



**Пояснительная записка  
к дополнительной образовательной программе  
туристско-краеведческой направленности  
«Юные туристы-экологи»**

*Вид программы:* общеобразовательная общеразвивающая программа:  
«Юные туристы-экологи»

*Возраст обучающихся:* от 11 до 12 лет.

*Срок реализации программы:* два года.

*Актуальность* - туристская деятельность во всех ее формах способствует всестороннему развитию личности ребенка. Она направлена на совершенствование его интеллектуального, духовного и физического развития, способствует приобретению навыков самостоятельной деятельности. В процессе туристско-краеведческой деятельности у детей формируются такие жизненно важные качества, как упорство, мужество, честность, взаимовыручка. Сама обстановка педагогически правильно организованного туристского похода способствует выявлению и развитию этих качеств. Поэтому программа «Юные туристы-экологи» логично вытекает из самой сути туристско-краеведческой деятельности.

*Цель программы* - создание оптимальных условий для развития и самореализации обучающихся, формирование позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой и экологической деятельности. Социализация детей с ограниченными возможностями здоровья, повышение качества развивающего образования на основе специальных способов обучения и интеграция их с методиками дополнительного образования. Достижение данной цели, обеспечит гармоничное и полноценное включение ребенка с ограниченными возможностями здоровья в общество, позволит не только сформировать необходимые компетенции, но и обеспечить адекватное и эффективное социальное взаимодействие всех членов сообщества.

*Основные задачи программы:*

*Обучающие:*

обучение основам техники пешеходного туризма, приемам безопасности, организации быта в походных условиях;  
расширение знаний по географии, биологии, экологии;  
расширение знаний об окружающем мире;

*Развивающие:*

духовно-нравственное развитие учащихся;  
укрепление здоровья, воспитание физической культуры;  
развитие устной речи;

*Воспитательные:*

воспитание патриотизма посредством занятия краеведением;  
воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;  
воспитание коллективизма, освоение стандартов культуры труда и общения;

воспитание самообладания и силы воли;  
формирование умения видеть красоту окружающего мира;  
воспитание потребности в здоровом образе жизни;  
коррекция отклоняющегося поведения.

*Особенности набора детей:*

Для зачисления в группу обучающихся по программе «Юные туристы - экологи», специальных знаний и подготовки не требуется, зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

- Запись в объединение осуществляется по заявлению родителей (законных представителей). Обязательно для всех допуск врача к занятиям. В группу принимаются все дети без исключения, в том числе и дети с дивиантным поведением, так как туризм способен радикально менять и перестраивать характеры.

*Объём программы, форма обучения, методы обучения:*

Общеобразовательная, общеразвивающая программа «Юные туристы-экологи» рассчитана на 2 года обучения, каждый год рассчитан на 36 учебных недель, за учебный год - 144 часа, практические занятия составляют большую часть программы.

Режим работы объединения в течение года: занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа, 1 раз в месяц поход выходного дня – 8 часов.

Учебные походы и тренировки проводятся в выходные дни и в каникулярное время (в зависимости от погодных условий). Объём учебно-тренировочных нагрузок и продолжительность занятий в каникулярное время может увеличиваться.

*Основные формы деятельности:*

- организация экскурсий, походов, эколого-краеведческих экспедиций;
- изучение и описание природных объектов родного края с целью их рационального использования и сохранения;
- выявление случаев негативного воздействия человека на окружающую среду, участие в их ликвидации;
- оказание посильной помощи особо охраняемым природным территориям (ООПТ);
- тренировки и практические занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия;

*Ожидаемые результаты:*

- приобретение учащимися знаний о природе, истории, культуре родного края;
- позитивное общение с окружающими;
- овладение техникой и тактикой туризма, приобретение навыков ориентирования на местности, оказания первой доврачебной помощи;
- рост мастерства учащихся от элементарных навыков самообслуживания до организации туристского быта.

На первом году обучения основное внимание уделяется техническим приемам и бытовым навыкам пешеходного туризма, а также обеспечению безопасности, без которых нельзя организовать поход, провести занятия, тренировки.

При изучении тем, связанных с краеведением и экологией, большую пользу окажет посещение краеведческого, художественного и других музеев.

Теоретические занятия необходимо сопровождать иллюстративным и пояснительным материалом, использовать игровую методику.

Все занятия следует строить так, чтобы учащиеся отрабатывали навыки технической подготовки, походного быта, краеведческой работы. Большое значение имеют занятия, связанные с подготовкой снаряжения, его хранением, работы на биваке, выполнение краеведческих заданий.

