

«день, проведенный ребенком среди рощ и полей... стоит многих недель, проведенных на учебной скамье»

Ушинский К.Д



Туризм, как эффективная форма организации досуга во внеурочной деятельности



Чехомов Максим Леонидович,

- педагог дополнительного образования
МАОУ МО Динской район СОШ №35,
- кандидат технических наук,
- Чемпион Краснодарского края по горному туризму,
- Чемпион России по пешеходному туризму,
- Председатель туристско-спортивной МКК МО
Динской район,
- «Полярный волк».

Проблематика



Исследования по проблематике

Исследование Асташкиной А.А. проведенных над группами детей в возрасте 12-16 лет, занимающихся походным туризмом 4-5 часов в неделю. При этом контрольная группа состояла из ребят не занимающихся спортом или посещающих спортивные секции других видов, а обе группы и экспериментальная и контрольная посещали уроки физкультуры 3 раза в неделю.

Результаты исследований показали **рост выносливости**:

- в тесте «6-минутный бег» по Г. П. Богданову в 1,7,
- в тесте 12-ти-минутный тест по Куперу - в 2,6 раза.

Результаты **общего физического** развития юных туристов, оказались выше в среднем примерно на 20%.

Исследование проведенное Фалькенберг О.А. среди подростков в возрасте подростков 13 – 17 лет показало **рост успеваемости** в классе туристской направленности по сравнению с контрольными классами на 28% за 4 года.

Исследования по проблематике

Научное исследование проведенное канд.пед.наук , Сорокиной Е.Н. показало использование туристско-краеведческой деятельности, проводимой в течении 2 лет, в образовательной организации, положительно влияет на показатели, характеризующие физическое состояние подростков, психопатическое развитие, риск социальной адаптации, интеллектуальную сферу личности, коррекцию девиантного поведения и административно-правовые нарушения.

Физическая подготовленность (суммарно по шести тестам, за два года занятий) улучшилась на 622,4%; **физическая работоспособность** (PWCno) - 33,9%.

Тип акцентуации характера: увеличилось на 20% гипертимных подростков, уменьшилось на 10% -эпилептоидных, на 5% - психастенических/ на 5% - шизоидных.

Риск социальной адаптации: на 50% уменьшилась склонность к алкоголизации и на 10% - склонность к психопатии, на 70% снизился риск социальной дезадаптации и на 40% высокий уровень риска депрессивного состояния, на 30% увеличилось количество подростков, у которых отсутствует риск депрессивного состояния.

Коррекция девиантного поведения и административно-правовые нарушения: 75% подростков сняты с учета в медицинских учреждениях у аллерголога, нарколога, психоневролога: 60% -сняты с учета по исправлению.

Исследования по проблематике

Согласно проведенного нами исследования, занятия туристско-краеведческой деятельностью **повышаем иммунитет**, что проявляется в **15% снижении сезонных заболеваний** юных туристов, по сравнению с контрольной группой.

Кроме того проведенный нами опрос более чем 200 подростков показал, что 83 % подростков оценивают туристский поход – это **самое яркое событие в своей жизни** или яркое и интересное, которое хотелось бы повторить.



