

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 № 3/22- 23 от 31 мая 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**

**«Пешие и горные походы»**

Направленность деятельности: **туристско-краеведческая**

Год обучения: **второй**

Количество педагогических часов: **352 часа**

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

Возраст обучающихся: **11-14 лет**

**Бабичева Елена Андреевна**  
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: 11-14 лет. Состоит из учащихся разных школ.

### **Цель:**

Создание устойчивой мотивации для занятий туризмом и формирование объединения обучающихся, способного совершать многодневные путешествия в условиях природной среды.

### **Задачи:**

1. Углубление знаний по работе по туристским должностям, необходимым для организации и участия в туристских путешествиях.
2. Развитие форм и навыков личного общения, способов взаимодействия.
3. Улучшение навыков командной работы.
4. Способность проявлять дисциплинированность и волевые качества;
5. Формирование чувства ответственности за личную безопасность и жизнь окружающих;
6. Формирование бережного отношения к природе;
7. Укрепление здоровья, закаливание организма, содействие правильному физическому развитию воспитанников.

### **Результаты освоения программы:**

Совершение пешего(горного) похода 1 категории сложности.

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

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия	Предполагаемое количество участников
1	29 октября-03 ноября 2023 г.	Осенние учебно-тренировочные сборы	10-12
2	ноябрь 2023 г.	Региональные соревнования походов и экспедиций обучающихся Санкт-Петербурга в программе регионального смотра-конкурса походов и экспедиций обучающихся Санкт-Петербурга «По родной стране» в 2023 году	10-12
3	декабрь 2023 г.	Региональные соревнования обучающихся Санкт-Петербурга по музейному ориентированию в 2023 году	10-12
4	03-07 января 2024 г.	Зимние учебно-тренировочные сборы	10-12
5	27 января 2024 г.	Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга, маршрут 2	10-12
6	17-18 февраля 2024 г.	Лыжный контрольный туристский маршрут, маршрут 2	10-12
7	25-31 марта 2024 г.	Весенние учебно-тренировочные сборы	10-12
8	18-19 мая 2024 г.	Пешеходный контрольный туристский маршрут	10-12
9	июль 2024 г. Адыгея	Горный (пеший) поход 1 категории сложности	10-12

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ**

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия
1	сентябрь	Организационное собрание «Новый учебный год»
2	сентябрь	Туристский семейный слет «Туристенки»
3	В течение года	Консультации с родителями
4	май	Организационное собрание «Летние мероприятия»

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п/п	Наименование разделов и тем	ВСЕГО часов	в том числе, час.	
			теория	практика
<b>1</b>	<b>Общая туристская подготовка</b>	<b>42</b>	<b>10</b>	<b>32</b>
1,1	Вводное занятие. Вводный инструктаж: обеспечение безопасности занятий туризмом.	4	4	
1,2	Ориентирование	34	2	32
1,3	Краткие сведения о строении и функциях организма человека и влиянии физических упражнений.	2	2	
1,4	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	2	
<b>3</b>	<b>Специальная подготовка</b>	<b>206</b>	<b>14</b>	<b>192</b>

3,1	История и география районов совершения путешествий.	4	4	
3,2	Навыки и умения спортсмена - участника соревнований туристских походов.	52		52
3,3	Навыки и умения спортсмена - участника соревнований на контрольных туристских маршрутах.	64	2	62
3,4	Навыки и умения участника соревнований по спортивному ориентированию.	2		2
3,5	Психологическая подготовка.	8		8
3,6	Гигиена и оказание первой помощи в путешествиях.	12	6	6
3,7	Организация полевого туристского быта	56		56
3,8	Работа по туристским должностям	8	2	6
<b>4</b>	<b>Специальная физическая подготовка</b>	<b>104</b>	<b>0</b>	<b>104</b>
4,1	Упражнения по преодолению водных преград	18		18
4,2	Упражнения по преодолению склонов (спуски, подъемы).	46		46
4,3	Упражнения на лыжах.	40		40
<b>Итого:</b>		<b>352</b>	<b>24</b>	<b>328</b>

**Массовые туристские мероприятия и многодневные путешествия, проводимые в сетке часов по программе**

№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Кол-во часов
1	Осенние учебно-тренировочные сборы	29 октября-03 ноября 2023 г.	48
2	Региональные соревнования походов и экспедиций обучающихся Санкт-Петербурга в программе регионального смотра-конкурса походов и экспедиций обучающихся Санкт-Петербурга «По родной стране» в 2023 году	ноябрь 2023 г.	2
3	Региональные соревнования обучающихся Санкт-Петербурга по музейному ориентированию в 2023 году	декабрь 2023 г.	2
4	Зимние учебно-тренировочные сборы	03-07 января 2024 г.	40
5	Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга	27 января 2024 г.	8
6	Лыжный контрольный туристский маршрут	17-18 февраля 2024 г.	16
7	Весенние учебно-тренировочные сборы	25-31 марта 2024 г.	56
8	Пеший контрольный туристский маршрут	18-19 мая 2024 г.	16
9	Горный (пеший) поход 1 категории сложности	июль 2024 г.	56