

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Дворец творчества
Пушкинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Педагогическим советом ГБУ ДО ДТ
Пушкинского района Санкт-Петербурга
Протокол № 4 от 03.06.2023

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 228 от 03.06.2023
Директор ГБУ ДО ДТ
Пушкинского района Санкт-Петербурга
Бугаева О.Н.



СОГЛАСОВАНА

Советом родителей ГБУ ДО ДТ
Пушкинского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНА

Советом учащихся ГБУ ДО ДТ
Пушкинского района Санкт-Петербурга

**Дополнительная общеразвивающая программа
«По тропинкам до вершин»**

Срок освоения: 3 года
Возраст обучающихся: 13 -17 лет

Разработчики:
Егоров Андрей Викторович,
Егорова Елена Георгиевна,
педагоги дополнительного образования
ГБУ ДО ДТ Пушкинского района Санкт-Петербурга.

Пояснительная записка

Коррекция структуры ДОП проведена в 2023 году на основании Распоряжения Комитета по образованию правительства Санкт-Петербурга от 25.08.2022 № 1676-р.

ДОП разработана в соответствии с требованиями нормативно-правовой базы РФ, регулирующей вопросы образования и воспитания детей.

Программа разработана с учетом требований Стандарта безопасной деятельности образовательных организаций дополнительного образования, реализующих дополнительные общеобразовательные программы.

Программа ориентирована на эффективную реализацию Программы воспитания ГБУ ДО ДТ Пушкинского района Санкт-Петербурга на 2021-2030 гг. и Программы воспитания Пушкинского района Санкт-Петербурга на 2021-2030 гг.

Направленность дополнительной общеразвивающей программы (далее – ДОП): физкультурно-спортивная (деятельность, направленная на развитие личности обучающихся средствами физической культуры и спорта; сохранение и укрепление здоровья, формирование ценностного отношения и мотивации к здоровому образу жизни).

Адресат программы: обучающиеся, мальчики и девочки, 13 - 17 лет, с любым уровнем физической подготовки, не имеющие медицинских противопоказаний и проявляющие интерес к активным занятиям спортивным туризмом.

Актуальность реализации: обусловлена тем, что спортивный туризм имеет большое прикладное значение и навыки, которые обучающийся получает во время обучения, востребованы на протяжении всей жизни.

Физическое развитие и сохранение здоровья детей сегодня одна из важнейших задач государства. Среди основных направлений Федеральной программы развития системы образования обозначены поддержка и развитие разнообразных форм оздоровительной работы в учреждениях различных типов и видов.

Занятия по программе дают возможность повышения функциональных возможностей организма, компенсации недостаточной двигательной активности, укрепления физического здоровья школьников. Происходит закаливание организма, тренировка силы и выносливости у детей. Учащиеся получают навык активного отдыха и правильной безопасной организации досуга, происходит закладка и формирование здорового, целеустремленного и трудоспособного человека.

Актуальность данной программы заключается в создании условий для использования потенциала дополнительного образования в формировании у обучающихся функциональной грамотности и компетентностей, связанных с развитием познавательной активности в предметных областях: физическая культура, история, краеведение, география, биология, физика, математика, астрономия и др. Результаты практических наблюдений, материалы походов, соревнований могут быть использованы обучающимися при написании ученических исследовательских работ или проектов.

Каждый вид спорта предъявляет специфические требования к физическому и интеллектуальному развитию спортсменов. Спортивное ориентирование - «ситуационный» вид спорта.

Подготовка представляет собой комплекс физических, технико-тактических и психологических действий, выполнение которых должно отличаться высокой слаженностью в максимально короткий временной период.

Спортсмен-ориентировщик должен уметь определять наиболее эффективный способ действия – быстро принять правильное техническое или тактическое решение, которое основывается на процессах восприятия и переработки информации и характеризует уровень оперативного мышления спортсмена-ориентировщика, возможности его долговременной памяти.

