



Образовательная программа  
**«ОРИЕНТИР 6.0.: МАРШРУТАМИ «ОРЛЁНКА»**



**Ф.И.О. участника** \_\_\_\_\_

**Делегация** (край/республика/область/округ) \_\_\_\_\_

Дорогой друг, рады тебя приветствовать в детском лагере «Олимпийский»! Приглашаем тебя стать участником Центра туристской подготовки, где ты приобретёшь новых друзей, расширишь свои знания о спортивных видах туризма или поисково-спасательных работах, а также станешь участником туристского похода по местам боевой славы Великой Отечественной войны.

### **В течение смены ты сможешь:**

- познакомиться с видами спортивного туризма;
- узнать специфику выбранного вида спортивного туризма или поисково-спасательных работ;
- научиться работать с туристским снаряжением;
- получить новый опыт в организации туристской деятельности;
- познакомиться с новыми для себя видами спорта и активного отдыха;
- расширить свои знания о здоровом образе жизни;
- расширить свои знания в сфере экологии;
- реализовать свои творческие идеи и таланты.

Все знания и умения, полученные на образовательных курсах, ты сможешь применить на контрольно-туристском маршруте и в итоговом походе в горы Кавказского хребта. По итогам участия в образовательной программе ты сможешь получить сертификат или грамоту.

Ключевой идеей смены станет сохранение памяти о Великой Отечественной войне. Ты посетишь туристские маршруты по местам боевой и воинской славы Туапсинского района. Знаковыми делами смены, в которых ты примешь участие, станут вечер памяти «Никто не забыт, ничто не забыто!», интеллектуальная игра «Великие сражения Великой войны», полевая конференция, приуроченная к 75-летию Победы в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов и 78-летию со времени начала битвы за Кавказ в Великой Отечественной войне.

Экскурсии по Центральной усадьбе и Детскому ботаническому саду раскроют тебе красоты «Орлёнка», Черноморского побережья. Ты примешь участие в вечере легенд и традиций, в музыкально-игровых часах, творческих делах, вечерних огоньках. Примешь участие в интеллектуальной игре «Маршрутами «Орлёнка», вечере орлятской песни – творческих делах, посвящённых юбилею ВДЦ «Орлёнок». Важно поучаствовать в познавательных занятиях «Час здоровья», «Олимпийский урок», «Кладовая памяти».



Вместе со своей командой, следуя маршрутами «Орлёнка», ты посетишь музей истории «Орлёнка», Аптеку для души (так мы называем нашу библиотеку), Дом авиации и космонавтики, Астрономическую обсерваторию, Аллею мастеров. Серия познавательных занятий «Есть идея!» и «От идеи к делу» поможет тебе стать организатором творческого, спортивного, интеллектуального дела совместно со сверстниками и взрослыми.

Активные участники смены, организаторы событий для своих сверстников, победители конкурсов и соревнований будут награждены грамотами и дипломами.

Осознать результаты жизни в команде и лагере, подвести итоги и получить заслуженные награды, сказать напутственные слова друзьям, получить звание «Орлёнка» тебе предстоит во время итоговых сборов команд, торжественной церемонии закрытия смены.

У тебя есть возможность выбрать **профильную команду (отряд)** по одному из видов спортивного туризма или поисково-спасательных работ исходя их твоих интересов.

Мы постараемся учесть все твои пожелания при распределении всех участников по профильным командам (отрядам). Помоги нам узнать твои интересы. Определи по степени интереса место для каждого профильного отряда (команды) от 1 до 4, где наибольший интерес – 1, наименьший – 4.

- «Горный туризм» (7 занятий)** – тебе предстоит пройти курс, в течение которого сможешь узнать о горном туризме, об особенностях тактики и техники горного туризма. На данном курсе познакомишься со специальным туристским снаряжением, которое используется во время совершения похода в горные районы. По итогам освоения курса ты сможешь преодолевать различные виды горного рельефа, вязать туристские узлы, ставить палатку, разводить костёр, а также совершишь восхождение на одну из гор Кавказского хребта.
- «Пешеходный туризм» (7 занятий)** – тебе предстоит пройти курс, на котором познакомишься с особенностями пешеходного туризма. Узнаешь тактику и технику пешеходного туризма, способы преодоления препятствий со специальным туристским снаряжением, которое используется в пешем походе. По итогам освоения курса ты познакомишься с видами туристских узлов и их назначением, научишься преодолевать препятствия и станешь участником туристского похода.
- «Спелеологический туризм» (7 занятий)** – на данном курсе ты познакомишься с таким видом спортивного туризма, как спелеотуризм, узнаешь тактику и технику спелеологического туризма, тактику передвижения и ориентирования в пещерах, познакомишься с туристским оборудованием, которое используется во время спуска в пещеры. По итогам освоения курса ты научишься ориентироваться на местности, вязать туристские узлы, ставить палатки, разжигать костры. Заключительным этапом станет поход с посещением одной из пещер Кавказского хребта.
- «Поисково-спасательные работы» (7 занятий)** – на данном курсе ты узнаешь о принципах проведения поисково-спасательных работ, научишься работать со специальным навигационным оборудованием, научишься оказывать первую доврачебную помощь, узнаешь правила выживания в природной среде. Заключительным этапом станет туристский поход и игра на местности, где ты сможешь продемонстрировать свои знания и умения, полученные в ходе занятий.



