

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**

**«Юные туристы»**

Направленность деятельности: **туристско-краеведческая**

Год обучения: **первый**

Количество педагогических часов: **264 часа**

Количество педагогических часов в неделю: **6 часов**

Возраст обучающихся: **8-10 лет**

**Линейкина Виктория Игоревна**  
педагог дополнительного образования  
Городской станции юных туристов

Санкт-Петербург  
2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**Характеристика группы.** Планируется набрать группу 2-4 класса на базе 175 школы. Сейчас уже есть часть ребят, которые знакомы с темой туризма. Часть ребят посещали занятия в 2022-2023 году. Часть участвовали в первенстве Санкт-Петербурга по спортивному туризму.

Группа будет состоять из мальчиков и девочек 8-10 лет (2-4 класс).

**Цель:** Формирование мотивации к занятиям туризмом.

Совершение похода 1 степени сложности.

Основные задачи:

- общая физическая подготовка;
- обучение основным навыкам, необходимым для участия в туристском походе;
- обучение основам ориентирования;
- участие в соревнованиях по ориентированию;
- участие в соревнованиях по спортивному туризму, в т. ч. участие в открытом первенстве Выборгского района. (дисциплина - дистанция»)
- укрепление здоровья;

Ожидаемые результаты:

- Умение самостоятельно проходить несложные дистанции по спортивному ориентированию.
- Улучшение спортивной подготовки.
- Овладение базовыми знаниями и навыками, необходимыми для участия в походе.
- Устойчивость интереса к занятиям туризмом.
- Успешное прохождение пешего похода 1 степени сложности.

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

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия	Предполагаемое количество участников
1.	27 января 2024	Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга, посвященный снятию блокады Ленинграда, маршрут 2	12-15
2.	18 февраля 2024	Региональные соревнования обучающихся на лыжном контрольном туристском маршруте	12-15
3.	1-4 мая 2024	Полевые спортивные сборы по пешеходному туризму с участием в открытом первенстве Выборгского района. Первомайский слёт (дисциплина - дистанция»), класс дистанции 1	12-15
4.	18-19 мая 2024	Городские соревнования на комбинированном контрольном туристском маршруте, в программе «Туристского кубка здоровья»	12-15
5.	май-июнь Ленинградская обл.	Пеший поход 1 степени сложности	12-15

**ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ**

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия
1	Октябрь (ГБОУ СОШ № 175)	Родительское собрание (Планы на учебный год, рассказ о работе объединения)
2	Декабрь, ст.Лемболово	Празднование детско-родительского Нового года
3	Апрель ГБОУ СОШ № 175	Родительское собрание (Подведение итогов учебного года, планы на лето, ЛОК-2021
4	В течение года	Собеседования, консультации.

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**

№ п/п	Наименование разделов и тем	ВСЕГО часов	в том числе, час.	
			теория	практика
<b>1. Общая туристская подготовка</b>				
1.1	Безопасность туризма	2	2	
1.2	Введение в туризм. Что такое туризм. Чем мы занимаемся.	2	2	
1.3	История и география районов совершения путешествий.	2	2	
1.4	Личная гигиена	2	2	
1.5	Основные приемы оказания первой помощи. Походная аптечка.	6	2	4

<b>2. Подготовка к походам</b>				
2.1	Подготовка к походу. Туристские должности в походе	8	2	6
2.2	Основы психологической подготовки	6	2	4
2.3	Общая физическая подготовка	33		33
2.4	Организация туристского быта	15	1	14
2.5	Питание в походе	4	2	2
2.6	Туристское снаряжение	2	1	1
<b>3. Специальная физическая подготовка</b>				
3.1	Специальная физическая подготовка. Преодоление водных преград.	13	2	11
3.2	Специальная физическая подготовка. Упражнения по преодолению склонов (спуски, подъемы).	22	2	20
<b>4. Специальная подготовка</b>				
4.1	Топография в туристском походе. Карты топографические и карты спортивные. Ориентирование по топографическим и спортивным картам на местности	14	2	12
4.2	Навыки и умения спортсмена - участника соревнований на контрольных туристских маршрутах.	10	2	8
4.3	Навыки и умения спортсмена. Эксплуатация индивидуальных страховочных систем. Карабины, фрикционные спусковые устройства, жумары. Узлы и приспособления для связывания веревок и закрепления веревок на опорах.	19	2	17
4.4	Навыки и умения спортсмена. Техника и тактика пешего туризма	35	2	33
4.5	Навыки и умения спортсмена. Техника и тактика лыжного туризма	27	2	25
<b>5. Организация и проведение летнего спортивного степенного похода</b>				
5.1.	Работа по должностям на маршруте	4	0	4
5.2.	Преодоление естественных препятствий	22	0	22
5.3.	Организация туристского быта	8	0	8
5.4.	Ориентирование на местности	8	0	8
<b>ИТОГО:</b>		<b>264</b>	<b>32</b>	<b>232</b>

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

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование мероприятия</b>	<b>Дата проведения</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга, посвященный снятию блокады Ленинграда, маршрут 2	27.01.2024	8
2	Региональные соревнования обучающихся на лыжном контрольном туристском маршруте	18.02.2024	8
3	Полевые спортивные сборы по пешеходному туризму с участием в открытом первенстве Выборгского района. Первомайский слёт (дисциплина - дистанция»), класс дистанции 1	29.04- 01.05.24	32
4	Городские соревнования на комбинированном контрольном туристском маршруте, в программе «Туристского кубка здоровья»	18.05- 19.05.24	16
5	Пеший поход 1 степени сложности	Май-июнь 24	42