Туристская деятельность способствует всестороннему развитию личности ребенка,

совершенствованию интеллектуального, духовного и физического развития учащегося, приобретению навыков самостоятельной деятельности.

В соответствии с программой Международной федерации ориентирования была разработана педагогическая модель обучения ориентированию, так называемый «Метод лестницы обучения». Используя ступенчатый метод, можно логически организовать тренировку, обучая последовательно всё более сложным элементам, начиная с конкретных вещей, затем переходить к общим принципам и идеям.

Данная ДОП, несмотря на самостоятельность, является для обучающихся возможностью освоить навыки спортивного ориентирования и спортивного туризма на углубленном уровне после освоения ДОП:

«Основы спортивного туризма и ориентирования», объем и срок освоения: 144 часов в год, всего 288 часов, 2 года; возраст обучающихся: 7 – 10 лет; базовый уровень; педагог Егорова Е.В.

«Юные туристы», объем и срок освоения: 216 часов в год, всего 648 часов, 3 года; возраст обучающихся: 9-15 лет; углубленный уровень; педагог Егорова Е.В.

Занятия по программе, в т.ч. воспитательная работа, позволяют сформировать у учащихся компетенции, которые могут быть полезны в различных профессиях, в социальной жизни, в личностном развитии.

Важной составляющей воспитательного и образовательного процесса в рамках реализации программы является сочетание совместной деятельности детей и их родителей, поддержание связей с выпускниками объединения. Такая форма организации деятельности детей дает возможность создать комфортные условия для развития детей, делает жизнь детей более интересной, позволяет расширить спектр дополнительных мероприятий.

ДОП позволяет обеспечить реализацию комплекса педагогических функций, направленных на удовлетворение разнообразных потребностей обучающихся и их родителей (законных представителей): информационной, обучающей, воспитывающей, развивающей, социализирующей, релаксационной.

Уровень освоения: углубленный.

Объём и срок освоения: продолжительность образовательного процесса – 3 года; объём образовательного процесса – 288 часов в год, всего 864 часа.

Цель: получение обучающимися знаний, умений, навыков в области спортивного туризма и ориентирования для дальнейшего, в т.ч. предпрофессионального освоения этапов спортивной подготовки в области спортивного туризма и ориентирования; формирование потребности в поддержании здорового образа жизни и занятий спортом, стимулирование познавательной, творческой активности, личностного развития обучающихся.

Задачи:

Воспитательные

- Приобщение к ценностям здорового образа жизни.
- Принятие своей индивидуальности.
- Приобщение обучающихся к духовно-нравственным ценностям общества для социализации и развития личности, становления российской гражданской идентичности.
- Пробуждение интереса к культуре и традициям народов своей страны, к природе своей Родины.
- Развитие качеств личности: терпения, целеустремленности, коммуникативности (командной работы), ответственности.
- Формирование навыков организации самостоятельного содержательного досуга.
- Формирование умения видеть прекрасное в окружающем мире.
- Воспитание уважительного, бережного отношения к природе, труду.
- Умение выражать свою гражданскую позицию.
- Формирование активной жизненной позиции.

Развивающие

- Повышение функциональных возможностей организма, развитие физических качеств: силы, выносливости, координированности движений.
- Развитие интеллектуальных способностей (внимания, долговременной памяти, быстроты принятия решения, способности выделять причинно-следственные связи, ассоциативного и образного мышления, наблюдательности и умения анализировать).
- Формирование эмоциональной культуры (способности понимать чужие и контролировать свои эмоции) через опыт эмоционального переживания исторического события, мероприятия, результатов соревнований.
- Развитие интереса к познавательной, научно-исследовательской и общественной деятельности.
- Развитие творческих способностей (инициативность, предложение новых решений текущих задач).
- Развитие умения принимать самостоятельное решение.

