



муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования
«Центр творчества «Свежий ветер»
городского округа Тольятти
445042, РФ, Самарская область, г. Тольятти,
б-р Луначарского 19, тел. 33-31-53, 34-89-77
email: veter@edu.tgl.ru; сайт: jveter.ru

**II МЕЖДУНАРОДНЫЙ ФЕСТИВАЛЬ
РАБОТНИКОВ ОБРАЗОВАНИЯ
«СОВРЕМЕННАЯ СИСТЕМА ОБРАЗОВАНИЯ:
ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ»**

«ОПЫТ РАБОТЫ»

**Клуб активного отдыха «Ветер перемен»,
как эффективная форма воспитания и социализации
детей и подростков**

Автор:

*Стегалина Людмила Анатольевна,
методист*

Тольятти, 2017

ОПЫТ РАБОТЫ МБОУ ДО «СВЕЖИЙ ВЕТЕР» г.о. Тольятти

Клуб активного отдыха «Ветер перемен», как эффективная форма воспитания и социализации детей и подростков

Мечта всякого подростка — наполнить каждый день таинственными приключениями и прекрасными победами. Лучшее средство для воплощения такой мечты — спортивные занятия. Самая важная победа — победа над собой, над своими слабостями. Такие победы можно и нужно одерживать ежедневно.

Сегодня, как никогда прежде, особенно важно искать лучшие пути к детскому сердцу и уму. Дополнительное образование рассматривается как неотъемлемая составная часть образовательного процесса. Образовательные учреждения ищут новые формы взаимодействия с семьей, понимая, что родители и педагоги - воспитатели одних и тех же детей. Результат их деятельности может быть успешным только в том случае, **если педагоги, родители и дети станут союзниками.**

Туризм - это уникальная возможность через походы, поездки, экскурсии дать подрастающему поколению возможность для повышения своего интеллектуального уровня, развития наблюдательности, способности воспринимать красоту окружающего мира. Мы считаем более эффективными комплексные формы воспитания, коей и является самостоятельный воспитательный туризм с его многообразием, разноплановостью, разноцветьем педагогических воздействий - система «притягивающая» и «втягивающая» в свою орбиту и педагогов, и детей, и их родителей.

Использование туризма как активного средства воспитания личности позволяет позитивно влиять на формирование жизненно необходимых человеку умений и навыков, совершенствование его двигательных способностей, развитие морально-волевых и интеллектуальных качеств. Кроме того, туризм предполагает участие занимающихся им в разнообразных общественно полезных делах. Именно походы, поездки, экскурсии могут дать подрастающему поколению возможность

для повышения своего интеллектуального уровня, развития наблюдательности, способности воспринимать красоту окружающего мира.

Концептуальные положения развития самостоятельного, воспитательного туризма в МБОУ ДО «Свежий ветер»:

- социально — педагогические;
- психолого-педагогические;
- методика организации туристско - краеведческой деятельности, нацеленной на всестороннее, гармоничное развитие личности ребенка, его воспитание, социальную адаптацию, формирование здорового образа жизни.

Процесс формирования высокого уровня воспитанности будет успешнее, если: самостоятельный туризм будет не как однонаправленная трансляция ценностей, лишь передача опыта от старшего поколения к младшему, а как взаимопонимание и сотрудничество взрослых и детей.

Воспитательный, самостоятельный туризм не может быть сведен лишь к отдельным, пусть ярким, но эпизодическим мероприятиям; необходим системно - деятельный, комплексный и личностно — ориентированный подход.

Ключевой фигурой в организации самостоятельного воспитательного туризма является педагог:

- реализующий одновременно функции организатора,
- собственно педагога,
- диагноста,
- психолога,
- методиста,
- специалиста по туризму и краеведению.

Команда таких единомышленников организует такой вид деятельности в Центре творчества «Свежий ветер» в рамках **Клуба активного отдыха «Ветер перемен»**.

