



Объединение «Спортивный туризм: туристское многоборье»

Работает по модифицированной программе, рассчитанной для детей **7-18 лет**, срок реализации программы **5 лет**

направленность: физкультурно-спортивная

Семендяева Елена Владимировна

педагог дополнительного
образования **высшей**
квалификационной категории

**Почетный работник общего
образования**

Мастер спорта по
спортивному туризму

**Инструктор спортивного
туризма**

Судья 1 категории

Победитель и призер
Чемпионатов и Первенств
России по комбинированному
туризму; региональных и
Всероссийских соревнований
спортивному ориентированию
и лыжным гонкам

Руководитель пешеходных,
горных, водных, велопоходов
1-5 категории сложности
(Крым, Кавказ, Алтай,
Приполярный Урал,
Белгородская область)

Абсолютный победитель
муниципального и
регионального конкурсов
профессионального мастерства
педагогов дополнительного
образования **«Сердце
отдаю детям» 2017 г.**

В рамках программы «Спортивный туризм: туристское многоборье» учащиеся смогут пройти подготовку по следующим направлениям:

- краеведение;
- основы медицинских знаний;
- основы туристской подготовки;
- топография и ориентирование;
- физическая подготовка.

В краеведческом блоке ребята познакомятся с историей, культурой Старооскольского городского округа и Белгородской области. Совершат экскурсии, смогут принять участие в краеведческих викторинах, а так же ставшем уже традиционным - фотокроссе «Мой город».

Основы туристской подготовки предполагают умение собрать рюкзак, знать виды костров и уметь их разводить, вязать туристские узлы, ставить палатку, готовить еду на костре, преодолевать различные препятствия. Ребята смогут познакомиться с различными видами туризма: пешеходным, горным, водным, велосипедным.

Ориентирование - неотъемлемая часть в туризме. Ребята научатся читать карту с помощью топографических знаков, знать стороны горизонта, ориентироваться в лесу по компасу. Соревнования по спортивному ориентированию бегом, на лыжах, велосипеде, позволят уверенно чувствовать себя в незнакомом месте.

Большое внимание уделяется общей специальной физической подготовке, возможности сдачи норм ГТО. В летний период – это кроссовая, в зимнее – лыжная подготовка. Участие в соревнованиях по легкоатлетическому кроссу, соревнованиям по лыжным гонкам, полиатлону, лыжеролерных соревнованиях.

Занятия проводятся на базе МБОУ «ОО Потуданская школа», МБОУ «ОК «Лицей № 3».

Обучающиеся объединения принимают участие в соревнованиях, конкурсах, викторинах различного уровня (учреждение, город, область, Россия).

Участие в походах, соревнованиях дают возможность роста и выполнение спортивных разрядов по нескольким видам спорта: спортивный туризм, спортивное ориентирование, лыжные гонки.

Это дает возможность в дальнейшем выбрать свой путь в жизни: стать тренером, спасателем, учителем физической культуры, военным. Или просто быть уверенным в себе человеком, вести здоровый образ жизни и заниматься спортом.

Фотоальбом



