

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ НЕТИПОВОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОРОДСКОЙ ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ЮНЫХ»

**ПРИНЯТА**

Малым педагогическим советом  
отдела гуманитарных программ и  
детских социальных инициатив  
(протокол от 18.02.2025 № 4)

**УТВЕРЖДЕНА**

(приказ № 763-ОД от 06.03 2025 г.)  
Генеральный директор

М. Р. Катунова



**Дополнительная общеразвивающая программа  
«ШКОЛА ТУРИЗМА»**

Возраст обучающихся: 12-14 лет

Срок освоения: 2 года

Уровень освоения: базовый

**Разработчик:**

Сафонова Наталия Алексеевна,  
педагог дополнительного образования

**ОДОБРЕНА**

Методическим советом  
ГБОУ «СПб ГДТЮ»  
(протокол от 6.03.2025 № 6)

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеразвивающая программа туристско-краеведческого клуба «Тури» «Школа туризма» (далее - Программа) имеет **туристско-краеведческую направленность**.

### Адресат программы

Программа предназначена для подростков 12-14 лет, имеющих интерес к туристско-краеведческой деятельности, желающих найти свой круг общения, удовлетворить потребность в самореализации, самоутверждении. По данной программе могут обучаться как новички, так и те, кто уже имеет туристский опыт и хочет углубить свои знания в области туристско-краеведческой деятельности.

### Актуальность программы

Туризм и краеведение открывают большие возможности для приобретения важных для жизни знаний, различных умений и навыков, способствуют укреплению здоровья. С 2024-2025 учебного года российские школьники в рамках программы по формированию основ безопасного поведения и патриотического воспитания будут проводить выездные занятия в условиях природной среды, близким к туристским. Программа «Школа туризма» подразумевает необходимость формирования основ туристских знаний и умений у школьников.

Туристско-краеведческая деятельность-это активность обучающихся, направленная на знакомство с окружающим миром, изучение, исследование и освоение природной и социокультурной среды по средствам детско-юношеского туризма и краеведения. Наиболее эффективными из них являются походы, экскурсии, туристско-краеведческие экспедиции. Как вид спорта туризм, доступный практически каждому, формирует волевые качества характера, как образ жизни - позволяет обрести опыт работы с различными инструментами, обеспечить безопасное существование в природных условиях. Занятия туризмом позволяют психологически подготовить учащихся к нестандартным ситуациям и к адекватной реакции на экстремальные условия жизни.

Процесс обучения основам туристической деятельности лежит в основе формирования функциональной грамотности обучающихся в полевых условиях:

- *Естественно- научная грамотность* проявляется при выборе места для бивака, которое должно соответствовать определенным условиям.
- *Читательская грамотность* выражается в том, что перед путешествием необходимо ознакомиться с отчетами туристских групп, которые были в аналогичных походах.
- *Финансовая грамотность* необходима при составлении сметы похода, которая включает стоимость проезда до точки старта и обратно, стоимость питания в сутки, стоимость и количество снаряжения.
- *Математическая грамотность* - при планировании маршрута.

### Концептуальные основы программы

В основу программы положены следующие концепции:

Концепция туристско-краеведческой деятельности, разработанная А.А. Остапцом-Свешниковым. Основные положения концепции сводятся к следующему:

- нацеленность на всесторонне развитие личности, здоровый образ жизни;
- установка на единство туризма и краеведения;
- освоение окружающего мира «по спирали» - от родного дома до границ своего Отечества и зарубежных стран, углубленно – от созерцания к исследованию;
- цикличное построение туристско-краеведческой деятельности: подготовка, проведение мероприятий / участие в мероприятиях, подведение итогов;

- самоуправление туристско-краеведческой группы: распределение должностей среди участников для обеспечения жизнедеятельности группы;
- выполнение нравственно-этической основы туристско-краеведческой деятельности, формирующей общечеловеческие ценности, обеспечивающей соблюдение законов, правил, норм, заповедей и традиций, необходимых как во время похода, так и в жизни;
- на каждом этапе туристско-краеведческой деятельности сочетание обучения, воспитания и оздоровления.