В основе Клуба, созданная в 2013 году и реализуемая в настоящее время дополнительная общеобразовательная программа «Клуб активного отдыха «Ветер

перемен», которая стала Лауреатом областного конкурса проектов и программ, направленных на формирование здорового жизненного стиля подростков.

С самого начала деятельности были четко определены цели и задачи работы.

Цель: создание условий для самореализации личности в ходе активного времяпровождения (отдыха, свободного времени, туристических походов, экскурсий) через привлечение детей, подростков, молодежи, а так же их родителей к занятию спортом, туризмом, творчеством, проявления активной жизненной позиции в ходе подготовки и проведения клубных мероприятий, походов и выездов.

Задачи:

- быстрая и непринужденная социализация участников программ внутри разновозрастной и малознакомой группы;
- получение навыков ориентации в пространстве;
- развитие воображения и раскрытие творческого потенциала;
- наработка способностей мыслить не стандартно (способность нестандартного решения);
- развитие интеллектуальных способностей;
- развитие и активизация физических качеств (ловкости, меткости, координации движения, равновесия и т.д.).
- развитие коммуникативных способностей в ходе игровых, спортивных, обучающих занятий, походов, экскурсий, выездов на природу;
- содействие формированию направленности на здоровый образ жизни.

Неотъемлемой частью организации детского и семейного отдыха в Клубе стали именно семейные походы, походы выходного дня с образовательными и развивающими программами, командообразующими тренингами, циклом воспитательных досуговых мероприятий.

Почему выбрана клубная форма организации туристической деятельности?

Клуб – это общение, полезное времяпровождение, поездки, путешествия, познания природы, знакомство с родным краем, возможность увидеть мир своими глазами, активны отдых, интересные занятия. Новое – хорошо забытое старое, все лучшее из пионерии, туристских клубов и лагерей, дворовых дружных компаний –

адаптированное на современный информационный и социальный уровень. Даже если дети, повзрослев, забудут многие свои увлечения, полученный когда-то в детстве коммуникативный опыт, навыки и умения активного времяпровождения, заинтересованность и увлеченность нужным и полезным, станут прочной основой для самореализации личности во взрослой жизни.

Что делает наш Клуб активного отдыха «Ветер перемен» успешным?

Крепкий, дружный и сплоченный коллектив, где коллеги не соперники, а единомышленники, стремящиеся к одной цели.

Ведь известно, что птицы, летящие в стае, способны преодолеть расстояние вдвое большее, чем по одиночке.

Если вы выбираете беспрецедентные цели, то ключ к успеху в их достижении - создание команды единомышленников, чемпионов.

В зависимости от категорий лиц, осуществляющих туристические путешествия (поездки, посещения), их целей, объектов, используемых или посещаемых, или других признаков существуют разнообразные виды туризма. Остановимся на том виде, который соответствует целям, задачам, содержанию деятельности Клуба активного отдыха «Ветер перемен» (далее КАО «Ветер перемен»).

Представляем практику организации самодеятельного воспитательного туризма в Клубе активного отдыха «Ветер перемен».

Организация самодеятельного туризма строится в основном на принципах самообеспечения и самообслуживания, т.е. в самодеятельных путешествиях туристы находятся на полном самообслуживании, сами решают все вопросы, связанные с выбором маршрута, обеспечением снаряжением разработкой графика движений. Это не значит, что самодеятельный турист полностью бесконтролен. Он вполне организован, действует по разработанному маршруту и графику движения, включает в себя различные досуговые, спортивно-оздоровительные мероприятия.

Самодеятельный туризм способствует оздоровлению организма, имеет большую познавательную ценность, активно воздействует на всестороннее развитие личности и ее нравственных качеств, воспитывает чувство самоутверждения и самореализации.

Самодеятельный туризм как воспитательная система, создающее своеобразное «воспитательное пространство», обладает мощным социализирующим потенциалом, образовательным, воспитательным, оздоровительным.

