ПОДЪЕМ К ВЕРШИНЕ: ОПЫТ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММ ПО СКАЛОЛАЗАНИЮ И ПЕШЕХОДНОМУ ТУРИЗМУ

*Жидкович Н. В., педагог*

*дополнительного образования*

*ГУО «Слонимский районный центр*

*творчества детей и молодёжи»*

Здравствуйте. Меня зовут Жидкович Николай Васильевич. Я руководитель объединений по интересам «Пешеходный туризм» и «Спортивное скалолазание».

Целью деятельности объединения по интересам «Спортивное скалолазание» является формирование физически развитой, социально активной, интеллектуально и творчески развитой личности учащегося через занятия скалолазанием спортивным.

Для реализации данной цели в течении года выполняются следующие задачи:

содействие воспитанию волевых, дисциплинированных учащихся, обладающих высоким уровнем социальной активности и ответственности;

выявление способных учащихся для привлечения их к специализированным занятиям для достижения высоких спортивных результатов;

стараюсь создавать условия для самореализации, всестороннего физического и нравственного развития учащихся;

также содействовать профессиональной ориентации учащихся.

Реализация программы объединения по интересам «Спортивное скалолазание» происходит по трем основным направлениям.

1 направление – лазание на скорость.

Лазание на скорость один из самых простых видов скалолазания. Цель данного направления подняться до конца трассы за короткое время. В лазании на скорость используется верхняя страховка. На данном видеоролике вы можете видеть тренировку воспитанника нашего центра, неоднократного призера областных соревнований Мороза Алексея. Кроме тренировок в нашем центре он посетил множество скалодромов нашей Республики. Конкретно это тренировка проходила на сколодроме Динамо в Минске.

2 направление – лазание на трудность.

В данном направлении неважна скорость прохождения трассы как правило трассы достаточно длинные с трудными элементами. В лазании на трудность используется нижняя страховка. Задача участников пройти трассу от начала и до конца. Победитель становится тот, кто пройдет дистанцию и коснётся финального зацепа.

3 направление – боулдеринг.

Боулдеринг это вид скалолазания который состоит из серии кротких предельно сложных трасс, состоящих из 5 – 8 перехватов. Задача спортсменов добраться до финального зацепа, который называется top используя малое количество зацепов и продержаться на ней 2 руками не менее 3 секунд. Победителем становится тот, кто за меньшее количество попыток пройдет все заранее установленные судейской коллегией трассы.

Целью объединения по интересам «Пешеходный туризм» является формирование физически здоровой, социально адаптированной, интеллектуально развитой личности через занятия туристско-прикладным многоборьем.

Задачи, которые необходимо реализовать в течении учебного года:

содействие развитию специальных физических и интеллектуальных качеств учащихся;

формирование знаний, умений и навыков по технической и тактической туристской подготовке;

вовлечение учащихся в практическую туристскую и спортивную деятельность;

создание условия для самореализации, всестороннего физического и нравственного развития учащихся.

Реализация программы происходит по трем основным направлениям.

1 направление – походная подготовка.

Подготовка к походу. Изучаем личное и групповое снаряжение. Учимся правильно укладывать рюкзак. Изучаем правильную установку палатки, размещение вещей в ней. Учимся правильному движению в походе. Определению мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Со своими воспитанниками в 2023 году мы поучаствовали в походах: «Звездный поход весна-2023», где заняли первое место, «Звездный поход лето-2023», «Звездный поход осень - 2023». В конкурсе «Путешествуй вместе с нами» мы заняли первое место в номинации «видео по походам» и 2 место за организацию и проведение районных соревнований.

2 направление – подготовка по пешеходному туризму в технике туристко-прикладного многоборья.

На протяжении учебного года мы с ребятами готовимся и учувствует в соревнованиях по виду спорта спортивный туризм. На данном видеоролике вы можете посмотреть, как наша команда участвовала в областных соревнованиях по ТПМ в а.г. Коптевка. Многие ребята и родители, когда слышат название «Пешеходный туризм» не совсем понимают, чем мы занимаемся. А ребята, которые посещают наши занятия из тренировки к тренировке проделывают огромную работу для совершенствования своих умений и навыков в данном направлении. На видео можно посмотреть, чем ребята занимаются на занятиях.

3 направление. Спортивное ориентирование.

В программе отведен отдельный раздел для изучения спортивного ориентирования. На занятиях по спортивному ориентированию мы изучаем что такое ориентирование, его виды. Виды соревнований по спортивному ориентированию. Проходим топографическую подготовку. Изучаем карты, планы местности, изучаем компас и его правильное использование.

Учимся измерять расстояние по карте. Изучаем методы определения сторон горизонта. Изучаем условные знаки.

На протяжении 2023-2024 учебного года мы приняли участие в 6 соревнованиях и добились следующих результатов.

В соревнованиях по спортивному скалолазанию в виде «трудность» в личном зачете 1 диплом первой степени 2 диплома второй степени и один диплом 3 степени в командном зачете 2 диплома 1 степени 1 диплом 2 степени и 1 диплом 3 степени.

В соревнованиях по спортивному скалолазанию в виде «боулдеринг» в личном зачете 1 диплом 1 степени 1 диплом 2 степени и 1 диплом 3 степени в командном зачете.

Наш воспитанник Мороз Алексей принял участие в республиканских соревнованиях по туристско-прикладному многоборью где занял 3 место в личном зачете.

На областных соревнованиях по туристско-прикладному многоборью в личном зачете 2 диплома 3 степени и в командном зачете 1 диплом 3 степени.