Выводы исследований

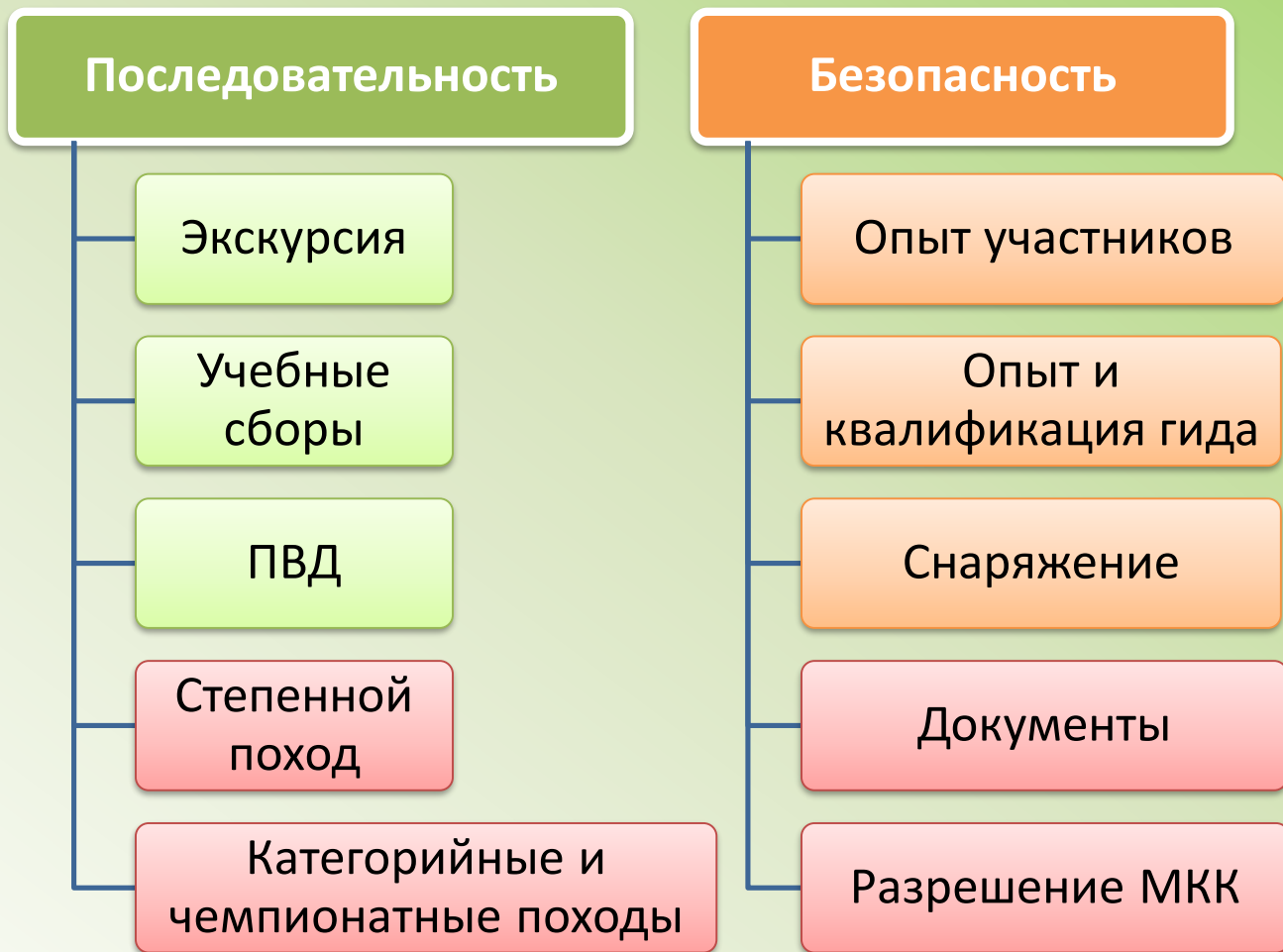
«Походный туризм - самое эффективное средство гармоничного развития молодой личности»

(из Постановления №24-12 от 04.12.2004 г.

Межпарламентской ассамблеи государств-участников СНГ).



Принципы туристско-краеведческой деятельности





Туристско-спортивная МКК МО Динской район



Сайт: <https://mkk-dinsk.nethouse.ru/>
Мы в ВК: <https://vk.com/vezdehody23>



Е-mail:
chehomof@yandex.ru
Тел.: **8-918-635-98-22**
(ВатсАпп, ТГ, Макс)



Мероприятия МКК.

Однодневные походы, учебно-тренировочные сборы и ПВД.



Школа начальной туристской подготовки «ВездеХоды»



с 26 октября

4-х-дневный практический курс по основам туризма

(организация безопасного похода, походное снаряжение, разведение костра, топография, установка палатки, преодоление природных препятствий....).





Мероприятия МКК.



Районные многодневные
походы и туриады.





Муниципальные этапы краевых мероприятий



Туристское лето 2025



**Районная школа начальной
туристской подготовки
более 101 учащихся**



**Районные туристские походы
Краевая туриада «Звезда Кубани»
Районная туриада
«Битва за Кавказ»
более 140 учащихся**



*«...нет лучше метода развития и образования
молодежи как летние походы»
А.С. Макаренко*



Соревнования

13 декабря



✓ Открытое Первенство маршрутов Динского района (походы: степенные; 1 к.с.)



Федерация
спортивного
туризма
России

✓ Турнир Динского района по кибер-туризму (игры:

- выживание Лонг Дарк;
- СВО отряд 22)

✓ Кубок Динского района по фиджитал-туризму





Другие наши активности



- Мастер-классы по основам туризма и военной подготовки.
- Тематические конкурсы по темам мастер-классов.





Спасибо за внимание.

Чехомов Максим Леонидович

Тел. 8-918-635-98-22 (ВатсАпп, ТГ, Макс)