Туристские маршруты проходит и в горах, в лесистой местности с прекрасным ландшафтом, богатой разнообразной растительностью. Меняющиеся пейзажи создают повышенное эмоциональное состояние. Знакомство с народным творчеством, произведениями искусства развивает воображение и способность воспринимать и ценить прекрасное. Велико значение туризма как формы активного отдыха для укрепления здоровья, закаливания организма.

В деятельности «Клуба активного отдыха «Ветер перемен» успешно реализуются разнообразные туристические программы, разработаны туристические маршруты.

Туристические маршруты – это *однодневные программы* «Я и моя команда 1 и 2», «На перевале», а также *многодневные* - «Робинзоны» (5 дней), «Остров сокровищ» (12 дней), «Живая река» (14 дней).

Клуб активного отдыха: походы выходного дня, экспедиции и походы на Байкал, Алтай, Эльбрус, в Карелию, экскурсионные поездки в Москву, Санкт-Петербург, Уфу, Казань летний **отдых** в Сочи и др.

Такие туристические программы туристических маршрутов позволяют увидеть на практике, какое воспитательное значение имеет организация свободного времени для детей, подростков и молодежи в условиях учреждения дополнительного образования детей, наполненного незабываемыми разнообразными приключениями, испытаниями, событиями.

Все программы предназначены для отдыха в течение всего календарного года.

Основная цель туристических программ, маршрутов – создание условий для самореализации личности через привлечение детей, подростков, молодежи, а так же их родителей к занятию спортом, туризмом, творчеством, проявления активной жизненной позиции в ходе подготовки и проведения клубных мероприятий, экскурсий, походов и выездов, массовых мероприятий, разработке маршрутов, выполнении функции наставников, гидов-проводников, инструкторов и др.

Отличительные особенности программы

Содержание программы предполагает:

- развитие устойчивого познавательного интереса подростков, мотивации к познанию нового;
- разрешение подростками проблемных ситуаций и моделирование их социально – активных действий;
- использование, расширение и закрепление полученных знаний основ туризма в походах, экскурсиях.

Принципы организации туристских походов

Географический принцип: внутренний (по Самарскому краю и в пределах России).

Направление туристического потока: выездной (походы выходного дня однодневные и многодневные походы).

Цель походов:

- рекреационный (с целью отдыха, знакомства с достопримечательностями, тематические походы);
- оздоровительный отдых;
- познавательный отдых;
- приключения.

Способ передвижения:

- пешеходный;
- железнодорожный;
- смешанный.

Средства размещения: палаточный лагерь, стационарный лагерь

Количество участников (состав): групповой (смешанный)

Продолжительность пребывания:

- кратковременный
- долговременный

Расположение туристического места:

- пригородный

- лесной

- водный

Организационная форма туризма: организованный, самостоятельный

Особенность программ смен выездных палаточных лагерей (походов)

Клуба активного отдыха «Ветер перемен»

- Программы, которые позволяют испытать разные модели поведения и взаимодействия со своими сверстниками, получить навыки командной работы, сделать свой вклад в достижение командной цели.



- Школа индивидуального роста, которая дает возможность лучше познать себя и других своих сверстников, ощутить свои сильные и слабые стороны; выйти, открыть новые возможности, получить опыт коллективного взаимодействия, участия в игре, получить переживания и различные эмоции, торжество победы, доверие, чувство локтя.
- Осознание открытия, осознание полученного опыта и пережитых ощущений в ходе коллективных обсуждений или индивидуального общения.
- Уроки и выводы, полученный опыт в некоторых смоделированных ситуациях и перенос его в жизненные ситуации.
- Участники получают бесценный опыт взаимодействия друг с другом. Внутригруппные конфликты, как правило, исчезают. Дети становятся общительнее, добрее друг к другу. Появляются навыки работы в команде.
- Нет сложных упражнений, все задания даются с учетом возраста группы. Это не только упражнения, это еще и путешествие в волшебный мир, которое остается на всю жизнь.

