

Муниципальное бюджетное учреждение
Дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»

«Утверждаю»
Директор МБУ ДО ДЮСШ
_____Гузий Е.О.
Приказ № ___ « ___ » _____ 2022г.

**Краткосрочная дополнительная общеразвивающая
программа
по летнему отдыху детей
«Юный путешественник»**

Авторы программы:
Алексеев А.А.-тренер-преподаватель,
Соковнин С.А.-тренер-преподаватель

П. Магистральный, 2022 год

ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

№ п/п	Полное название программы	Спортивно-оздоровительный, патриотический, туристический лагерь (многодневный поход)
1	Цель программы:	Физическое воспитание детей, привитие любви к труду и умение трудиться, приобретение военно-прикладных навыков, социально-психологическая коррекция девиантного поведения подростков в условиях многодневного похода, воспитание патриотизма, гражданственности детей и молодежи.
2	Тип лагеря:	Палаточный (многодневный поход)
3	Краткое содержание программы:	Комплекс занятий и мероприятий по оздоровлению подростков, изучение основ безопасности жизнедеятельности, проведение гражданско-патриотической работы.
4	Автор программы и руководитель:	Соковнин Сергей Александрович-тренер-преподаватель по футболу МБУ ДО ДЮСШ. Алексеев Артур Артурович – тренер-преподаватель по баскетболу МБУ ДО ДЮСШ
5	Название проводящей организации:	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования детей
6	Адрес организации:	Иркутская область, Казачинско-Ленский район, п. Магистральный, ул. Ленина 3 а
7	Телефон:	8 39562 4 08 36
8	Место проведения:	П. Улькан, устье р. Киренга, Казачинско-Ленский район
9	Участники проекта:	Обучающиеся МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа»
10	Сроки проведения:	Июнь Август
11	Количество смен:	Две 3 дня 24.06.22-26.06.22 27.08.22-29.08.22
12	Кадры:	Тренер-преподаватель МБУ ДО «Детско-юношеская спортивная школа»

Пояснительная записка

Пешеходный туризм является универсальным и комплексным средством воспитания подрастающего поколения, привлекающим ребят, как младшего, так и старшего школьного возраста. Самодеятельный туристский поход сочетает активный здоровый отдых, познание и освоение окружающего мира, что ставит его в ряд наиболее эффективных методов комплексного воспитания подрастающего поколения. При этом пешеходный туризм не является капиталоемким видом деятельности, для занятий им не требуется дополнительного дорогостоящего оборудования.

Главная задача пешеходного туризма – удовлетворить естественную потребность детей в непосредственном познании мира, своего края; показать, как он прекрасен, развить любовь к нему, преданность народу и земле; сформировать навыки командного взаимодействия, воспитать волю и характер.

Программа предусматривает приобретение учащимися знаний о своем крае, технике и тактике туризма, ориентирования на местности, ведения краеведческих наблюдений и исследований, приемов оказания первой помощи, формирование экологической и этической культуры.

Отмечено, что учащиеся, входящие в состав туристской группы, стараются вести здоровый образ жизни, реже совершают поступки асоциального характера. Пешеходный туризм позволяет решить и проблему профориентации.

Цели и задачи.

Цель программы – личностное и физическое развитие учащихся, удовлетворение естественной потребности детей в непосредственном познании окружающего мира, своего края посредством пешеходного туризма

Задачи:

- формирование знаний, умений, навыков по туризму и спортивному ориентированию;
- формирование опыта работы с краеведческой информацией, изучение истории родного края;
- формирование ценностного отношения к здоровому и безопасному образу жизни, освоение приемов первой помощи;
- воспитание продуктивных и нравственных личностных качеств, воли, целеустремленности, дисциплинированности, трудолюбия, ответственности, дружелюбия, взаимовыручки, эмпатии, толерантности;
- формирование навыков командного взаимодействия, товарищеской поддержки и взаимопомощи;
- развитие основных физических качеств.

Возраст учащихся по программе составляет 8 – 17 лет. Для детей характерны живой интерес к окружающей жизни, жажда ее познания, огромная восприимчивость к тому, что он узнает самостоятельно и от взрослых. У детей заметно повышается произвольность психических процессов (восприятия, мышления и речи, внимания, памяти, воображения). Школьный возраст характеризуется активными психофизиологическими изменениями в организме ребенка. Часто наблюдается резкое изменение внешности, проходит мутационный период. Многие дети болезненно переживают эти изменения, происходящие с ними, часто стесняются себя, чувствуют неловкость, порой ведут себя неуверенно, или вызывающе при этом горячо нуждаются в общении. В эти годы важно создать условия для подростков, чтобы период взросления для них проходил безболезненно, определять для них зоны проявления самостоятельности и ответственности, спрашивать их мнение, обучать оценочным суждениям, развивать критическое мышление.

Основное содержание программы.

Реализация программы осуществляется в 3 этапа:

1. Подготовительный этап.

На данном этапе для работы в туристическом лагере подбираются списки подростков, состоящих на учете и желающих принять участие в реализации данной программы, уточняются сроки проведения.

