

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

«Тур.клуб «Школа Державина», группа 2

Направленность деятельности: **туристско-краеведческая**

Год обучения: **третий**

Количество педагогических часов: **396 часов**

Количество педагогических часов в неделю: **9 часов**

Возраст обучающихся: **13-16 лет**

Безбородов Константин Владимирович

педагог дополнительного образования

Городской станции юных туристов

Санкт-Петербург

2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Краткая характеристика группы: на предыдущих годах обучения успешно освоила базовые навыки пешеходного туризма и совершила пеший поход 1 категории сложности. Группа готова к освоению техники горного туризма и подготовке к совершению Горного похода 1 категории сложности.

Следует уделить повышенное внимание к развитию общей физической подготовки, навыков горного туризма, а также технике преодоления склонов (спуски, подъёмы)

Группа продолжает совершенствовать навыки лыжного и водного туризма и готова к подготовке к совершению водного похода 2 степени сложности.

Цель: Совершенствование техники полевого туристского быта, а также техники водного и лыжного туризма. Освоение навыков горного туризма и совершение горного спортивного похода первой категории сложности (Архыз).

Задачи:

- Подробное изучение техники горного туризма
- Совершенствование лыжной техники.
- Совершенствование водной техники.
- Формирование походной группы на лето 2024 года.
- Совершенствование навыков ориентирования на местности, в том числе ориентирования в зимних условиях и ориентирования на воде.

Результатами третьего года обучения по программе можно считать успешное прохождение Региональных соревнований обучающихся «Кубок юных защитников Ленинграда», а также прохождение спортивных походов: горного первой категории сложности (Архыз), водного 2 степени сложности (Ленинградская обл.)

ФОРМЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА И МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия	Предполагаемое количество участников
1	29 ноября – 1 декабря, Санкт-Петербург	Региональный смотр-конкурс походов и экспедиций обучающихся Санкт-Петербурга «По родной стране» в 2023 году	12
2	27 Января, Ленинградская обл.	Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга в честь 80-ой годовщины снятия блокады Ленинграда, маршрут 2	12
3	24 – 30 марта, Ленинградская обл.	Учебно-тренировочные сборы	12
4	10 – 11 Мая, Ленинградская обл.	Региональные соревнования обучающихся «Кубок юных защитников Ленинграда»	12
5	Май, Санкт-Петербург, Ленинградская обл.	Водный контрольный туристский маршрут	12
6	25 – 27 Мая, Ленинградская обл.	Водный поход 2 степени сложности, лодки	12
7	Июнь, Ленинградская обл.	Учебно-тренировочные сборы по горному туризму	12
8	Июль/август, Кавказ	Горный поход 1 категории сложности	12

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия
1	Сентябрь	Родительское собрание, посвящённое началу учебного года
2	Декабрь	Родительское собрание перед лыжным сезоном
3	Апрель-Май	Родительское собрание перед летними мероприятиями
4	Июнь	Родительское собрание перед походом
5	В течение года	Личные консультации

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование разделов и тем	ВСЕГО часов	в том числе, час.	
			теория	практика
1.	Общая туристская подготовка	20	16	4
1.1	Вводное занятие. Вводный инструктаж: обеспечение безопасности занятий туризмом.	2	2	0
1.2	Концепция безопасности в спортивном туризме. Работа маршрутно-квалификационной комиссии.	4	3	1
1.3	Гражданско-патриотическое воспитание	6	4	2
1.4	Обзор новых видов туристского снаряжения.	6	5	1
1.5	Итоговое занятие	2	2	0
2.	Общая физическая подготовка	22	7	15
2.1	Краткие сведения о строении и функциях орга-низма человека и влиянии физических упраж-нений.	2	2	0
2.2	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	1	1
2.3	Физические упражнения.	18	4	14
3.	Специальная подготовка	233	42	191
3.1	Навыки и умения спортсмена - участника соревнований туристско-краеведческой направленности.	16	2	14
3.2	Гигиена и первая помощь в путешествии.	12	4	8
3.3	История и география районов совершения путешествий.	6	3	3
3.4	Ориентирование местности. Навыки и умения спортсмена	40	7	33
3.5	Психологическая подготовка.	12	4	8
3.6	Тактика и техника лыжного туризма. Навыки и умения спортсмена.	56	8	48
3.7	Тактика и техника горного туризма. Навыки и умения спортсмена.	68	11	57

3.8.	Тактика и техника водного туризма. Навыки и умения спортсмена.	23	3	20
4	Специальная физическая подготовка	58	12	46
4.1	Упражнения по преодолению водных преград.	24	5	19
4.2	Упражнения по преодолению склонов (спуски, подъемы).	34	7	27
5	Совершение туристского путешествия	63	0	63
5.1	Полевой туристский быт	12	0	12
5.2	Преодоления препятствий на маршруте	31	0	31
5.3	Топография и ориентирование, GPS ориентирование	12	0	12
5.4	Должности в туристской группе	8	0	8
ИТОГО:		396	77	319
Массовые туристские мероприятия и многодневные путешествия, проводимые в сетке часов по программе				
№ п/п	Наименование мероприятия	Дата проведения	Кол-во часов	
1	Региональный смотр-конкурс походов и экспедиций обучающихся Санкт-Петербурга «По родной стране» в 2023 году	29 нояб. - 1 дек.	2	
2	Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга в честь 80-ой годовщины снятия блокады Ленинграда	27 января	8	
3	Учебно-тренировочные сборы, Ленинградская обл.	24 - 30 марта	56	
4	Региональные соревнования обучающихся «Кубок юных защитников Ленинграда»	10-11 мая	16	
5	Водный контрольный туристский маршрут	май	2	
6	Водный поход 2 степени сложности, Ленинградская обл.	25 - 27 мая	23	
7	Учебно-тренировочные сборы по горному туризму, Ленинградская обл.	июнь	19	
8	Горный поход 1 категории сложности, Кавказ	Август	44	