- Вечером, все участники похода, дети и взрослые, вместе сидя у костра или на «Свечке» подводят итоги дня, вспоминают, что за приключение, эмоции пережил каждый участник.

Коллективная поездка - это серьезный шаг к становлению крепкой команды.

Заботливые инструктора приготовят множество разнообразных заданий. На первый взгляд они элементарные - три веревки, две доски... И вначале практически каждый пытается все выполнять, работая на себя, и слушая, соответственно только себя.

Предлагается комплекс командных игр, позволяющих осознать собственную ценность в команде и почувствовать эффективность командной работы. Упражнения построены так, что выполнить их можно, только объединив идеи, внимание и усилия всего коллектива.

Участникам похода предоставляется возможность не только отдохнуть, но и поучаствовать в увлекательных приключениях. Поэтому метод командообразования, который применяется в походах, позволяет в достаточно короткие сроки узнать человека ближе и построить отношения, необходимые для дальнейшей работы.

Как правило, заранее не оглашается содержание деятельности на том или ином туристическом маршруте. Все узнается – на месте.

Всегда действует вот такое обращение к участникам туристических программ -

«В наших программах Клуба активного отдыха «Ветер перемен», общаясь с другими, ты усваиваешь знания, накопленные человечеством, его опыт, ценности и способы деятельности, то есть общение является важнейшим условием развития человека и как основа наших программ складывается из возрастного общения, так как на программах участники учатся заботе, поддержке, пониманию.

Сколько бы тебе не было лет 7 или 13,16,18,25,40- принимай человека таким, какой он есть. Найди в нем ценности и уникальность. Ведь каждый человек неповторим.

На наших программах мы на «ты» и по имени. И тогда ты такой же, как и я.

Тебя понимают, принимают и неважно выше ты меня или нет, старше или младше.

Ребята на программах приобретают навыки и умения через практику. Все можно пощупать и попробовать + эмоционально проживаются ситуации.

Каждый участник сам для себя ставит планку возможностей. А ребята, вожатые и инструкторы поддерживают тебя в твоём намерении и радуются вместе с тобой за твои открытия и победы.

Что нас учит: жизненный опыт, ошибки, природа, ситуации.

В дальних походах мы скучаем по дому, по семье и это хорошо. Ведь только в разлуке ты понимаешь ценность тех вещей, которые для тебя кажутся обыденными в жизни.

Ребята лечат друг друга не только пластырем и йодом, а, прежде всего, добрым словом, любовью.

Здесь нет тусовки мальчиков и девочек. Есть дружба, которую ценят, есть товарищи, которые в трудную минуту придут к тебе на помощь.

Но за тебя никто ничего не сделает. Тебе придется все сделать самому. И только так ты чему-то сможешь научиться.

Да, может быть тяжело. Но никто не говорит, что будет легко.

Но есть команда, которая тебя всегда поддержит. И это главное!»

Содержание программы обучения предполагает:

- освоение и приобретение обучающимися основных знаний, способствующих укреплению здоровья и закаливанию, всесторонней физической подготовке, развитию координации движений, быстроты, ловкости, гибкости, силовых качеств, изучение более сложных технических приемов и тактических действий спортивных игр;
- освоение техники и тактики спортивно-оздоровительного туризма;
- умение организовывать жизнедеятельность группы в различных условиях, научиться преодолевать сложные естественные препятствия, оказывать первую медицинскую помощь, вести инструкторскую деятельность в своём микроколлективе.

Содержание и методика подготовки к походам

Программа предусматривают обучение азбуке туризма - сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных сведений о своем крае, элементарных понятий об ориентировании на местности, знаний основ топографии, гигиены туриста, первой доврачебной помощи.

