

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
«БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ»

ГОРОДСКАЯ СТАНЦИЯ ЮНЫХ ТУРИСТОВ

Рассмотрена Научно-методическим советом Протокол № 1 от 28 августа 2023 года	Рассмотрена Педагогическим советом Городской станции юных туристов Протокол № 1/23- 24 от 04 сентября 2023 года	Принята Педагогическим советом ГБНОУ «Балтийский берег» Протокол № 1 от 31 августа 2023 года	Утверждена Приказом ГБНОУ «Балтийский берег» №771-р от 31 августа 2023 года
---	---	--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**«Городская станция юных туристов»**

**на 2023 – 2024 учебный год**

**«Юные туристы»**

Направленность деятельности: **туристско-краеведческая**

Год обучения: **второй**

Количество педагогических часов: **352 часа**

Количество педагогических часов в неделю: **8 часов**

Возраст обучающихся: **12-13 лет**

**Романчук Екатерина Алексеевна**  
педагог дополнительного образования  
Городской станции юных туристов

Санкт-Петербург  
2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Характеристика группы:

Группа достаточно однородная с одинаковым уровнем физической и технической подготовки. Возраст детей: 12-13 лет (7 класс). Состоит из учащихся одной школы, что облегчает их взаимодействие между собой. Дети уже знакомы между собой, имеют опыт командной работы, совместного решения задач.

### Цели и задачи программы:

1. Приобретение углубленных сведений о туристско–краеведческой деятельности.
2. Развитие форм и навыков личностного общения, способов взаимодействия.
3. Формирование таких жизненно важных качеств, как упорство, честность, мужество, взаимовыручка.
4. Повышение уровня общей и специальной физической подготовки.
5. Формирование устойчивого интереса к занятиям туризмом и пропаганда здорового образа жизни.
6. Совершение пешего похода 3 степени сложности по Ленинградской области
7. Соблюдение навыков спортивной этики, дисциплины, преданности своему коллективу.

### Ожидаемые результаты:

После успешного прохождения первого года начальной подготовки обучающиеся будут знать:

- технику безопасности при подготовке к походу и на маршруте;
- групповое снаряжение, требования к нему;
- технику безопасности движения группы на маршруте, обязанности ведущего и замыкающего;
- действия дежурного при приготовлении пищи
- условные знаки спортивных карт, масштаб, азимут
- все узлы, необходимые для постановки лагеря
- основы гигиены и первая доврачебная помощь
- формы проявления заботы о человеке при групповом взаимодействии

### Ожидаемые результаты:

- Умение самостоятельно проходить умеренно сложные дистанции по спортивному ориентированию.
- Умение проходить умеренно сложные технические дистанции.
- Улучшение спортивной подготовки.
- Устойчивость интереса к занятиям туризмом.
- Умение разводить костры и организовывать биваки.
- Умение самостоятельно качественно собирать рюкзак.

**ФОРМЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ  
ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА И МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата и место проведения</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Предполагаемое количество участников</b>
1.	октябрь-декабрь ГБОУ “Балтийский берег”	Региональный смотр-конкурс походов и экспедиций обучающихся Санкт-Петербурга «По родной стране малый»	15
2.	17 – 18.02.2024 Ленинградская область	Региональные соревнования обучающихся на лыжном контрольном туристском маршруте Маршрут №1	15
3.	9-12.05 2024 Ленинградская область	Полевой учебно-тренировочный сбор	15
4.	18-19.05.2024 Ленинградская область, Орехово	Региональные соревнования обучающихся на пешеходном контрольном туристском маршруте	15
5.	26.05-1.06. 2024 Ленинградская область	Пеший поход 3 степени сложности по Ленинградской области	15