Обучающие

- Обучение принципам поиска, обработки и сохранения информации с использованием различных источников для исследовательской, проектной деятельности.
- Овладение техниками и тактиками пешего туризма, спортивного ориентирования, триатлона, легкой атлетики, лыжных гонок и др. кроссовых видов спорта.
- Обучение знаниям и приемам организации полевого походного быта и ориентирования на местности с помощью природных явлений и местных признаков, а также с помощью приемов спортивного ориентирования по карте и компасу.
- Формирование навыка регулярного выполнения комплекса физических упражнений за рамками образовательного процесса как обязательного элемента режима дня.
- Обучение «работе» со спортивной картой, компасом, оборудованием ориентировщиков, снаряжением.
- Обучение организации здорового, безопасного пребывания за чертой населенных пунктов: обязательные действия перед походом (заявка в МЧС на туристскую группу и т.д.), организация бивуака (бивака), правильного питания, оказания первой доврачебной помощи.
- Расширение знаний в предметных областях: физическая культура, история, краеведение, география, биология, физика, математика, астрономия и др. через их практическое применение при разработке маршрута, подготовке творческой работы и т.д.
- Знакомство с профессиями, связанными со спортом и спортивной индустрией, формирование знаний и приобретение опыта судейства соревнований, знаний образовательных учреждений, требований к абитуриентам, связанных со спортом и спортивной индустрией.

Планируемые результаты:

Личностные

- Принятие ценностей здорового образа жизни.
- Принятие своей индивидуальности, понимание своих способностей.
- Положительная динамика в социализации и развитии личности обучающегося, становлении его российской гражданской идентичности (принятие и действие с позиции духовно-нравственных норм общества).
- Проявление интереса к культуре и традициям народов своей страны, к природе своей Родины.
- Положительная динамика в развитии качеств личности: терпения, целеустремленности, коммуникативности (командной работы), ответственности.
- Навык организации самостоятельного содержательного досуга.
- Умение видеть прекрасное в окружающем мире.

- Действия с позиции уважительного, бережного отношения к природе, труду.
- Умение выражать свою гражданскую позицию.
- Проявление активной жизненной позиции.

Метапредметные

- Положительная динамика развития функциональных возможностей организма, развитие физических качеств: силы, выносливости, координированности движений.
- Положительная динамика развития интеллектуальных способностей (внимания, долговременной памяти, быстроты принятия решения, способности выделять причинно-следственные связи, ассоциативного и образного мышления, наблюдательности и умения анализировать).
- Положительная динамика развития эмоциональной культуры (способности понимать чужие и контролировать свои эмоции) через опыт эмоционального переживания исторического события, мероприятия, результатов соревнований.
- Проявление интереса к познавательной, научно-исследовательской и общественной деятельности.
- Положительная динамика развития творческих способностей (инициативность, предложение новых решений текущих задач).
- Умение принимать самостоятельное решение.

Предметные

- Навык поиска, обработки и сохранения информации с использованием различных источников для исследовательской, проектной деятельности.
- Навык применения техник и тактик пешего туризма, спортивного ориентирования, триатлона, легкой атлетики, лыжных гонок и др. кроссовых видов спорта.
- Знание и навык организации полевого походного быта и ориентирования на местности с помощью природных явлений и местных признаков, а также с помощью приемов спортивного ориентирования по карте и компасу.
- Навык регулярного выполнения комплекса физических упражнений за рамками образовательного процесса как обязательного элемента режима дня.
- Навык «работе» со спортивной картой, компасом, оборудованием ориентировщиков, снаряжением.
- Навык организации здорового, безопасного пребывания за чертой населенных пунктов: обязательные действия перед походом (заявка в МЧС на туристскую группу и т.д.), организация бивуака (бивака), правильного питания, оказания первой доврачебной помощи.
- Применение знаний из предметных областей: физическая культура, история, краеведение, география, биология, физика, математика, астрономия и др., самостоятельный поиск и демонстрация приобретенных новых знаний.
- Знание профессий, связанных со спортом и спортивной индустрией, знание и опыт судейства соревнований. Знание образовательных учреждений, требований к абитуриентам, связанных со спортом и спортивной индустрией.