Концепция коллективного творческого воспитания, разработанная И.П. Ивановым. Сущность концепции - общая творческая забота обучающихся и педагогов об улучшении окружающей жизни. Тактика воспитательных отношений - «содружество старших и младших» в совместной творческой деятельности. Концептуальные идеи, принципы:

- идея включения учащихся в улучшение окружающего мира;
- идея соучастия учащихся в воспитательном процессе;
- деятельностный подход к воспитанию: коллективное целеполагание, коллективная организация деятельности, коллективное творчество, эмоциональное насыщение жизни, организация соревновательности и игры в жизнедеятельности воспитанников;
- комплексный подход к воспитанию;
- личностный подход, одобрение социального роста обучающихся.

**Отличительные особенности программы** Программа позволяет создать оптимальные условия для физического оздоровления, воспитания и развития подростков. Воспитание, обучение и развитие происходят в процессе подготовки и организации коллективной походной жизни на туристском маршруте и активной деятельности обучающихся в естественных природных условиях. Активная и самостоятельная деятельность обучающихся в походных условиях способствует приобретению ими необходимого социального опыта, опыта межличностных отношений. При этом содержание программы включает в себя сочетание трех функций жизнедеятельности детского объединения: учебной деятельности, клубной деятельности и общественно-полезной работы. Содержание программы предполагает поэтапное создание условий для развития личности: познающей, чувствующей, действующей в природной и социальной среде. Практические навыки туристской деятельности отрабатываются в походах, экспедициях, на учебно-тренировочных сборах и выездах, сменах в ЗЦ ДЮТ «Зеркальный».

Для достижения поставленных задач устанавливаются контакты с семьей и организуются следующие события:

- проведение тематических родительских собраний (перед конкретными мероприятиями – походами, экспедициями, выездами).
- организация совместных клубных дней: «День рождения клуба», «Вечер выпускников», соревнования «Папа, мама, я – туристская семья», «Привет, новичок!».
- индивидуальная работа с семьей по решению проблемных ситуаций.

**Уровень освоения программы:** базовый.

**Объем и сроки освоения программы** продолжительность освоения программы - 2 года:

- 1-й год обучения — 216 часов,
- 2-й год обучения — 216 часов.

**Цель программы:** социальная адаптация и самореализация обучающихся средствами туристско-краеведческой деятельности.

## **Задачи программы**

### **Обучающие:**

- сформировать систему знаний по туризму;
- научить интегрировать и применять знания из области географии, экологии, астрономии, истории в туристско-краеведческой деятельности;
- сформировать навыки работы с туристским оборудованием и снаряжением;
- обучить навыкам выживания в природном окружении, в том числе основам оказания доврачебной медицинской помощи.

### **Развивающие:**

- развивать интеллектуальные способности (наблюдательность, внимание, память, умение анализировать, обобщать);
- развить эффективные способы социального взаимодействия;
- развивать физические данные и укреплять здоровье учащихся, формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;

### **Воспитательные:**

- формировать убеждения, взгляды, ценностные ориентации и активную гражданскую позицию.
- формировать гуманистическое отношение к окружающей жизни; людям, самому себе.

## **Организационно-педагогические условия реализации программы**

**Язык реализации программы:** русский.

**Форма обучения:** очная.

**Условия приема на обучение.** Принимаются все желающие при наличии справки о состоянии здоровья, страховки, прививки от клещевого энцефалита. Возможен дополнительный набор учащихся на 2-й год обучения на основе собеседования и определения готовности включения в программу (проводится анализ уровня знаний по разделам туризма, конкретных умений, психологической готовности к преодолению трудностей). Списочный состав составляет: 1 год обучения — не менее 15 человек, 2 год обучения — не менее 12 человек.

### **Формы организации и проведения занятий**

- фронтальная (проведение лекции-визуализации со всем составом обучающихся, демонстрация и обсуждение видеоматериалов);
- групповая (проведение занятий в малых группах);
- коллективная (поход);
- индивидуальная (звеньевые поручения и обсуждение роли в походе).