Подготовка походов включает изучение и разработку маршрута, распределение обязанностей, организационную и хозяйственную подготовку. Маршруты походов построены так, чтобы группа могла познакомиться с историей, географическими особенностями края, наиболее типичными формами рельефа, рекой, озером. Маршруты знакомят участников походов с наиболее характерными по природным условиям местами. В результате походов ребята приобретают знания по охране природы, памятников истории и культуры.

Обязанности между участниками похода распределяются так, чтобы каждый был занят посильным и интересным для него делом. Уделяется специальное внимание отработке таких элементов туристской техники, как установка туристских палаток, в обычных условиях и на скорость, разведение костра в различных условиях, переход через реку по бревну и вброд, ориентирование по карте, компасу и звездам, ходьба по заболоченной местности, по густому мелколесью, подъемы и спуски по заросшим склонам, определение сторон горизонта по местным признакам и по солнцу. За время похода участниками должна быть хорошо освоена система организации движения по маршруту и походного бивачного быта правильная укладка рюкзака, варка пищи, мытье посуды, личная гигиена, заготовка топлива и т. п.

Особенно важно не только научить ребят, привить им те или иные туристские навыки, но и морально подготовить их к преодолению любых трудностей и лишений в пути, к умению брать на себя большую часть работы, воспитать готовность каждого в любой момент прийти на помощь товарищу.

С этой целью для программ выездных палаточных лагерей (походов) разработаны организаторами и приняты всеми участниками походов следующие основополагающие ЗАПОВЕДИ и ПРАВИЛА нахождения в походе.

ЗАПОВЕДИ (общение)

1. Общаясь с другими, ты усваиваешь знания, накопленные человечеством, его опыт, ценности и способы деятельности, на программах участники учатся заботе, поддержке, вниманию.
2. Сколько бы тебе не было лет 7 или 13,16,18,25,40 – принимай человека таким, какой он есть. Найди в нем ценности и уникальность. Ведь каждый человек неповторим.
3. На наших программах мы на «ты» и по имени, независимо от возраста и должности. И тогда ты такой же, как и я. Тебя понимают, принимают и неважно выше ты меня или нет, старше или младше.
4. Ребята на программах приобретают навыки и умения через практику. Все можно пощупать и попробовать и эмоционально прожить ситуацию.
5. Каждый участник сам для себя ставит планку возможностей. А ребята и инструкторы поддерживают тебя в твоём намерении и радуются вместе с тобой за твои открытия и победы.
6. Нас учит: жизненный опыт, ошибки, природа, ситуации.
7. В дальних походах мы скучаем по дому, по семье и это хорошо. Ведь только в разлуке ты понимаешь ценность тех вещей, которые для тебя окажутся обыденными в жизни.
8. Ребята лечат друг друга не только пластырем и йодом, а, прежде всего, добрым словом, любовью, вниманием и заботой.
9. Здесь нет тусовки мальчиков и девочек. Есть дружба, которую ценят, есть товарищи, которые в трудную минуту придут к тебе на помощь. Но за тебя никто ничего не сделает. Тебе придется все сделать самому. И только так ты чему-то сможешь научиться.
10. Да, может быть тяжело. Но никто не говорит, что будет легко. Но есть команда, которая всегда тебя поддержит. И это главное!

ПРАВИЛА (поведения)

- 1.1. «00» - быть пунктуальным (всегда и везде быть вовремя).
- 1.2. «Правой руки» - говорит один и все слушают.