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ**

<b>№ п/п</b>	<b>Дата и место проведения</b>	<b>Наименование мероприятия</b>
1	Сентябрь ГБОУ СОШ № 79	Родительское собрание (Планы на учебный год)
2	Апрель ГБОУ СОШ № 79	Родительское собрание (Подведение итогов учебного года, планы на лето)
3	В течение года	Собеседования, консультации.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	ВСЕГО часов	в том числе, час.	
			теория	практика
<b>1</b>	<b><i>Туристская подготовка</i></b>	<b>8</b>	<b>2</b>	<b>6</b>
1.1.	Безопасность в туристских походах. Охрана природы.	4	1	3
1.2.	Гражданско-правовое обеспечение туристской деятельности. МКК. Сложность спортивных походов.	4	1	3
<b>2.</b>	<b><i>Общая физическая подготовка</i></b>	<b>23</b>	<b>3</b>	<b>20</b>
2.1.	Врачебный контроль. Самоконтроль	3	1	2
2.2.	Общая физическая подготовка	20	2	18
<b>3.</b>	<b><i>Специальная подготовка</i></b>	<b>218</b>	<b>37</b>	<b>181</b>
3.1.	Навыки и умения спортсмена - участника соревнований на контрольных туристских маршрутах.	31	3	28
3.2.	Организация туристского быта	53	5	48
3.3.	Основы психологической подготовки	8	3	5
3.4.	Подготовка к походу	6	0	6
3.5.	Спортивное ориентирование и топография	27	6	21
3.6.	Тактика и техника лыжного туризма	16	1	15
3.7.	Тактика и техника пешего туризма	27	2	25
3.8.	Туристские должности. (Аптечка)	6	1	5
3.9.	Туристские должности. (Краеведение)	5	2	3
3.10.	Туристские должности. (Штурман)	9	3	6
3.11.	Туристские должности. (Питание)	8	3	5
3.12.	Туристские должности. (Ремнабор)	6	2	4
3.13.	Туристские должности. (Снаряжение)	8	2	6
3.14.	Первая помощь. Профилактика травматизма в спортивном походе. Походная аптечка	8	4	4
<b>4.</b>	<b><i>Специальная физическая подготовка</i></b>	<b>47</b>	<b>5</b>	<b>42</b>
4.1.	Упражнения по преодолению водных преград	9	1	8
4.2.	Упражнения по преодолению склонов (спуски, подъемы).	10	0	10
4.3.	Упражнения на лыжах	16	1	15
4.5.	Преодоление естественных преград	12	3	9
<b>5.</b>	<b><i>Организация и проведение летнего спортивного похода</i></b>	<b>56</b>	<b>0</b>	<b>56</b>
5.1.	Тактика и техника пешего туризма	10		10
5.2.	Организация туристского быта	8		8
5.3.	Общественно-полезная работа	4		4
5.4.	Преодоление естественных преград	8		8
5.5.	Спортивное ориентирование и топография	6		6
5.6.	Туристские должности	7		7
5.7.	Общая физическая подготовка	5		5
5.8.	Первая помощь. Профилактика травматизма в спортивном походе. Походная аптечка	2		2
5.9.	Навыки и умения спортсмена - участника соревнований на контрольных туристских маршрутах.	6		6

<b>ИТОГО:</b>		<b>352</b>	<b>47</b>	<b>305</b>
<b>Массовые туристские мероприятия и многодневные путешествия, проводимые в сетке часов по программе</b>				
№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Кол-во часов	
1	Конкурс походов обучающихся Городской станции юных туристов ГБОУ «Балтийский берег» «По Родной стране» (малый) в 2024	12.10.2023	2	
2	Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга в честь 80-ой годовщины снятия блокады Ленинграда	27.01.2024	8	
3	Региональные соревнования обучающихся на лыжном контрольном туристском маршруте	18.02.2024	0	
4	Региональные соревнования обучающихся на пешеходном контрольном туристском маршруте	18-19.05 2024	0	
5	Пеший поход 3 степени сложности по Ленинградской области	26.05- 01.06.2024	42	