Изучение теоретического и практического материала частично реализуется на выездных и учебно-тренировочных сборах.

**Формы занятий:** практическое занятие, беседа, проектное занятие, игровое занятие, интегрированное занятие, мастер-класс, практикум, тренинг, поход, экспедиция, выезд выходного дня, самостоятельная работа учащихся, соревнование, тренировка по ОФП и туристской технике

**Особенности организации образовательного процесса.** Программа может реализовываться с применением внеаудиторной работы (экскурсии в профильные музеи), дистанционных образовательных технологий и электронных ресурсов: и другие ресурсы, регламентированные локальными актами Учреждения.

**Материально-техническое оснащение:**

Учебные занятия проводятся в кабинете, оснащённом мультимедийным оборудованием, многофункциональным устройством (принтер, копир, сканер), CD/DVD проигрывателем, магнитно-маркерной доской. Также программой предусмотрено наличие следующего оборудования: палатки, тенты, костровая посуда, тренажер для сердечно-легочной реанимации, снегоступы, аптечка первой медицинской помощи, снаряжения для пешеходного туризма, картографический материал (компасы, глобус, атласы, карты).

### **Планируемые результаты**

В итоге успешного освоения программы будут получены следующие результаты:

#### ***Предметные:***

- будет сформирована система знаний по туризму (туризм, виды походов и путешествий, топография);
- обучающиеся будут уметь интегрировать и применять знания из области географии, экологии, астрономии и др. наук в туристско-краеведческой деятельности;
- обучающиеся приобретут практические навыки работы с туристским снаряжением;
- будут сформированы практические навыки выживания в природном окружении, в том числе обучающиеся научатся оказывать первую доврачебную медицинскую помощь.

#### ***Метапредметные:***

- будут сформированы «гибкие» компетенции: внимание, память, критическое мышление, адаптивность, коммуникация, командная работа и др.;
- будут сформированы навыки коллективной деятельности и эффективные способы социального взаимодействия;
- обучающиеся будут проявлять интерес к туристско-краеведческой деятельности, а также научатся решать проблемы в реальных жизненных ситуациях.

#### ***Личностные:***

- обучающиеся будут проявлять гуманистическое отношение к людям, самому себе и окружающей жизни;
- обучающиеся сформируют навыки культуры здорового и безопасного образа жизни, разовьют физические данные и укрепят свое здоровье;
- будут сформированы убеждения, взгляды, ценностные ориентации и активная гражданская позиция в процессе клубной деятельности.

### **Предъявление результатов образовательной деятельности**

В процессе освоения программы обучающиеся принимают участие в конкурсах, конференциях и фестивалях:

- Всероссийские массовые соревнования по спортивному ориентированию «Российский азимут»;
- Всероссийская лыжная гонка «Лыжня России»;
- Всероссийский слет туристов-краеведов;
- Региональные детско-юношеских соревнования «Школа безопасности»;
- Городские соревнования по технике пешеходного туризма;
- Городских соревнованиях по парковому ориентированию.