Занятия по топографии лучше всего проводить в занимательной, игровой форме (описание маршрута, топографический диктант, соревнование на скорость определения топографических знаков и т.д.). Особое место занимает обучение навыкам быстрого чтения карты. Можно использовать моделирование из песка или пластилина рельефа, изображенного на карте.

Занятия по ориентированию необходимо проводить на местности, используя контрольные пункты (КП), изготовленные сначала при непосредственном участии руководителя, затем самостоятельно.

Результативность 1-го года обучения определяется тестированием во время промежуточной и итоговой аттестации.

На втором году обучения программа предусматривает углубление и расширение экологических знаний, практическое участие в природоохранных мероприятиях, отработку навыков пешеходного туризма, ориентирования. Большое место также отводится обеспечению безопасности при проведении занятий, походов.

Успех прохождения программы зависит от уровня и количества занятий на местности и проведения походов. Рекомендуются доступные для учащихся исследования в природе. Большое внимание уделяется проведению наблюдений, ведению записей, участию в конкретных природоохранных мероприятиях.

На втором году обучения программа предусматривает усиление экологического подхода в изучении растительного и животного мира родного края, а также природных комплексов с точки зрения биоценологии, рассматриваются взаимоотношения организмов в биоценозе. Здесь обобщается ранее изученный материал, формируется понятие о природе как о целостной динамичной системе, которое является опорным для формирования понятия об охране природы. На краеведческом материале учащиеся знакомятся с примерами рационального использования природы, ее ресурсов и природных комплексов.

Обучающиеся приобретают начальное экологическое образование, продолжают формирование туристско-краеведческих и экологических знаний, умений, навыков.

Результативность 2-го года обучения определяется тестированием во время промежуточной и итоговой аттестации.

**Учебный план  
программы «Юные туристы-экологи»  
1-й год обучения**

№ п\п	Наименование тем и разделов	Количество		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Основы туристской подготовки</b>			
1.1.	Туристские путешествия, история туризма	2	2	
1.2.	Туристское снаряжение	26	3	23
1.3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	2	1	1
1.4.	Питание в походе.	16	3	13
1.5.	Подготовка и организация путешествия	12	2	10
<b>всего</b>		<b>60</b>	<b>13</b>	<b>47</b>
<b>2.</b>	<b>Краеведение</b>			
2.1.	Географическое положение, природные условия и ресурсы края	10	1	9
2.2.	История и культура края	4	1	3
2.3.	Туристские возможности края	4		4
<b>всего</b>		<b>18</b>	<b>2</b>	<b>16</b>
<b>3.</b>	<b>Топография и ориентирование</b>			
3.1.	Топографическая и спортивная карты	10	1	9
3.2.	Ориентирование	14	2	10
	Промежуточная аттестация			2
<b>всего</b>		<b>24</b>	<b>3</b>	<b>21</b>
<b>4.</b>	<b>Обеспечение безопасности</b>			
4.1.	Правила безопасности при проведении занятий, походов.	2	1	1
4.2.	Правила санитарии и гигиены	2	1	1
4.3.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	14	2	12
<b>всего</b>		<b>18</b>	<b>4</b>	<b>14</b>
<b>5.</b>	<b>Основы экологии. Организация экологической работы.</b>			
5.1.	Наша планета – Земля	2	1	1
5.2.	Биосфера	2	1	1
5.3.	Изучение отдельных компонентов природного комплекса	8	1	7
5.4.	Наблюдения в природе	2	1	1
5.5.	Туризм и охрана природы	2		2
	Итоговая аттестация			2
<b>всего</b>		<b>34</b>	<b>5</b>	<b>29</b>
<b>ИТОГО ЗА ПЕРИОД ОБУЧЕНИЯ:</b>		<b>144</b>	<b>26</b>	<b>118</b>

**СОДЕРЖАНИЕ**  
**УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ОБЪЕДИНЕНИЯ**  
**«ЮНЫЕ ТУРИСТЫ-ЭКОЛОГИ»**  
**1-Й ГОД ОБУЧЕНИЯ**

**1. Основы туристской подготовки**

**1.1. Туристские путешествия, история развития туризма**

Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретения трудовых навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История развития туризма в России.

Краеведение, туристско-краеведческое движение «Отечество», основные его направления.

***Практические занятия***

Анкетирование членов кружка. Психологические игры на тему «Давай познакомимся».

**1.2. Туристское снаряжение**

Личное и групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требования к нему. Правила размещения предметов в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов. Подготовка личного снаряжения к походу.

