

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 417 Петродворцового района  
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА

Решением педагогического Совета

Протокол № 7

От «29» августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказ № 90

от «29» августа 2019г.

директор ГБОУ школы № 417

М.Б. Трофимова



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА

**«ТУРИЗМ»**

Возраст учащихся: 11-17 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель: Макаров Андрей Владимирович,  
педагог дополнительного образования,

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Дополнительная общеобразовательная программа «Туризм» имеет туристско-краеведческую направленность, уровень освоения – базовый. За основу при ее составлении были взята дополнительная общеобразовательная программа «Юный турист» (А.В. Савин), депонированная Советом ДЮЦ «ПЕТЕРГОФ» в 2015 году.

### **Актуальность**

В настоящее время, в период информационных технологий в российском обществе остро стоит вопрос популяризации здорового образа жизни среди детей и подростков, их включенности в занятия спортом, повышения уровня их физического здоровья, социальной активности и включенности в различные очные коммуникационные связи с другими субъектами жизни. Причиной, влияющей на активность живого межличностного взаимодействия и стремление физического развития, является альтернативная возможность современного школьника решать больше половины социальных задач повседневной жизни, не выходя из дома, сидя перед персональным компьютером или другим устройством, имеющим выход в сеть Интернет. К таким задачам относится и получение знаний. Но любое живое взаимодействие людей тем и хорошо, что дает незаменимый эффект присутствия, влияющий на конечный результат, в том числе и образовательный. Естественно, человек, проводящий большое количество времени дома, слабо развит в физическом плане, имеет слабый иммунитет к воздействию внешних факторов, в том числе и природных. А взаимодействие при решении задач и ситуаций, которые возникают в походе или на соревнованиях, или просто в групповой работе, становится еще укрепляющим здоровье компонентом, если оно происходит в условиях природной среды. Осваивая походные роли, действуя в группе, команде при движении на маршруте, при преодолении препятствий, человек вынужден стремиться к эффективному взаимодействию для решения возникших трудностей, иначе решения не будет или решение будет неэффективным. Именно на вовлечение учащихся в конструктивное взаимодействие и продуктивную деятельность для решения социальных задач средствами туризма направлена данная программа.

Многие подростки, уже «попробовав», в той или иной степени, туристско-краеведческую деятельность (будь то секция краеведения или туризма, экскурсия или туристский слет), иногда задумываются о своем желании участвовать в интересном, красивом и сложном путешествии. Но для того, чтобы стать участником сложного спортивного маршрута необходимо иметь достаточно знаний и умений для безопасного совершения путешествия, владеть техникой безопасного полевого быта и техникой безопасного передвижения по маршрутам. В условиях современной социально-коммерческой жизни многие не образовательные организации предлагают принять участие детей и подростков в различных досуговых экстремальных маршрутах и лагерях с элементами туристского экстрима на платной основе, зачастую, без предварительной подготовки участников и проверки базовых знаний. Время от времени, такие виды досуговой деятельности заканчиваются трагедиями с человеческими жертвами. Общекультурные образовательные программы туристско-краеведческой направленности в основном готовят участников несложных нестационарных мероприятий, что дает фундамент для формирования образовательного компонента юных путешественников и потенциальных участников спортивных туристских маршрутов. Существующая региональная и федеративная нормативно-правовая база допускает к участию в сложных нестационарных мероприятиях детей и подростков только с необходимым «багажом знаний» и проверенными на местности (на контрольных мероприятиях) умениями безопасного существования в природной среде. Таким образом, данная программа дает возможность получить знания, умения и отработать навыки потенциальным участникам сложных групповых спортивных маршрутов до II категории сложности по видам пеший,

горный, водный и лыжный туризм, а также в экспедициях, связанных с автономным пребыванием участников в условиях природной среды до 21 дня.

### **Отличительные особенности программы**

Отличительной особенностью данной общеобразовательной программы от других существующих является повышенное внимание вопросам обеспечения безопасности детско-юношеских путешествий в нестационарных мероприятиях. Содержание программы включает в себя не только тактико-техническую подготовку преодоления локальных и протяженных препятствий на лыжных, пеших, водных, спелео и горных маршрутах, но и закладывает алгоритм действия в критической, аварийной ситуации, знакомит с основами поисково-спасательных работ в любом путешествии вне зависимости от времени года и вида туризма.

