

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

«Младшие инструкторы туризма»

Направленность деятельности: **туристско-краеведческая**

Год обучения: **пятый**

Количество педагогических часов: **528 часов**

Количество педагогических часов в неделю: **12 часов**

Возраст обучающихся: **15-16 лет**

Савченко Татьяна Андреевна
педагог дополнительного образования
Станции юных туристов

Санкт-Петербург
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Характеристика группы:

Группа разнородная, с разным уровнем физической и технической подготовки. Возраст детей: 15-16 лет (9-10 класс). Состоит из учащихся разных школ. Все дети физически здоровы и допущены к занятиям туризмом.

Цели:

Участие обучающихся в подготовке и проведении соревнований, походов. Помощь в обучении младших воспитанников.

Задачи:

- ✓ обучение конструктивному взаимодействию с младшими учащимися; подготовка и проведение занятий для младших ребят;
- ✓ развитие лидерских качеств обучающихся;
- ✓ дальнейшее повышение уровня общей и специальной физической подготовки;
- ✓ самостоятельная подготовка походов (под контролем руководителя);
- ✓ помощь в подготовке к походам младшим воспитанникам;
- ✓ в походах выполнение роли помощника руководителя.
- ✓ получение опыта категорийного похода, подготовленного самостоятельно.

Ожидаемые результаты:

Успешное участие группы в организации и судействе городских и районных мероприятий в качестве младших судей. Успешное и безаварийное прохождение группой водного похода походов первой категории сложности и горного похода второй категории сложности.

Должны знать:

- ✓ особенности подготовки к разным походам;
- ✓ общие характеристики естественных препятствий и правила их преодоления;
- ✓ правила оказания первой помощи;
- ✓ закономерности спортивной тренировки;
- ✓ основы здорового образа жизни.

Должны уметь:

- ✓ самостоятельно составлять меню и список продуктов для категорийных походов;
- ✓ оказывать первую помощь при травмах и заболеваниях;
- ✓ самостоятельно составлять список личного и группового снаряжения для категорийных походов;
- ✓ разрабатывать маршрут похода;
- ✓ составлять отчет о походе.

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

| № п/п | Дата и место проведения | Наименование мероприятия | Предполагаемое количество участников |
|--------------|--------------------------------|--|---|
| 1. | 10 сентября | Городской водный туристско-спортивный праздник (судейство) | 10 |
| 2. | 16 сентября - 17 сентября | Семейный праздник "Слет новичка ТК Фалькон"(судейство, организация) | 10 |
| 3. | 29 октября - 3 ноября | Осенние учебно-тренировочные сборы | 10 |
| 4. | 28 января | Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга, посвященный снятию блокады Ленинграда (судейство) | 10 |
| 5. | 17 февраля | Региональные соревнования обучающихся на лыжном контрольном туристском маршруте (судейство) | 10 |
| 6. | 21 апреля - 23 апреля | Региональные соревнования обучающихся на горном контрольном туристском маршруте | 10 |
| 7. | 01 апреля - 04 мая | Чемпионат и Первенство Санкт-Петербурга по спортивному туризму. Дисциплина: дистанция | 10 |
| 8. | 25 мая - 26 мая | Региональные соревнования на водном контрольном туристском маршруте | 10 |
| 9. | с 5 июля по 14 июля | Водный поход 1 категории сложности Ленинградская область | 10 |
| 10. | 05 августа - 25 августа | Горный поход 2 категории сложности, Кавказ | 10 |

ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ

| № п/п | Дата и место проведения | Наименование мероприятия |
|--------------|--------------------------------|--|
| 1 | Сентябрь | Вводное родительское собрание, обзор планируемых мероприятий на год, оформление документов |
| 2 | 17 сентября 2022 п.Солнечное | Семейный праздник – «слет новичка ТК Фалькон» |
| 3 | Ноябрь | Родительское собрание, посвященное зимним мероприятиям. |
| 4 | Апрель | Родительское собрание, посвященное весенним и летним мероприятиям. |
| 5 | В течение года | Собеседования, консультации (лично; по телефону; посредством соц.сетей) |

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

| № | Наименование разделов и тем | ВСЕГО часов | в том числе, час. | |
|------------|---|-------------|-------------------|------------|
| | | | теория | практика |
| 1. | Специальная подготовка | 384 | 90 | 294 |
| 1.1 | Туристско-педагогическая подготовка | 114 | 39 | 75 |
| | Содержание и правовые основы профессиональной деятельности инструктора детско-юношеского туризма. | 3 | 1 | 2 |
| | История туризма в России. Концепция безопасности в спортивном туризме. Важность исторических знаний. | 2 | 2 | |
| | Образовательный потенциал детско-юношеского туризма. Педагогические категории и технологии занятий туризмом с детьми | 6 | 6 | |
| | Экономико-правовые основы детско-юношеского туризма в системе образования. Делопроизводство в туризме. | 6 | 2 | 4 |
| | Организационные особенности работы деятельности детских туристских объединений в образовательных учреждениях основного и дополнительного образования. | 3 | 1 | 2 |
| | Туристские возможности Санкт-Петербурга и Ленинградской области. Детские прогулки и путешествия. | 2 | 2 | |
| | Деятельность туристско-спортивных маршрутно-квалификационных комиссий и маршрутно-квалификационных комиссий образовательных учреждений России. Определение сложности путешествия. | 5 | 2 | 3 |
| | Работа с туристской документацией: маршрутный лист, маршрутная книжка, отчет о походе, справка о совершении путешествия, книжка разрядника. | 9 | 3 | 6 |
| | Соревнования на контрольных туристских маршрутах и туристские слеты. Организация и проведение. | 17 | 1 | 16 |
| | Обеспечение безопасности туристских соревнований. | 7 | 1 | 6 |
| | Соревнования спортивных походов и экспедиций. Организация и проведение. | 9 | 2 | 7 |
| | Планирование и оценка результативности работы туристско-краеведческих и туристско-спортивных объединений обучающихся. | 3 | 1 | 2 |
| | Психолого-педагогические аспекты обеспечения безопасности туристских походов и экспедиций. | 1 | 1 | |
| | Психологическая подготовка туристской группы. | 35 | 9 | 26 |
| | Техника безопасности в туристских походах. | 3 | 3 | |
| | Подведение итогов учебного года. Планирование летнего похода. | 3 | 2 | 1 |
| 1.2 | Пешеходный туризм. Методика преподавания. | 165 | 32 | 133 |

