

Департамент образования городского округа город Рыбинск
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» им. Е.П.Балагурова

Утверждаю:
Директор Центра туризма и экскурсий
Н.В. Косолобова
Приказ № 05-10/27 от 08.06.2021 г.



Дополнительная
общеобразовательная общеразвивающая
СПОРТИВНО – МАССОВАЯ П Р О Г Р А М М А
по туризму для учащихся
городского округа город Рыбинск
«ТУРИАДА - ШКОЛА ПУТЕШЕСТВИЙ»
Возраст участников - 7-18 лет,
Направленность: туристско-краеведческая
срок реализации 1 год

Авторы:
педагог – организатор
Д.А. Менухов
педагог – организатор
А.А. Парамонова
руководитель структурного подразделения
И.А. Седова

Рыбинск
2018
Откорректирована в 2019 г., 2020 г., 2021 г.

Оглавление

Пояснительная записка.....	3
1.1 Введение	3
1.2. Направленность образовательной программы.....	3
1.3. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность, отличительные особенности.....	3
1.4.Цель и задачи программы	4
1.5.Участники программы. Возраст	4
2.Механизм реализации.....	4
2.1. Сроки реализации и объем программы.....	4
2.2. Формы работы.....	5
3.Ресурсное обеспечение.....	5
3.1.Нормативно-правовое.....	5
3.2.Программно-методическое обеспечение	5
3.3.Кадровое обеспечение	5
3.4. Материально-техническое обеспечение	6
3.5.Ресурсы социального партнерства	6
3.6. Управление	6
4.Ожидаемые результаты и способы их проверки.....	7
5.Подведение итогов.....	7
6. Учебно – тематический план	7
7. Содержание программы	8
8. Список литературы	8
Приложение № 1	9
ТИПОВОЕ ПОЛОЖЕНИЕ	9
Приложение №2	11
Приложение № 3	11
Приложение № 4	11

Пояснительная записка

1.1 Введение

Спортивный туризм во всех формах своей деятельности способствует разностороннему развитию личности, общему оздоровлению организма, укреплению физических и духовных сил, совершенствованию технико-тактического мастерства, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, изучению своего края и воспитывает патриота своей Родины.

Разноплановые мероприятия программы позволяют школьникам познакомиться со спортивным ориентированием и различными видами спортивного туризма, такими как пешеходный, лыжный, водный, а также - приобщиться к романтике туристской жизни через участие в походах по родному краю.

1.2. Направленность образовательной программы

Предлагаемая программа имеет комплексную направленность – туристско – краеведческую в целом и физкультурно – спортивную в отдельных видах, так как есть возможность выполнить спортивные разряды.

1.3. Новизна, актуальность, педагогическая целесообразность, отличительные особенности

Традиция проведения туристских слетов для школьников сохранилась с советского времени. К 2003 году в Центре туризма сложилась определенная система проведения туристских соревнований для школьников города и района, которая в 2005 году вылилась в создание спортивно – массовой программы «Туриада». Участие команд в мероприятиях «Туриады» остается стабильным в течение длительного времени. Традиционными стали: Летний туристский слет, «Русская зима», «Подснежник», «Туристенок», конкурс туристской песни, слет – семинар работников образования по туризму. Со временем и развитием спортивного туризма в Рыбинске расширилась география мест, где выступают на туристских соревнованиях и слетах участники Туриады. Это – не только Рыбинск и Рыбинский район, Ярославская область и Россия, но и ближнее зарубежье – Беларусь.

Авторы и координаторы программы изучают новые технологии современного туризма и своевременно реагируют на запросы потребителей – образовательных учреждений городского округа, внося коррективы.

Так после встречи с путешественником Федором Конюховым в феврале 2017 года инициировалась идея создания на базе Центра туризма и экскурсий «Школы путешествий». После анализа мероприятий и деятельности туристско – массового отдела, пришли к выводу, что действующая спортивно – массовая программа «Туриада», под взглядом с другого ракурса, отвечает всем требованиям классической «школы». В ней есть несколько изучаемых в течение учебного года предметов (спортивное ориентирование, спортивный туризм, краеведение, экология и даже исполнение туристской песни) и «документ об образовании» (классификационные книжки спортсменов по двум видам спорта: спортивное ориентирование и туризм, грамоты и дипломы за призовые места). Знакомство с различными лесными массивами Рыбинского района и парками Рыбинска, где есть спортивные карты и в течение учебного года проходят туристские мероприятия, позволят участникам значительно расширить представление о родном городе и крае. Следовательно, «Туриада» – это настоящая «Школа путешествий», дающая азы туристско – спортивной подготовки и призванная заинтересовать детей и подростков активным туризмом и путешествиями.