В смене у тебя есть возможность открыть для себя новые виды спорта, которыми, возможно, ты не занимался ранее. Выбери для себя **один блок**, который состоит из трёх видов спорта.

Помоги нам узнать твои интересы, определи по степени интереса для тебя каждый блок, где 1 – наибольший интерес, а 3 – наименьший.

- Первый блок (флорбол, мини-лапта, городки)**  
*Флорбол (1 занятие)* – командный вид спорта, на котором ты познакомишься с тактикой и правилами игры хоккей с мячом.  
*«Мини-лапта» (1 занятие)* – очень динамичная и интересная русская игра вновь набирает популярность. Ты познакомишься с правилами игры, научишься владеть спортивным инвентарём для лапты и размечать игровую площадку, примешь участие в соревнованиях.  
*«Городки» (1 занятие)* – русская народная игра, существующая более двух столетий. На данном занятии ты узнаешь технические приёмы, правила игры,крепишь свои знания в игровой деятельности.
- Второй блок (мини-ориентирование, тэг-регби, фрисби)**  
*«Мини-ориентирование» (1 занятие)*– ты научишься пользоваться картой, компасом, и на практике попробуешь пройти спортивный лабиринт.  
*«Тэг-регби» (1 занятие)* – ты познакомишься с невероятно увлекательной игрой на основе регби, её уникальными особенностями. Узнаешь базовые технические элементы и основы игровой тактики.  
*«Фрисби» (1 занятие)* – это не простая игра-развлечение на пляже, а ещё и спортивный снаряд для одноимённой, очень увлекательной и динамичной игры. Ты узнаешь базовые правила игры, технику броска летающей тарелки, познакомишься техническими приёмами игры в атаке и защите.
- Третий блок (бочче, тэг-регби, фрисби)**  
*«Бочче» (1 занятие)* – спортивная игра с мячом на точность. Ты познакомишься с правилами игры, тактикой бросков. Узнаешь примеры «правильных» и «неправильных» бросков при подкате мяча.  
*«Тэг-регби» (1 занятие)* – ты познакомишься с невероятно увлекательной игрой на основе регби, её уникальными особенностями. Узнаешь базовые технические элементы и основы игровой тактики.  
*«Городки» (1 занятие)* – русская народная игра, существующая более двух столетий. На данном занятии ты узнаешь технические приёмы, правила игры,крепишь свои знания в игровой деятельности.



Дополнительно ты сможешь принять участие в занятиях, которые расширят твои знания о способах сохранения и укрепления собственного здоровья. Для этого необходимо посетить **2 занятия** за смену из представленных ниже.

Чтобы мы узнали твои пожелания, определи место для каждого курса от 1 до 7, где 1 – наибольший интерес, а 7 – наименьший.

- «Формула сбалансированного питания» (1 занятие)** – на занятии ты узнаешь о рациональном и здоровом питании, выявишь идеальную формулу сбалансированного питания для себя.
- «Секреты красоты» (1 занятие)** – на занятии ты познакомишься с разными типами кожи, особенностями ухода за кожей в подростковом возрасте, особенностями ухода за волосами, их типами.
- «Здоровый сон» (1 занятие)** – на занятии ты узнаешь о влиянии сна на состояние здоровья человека, познакомишься с «правильным сном» (сколько снов можно увидеть за ночь, во сколько нужно ложиться спать).
- «Мемогу-тренер» (1 занятие)** – на занятии ты узнаешь, как можно эффективно тренировать способность к произвольному запоминанию, а также познакомишься с различными приёмами по развитию зрительной и слуховой памяти.
- «Искусство общения. Из чего же сделаны наши девочки» (1 занятие)** – на занятии ты узнаешь физиологические и психологические особенности девочек. Научишься выстраивать взаимодействие с мальчиками.
- «Искусство общения. 5 секретов настоящего мужчины» (1 занятие)** - на занятии ты узнаешь физиологические и психологические особенности мальчиков. Научишься выстраивать взаимодействие с девочками.
- «Конфликты. Выходы из конфликтных ситуаций» (1 занятие)** – на занятии ты узнаешь о конфликтах, их типах, научишься успешно выходить из конфликтных ситуаций.

## Для участия в программе мы рекомендуем тебе взять с собой:

- блокнот и ручку;
- купальный костюм, пляжное полотенце, головной убор, обувь с фиксированной пяткой;
- спортивную форму и обувь;
- сценический костюм;
- фонограмму для исполнения песни или танца;
- книги, буклет, фотографии, открытки о регионе/организации;
- фотографии родственников, воевавших на Великой Отечественной войне;
- идеи или сценарии дел, которые хочешь организовать в лагере.



## Подпись участника программы:

Вся указанная информация мною прочитана, отмечены необходимые позиции, и я выражаю своё согласие с вышеуказанными условиями.

---

Подпись

Ф.И.О. участника программы

Дата