2. Основной этап.

Программа реализуется МБУ ДО ДЮСШ в форме туристического лагеря (многодневного похода), что позволяет помимо организации досуга и проведения мероприятий по патриотическому воспитанию, проводить занятия по общефизической и специальной подготовке по различным видам спорта. Примерный распорядок дня в (Приложении №2).

Каждый день заканчивается «Вечером костром», здесь подростки рассказывают о своих приключениях, поднимаются любые темы, важные для участников лагеря, люди просто общаются, поют песни, мечтают...

3. Заключительный этап.

После возвращения готовится анализ работы многодневного похода, отчетные документы, фотографии, видеофильм.

**ПЛАН ОРГАНИЗАЦИИ МНОГОДНЕВНОГО ПОХОДА
«ЮНЫЙ ПУТЕШЕСТВЕННИК»**

День	Время	Наименование мероприятия
1 день.	09.00-12.00	Прибытие на место дислокации лагеря
	12.00-13.00	Игра на знакомство «знакомьтесь – это мы!»
	13.00-14.00	Обед
	14.00-15.00	Дневной отдых
	15.00-17.00	Спортивные игры
	17.00-17.30	Полдник
	17.30-19.00	Занятие по туристической подготовке «туристические костры»
	19.00-20.00	Ужин
	20.00-22.00	Культурные мероприятия у костра
	22.00-22.30	Отбой
2 день	09:00 – 10.00	Утренняя поверка, зарядка, водные процедуры
	10.00-11.00	Завтрак
	11.00-13.00	Теоретические занятия по профилактике правонарушений, наркомании
	13.00-14.00	ОБЕД
	14.00-15.00	Дневной отдых
	15.00-16.00	Спортивная игра «футбольный быстрый мяч».
	16.00-17.00	Игра – общение «расскажи сказку».
	17.00-17.30	Полдник
	17.30-19.00	Отдых на реке., рыбалка
	19.00-20.00	Ужин
	20.00-22.00	Творческий каламбур «мы – вместе!».
	22.00-22.30	Отбой
3 день	9.00-10.00	Утренняя поверка, зарядка, водные процедуры
	10.00-10.30	Завтрак
	10.30-12.00	Спортивные игры
	12.00-13.00	Обед
	13.00-14.00	Теоретическая подготовка «школа выживания»
	14.00-15.00	Час патриотической песни
	15.00-20.00	Закрытие лагеря, сбор сооружения, инвентаря, ужин, отъезд.

Каждый день в лагере зажигается одна звезда. Звезда – это учеба, военно – спортивные игры, викторины, соревнования, конкурсы.

Каждому участнику лагеря необходимо разобраться в азах военного дела, для этого он должен участвовать во всех спортивных играх, научиться оказывать первую медицинскую помощь.

Для этого надо знать патриотические песни, правила дорожного движения, уметь выживать в автономных условиях, научиться спортивным играм, оказывать первую медицинскую помощь.

Ожидаемые результаты

В результате осуществления программы многодневного похода предполагается достижение следующих результатов:

1. Организовывать и проводить физическую зарядку;
2. Умение правильно и безопасно вести себя в природных условиях;
3. Умение оказывать само и взаимопомощь при часто встречающихся травмах;
4. Воспитание патриотизма, любви к родине, ее истории, традициям.
5. Добровольный, осознанный отказ подростков от негативных стереотипов поведения;
6. Установление атмосферы дружбы и взаимопонимания между всеми участниками программы;
7. Приобщение «трудных» подростков к занятиям спорта;

**Памятка для родителей подростков,
участвующих в многодневном походе
«Юный путешественник»**

Необходимо, иметь:

1. Рюкзак для вещей;
2. Носки - 5 пар;
3. Спортивные брюки - 1, шорты -1;
4. Свитер - 1;
5. Куртка- 1;
6. Носовой платок - 2;
7. Трусы - 4;
8. Майка, футболки - 4;
9. Плавки- 1;
10. Зубная щетка;
11. Зубная паста;
12. Туалетное мыло - 1;
13. Полотенце;
14. Туалетная бумага;
15. Одеяло, подушка.

В списке указано достаточное количество вещей, имеется в виду, что часть из них будет одета при отъезде.

Можно взять дополнительно нитки с иглой, гитару.

Режим дня:

1. 9.00 – подъем
2. 09:00 – 10.00- утренняя поверка, зарядка, водные процедуры
3. 10.00-11.00 - Завтрак
4. 11.00-13.00 - Теоретические занятия
5. 13.00-14.00 - ОБЕД
6. 14.00-15.00 - Дневной отдых
7. 15.00-16.00 - Спортивные игры
8. 16.00-17.00- Игра – общение
9. 17.00-17.30- Полдник
- 10.17.30-19.00 - Отдых на реке., рыбалка
- 11.19.00-20.00 - Ужин
- 12.20.00-22.00- Творческие вечера, развлекательная программа
- 13.22.00-22.30- Отбой