- 1.3. «Ответственности» - своевременно и качественно выполнять указания и поручения вожатых и инструкторов.
- 1.4. «Отвергай - предлагай, предлагаешь – делай».
- 1.5. «Айболита» - быть ответственным за свое здоровье. Прежде, чем совершить что-то, подумай, насколько это безопасно для твоего здоровья. Своевременно информировать инструктора об ухудшении состояния здоровья и травмировании. Сообщать инструктору, если кто-нибудь из участников похода нуждается в помощи.
- 1.6. Строго соблюдать дисциплину. Не курим, не пьем напитки, изменяющие сознание.
- 1.7. «Кота Леопольда» - не ссоримся, учимся договариваться во всех ситуациях, даже тогда, когда кажется это невозможным, не строим козни, сплетничаем.
- 1.8. «Зеленый закон» - не мусорим, живое не сдираем, оставляем место чище, чем было.
- 1.9. «Бутерброда» - делишься со всеми.
- 1.10. «Этикета» - не ругаться бранными словами, а также словами, оскорбляющими достоинство каждого, в т.ч. используя названия животных.
- 1.11. «Безопасности» - немедленно сообщить инструктору о любой замеченной опасности.
 - У костра для работы с котлами пользоваться перчатками. Дежурные у костра должны быть обуты и одеты, определить у костра сектор, где ставят котлы с кипятком и горячей едой, другим туда не ходить.
 - За дровами ходить обутыми и одетыми в длинную одежду, при заготовке веток беречь глаза, не работать близко друг к другу. Пилить сушняк в присутствии взрослых, строго соблюдать меры безопасности.
 - В целях обеспечения пожарной безопасности запрещается: оставлять непотушенный костер; играть спичками, зажигалками, зажженными ветками при ветре, внутри и около палаток; не допускается использование открытого огня в палатке (свечи, зажигалки).
 - Купаться можно только с разрешения и в присутствии инструктора в определенной зоне, выходить за ее пределы запрещается.

1.12. Все как одна команда участвуют в мероприятиях.

1.13. Тихое время – не шумим после обозначенного времени, и мешаем отдыхать членам команды.

1.14. Общий сбор – команда, при которой необходимо срочно собраться.

В программе уделяется больше внимания практической работе с обучающимися по подготовке каждого похода. Значительное внимание уделяется тактике и технике походов, туристскому хозяйству.

Практические занятия при подготовке к походу и во время него строятся так, чтобы ребята научились все делать самостоятельно.

В результате участия в программе смен выездного палаточного лагеря (похода) Клуба активного отдыха «Ветер перемен» формируется адекватная самооценка и способность принимать решения и нести ответственность за свои поступки, мотивация к познанию через занятия физической культурой, спортом и туризмом, навыки гигиены, охраны труда и окружающей среды.

Основные умения и навыки, приобретенные во время программы выездных палаточных лагерей (походов)

- *обучение азам пребывания человека на природе, навыки выживания;*

- *обучение навыкам:*

- как сложить рюкзак;
- как разжечь костер;
- как заготовить дрова;
- как ориентироваться на местности с помощью компаса, карт и без всего;
- как установить палатку;
- как построить временное жилье;
- как оборудовать место стоянки;
- как научиться выживать в дикой природе;
- как приготовить пищу, используя всякие походные рецепты;
- как изготовить посуду из подручных средств;
- как оказать первую медицинскую помощь;
- как построить походную баню;
- как строить защиту от ветра, от холода, ну и просто для уюта;

<ul style="list-style-type: none"> - обдуманно и пристраховано лазить по скалам и оврагам, привязываться и заузливаться (вязать узлы); -преодолевать ручьи и реки; - научишься скалолазанию
<ul style="list-style-type: none"> • <i>участие:</i> <ul style="list-style-type: none"> - в рыбалке; - в командных играх;
<ul style="list-style-type: none"> • совершенствование физической формы организма, получая заряд бодрости, даже если все очень грустно, мерзко, мокро, холодно и противно;
<p><i>а также получить незабываемые впечатления, сюрпризы, подарки, веселые вечера и много фотографий!</i></p>

Успех обучения и совершенствование навыков, полученных в туристских походах, зависит от методов работы педагога - наставника. Только правильное, гибкое и творческое сочетание методических приемов обеспечивает качественное овладение участниками программного материала.

Методический компонент включает в себя методические рекомендации по теории и практике при подготовке к выездной смене палаточного лагеря (похода).

