятия туристско-спортивной деятельностью.

Задачи

обучающие:

расширить представления обучающихся о туризме, его видах, возможностях для здорового образа жизни;

обучить техническим элементам и приемам спортивного туризма;

обучить основным туристским навыкам;

развивающие:

способствовать гармоничному физическому развитию обучающихся;

воспитательные:

сформировать потребность к здоровому образу жизни;

способствовать социальному и профессиональному самоопределению, творческой самореализации личности;

Ожидаемым результатом реализации программы является формирование у обучающихся компетенций в области:

учебно-познавательных компетенций:

умение ставить цель и организовывать процесс её достижения; уметь организовывать планирование, анализ, рефлексию, самооценку своей учебно-познавательной деятельности;

владение техникой и тактикой пешеходного туризма; владеть навыками ориентирования на местности; умение выступать устно и письменно о результатах своей деятельности с использованием компьютерных средств и технологий (текстовые и графические редакторы, презентации);

социокультурных компетенций:

уметь определять свое место и роль, систему взаимоотношения в окружающем мире: в семье, в классе, туристском объединении; владеть культурными нормами и традициями родного края, России;

иметь представление о системах социальных норм и ценностей в России и других странах;

иметь осознанный опыт жизни в многонациональном, многокультурном, многоконфессиональном обществе;

коммуникативных компетенций:

владеть способами совместной деятельности в группе, приемами действий в ситуациях общения

информационных компетенций:

владеть навыками работы с различными источниками информации: книгами, учебниками, справочниками, атласами, картами, определителями, энциклопедиями, каталогами, словарями, Интернетом;

природоведческих и здоровьесберегающих компетенций:

знать и применять правила поведения в экстремальных ситуациях в природной, техногенной и социальной средах; знать и применять правила личной гигиены, уметь заботиться о собственном здоровье, личной безопасности; владеть способами оказания первой помощи;

иметь физическую и техническую подготовку, и умение использовать их в походах и на соревнованиях.

Освоение этого курса позволит обучающимися овладеть основами организации туристского быта, техниками водного и пешеходного туризма и ориентирования, основами краеведения.

Содержательная часть.

Общая туристическая подготовка: техника безопасности при проведении туристских занятий. Подготовка к походу, путешествию.

Развертывание и свертывание лагеря (бивака). Разжигание костра.

Специальная туристическая подготовка (водный туризм): основные виды туристских судов. Особенности личного снаряжения для водного похода.

Снаряжение для страховки и обеспечения безопасности. Спасжилеты, их виды и проверка. Техника движения и управления плавсредством.

Посадка, высадка из судна. Правильное положение гребца. Выбор места причаливания. Техника отчаливания и причаливания. Приемы рациональной гребли и управления судном. Темп, ритм гребли в различных условиях, взаимодействие членов экипажа. Техника движения против течения. Техника прохождения различных препятствий. Организация обноса препятствий. Обеспечение безопасности водного похода. Правила приема человека из воды на судно. Правила купания. Приемы спасания утопающего.

Форма контроля: Итоговое учебное тренировочное занятие на воде.

Учебно – тематический план

1.	Общая туристская подготовка	3 часа
2.	Специальная туристская подготовка (водный туризм и рафтинг)	9 часов

Методическое обеспечение реализации курса

№ п/п	Раздел курса	Формы занятий	Приемы и методы организации образовательного процесса	Дидактический материал	Форма контроля
Общая туристская подготовка	Практическое занятие, теоретическое занятие	Беседа, рассказ, объяснение моделирование ситуации, демонстрация, инструктаж, практический метод	инструкции, карточки с заданиями тренажеры, интернет ресурсы	Личное и групповое туристское снаряжения, ноутбук, секундомер	Соревнование, тест, контрольное занятие.
Специальная туристская подготовка (водный туризм и рафтинг)	Практическое занятие, теоретическое занятие.	Беседа, объяснение, моделирование ситуации, демонстрация, инструктаж, упражнение,	инструкции, карточки с заданиями (условиями), видеофильмы Знаки аварийной сигнализации, лоции рек, карты	Бассейн, специальное туристское водное снаряжение: катамаран, рафт, весло, спасательный жилет, каска, секундомер, спасательный конец Александра вешки для ворот.	Соревнование, контрольное занятие

Литература для педагога

- Федеральный закон от 29.12.2012 №273_ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Концепция развития дополнительного образования детей (утверждена распоряжением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. № 1726-р).
- Закон Алтайского края от 04.09.2013 №56-ЗС «Об образовании в Алтайском крае»,
- Концепция развития дополнительного образования детей в Алтайском крае на период до 2020 года (утверждена распоряжением Администрации Алтайского края 22.09.2015 г. №267-р).
- Аппенинский А. И. Физическая тренировка в туризме: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1988.
- Блошкин С.И. Человек с веслом.- Б.: Алтайский дом печати, 2017.
- Константинов Ю. С, Куликов В. М. Педагогика школьного туризма: Учебно-метод. пособие. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002.
- Константинов Ю. С. Туристские слеты и соревнования обучающихся: Учебно-метод. пособие. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
- Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм: Учебно-метод. пособие. - М.: ФЦДЮТиК, 2006.
- Константинов Ю.С. Глаголева О.Л. Уроки ориентирования: Учебно-метод. пособие. - М.: ФЦДЮТиК, 2005.
- Кошельков С А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований обучающихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997.
- Лукоянов П.И. Снаряжение для спортивного туризма: Самодельное туристское снаряжение. М.: ФиС, 1986.
- Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований обучающихся «Школа безопасности»: Методическое пособие. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
- Маслов А.Г., Константинов Ю.С, Дрогов И А. Полевые туристские лагеря. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000.
- Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Латчук В.Н. Способы автономного выживания человека в природе. - М.: Изд. Центр «Академия», 2004.
- Моргунова Т.Л. Обучающие и контрольные тесты по спортивному ориентированию. - М.: ЦДЮТиК, 2003.
- Основы безопасности в пешем походе: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
- Остапец АА. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности обучающихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 2001.

Литература для учащихся

- Алексеев А. Питание в туристском походе. - М.: 2004
- Балабанов И.В. Узлы. - М.: 1998
- Блошкин С.И. Человек с веслом.- Б.: Алтайский дом печати, 2017.
- Гацунаев Н.К. Географы и путешественники. - М., 2001
- Голов В. П. Изучение рельефа в курсе географии. М., Просвещение, 1973
- Гостюшин А.В. Человек в экстремальной ситуации. - М.: Армада-пресс, 2001
- Губаненков С. М. Обеспечение безопасности туристских походов и соревнований подростков - СПб, Петрополис, 2007
- Захаров П. П. Инструктор альпинизма. - М.: 2001
- Ильин А. Первые действия в экстремальных ситуациях. - М.: ЭКСМО, 2003
- Ильичев А. А. Популярная энциклопедия выживания. -2-е изд., испр., доп. и перераб. - М.: ЗАО «Изд-во ЭКСМО-Пресс», 2000
- Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. - М.: ЦДЮТИК МО Р, 2002
- Кротов А. Практика вольных путешествий. - М.: ГЕО-МТ, 2002
- Куликов В., Константинов Ю. Топография и ориентирование в туристском путешествии. – М, 1997
- Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков.- М., ЦДЮТУР России, 1997