## УЧЕБНЫЙ ПЛАН 1-го года обучения

| №                                               | Название раздела и темы                                                   | Количество часов |           |           | Формы контроля/аттестации                                                                                 |
|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                 |                                                                           | Всего часов      | Теория    | Практика  |                                                                                                           |
| 1                                               | Вводное занятие                                                           | 2                | 2         | -         | Педагогическое наблюдение                                                                                 |
| <b>2. Раздел «Основы туристской подготовки»</b> |                                                                           | <b>60</b>        | <b>44</b> | <b>16</b> |                                                                                                           |
| 2.1                                             | История становления и развития туризма в России                           | 4                | 3         | 1         | Фронтальный опрос «Знаменитые путешественники»                                                            |
| 2.2                                             | Личное и общественное туристское снаряжение                               | 8                | 6         | 2         | Конкурс-игра по установке и определению вида и назначения палатки<br>Предметная игра «Что берем с собой?» |
| 2.3                                             | Организация туристского быта                                              | 8                | 6         | 2         | Тестовые задания<br>Игра «Выбор места бивака»                                                             |
| 2.4                                             | Поручения и должности участников группы в походе                          | 4                | 3         | 1         | Контрольное задание «Найди ошибку в ЧТП»                                                                  |
| 2.5                                             | Костры. Заготовка дров в походе                                           | 10               | 7         | 3         | Тестовые задания<br>Игра «Выложи костер»<br>Практикум по кострам                                          |
| 2.6                                             | Техника безопасности в походах, на слетах и выездах                       | 4                | 3         | 1         | Контрольный опрос «Правила поведения в лесу»                                                              |
| 2.7                                             | Организация питания в туристском походе                                   | 8                | 6         | 2         | Фронтальный опрос<br>Составление раскладки<br>Практикум по приготовлению блюд                             |
| 2.8                                             | Правила передвижения группы на маршруте                                   | 8                | 6         | 2         | Правильность техники движения и преодоления естественных препятствий                                      |
| 2.9                                             | Узлы                                                                      | 6                | 4         | 2         | Тестовые задания                                                                                          |
| <b>3. Раздел «Ориентирование и топография»</b>  |                                                                           | <b>36</b>        | <b>20</b> | <b>16</b> |                                                                                                           |
| 3.1                                             | Стороны горизонта. Способы ориентирования: от древности до современности  | 6                | 4         | 2         | Построение тренировочных азимутальных треугольников                                                       |
| 3.2                                             | Топографическая карта: понятие, условные обозначения, изображение рельефа | 6                | 4         | 2         | Топографический диктант, опрос                                                                            |

|                                                               |                                                                                                                |           |           |           |                                                                               |
|---------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 3.3                                                           | Масштаб, измерение расстояний                                                                                  | 6         | 4         | 2         | Задания по картографическому материалу                                        |
| 3.4                                                           | Ориентирование по карте и компасу                                                                              | 6         | 4         | 2         | Задания по картографическому материалу                                        |
| 3.5                                                           | Тренировка по ориентированию                                                                                   | 12        | 4         | 8         | Личный результат                                                              |
| <b>4. Раздел «Лыжи»</b>                                       |                                                                                                                | <b>16</b> | <b>10</b> | <b>6</b>  |                                                                               |
| 4.1                                                           | Виды лыж и правила их подбора                                                                                  | 4         | 3         | 1         | Задания с открытым ответом                                                    |
| 4.2                                                           | Техника передвижения на лыжах                                                                                  | 12        | 6         | 6         | Фронтальный опрос<br>Результативность прохождения дистанции на лыжах          |
| <b>5. Раздел «Основы гигиены и первая доврачебная помощь»</b> |                                                                                                                | <b>38</b> | <b>30</b> | <b>8</b>  |                                                                               |
| 5.1                                                           | Строение тела человека. Кожа и ее функции. Личная гигиена                                                      | 4         | 3         | 1         | Индивидуальный опрос                                                          |
| 5.2                                                           | Сердечно-сосудистая система человека. Оценка жизненно важных функций организма                                 | 8         | 6         | 2         | Практическое задание                                                          |
| 5.3                                                           | Виды ран, первая помощь при различных видах ран. Наложение повязок                                             | 10        | 8         | 2         | Тестовые задания                                                              |
| 5.4                                                           | Виды кровотечений. Способы остановки кровотечений                                                              | 10        | 8         | 2         | Тестовые задания                                                              |
| 5.5                                                           | Способы транспортировки пострадавших                                                                           | 6         | 4         | 2         | Контрольные задания по изготовлению носилок                                   |
| <b>6. Раздел «Краеведение»</b>                                |                                                                                                                | <b>30</b> | <b>20</b> | <b>10</b> |                                                                               |
| 6.1                                                           | Родной край, его природные особенности. Краеведческий обзор Ленинградской области, памятники истории и природы | 20        | 12        | 8         | Создание «путеводителя» по памятникам истории и природы Ленинградской области |
| 6.2                                                           | Изучение районов путешествий                                                                                   | 10        | 8         | 2         | Доклады<br>Составление маршрута путешествия                                   |
| <b>7. Раздел «Тренировочный процесс»</b>                      |                                                                                                                | <b>10</b> | <b>4</b>  | <b>6</b>  |                                                                               |
| 7.1                                                           | Соревнование «Привет, новичок!»                                                                                | 2         |           | 2         | Командный результат                                                           |
| 7.2                                                           | Соревнование «Тропа испытаний»                                                                                 | 2         |           | 2         | Личный результат                                                              |