Лучшие туристские команды по итогам программы будут представлять Рыбинск на региональных и всероссийских туристских соревнованиях и слетах, знакомиться с районами Ярославской области и регионами России.

Отличительной особенностью программы «Туриада – Школа путешествий» является расширение географии участия туристских команд, изменение мониторинговой системы

подсчета результативности участия образовательных организаций в мероприятиях программы (Приложения №№ 1 - 4).

1.4. Цель и задачи программы

Цель - пропаганда среди учащихся спортивного туризма, как вида спорта - элемента физического, духовного и патриотического воспитания в качестве противовеса антиобщественным явлениям в обществе, развитие потребности узнавать родной край через походы и путешествия.

Задачи:

Образовательные:

- Способствовать овладению учащимися набором стандартных знаний, умений и навыков по технике и тактике спортивного туризма, ориентированию на местности, участию в туристских походах, краеведению, экологии.
- Дать общее представление об основных видах спортивного туризма и спортивного ориентирования.
- Подготовить спортсменов-разрядников по спортивному ориентированию и туризму.

Воспитательные

- Популяризировать спортивное ориентирование и туризм, как массовые виды спорта для всех возрастов.
- Знакомить учащихся с туристскими возможностями родного края.
- Прививать любовь к родному краю.
- Выявить лучшую образовательную организацию городского округа, использующую потенциал туристско – краеведческой деятельности в воспитательной работе с детьми и подростками.

Развивающие

- Развивать потребность в систематических занятиях спортом и мотивацию на здоровый образ жизни.
- Способствовать социализации детей.
- Развивать и совершенствовать тактико – техническую подготовку юных туристов.
- Развивать творческие способности у учащихся через участие в различных конкурсах;
- Привлекать к сотрудничеству туристско – краеведческий резерв из учителей и педагогов.
- Выявить лучшего туристского организатора из руководителей школьных команд – участниц мероприятий «Туриада – Школа путешествий», далее – Туриада.

1.5. Участники программы. Возраст

В программе могут принимать участие учащиеся общеобразовательных организаций, туристско-краеведческих объединений и клубов в возрасте от 7 до 18 лет по трем возрастным группам: старшие, средние и младшие, согласно Положению о Туриаде (Приложение 1), не имеющие противопоказаний к занятиям туризмом (кроме участия в конкурсной программе).

2. Механизм реализации

2.1. Сроки реализации и объем программы

Программа реализуется в течение учебного года с 1 сентября до 31 августа. Объем - 36 часов. Теоретическая подготовка осуществляется учащимися как дистанционно (самостоятельно или в образовательных организациях), так и на семинарах, совещаниях и

консультациях, проводимых Центром туризма и экскурсий. Практическая часть программы реализуется в ходе соревнований, слетов, конкурсов как на местности, так и в помещении.

Иногородные выезды на соревнования, слеты и походы, а так же – тренировки для подготовки команды к соревнованиям – вне сетки часов.

2.2. Формы работы

При проведении спортивно – туристских мероприятий применяются традиционные формы: соревнования, конкурсы, походы, слеты, согласно Положению по Туриаде, которое ежегодно корректируется.

Перед соревнованиями для туристских организаторов и капитанов команд проводятся консультации, инструктивно – методические совещания или семинары, а также заседания Главной судейской коллегии с представителями команд – участниц.

Конкурс «Туристской песни» заключается в соревновании вокальных коллективов и солистов образовательных организаций по отдельному Положению, которое ежегодно корректируется

При реализации программы применяются следующие педагогические принципы:

- концентрический принцип обучения
- дифференциация;
- уважение личности ребенка;
- вариативность программы.

3.Ресурсное обеспечение

3.1.Нормативно-правовое

Туристско – спортивные мероприятия Туриады проводятся по Правилам организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации(1995года), Правилам соревнований по спортивному ориентированию (2017г.), Правилам соревнований по спортивному туризму (2014 г.) и Регламентам по пешеходному, лыжному и водному туризму, Положениями об открытых первенствах городского округа город Рыбинск по спортивному туризму, согласованному с Департаментом по физической культуре, спорту и молодежной политике и Департаментом образования городского округа город Рыбинск (Положения ежегодно корректируются).