| | | | | |
|------------|---|-----------|-----------|-----------|
| | Снаряжение для пеших походов. | 3 | 2 | 1 |
| | Организация питания в путешествии. | 8 | | 8 |
| | Первая помощь в путешествии. | 15 | 5 | 10 |
| | Техника полевого походного быта. | 4 | | 4 |
| | Основы топографии и ориентирования на местности. | 37 | 5 | 32 |
| | Техника преодоления препятствий маршрута. | 24 | 6 | 18 |
| | Тактика горных походов и особенности путешествий в горах | 14 | | 14 |
| | Тактика пеших походов и особенности путешествий в горах | 3 | 1 | 2 |
| | Поисково-спасательные работы, проводимые силами туристской группы. | 25 | 4 | 21 |
| | Соревнования на пешеходных дистанциях. Подготовка дистанции и обеспечение безопасности. Судейство соревнований. | 19 | 4 | 15 |
| | Соревнования на скальном рельефе. Подготовка дистанции и обеспечение безопасности. Судейство соревнований. | 10 | 2 | 8 |
| | Особенности путешествий в пещерах. | 3 | 3 | |
| 1.3 | Лыжный туризм. Методика преподавания. | 68 | 11 | 57 |
| | Снаряжение для лыжных походов. | 3 | 2 | 1 |
| | Техника лыжных ходов на прогулочных лыжах. | 31 | 3 | 28 |
| | Тактика и особенности обеспечения безопасности лыжных походов | 3 | 3 | |
| | Безопасность участия в массовых лыжных мероприятиях. | 11 | 3 | 8 |
| | Соревнования по лыжному туризму. Подготовка дистанции и обеспечение безопасности. Судейство соревнований. | 16 | | 16 |
| | Техника полевого походного быта в зимнее время. | 4 | | 4 |
| 1.4 | Водный туризм. Методика преподавания. | 37 | 8 | 29 |
| | Тактика водных походов и особенности водных путешествий | 7 | 2 | 5 |
| | Техника полевого походного быта. Приготовление пищи на газу | 8 | | 8 |
| | Техника безопасности в водном походе. Средства индивидуальной защиты. | 10 | 2 | 8 |
| | Тактика и техника водного туризма. Навыки и умения спортсмена | 12 | 4 | 8 |
| 2. | Общая физическая подготовка | 61 | | 61 |
| | Общая и специальная физическая подготовка. Физические упражнения. | 61 | | 61 |
| 3. | Специальная физическая подготовка | 83 | 1 | 82 |
| | Упражнения по преодолению водных преград. | 26 | | 26 |
| | Упражнения по преодолению склонов (спуски, подъемы). | 41 | 1 | 40 |

| | Упражнения на лыжах. | 16 | | 16 |
|--|---|------------------------------|-------------------------|------------|
| | Итого: | 528 | 91 | 437 |
| Массовые туристские мероприятия и многодневные путешествия, проводимые в сетке часов по программе | | | | |
| № п/п | Наименование мероприятия | Дата проведения | Кол-во часов | |
| 1 | Городской водный туристско-спортивный праздник | 10 сентября | 0 | |
| 2 | Семейный праздник "Слет новичка ТК Фалькон" | 16 сентября - 17 сентября | 14 | |
| 3 | Осенние учебно-тренировочные сборы | 29 октября - 4 ноября | 48 | |
| 4 | Звездный лыжный поход школьников Санкт-Петербурга, посвященный снятию блокады Ленинграда | 28 января | 8 | |
| 5 | Региональные соревнования обучающихся на лыжном контрольном туристском маршруте | 17 февраля | 8 | |
| 6 | Региональные соревнования обучающихся на горном контрольном туристском маршруте | 21 апреля - 23 апреля | 24 | |
| 7 | Чемпионат и Первенство Санкт-Петербурга по спортивному туризму. Дисциплина: дистанция | 01 апреля - 04 мая | 32 | |
| 8 | Региональные соревнования на водном контрольном туристском маршруте | 25 мая - 26 мая | 16 | |
| 9 | Водный поход 1 категории Ленинградская область | с 05 июля по 15 июля | 84 | |
| 10 | Горный поход 2 категории, Кавказ | 05 августа - 25 августа | 0 | |