|                                         |                                                           |            |            |           |                     |
|-----------------------------------------|-----------------------------------------------------------|------------|------------|-----------|---------------------|
| 7.3                                     | Взаимодействие в походной группе                          | 6          | 4          | 2         | Тестирование        |
| <b>8. Раздел «Слеты и соревнования»</b> |                                                           | <b>22</b>  | <b>12</b>  | <b>10</b> |                     |
| 8.1                                     | Соревнования по технике пешеходного туризма и вязке узлов | 4          | 2          | 2         | Командный результат |
| 8.2                                     | Соревнования по парковому ориентированию                  | 4          | 2          | 2         | Командный результат |
| 8.3                                     | Учебно-тренировочный сбор                                 | 14         | 8          | 6         | Личный результат    |
| <b>9. Итоговое занятие</b>              |                                                           | <b>2</b>   | <b>2</b>   | <b>-</b>  | Тестирование        |
| <b>Итого:</b>                           |                                                           | <b>216</b> | <b>144</b> | <b>72</b> |                     |

**УЧЕБНЫЙ ПЛАН**  
**2-го года обучения**

| №                                               | Название раздела и темы                                                                      | Количество часов |           |           | Формы контроля/аттестации                                  |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----------|-----------|------------------------------------------------------------|
|                                                 |                                                                                              | Всего часов      | Теория    | Практика  |                                                            |
| <b>1</b>                                        | <b>Вводное занятие</b>                                                                       | <b>2</b>         | <b>2</b>  |           | Педагогическое наблюдение                                  |
| <b>2. Раздел «Основы туристской подготовки»</b> |                                                                                              | <b>64</b>        | <b>27</b> | <b>37</b> |                                                            |
| 2.1                                             | Летний поход (подведение итогов)                                                             | 2                |           | 2         | Презентация и отчет о походе                               |
| 2.2                                             | Специальное личное и общественное туристское снаряжение                                      | 8                | 5         | 3         | Опрос. Тестовые задания                                    |
| 2.3                                             | Особенности организации бивака в горных, водных, спелео походах, в зимних условиях           | 8                | 4         | 4         | Фронтальный опрос «Развертывание и свертывания лагеря»     |
| 2.4                                             | Костры. Приемы оборудования костровых мест в сложных климатических условиях                  | 8                | 2         | 6         | Выполнение командных заданий «подготовка кострового места» |
| 2.5                                             | Организация питания в туристском походе                                                      | 12               | 4         | 8         | Тестовые задания<br>Практикум по приготовлению блюд        |
| 2.6                                             | Обеспечение безопасности в походах, на слетах и выездах                                      | 2                | 2         | -         | Анализ ситуаций                                            |
| 2.7                                             | Техника и тактика пешеходного и водного туризма                                              | 10               | 4         | 6         | Фронтальный опрос. Тестовые задания                        |
| 2.8                                             | Узлы                                                                                         | 6                | 2         | 4         | Вязка узлов на время, с закрытым глазами                   |
| 2.9                                             | Действия группы в аварийных ситуациях                                                        | 8                | 4         | 4         | Решение ситуационных задач                                 |
| <b>3. Раздел «Ориентирование и топография»</b>  |                                                                                              | <b>40</b>        | <b>12</b> | <b>28</b> |                                                            |
| 3.1                                             | Спортивная карта и ее легенда                                                                | 2                | 1         | 1         | Топографический диктант                                    |
| 3.2                                             | Способы ориентирования на местности: по природным объектам, в сложных климатических условиях | 8                | 4         | 4         | Задание «Найди и исправь ошибку»                           |
| 3.3                                             | Азимутальный ход                                                                             | 8                | 4         | 4         | Игра «Найди клад»                                          |
| 3.4                                             | Измерение расстояний, способы контроля расстояния                                            | 10               | 2         | 8         | Составление плана местности                                |
| 3.5                                             | Тренировки по ориентированию                                                                 | 12               | -         | 12        | Личный зачет                                               |
| <b>4. Лыжи, особенности лыжных походов</b>      |                                                                                              | <b>22</b>        | <b>6</b>  | <b>16</b> |                                                            |
| 4.1                                             | Техника передвижения на лыжах                                                                | 16               | 4         | 12        | Командные соревнования по технике передвижения на лыжах    |