Воспитательный компонент программы реализуется, прежде всего, через личностный подход, который предполагает в качестве ведущего ориентира, основного содержания и главного критерия успешности реализации программы не только знания, умения, навыки, функциональную подготовленность к выполнению определенных видов деятельности в рамках программы, но и формирование и воспитание личностных качеств: нравственно-физических, волевых.

Для эффективной реализации программы необходимо *методическое обеспечение:*

- рекомендации по проведению теоретических и практических занятий;
- разработка инструкций, памяток;

-разработка спортивных игр, сценариев массовых и досуговых мероприятий, программ соревнований.

Кадровое обеспечение

Полноценная реализация программы предполагает привлечение различных специалистов:

- педагоги дополнительного образования, имеющие высшее образование, достаточные теоретические знания и опыт практической деятельности в спортивной, туристской области, обладающие необходимым объемом знаний по возрастной психологии, знающие педагогические технологии, методы и формы работы, специфичные для УДОД;
- методист – для методического сопровождения программы.

Материально-техническое обеспечение

- оборудование, имеющиеся в Центре и специально приобретенное родителями спортивное, туристское снаряжение;
- канцелярские принадлежности.

Заключение

Лучшим и наиболее эффективным способом восстановления физических и духовных сил является активный отдых, который должен рассматриваться как одна из основных потребностей человека. Наиболее доступным и полезным видом активного отдыха является туризм.

Туризм и здоровье неотделимы. Туристские походы, путешествия не только способствуют физическому закаливанию организма, снимают усталость, укрепляют нервную систему, они все больше становятся настоятельной потребностью человека как активный, насыщенный физическими нагрузками отдых.

Туризм -- мощное средство профилактики различных заболеваний, в особенности сердечно-сосудистых, болезней нервной системы, органов дыхания, пищеварения. В настоящее время надо шире использовать походы выходного дня для подготовки детей, подростков и молодежи к более сложным путешествиям, отработки техники, проверки снаряжения. Таким

образом, в походах -- высок не только оздоровительный и спортивный, но и воспитательный и образовательный эффект.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение №1

Программа смены выездного палаточного лагеря (похода)

«Сплав по реке Ай»



В основе программы любого выездного палаточного лагеря (похода):

- быстрая и непринужденная социализация участников программ внутри разновозрастной и малознакомой группы;
- получение навыков ориентации в пространстве;
- развитие воображения и раскрытие творческого потенциала;
- наработка способностей мыслить нестандартно (способность нестандартного решения);
- развитие интеллектуальных способностей;
- развитие и активизация физических качеств (ловкости, меткости, координации движения, равновесия и т.д.);
- преодоление препятствий разной сложности, захватывающие игры;
- приобретение навыков, необходимых для жизни в дикой природе;
- развитие коммуникативных способностей в ходе игровых, спортивных, обучающих занятий, походов;

- патриотическое, духовно - нравственное воспитание в ходе ознакомления участников программ с природно-краеведческими возможностями своего края;
- содействие формированию направленности на здоровый образ жизни.

К каждому походу разработана **«Маршрутная книжка Программы активного отдыха»**, включающая основные данные о походе и содержании деятельности во время его проведения.

Название: Сплав по реке Ай

Дата: 19.06.2016 – 30.06.2016 г.

Продолжительность похода: 12 дней

Заповеди (общение)

Правила (поведения)

Маршрут программы: Тольятти – Самара – Сулея – Лаклы – Самара – Тольятти

Количество участников: 31, из них взрослых 29, детей 22

Возрастная группа: 3,5 – 17 лет

Цель и задачи программы похода: закрепить во время похода навыки туризма, сплочение детского коллектива в разновозрастной группе. Формирование толерантности. Знакомство с культурой разных стран в форме Дней той или иной страны (Россия, Украина, Узбекистан, Белоруссия, Грузия, Болгария, Япония, Казахстан, Китай)

Сюжет программы: Дружба народов разных стран

Справочные сведения о программе.

