

«Организация и проведение однодневного похода»

Автор: **Учитель физической культуры Тарануха Андрей Викторович.**

Организация: **муниципальное общеобразовательное учреждение «Средняя школа № 72» города Ярославля.**

Подготовка и проведение однодневного похода, который прошел в конце учебного года является итогом освоения рабочей программы внеурочной деятельности «Юные туристы». Она реализуется в рамках спортивно-оздоровительного направления и предназначена для учащихся 3-4 классов. Группа формируется по запросам родителей, учителей и желанию самих детей.

Актуальность: в связи с урбанизацией, дети все реже оказываются в условиях дикой природы. Проведение похода позволяет приобрести практические знания и навыки поведения в лесу. Умение организовывать походы, вести туристический быт, ориентироваться на местности, принимать правильные решения в экстремальных ситуациях.

Цель похода: освоение учащимися основ деятельности с общефизической и спортивно-оздоровительной направленностью; содействие всестороннему развитию личности школьника посредством физических нагрузок; получить знания и навыки туристической деятельности.

Задачи направлены на: укрепление здоровья, повышение физической подготовленности и формирование двигательного опыта; развитие физических качеств, при подготовке к походам и в походах; воспитание интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и туристической деятельностью; обучение детей правилам поведения во время похода; воспитание морально-волевых качеств.

План туристического похода по маршруту: село Устье-поселок Очепки.

Место и время сбора: площадка перед школой в 08.00

Предварительная работа:

- Проведение беседы с детьми (правила поведения на природе)
- Проверить одежду, обувь, наличие головных уборов
- Проверить детские рюкзаки, в которые дети уложили еду.
- Ознакомить детей с картой-схемой маршрута.
- Построение детей парами. Впереди руководитель, в конце – сопровождающий.

Инструкция:

1. Нельзя уходить из лагеря без предупреждения взрослых.
2. При появлении любых признаков заболеваний школьники должны сказать об этом взрослым.
3. Нельзя сидеть и лежать на земле.
4. Нельзя отставать и забегать вперёд руководителя.
5. По возвращении с маршрута необходимо доложить дежурному, сделать запись в журнале контроля выхода групп.
6. Необходима жёсткая дисциплина, распоряжения руководителя, старшего по группе и дежурного выполняются беспрекословно.
7. Соблюдение распорядка дня работы экспедиции - необходимое условие для нормального труда и отдыха
8. Проведение беседы с детьми: о маршруте, длительности похода, об одежде и еде, о программном содержании.

Оборудование:

1. Туристические палатки 2 шт.
2. Туристические коврики 4 шт.
3. Фотоаппарат.
4. Аптечка.

Старт в 08.30.

План-график движения по маршруту.

	Маршрут	Протяженность	Время в пути	Проводимые мероприятия	Способ передвижения
1.	От школы до пристани Иваньково	1,5 км.	25 мин.		Пешком.
2.	От пристани Иваньково до пристани село Устье		60 мин.	Проведение беседы в форме вопросов и ответов: 1. Изучение основ туристической техники. 2. Что взять с собой в поход. 3. Правила поведения на природе. 4. Как ориентироваться на местности. 5. Что делать, если заблудился в лесу. Каждый ученик получил буклет «Безопасный поход»	На речном трамвайчике. Отправление в 9.10.
3.	От пристани село Устье до леса в районе поселока Очапки.	5 км.	1,5 часа	Посвящение в туристы. Осмотр Смоленской церкви. Привал 15 мин. Катание на «тарзанке».	Пешком.
4.	Лес в районе поселока Очапки.		4 часа	1. Выбор места для стоянки. 2. Установка палаток. 3. Перекус. 4. Мероприятия: 1. Разучивание туристических песен. 2. Туристическая викторина с призами. 3. Туристическая игра «Самый зоркий» 4. Игра «Самый наблюдательный»	
5.	Из леса в районе поселока Очапки до автобусной остановки «Очапки»	1 км.	20 мин.		Пешком
6.	От остановки «Очапки» до остановки		50 мин.		На маршрутке 93 г.

	«Улица Елены Колесовой»				
7.	От остановки «Улица Елены Колесовой» до школы.	900 м.	10 мин.	Окончание похода.	Пешком

В течение 2020-2021 учебного года в трех группах были проведен подготовительные теоретические занятия туристической направленности, по три похода выходного дня и один однодневный поход. Количество желающих принять участие составляло 13-15 учащихся. Дети и их родители высказали удовлетворенность занятиями, желание их продолжить.

Планируется в 2021-2022 учебном году сформировать три группы учащихся 3-4 классов.

Опыт организации похода, с практической точки зрения, представляет интерес для учителей физической культуры, работников учреждений дополнительного образования, студентов педагогических специальностей, желающих сформировать ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоения правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в ходе занятий туризмом.

Фото и видеоматериалы, иллюстрирующие осуществление практики в 2020-2021 учебном году.

Практические итоговое занятия «Однодневный поход» по маршруту: село Устье-поселок Очапки.: <https://youtu.be/1Kkcp0EbZcQ>

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Юные туристы»:
<https://disk.yandex.ru/d/l4rvMA4ylIVYOg>

Теоретические занятия «Основы туризма»: <https://disk.yandex.ru/d/C6AzBCv92qHkTA>

Практические занятия: «Поход выходного дня»:
<https://disk.yandex.ru/d/GA8KW0CZNpgK5w>