|                                                                   |                                                                              |            |           |            |                                                     |
|-------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------|------------|-----------|------------|-----------------------------------------------------|
| 4.2                                                               | Особенности организации и проведения лыжных походов                          | 6          | 2         | 4          | Игра «Турист-лыжник»                                |
| <b>5. Раздел «Основы медицинских знаний и доврачебная помощь»</b> |                                                                              | <b>28</b>  | <b>16</b> | <b>12</b>  |                                                     |
| 5.1                                                               | Первая помощь при травмах разной степени тяжести                             | 8          | 4         | 4          | Кроссворд «Первая помощь при травмах»               |
| 5.2                                                               | Первая помощь при острых состояниях и несчастных случаях                     | 14         | 6         | 8          | Выполнение практических заданий<br>Тестовые задания |
| 5.3                                                               | Походная аптечка                                                             | 4          | 2         | 2          | Фронтальный опрос                                   |
| 5.4                                                               | Профилактика и лечение вирусных и инфекционных заболеваний                   | 2          | 2         | -          | Памятка путешественнику                             |
| <b>6. Раздел «Краеведение»</b>                                    |                                                                              | <b>16</b>  | <b>8</b>  | <b>8</b>   |                                                     |
| 6.1                                                               | Родной край, его природные особенности. Краеведческий обзор Санкт-Петербурга | 12         | 4         | 8          | Описание краеведческого объекта                     |
| 6.2                                                               | Изучение районов путешествий                                                 | 4          | 4         |            | Тестовые задания                                    |
| <b>7. Раздел «Тренировочный процесс»</b>                          |                                                                              | <b>20</b>  | <b>-</b>  | <b>20</b>  |                                                     |
| 7.1                                                               | Соревнования «Папа, мама, я – туристская семья!»                             | 4          | -         | 4          | Командный результат                                 |
| 7.2                                                               | Рассказ –эстафета «Из дальних странствий возвратись»                         | 4          | -         | 4          | Рекомендации «Особенности дальних походов»          |
| 7.3                                                               | Конкурс знатоков туризма «Своя игра»                                         | 4          | -         | 4          | Рейтинговый результат команды                       |
| 7.4                                                               | Соревнование «Весенний старт»                                                | 4          | -         | 4          | Командный результат                                 |
| 7.5                                                               | Программа «Эстафета поколений»                                               | 4          | -         | 4          | Педагогическое наблюдение                           |
| <b>8. Раздел «Слеты и соревнования»</b>                           |                                                                              | <b>22</b>  | <b>2</b>  | <b>20</b>  |                                                     |
| 8.1                                                               | Соревнования по технике пешеходного туризма и вязке узлов                    | 4          | -         | 4          | Командный результат                                 |
| 8.2                                                               | Соревнования по ориентированию                                               | 4          | -         | 4          | Личный результат                                    |
| 8.3                                                               | Лыжные соревнования                                                          | 4          | -         | 4          | Лично-командный результат                           |
| 8.4                                                               | Контрольно-туристский маршрут                                                | 10         | 2         | 8          | Личный результат                                    |
| <b>9</b>                                                          | <b>Итоговое занятие</b>                                                      | <b>2</b>   | <b>2</b>  | <b>-</b>   | Тестирование                                        |
| <b>Итого:</b>                                                     |                                                                              | <b>216</b> | <b>72</b> | <b>144</b> |                                                     |