Концептуальная основа содержания данной программы заключается в получении знаний, отработке умений и овладении навыками, необходимыми туристу для участия в многодневных туристских мероприятиях в условиях природной среды. Таким образом, допускается участие обучающегося, завершившего образование по данной программе, в различных многодневных мероприятиях, включая спортивные походы до второй категории сложности, в любое время года при соответствии психолого-физиологических, возрастных и гендерных данных обучающегося, предъявляемых к кандидату в участники мероприятия. Такие мероприятия не являются квалификационными и/или контрольными и могут не входить в сетку часов данной программы.

### **Адресность**

Программа предназначена для учащихся 11-17 лет, годных по состоянию здоровья к участию в туристских нестационарных мероприятиях в условиях природной среды.

### **Цель образовательной программы**

Формирование разносторонне развитой личности, способной к активной адаптации в обществе через освоение эффективного походно-ролевого взаимодействия в туристской группе.

### **Задачи образовательной программы**

Во время обучения решаются следующие задачи:

#### Обучающие:

- приобретение знаний безопасных путешествий в условиях природной среды;
- получение специальных туристских знаний, необходимых участнику лыжных, пеших, горных, водных спортивных маршрутов I-II категорий сложности и неспортивных маршрутных нестационарных мероприятий в условиях природной среды;
- приобретение знаний оказания первой помощи пострадавшим и их эвакуации в условиях природной среды;
- формирование навыков и алгоритма грамотных действий в экстремальной, аварийной ситуации в условиях природной среды;
- получение знаний о спелеопутешествиях;
- приобретение умений безопасного преодоления локальных препятствий в лыжных, пеших, горных, водных спортивных маршрутах I-II категорий сложности и неспортивных маршрутных нестационарных мероприятий в условиях природной среды.

#### Развивающие:

- организация конструктивного взаимодействия учащихся для достижения конкретной цели;
- формирование волевых качеств учащихся при преодолении препятствий на туристских маршрутах.

### Воспитательные:

- формирование самостоятельности при выполнении ролевого функционала походной группы;
- развитие навыков эффективного ролевого взаимодействия в походной группе (микрогруппе) для решения социальных задач организации автономного путешествия.

### **Условия реализации программы**

#### ***Условия набора в объединение***

В объединение принимаются все учащиеся 11-17 лет, годные по состоянию здоровья к участию в туристских нестационарных мероприятиях в условиях природной среды.

#### ***Условия формирования групп***

Группы могут быть разновозрастными. Входной контроль на первом году обучения – тестирование. Входной контроль на втором году обучения – контрольно-диагностические методики по основным разделам программы первого года обучения. Возможен дополнительный прием учащихся на второй год обучения при среднем уровне результатов кандидата на контрольно-диагностических мероприятиях, предусмотренных содержанием первого года обучения данной программы.

Наполняемость групп на 1-м году обучения – не менее 15 человек, на 2-м году обучения – не менее 12 человек.

#### ***Объем и сроки реализации программы***

Срок реализации программы – 2 года. Общее количество часов по программе – 576. Количество учебных часов каждого года обучения – 288.

Программа может быть реализована на базах учреждений и отделений дополнительного образования детей Санкт-Петербурга. Практические занятия могут проходить в лесопарковых массивов городов Ломоносов, Петергоф, поселка Стрельна, в лесничествах Ленинградской области (районы: Приозерский, Выборгский, Тосненский, Ломоносовский, Всеволожский). Допускается изменения (расширение, локализация) географии проведения занятий по данной программе.

#### ***Формы и режим занятий***

Занятия проводятся в форме теоретических и практических занятий. Теоретические занятия проводятся в форме лекций, бесед, работы с отчетами, медиа-материалами как в помещении, так и на территории лесных массивов.

Практические занятия проводятся в учебном классе, в спортивных залах образовательных учреждений района и на местности (в условиях природной среды), в форме работы со специальным туристским оборудованием и инвентарем.

Отдельные занятия могут проходить по звеньям (подгруппам, связкам) – работа хозгруппы, редколлегии отчета о походе, команды на соревнования от 2 до 10 человек и т. п., и индивидуально - работа с докладчиками, штурманом, фотографом и т. п.

Контрольно-диагностические занятия проводятся в форме тестов, конкурсов, соревнований и/или зачетов по основным разделам программы и/или по отдельным составляющим тем учебных занятий.

При реализации программы содержание и количество часов по отдельным темам могут меняться за счет вариации количества практических занятий, направленных на закрепление и контроль приобретенных знаний, умений по основным разделам в форме учебно-тренировочных, полевых сборов и тематических сборов, а также учебных походов и экспедиций. Данные формы занятий могут проводиться в период школьных осенних, зимних, весенних каникул и/или в течение календарного года в форме объединенных занятий. Продолжительность указанных форм занятий в каникулярное и учебное время может варьироваться от 8 до 96 часов, в зависимости от направленности мероприятия,

специфики содержания и педагогической целесообразности, которые определяются на каждый учебный год педагогом.