3.2.Программно-методическое обеспечение

- Все мероприятия программы поддерживаются соответствующим программно – методическим сопровождением: Положением, Приказом, различными Приложениями (технической информацией, бюллетенями, перечнями снаряжения, формами заявок и т.д.). При проведении творческих конкурсов и праздников разрабатываются сценарии. В действующих в туристско – массовом отделе образовательных программах физкультурно – спортивной и туристско – краеведческой направленности мероприятия «Туриада – Школа путешествий» являются срезом знаний для учащихся, возможностью проявить себя и сравниться с другими, проверить свой личностный рост.

3.3.Кадровое обеспечение

Кадровый потенциал для реализации муниципальной спортивно – массовой программы «Туриада – Школа путешествий» - это работники Центра туризма и экскурсий городского округа город Рыбинск, а также выпускники объединений Центра туризма, туристская общественность города.

Перед каждым мероприятием проводится учеба судей соревнований, индивидуальные консультации.

3.4. Материально-техническое обеспечение

Центр туризма обладает достаточными материально – техническими ресурсами для реализации заявленных программой мероприятий. Это - туристское снаряжение для постановки дистанций (веревки, карабины, байдарки, катамараны), оборудование для оформления мероприятий на местности (банеры, сигнальная лента, судейская форма, мегафон, флаги). Для проведения мероприятий в помещении имеются оформленные кабинеты для занятий туризмом, актовый зал на 80 человек, микрофоны, музыкальный центр, медиа проектор, экран, ноутбук.

3.5. Ресурсы социального партнерства

Социальными партнерами Центра туризма являются Департамент по физической культуре, спорту и молодежной политике городского округа город Рыбинск, спортивный клуб ПАО «ОДК - Сатурн», ДЮСШОР №4, турклуб «Стратим», ГОУ ЯО ЦДЮТурЭк, Федерация спортивного туризма ЯО, Федерация спортивного ориентирования ЯО.

3.6. Управление

Координация и руководство осуществляются Центром туризма и экскурсий совместно с Советом из наиболее активных туристских организаторов и педагогов дополнительного образования. Центр и Совет оказывают методическую помощь, проводят практические занятия и семинары с педагогами и учащимися.



4. Ожидаемые результаты и способы их проверки

Спортивный туризм — вид спорта, требующий овладения множеством общих и специальных знаний. Естественно, что каждому ребенку необходимо разное время, чтобы овладеть навыками и умениями спортсмена - ориентировщика или туриста - многоборца. В личностном плане, основные мероприятия программы дают каждому участнику общее представление о таких видах спорта, как спортивное ориентирование, пешеходный, лыжный и водный туризм.

Участвуя в конкурсах туристской песни и «Визитная карточка команды», учащиеся имеют возможность проявить свои творческие способности.

Знания краеведения, основ выживания в природной среде и экологические знания требуются при участии в конкурсной программе.

Каждый участник соревнований по спортивному ориентированию и туризму в возрасте до 14 лет трижды в течение года успешно преодолевший любую дистанцию, выполняет III юношеский разряд по ориентированию и спортивному туризму соответственно. Участники соревнований по спортивному ориентированию и туризму, выступающие по группе МЖ15 и старше, имеют возможность выполнить нормативы III и выше взрослого разряда по ориентированию и туризму.

Количество стартов в программе позволяет участникам выполнять массовые спортивные разряды (до II взрослого включительно при наличии судей определенных категорий).

Туризм обладает высоким педагогическим потенциалом, потому что, участвуя в туристской команде при подготовке к соревнованиям и на самих дистанциях, каждый участник приобретает навыки коллективизма, умение отстаивать свою точку зрения, анализировать ситуацию, самостоятельно принимать решения, брать ответственность за свои действия, учиться быть толерантным.

5. Подведение итогов

Подведение итогов проводится на муниципальном туристско-краеведческом празднике «Равнение на лучших» (в ноябре каждого года). Определение общего результата деятельности осуществляется согласно Положению о Туриаде, в котором ежегодно корректируется возраст участников, мероприятия, сроки проведения.