- район путешествия (похода): Челябинская обл, Башкирия

-вид туризма: железнодорожный (проезд до места начала сплава), водный (сплав по реке Ай)

-способ передвижения на сплаве: тримаран «Штурм»

Краткие географические данные.

Река Ай - река на Южном Урале, левый приток реки Уфы. Длина — 549 км (из них: 271 км в Челябинской области, 278 км в Республике Башкортостан), общее падение — 714 м, площадь бассейна — 15 тыс. км². Маршрут проходит по Челябинской

области и Башкортостану. Река Ай берёт начало в горной седловине между уральскими хребтами Аваляк и Уреньга, на высоте около 1000 метров над уровнем моря.

Название реки переводится с башкирского, как «лунная», «светлая» или «красивая». Река вполне оправдывает такое поэтическое название.

Ай можно разделить на горную и равнинную части. Наиболее привлекательная для сплава горная часть - от истока и до села Лаклы Салаватского района Башкортостана. Здесь она течет между красивых гор Южного Урала, в обрамлении высоких скал с пещерами. Далее уже начинается равнинная часть, малоинтересная для туристов.

Сплавной участок реки Ай начинается от станции **Кусинский завод** (ж/д линия Михайловский завод – Бердяуш). Здесь в Ай впадает один из основных притоков – река Куса. Река течет в обрамлении красивых гор и скал.

На реке много перекатов и мелей. Чтобы не повредить плавсредства иногда приходится выходить из судна и проводить его по мели вручную, особенно в середине лета.

Состав вожатского отряда (список вожатых)

Описание программы похода по дням:

-дата, определяется тема дня, например, тема 2 дня – День России.

В течение дня все посвящено России. Знакомство с культурой страны. Все общаются на языке страны. В этот день используются в одежде цвета национального флага. Эмблема страны.

Меню из блюд национальной кухни.

Игры страны и т.д.

Далее по распорядку дня:

- подъем, зарядка, оргсбор, время для личной гигиены.
- Маршрут движения определяется
- Завтрак. Общелагерное дневное мероприятие. Обед.
- Время для купания. Игры или какое- либо мероприятие.
- Подготовка к вечернему мероприятию.
- Ужин. Вечернее мероприятие.

- Общелагерная «Свечка» - огонек, где обсуждается прошедший день. «Что я жду от сплава?», «Яркие впечатления от 2-х дней пребывания в лагере (походе)», «Что я хочу изменить, сделать лучше».

Отбой.

Планерка педагогов, вожатых, инструкторов (что получилось и не получилось).

Выводы.

Заключение

А теперь об основных принципах организации туристских походов и принципах нашей работы:

- действовать - основной принцип наших интерактивных туристических программ;
- подготовиться теоретически, оказаться в ситуации, где приходится действовать самим;
- достигнуть включенности и заинтересованности каждого за счет деления на группы во главе с руководителем, вожатым, инструктором;
- профессионализм педагогов, вожатых, инструкторов;
- проведение большей части тренингов, игр, мероприятий, упражнений на свежем воздухе;
- достигнуть личных результатов каждому участнику;
- развивать умения работать в команде.

Лучшим и наиболее эффективным способом восстановления физических и духовных сил является активный отдых, который должен рассматриваться как одна из основных потребностей человека. Наиболее доступным и полезным видом активного отдыха является туризм. Туризм и здоровье неотделимы. Туристские походы, путешествия не только способствуют физическому закаливанию организма, снимают усталость, укрепляют нервную систему, они все больше становятся настоятельной потребностью человека как активный, насыщенный физическими нагрузками отдых. Туризм - мощное средство профилактики различных заболеваний, в особенности сердечно-сосудистых, болезней нервной

системы, органов дыхания, пищеварения. В настоящее время надо шире использовать походы выходного дня для подготовки детей, подростков к более сложным путешествиям, отработки техники, проверки снаряжения. Таким образом, в походах высок не только оздоровительный и спортивный, но и воспитательный и образовательный эффект.