В случае невозможности реализации в полном запланированном объеме на текущий учебный год раздела программы «Лыжный туризм» по погодно-климатическим причинам, возможно уменьшение количества запланированного времени на данные тематические блоки и увеличение других разделов программы в течение учебного года.

Практические занятия на территории лесных массивов служат для освоения учебного материала в реальных природных условиях, способствующих достижению максимального результата (например, при организации ночлега, при организации переправы, при установке полевого лагеря).

***Примерный перечень материально-технического оснащение программы:***

<b>Раздел программы</b>	<b>Техническое оснащение</b>
<b>Пеший туризм</b>	<p>Палатки различного типа (домик, полусфера, шатер, полубочка), топоры, пилы, котлы, костровое оборудование, газовые горелки и лампы; рюкзаки туристские; коврики теплоизоляционные; спальные мешки; аптечка: групповая, индивидуальная; носилки: жесткие, мягкие; GPS-навигатор.</p> <p>Топографические карты спортивного ориентирования Всеволожского района, пос. Лемболово, пос. Орехово, Ломоносовского района; атласы Ленинградской области М1:1000; ч\б карта Ломоносовского района; жидкостные компаса планшетные и пальчиковые; маркировочная лента; курвиметр; SFR-система.</p> <p>Веревка статическая 10мм, 8мм; шнур 6мм, 4мм; страховочная система скалолазная; карабины: автоматические, механические, скалолазные, вспомогательные; блоки: одинарные, двойные; зажимы; спусковые устройства типа «восьмерка», «гри-гри»; каски альпинистские.</p>
<b>Оказание помощи в межсезонье</b>	<p>Топоры, пилы, рюкзаки туристские; коврики теплоизоляционные; тенты групповые; спальные мешки; аптечка: групповая, индивидуальная; носилки: жесткие, мягкие.</p>
<b>Лыжный туризм</b>	<p>Снеговые лопаты; газовые горелки, лампы; туристская печь, зимние шатры: «Вьюга», «Зима-У»; топоры, пилы, костровое оборудование, лавинные щупы, лавинные шнуры; лыжи; аноракки; бахилы; варежки-верхонки; термоса; сани-волокуши;</p> <p>туристские; крепления универсальные; палки лыжные; лавинные лопаты; веревка статическая 10мм, 8мм; шнур 6мм, 4мм; индивидуальная страховочная система скалолазная; карабины: автоматические, механические, скалолазные, вспомогательные; блоки: одинарные, двойные; зажимы; спусковые устройства типа «восьмерка», «гри-гри»; каски альпинистские; ледоруб.</p> <p>Топографические карты спортивного ориентирования Всеволожского района, пос. Лемболово, пос. Орехово, Ломоносовского района; атласы Ленинградской области М1:1000; ч\б карта Ломоносовского района; жидкостные компаса планшетные и пальчиковые; маркировочная лента; курвиметр; столик для ориентирования; SFR-система.</p>
<b>Оказание помощи зимой</b>	<p>Топоры, пилы, рюкзаки туристские; коврики теплоизоляционные; тенты групповые; спальные мешки; аптечка: групповая, индивидуальная; волокуши: жесткие, мягкие; лавинные лопаты, лавинные щупы.</p>
<b>Горный туризм</b>	<p>Веревка статическая 10мм, 8мм; шнур 6мм, 4мм; индивидуальная страховочная система скалолазная; карабины: автоматические, механические, скалолазные, вспомогательные; блоки: одинарные, двойные; зажимы; спусковые устройства типа «восьмерка», «гри-гри»; каски альпинистские; ледоруб; полиспаст; носилки: жесткие, мягкие; кошки: мягкие, жесткие.</p>
<b>Водный туризм</b>	<p>Байдарки туристские двухместные разборные, спасательные жилеты, спасательные концы, каски водные, буйки туристские, гермоупаковки и гермомешки 80-100л, ремонтный набор для водных походов, катамаран туристский четырехместный разборный.</p>
<b>Аварийные ситуации в походе</b>	<p>Веревка статическая 10мм, 8мм; шнур 6мм, 4мм; индивидуальная страховочная система скалолазная; карабины: автоматические, механические, скалолазные, вспомогательные; блоки: одинарные, двойные; зажимы; спусковые устройства типа «восьмерка», «гри-гри»; каски альпинистские; волокуши: жесткие, мягкие; лавинные лопаты, лавинные щупы; носилки: жесткие, мягкие; аптечка: групповая, индивидуальная.</p>
<b>Спелеотуризм</b>	<p>Гермоупаковки и гермомешки 80-100л; каски альпинистские; фонари налобные; палатки, бивуачное снаряжение, газовые лампы и горелки.</p> <p>Топографические карты пещер и катакомб Ленинградской области.</p>