6. Учебно – тематический план

№	Наименование темы	теория	практика	всего	Мероприятие
1	Введение	1		1	все
2	Спортивный туризм	2	6	8	Летний слет «Русская зима» «Подснежник»
3	Спортивное ориентирование	1	4	5	Летний слет «Русская зима» «Подснежник»
4	Конкурсная программа	1	3	4	Летний слет «Русская зима» «Подснежник»
	Всего	5	13	18	

7. Содержание программы

1. Введение

Знакомство с Положением о мероприятии. Техника безопасности в дороге, на местности, на дистанциях и правила поведения. Охрана природы. Личная гигиена туриста. Экипировка. Психологическая и морально – волевая подготовка.

2. Спортивный туризм

Теория: виды туризма, формы и формат соревнований, Правила соревнований по спортивному туризму, Регламент, туристское снаряжение, походная аптечка, состав ремнабора, должности в команде, туристский бивак, режим движения, назначение узлов, технические приемы, тактика прохождения этапов, самостраховка, сопровождение, страховка. Разбор ошибок.

Практика: вязка узлов; бухтовка веревок, выпуск первого участника на технических этапах; организация самостраховки, сопровождения, страховки; движение остальных участников команды через препятствия; прохождение дистанций пешеходной, лыжной и водной техники (короткая – группа, длинная – группа, дистанции с элементами поисково – спасательных работ).

3. Спортивное ориентирование

Теория: знаки спортивных карт, масштаб; Правила соревнований по спортивному ориентированию; виды ориентирования и соревнований; компас и понятие об азимуте; техника и тактика ориентирования. Разбор ошибок.

Практика: лично – командные соревнования по ориентированию по выбору, в заданном направлении, на маркированной трассе, по обозначенному маршруту, по легенде, азимутальный ход.

4. Конкурсная программа

Теория: география, растительный и животный мир России и Ярославской области; походное меню; первая доврачебная помощь; сигнализация; костры и их назначение; азбука туризма (расстояния, высоты, азимут), «поляны заданий». Разбор ошибок.

Практика: подготовка и выступление на конкурсах туристской песни, «Визитная карточка команды»; разжигание костра; оказание первой доврачебной помощи; прохождение «полян заданий».

8. Список литературы

1. Алешин В.М. Карта в спортивном ориентировании.-М., 1983.
2. Арне Ингстрем. В лесу и на опушке.- М. 1979.
3. Бардин К.В. Азбука туризма. Пособие для учителей. – М.: Просвещение, 1981
4. Вяткин Л.А., Сидорчук Е.В., Немытов Д.Н. Туризм и спортивное ориентирование – М., 2001.
5. Вяткин Б.А. Управление психическим стрессом в спортивных соревнованиях. – М.: ФИС, 1981.
6. Ганопольский В.И. Безносиков Е.Я. Туризм и спортивное ориентирование: учебник для институтов и техникумов. – М.: ФИС, 1987.
7. Константинов Ю.С. Детско – юношеский туризм. Учебно – методическое пособие – М. ФЦДЮТи К, 2006г.
8. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. Учебно – методическое пособие. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.
9. Константинов Ю.С. Туристско – краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. – М.: ЦДЮТК МО РФ, 2001.
10. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста. – М.: ЦДЮТур РФ, 1994.
11. Крайнева И.Н. Узлы. – С.Петербург, 1997.
12. Куликов В.М., Ротштейн Л.М., Константинов Ю.С. Словарь юного туриста. – М., 2003
13. Правила соревнований по спортивному ориентированию, 2017г.
14. Правила соревнований по спортивному туризму, 2014 г.

ТИПОВОЕ ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении «Туриады – Школы путешествий» среди учащихся общеобразовательных школ, школ – интернатов, детских домов и объединений Центра туризма и экскурсий городского округа город Рыбинск в 201_ - 201_ учебном году.

1. Цели и задачи

- пропаганда здорового образа жизни и профилактика асоциальных явлений;
- привлечение подростков к занятиям туризмом и спортом,
- выявление учреждений образования, эффективно использующих возможности физической культуры, спорта и туристской деятельности в целях воспитания и обучения детей.

2. Место и время проведения

Спортивно – массовая программа «Туриада – Школа путешествий» (далее - Туриада) проводится Центром туризма и экскурсий с 1 сентября 201_ по август 201_ года включительно.

Место и время проведения соревнований, входящих в программу Туриады, указывается организаторами при проведении заседания ГСК с представителями команд. Данные по участию в областных, региональных, российских и международных соревнованиях и документы, подтверждающие выполнение спортивных разрядов, подаются в туристско-массовый отдел ЦДЮТЭ до 1 сентября 201_ года.

