ДОКЛАД

**Слайд 1.** Добрый день уважаемая комиссия, я представляю Вам свою ВКР.

**Слушатель - БРОСЛАВЕЦ ИРИНА ВАЛЕРЬЕВНА**

**ОСОБЕННОСТИ ФОРМИРОВАНИЯ ТУРИСТСКИХ НАВЫКОВ КАК ЭФФЕКТИВНОГО СРЕДСТВА ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ НОРМ ГТО**

**СЛАЙД 2.** Туризм как средство физического воспитания имеет естественный прикладной характер. Он включает разнообразные по форме и содержанию двигательные действия по рациональному преодолению значительных расстояний в малонаселенной местности, выполняемые в естественных условиях коллективными усилиями. Основной целью является формирование у человека умений и навыков, необходимых ему в производственной, военной и бытовой деятельности, с одновременным решением воспитательных, образовательных, оздоровительных и спортивных задач.

**Объект** **исследования** – процесс физического воспитания обучающихся 13-14 летнего возраста.

**Предмет** **исследования** – методика формирования туристских навыков в процессе подготовки обучающихся к выполнению норм ГТО.

**Целью** исследования является освещение вопроса о влиянии занятий туризмом на физическую подготовку подростков 13-14 лет, как средства в подготовке сдачи норм ГТО.

**Гипотеза исследования**. Предполагается, что систематические занятия туризмом играют большую роль в воспитании, обучении и физическом развитии личности обучающихся, а также являются эффективным средством развития основных физических качеств, а следовательно и средством подготовки к успешной сдаче норм комплекса ГТО.

**Задачи исследования:**

1. Провести анализ научно-методической литературы по проблеме исследования.

2. Определить особенности влияния спортивных походов на уровень развития основных физических качеств обучающихся в процессе подготовки к выполнению норм ВФСК ГТО.

**СЛАЙД 3.** Исследование проводилось с группой туристов МАОУ лицей пгт. Афипского МО Северский район, Краснодарского края в январе-октябре 2019 г. Возраст детей 13-15 лет в составе 15 человек.

В основе исследования осуществляли теоретическое изучение научно-методической литературы по проблеме исследования, а также организовали практическое участие детей в походах:

1. Март – апрель – 2 трехдневных похода (происходило формирование туристской группы),
2. Июнь – поход 1 категории сложности.
3. Август – поход 2 категории сложности.

**СЛАЙД 4.**

**В исследовании для проверки основных двигательных качеств я выбрала следующие нормативы IVступени ГТО нормативов**

**Норматив для проверки выносливости –**

*- бег на 2000 метров.*

**Норматив для проверки скоростно-силовых качеств -**

*– прыжок в длину с места толчком двумя ногами.*

**Норматив для оценки развития гибкости**

*– наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамейке*

**СЛАЙД 5-7. Походы фото и описание маршрута**

**СЛАЙД 8.** После походов (ПВД) и восстановительных мероприятий были проведены испытания по выбранным тестам ГТО, которые дали следующие результаты: 4 человека (28 %) - не выполнили нормы вообще, 5 (33%) человек - выполнили испытания на бронзовый значок, 5 (33%) - на серебряный и только 1 (6%) человек – на золотой.

После похода 1 КС и восстановительных мероприятий были проведены испытания по выбранным тестам ГТО. Получаем промежуточный результат в нашем исследовании: тест выполнили все участники похода: 7 (47%) человек - выполнили испытания на бронзовый значок, 7 (47%) - на серебряный и 1 (6%) человек – на золотой.

После похода 2 КС и восстановительных мероприятий были проведены итоговые испытания по выбранным тестам ГТО и представлены итоги нашего исследования: тест выполнили все участники эксперимента: 3 человека (20%) - выполнили испытания на бронзовый значок, 8 человек (53%) - на серебряный и 4 (27%) человека – на золотой.

**СЛАЙД 9.**

**ВЫВОДЫ**

В результате проведения анализа научно-методической литературы выявлено, что активный туризм требует от путешественника силы, вы­носливости, быстроты, неприхотливости, закаленности, хладнокровия, владения специальной техникой. Приобрес­ти все эти качества, выработать специальные и физические навыки позволит туристу физическая подготовка. Физическая подготовка туриста должна быть непрерывной и круглогодичной. Физическая подготовка формируется в процессе использования следующих средств - утренней гимнастики, специальных занятий, походов выходного дня и категоричных походов.

После проведения педагогического эксперимента отметили, мы что уровень успешности в сдаче норм ГТО зависит от степени участия в спортивных походах, т.е. походы напрямую влияют на развитие основных двигательных качеств. Так, наиболее высокие показатели успешности продемонстрировали обучающиеся занимающиеся в отделении спортивного туризма. В тоже время наименьший уровень успешности в выполнении норм ВФСК ГТО мы определили у школьников, занимающихся по традиционной урочной форме обучения в общеобразовательной школе.

**Спасибо за внимание!!!!!**