### ***Кадровое обеспечение***

Для обеспечения безопасности на занятиях (в том числе выездных), связанных с пребыванием учащихся в условиях природной среды при реализации данной программы и выполнения требований нормативно-правовых актов туристско-краеведческой деятельности в системе дополнительного образования детей допускается сопровождение вторым педагогическим работником в объеме до 72 часов в год (из расчета до 2 часов в неделю). При реализации данной программы двумя педагогическими работниками создается отдельный годовой план работы второго педагога на занятиях, связанных с пребыванием учащихся в условиях природной среды, который определяется педагогической целесообразностью, правовой необходимостью. План работы второго педагога является частью рабочей программы, утверждается директором образовательного учреждения и контролируется основным педагогом (руководителем) программы.

### **Планируемые результаты освоение программы**

Мы прогнозируем, что к концу освоения программы учащиеся достигнут следующих результатов:

#### **1) предметные результаты:**

- учащиеся получают знания и научатся их применять для безопасного преодоления локальных препятствий и прохождения горных, пеших, лыжных, водных спортивных маршрутов I-II категорий сложности и неспортивных маршрутных нестационарных мероприятий в условиях природной среды;
- учащиеся научатся грамотно действовать в аварийных ситуациях автономного путешествия;
- учащиеся получают знания и овладеют базовыми умениями спелеопутешествий;

#### **2) метапредметные результаты:**

- учащиеся овладеют коммуникативными навыками и умениями работы в группе;
- учащиеся научатся организовывать учебное взаимодействие в походной группе;
- научатся организовывать групповые нестационарные мероприятия в условиях природной среды.

#### **3) личностные результаты:**

- учащиеся овладеют умением осуществлять поиск информации, обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных действиях при выполнении походно-ролевого функционала;
- интериоризация ценности продуктивной организации совместной деятельности походной группы;
- интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях;

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**1 год обучения**

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	3	1	2	-
2.	Пеший туризм	79	17	62	зачет
3.	Оказание помощи в межсезонье	14	6	8	зачет
4	Лыжный туризм	69	8	61	зачет
5	Оказание помощи зимой	15	7	8	зачет
6	Горный туризм	61	7	54	зачет
7.	Водный туризм	33	7	26	зачет
8	Контрольные и итоговые занятия	14	-	14	-
ИТОГО		288	53	235	

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**2 год обучения**

№ п/п	Наименование раздела	Кол-во часов			Форма контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Вводное занятие	4	1	3	-
2	Пеший туризм	72	14	58	зачет
3	Аварийные ситуации в походе	43	8	35	зачет
4	Спелеотуризм	22	6	16	зачет
5	Лыжный туризм	42	4	38	зачет
6	Горный туризм	42	6	36	зачет
7	Водный туризм	42	6	36	зачет
8	Контрольные и итоговые занятия	21	-	21	-
ИТОГО		288	45	243	

\*Допускается изменение рекомендованного порядка распределения учебной нагрузки в пределах 30% от общего количества часов. Основанием для изменения служит выбор образовательной траектории основного состава обучающихся в приоритет отдельных видов туризма, исходя из педагогической целесообразности, квалификационной возможности и профильной компетентности педагога реализующего данную программу.

**КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК**  
**РЕАЛИЗАЦИИ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ**  
**ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ «ТУРИЗМ»**

<b>Год обучения</b>	<b>Дата начала обучения по программе</b>	<b>Дата окончания обучения по программе</b>	<b>Всего учебных недель</b>	<b>Количество учебных дней</b>	<b>Количество учебных часов</b>	<b>Рекомендованный режим занятий*</b>
<b>1 год</b>	01.09	25.05	36	108	288	Будние дни: 1 занятие – 3 ч 1 занятие – 4 ч Каникулы – походы – 8 ч
<b>2 год</b>	01.09	25.05	36	108	288	Будние дни: 1 занятие – 3 ч 1 занятие – 4 ч Каникулы – походы – 8 ч

\*Допускается изменение режима занятий при планировании походов или занятий на местности.