3. Участники Туриады

Туриада проводится совместно для учащихся средних и основных общеобразовательных учреждений, детских домов и школ-интернатов по трем возрастным группам:

До 31.12.201_

Младшие – 200_ года рождения и младше

Средние – 200_ - 200_ г.р.

Старшие – 200_ - 200_ г.р.

С 01.01.1_ –

Младшие – 200_ года рождения и младше

Средние – 200_ – 200_ г.р.

Старшие – 200_ - 200_ г.р.

4. Программа Туриады

4.1. муниципальные соревнования по спортивному туризму и ориентированию среди учащихся

- Первенство городского округа среди учащихся по туризму - Летний слёт (2 дня) – сентябрь
- Конкурс туристской песни (1 день) - октябрь
- Первенство городского округа среди учащихся по туризму Русская зима (2 дня) – январь
- Первенство городского округа среди учащихся по туризму Подснежник (2 дня) - апрель
- Слёт – семинар работников образовательных учреждений (1 день) - апрель
- Туристёнок – туристско – краеведческая игра для младших школьников (1 день) - май

4.2. соревнования по спортивному туризму и ориентированию муниципального, областного, регионального, российского и международного уровня.

4.3.выполнение спортивных разрядов за текущий год по спортивному туризму и спортивному ориентированию.

5. *Определение победителей.*

Победители в командном зачёте определяются по наибольшей сумме баллов, набранной в муниципальных соревнованиях во всех возрастных группах (приложение №2), за участие в областных, региональных, российских и международных мероприятиях (приложение №3) и выполнение спортивных разрядов (приложение №4).

6. *Руководство Туриадой.*

Общее руководство проведением соревнований осуществляется Департаментом образования и Департаментом по физической культуре, спорту и молодёжной политике.

Непосредственное проведение соревнований Туриады возлагается на туристско – массовый отдел Центра туризма и экскурсий.

7. *Награждение.*

По итогам Туриады школы – победительницы награждаются ценными подарками и грамотами на туристско-краеведческом празднике «Равнение на лучших».

Руководитель туристско-массового отдела

Седова И.А.

Подсчет результативности участия образовательных организаций
в мероприятиях программы «Туриада – Школа путешествий»

При подведении итогов отдельных видов Туриады для определения количества баллов

за участие в соревнованиях муниципального уровня по спортивному туризму, ориентированию, в конкурсе туристской песни среди учащихся городского округа город Рыбинск

(п. 4.1 Положения)

расчет ведётся в зависимости от количества участников в команде:

за последнее место начисляется **2n** баллов, где **n** – количество участников в команде (при индивидуальном зачете – $n = 1$);

остальные - **2 n + 1** за каждое предыдущее место и так - до четвертого места включительно.

За 3-1 место начисляется плюс 3, 6 и 9 баллов соответственно.

Пример: Участвовало 10 команд по 10 человек в каждой.

Итоги:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
35	32	29	26	25	24	23	22	2 n + 1= 21	2n = 2 x10= 20

При проведении мероприятия в течение двух дней – набранные командой баллы удваиваются, трёх дней – умножаются на три и т.д.

При участии в индивидуальных стартах муниципального уровня за каждое участие начисляется **2** балла плюс **1** балл за призовое место в группе.

Приложение № 3

При подсчете баллов за участие в

А) областных и региональных соревнований по спортивному туризму и ориентированию

расчет ведётся в зависимости от количества участников в команде:

начисляется **5 n** баллов, где **n** – количество участников в команде (при индивидуальном зачете – $n = 1$); плюс 2 балла за призовое место в общем зачете каждому участнику команды.

Б) российских соревнований и слетов:

10 n баллов, где **n** – количество участников в команде (при индивидуальном зачете – $n = 1$); плюс 3 балла за призовое место в общем зачете каждому участнику команды.

В) международных соревнований и слетов

начисляется **15 n** баллов, где **n** – количество участников в команде (при индивидуальном зачете – $n = 1$); плюс 4 балла за призовое место каждому участнику команды.

Приложение № 4

За выполнение спортивных разрядов по туризму и спортивному ориентированию (п.4.3) баллы начисляются согласно таблице:

Шю	Ію	Ію	ІІІ	ІІ	І	КМС	МС
0,1	0,3	1	1	3	10	30	100

Выполнение учитывать единожды по каждому виду спорта.

За подтверждение имеющегося спортивного разряда начисляются соответствующие разряду баллы с коэффициентом 0,5 один раз в год.