Групповое снаряжение, требования к нему. Типы палаток, их назначение, преимущества и недостатки. Походная посуда. Топоры, пилы. Хозяйственный набор: костровое оборудование, рукавицы, ножи, котлы, половник. Ремонтный набор, аптечка.

***Практические занятия***

Укладка рюкзака, подгонка снаряжения. Уход за снаряжением, его ремонт.

**1.3. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги**

Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Бивак дневной и ночной, для дневков. Выбор места для привала и ночлега (бивака).

Организация работы по устройству бивака (выбор места для палаток, костра, определение мест для забора воды и умывания, туалетов, мусорной ямы), заготовка дров.

Установка палаток, размещение вещей в них. Предохранение палаток от намокания и проникновения насекомых. Правила поведения в палатке.

Противопожарные меры.

Типы костров. Правила разведения костра.

Заготовка дров. Правила работы с топором и пилой. Правила хранения и переноски колюще-режущих предметов.

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

Уход за одеждой и обувью в походе (сушка и ремонт)

Игры в пути и на привале. Туристская песня.

Нормы поведения туристов в населенных пунктах.

Свертывание лагеря. Уборка места лагеря.

### ***Практические занятия***

Организация бивака в полевых условиях (определение места, пригодного для привала и ночлега, развертывание лагеря, разжигание костра).

Игры в пути и на привале.

Разучивание и исполнение туристских песен.

#### **1.4. Питание в походе**

Значение правильного питания в походе. Набор продуктов. Нормы расхода продуктов. Меню. Хранение продуктов. Приготовление пищи на костре. Питьевой режим на маршруте. Два варианта организации питания в однодневном походе: на бутербродах и с приготовлением горячих блюд.

### ***Практические занятия***

Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода.

Закупка, фасовка и упаковка продуктов.

Приготовление пищи на костре.

#### **1.5. Подготовка и организация путешествия**

Права и обязанности участников похода.

Должности в группе постоянные и временные. Распределение обязанностей в группе.

Определение цели и района похода. Подбор литературы и картографического материала. Составление плана подготовки похода.

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Маршрутный лист и маршрутная книжка. Путевой дневник.

Отчетная документация. Требования к отчету. Систематика и оформление собранного материала.

### ***Практические занятия***

Работа с краеведческой литературой. Подготовка и чтение докладов по географии, истории и культуре района путешествия при подготовке к походу

Работа с собранным материалом, его определение, систематика, оформление.

### ***Практические занятия***

Подвижные игры на воздухе, в спортивном зале.

## **2. Краеведение**

### **2.1. Географическое положение, природные условия и ресурсы края**

Рельеф, полезные ископаемые, климат, реки, озера, болота, растительный и животный мир края.

### ***Практические занятия***

«Путешествия» по карте. Посещение музеев.

### **2.2. История и культура края**

Сведения о прошлом своего района. Памятники истории и культуры.

### ***Практические занятия***

Краеведческие викторины, составление и решение кроссвордов.

### **2.3. Туристские возможности края**

Наиболее интересные места походов и экскурсий. Музеи края. Особо

охраняемые природные территории (ООПТ).

*Практические занятия* Экскурсия по своему району, в краеведческий музей.

### **3. Топография и ориентирование**

#### **3.1. Топографическая и спортивная карты**

Виды топографических карт и основные сведения о них. Условные знаки топографических карт.

Спортивная карта, ее назначение, отличие от топографической карты. Условные знаки спортивной карты: населенные пункты, гидрография, дорожная сеть, сооружения, растительный покров, местные предметы. Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.

#### *Практические занятия*

Изучение форм рельефа на карте и на местности. «Путешествие» по карте.

Упражнения на запоминание условных знаков.

#### **3.2. Ориентирование**

Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

Приближенное определение сторон горизонта по особенностям местных предметов. Действия при потере ориентировки.

#### *Практические занятия*

Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте.

#### *Промежуточная аттестация*

### **4. Обеспечение безопасности в походе**

#### **4.1. Правила безопасности при проведении занятий, походов, экспедиций**

Дисциплина в походе и на занятиях - основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении и на улице.

Правила поведения при движении группы (пешком и на транспорте).

Меры безопасности при преодолении естественных препятствий. Организация самостраховки. Правила пользования альпенштоком.

Использование простейших узлов и техника их вязания.

Правила поведения в незнакомом населенном пункте. Взаимоотношения с местным населением.

Правила поведения в условиях полевого лагеря.

#### *Практические занятия*

Обучение технике вязания узлов. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах.

#### **4.2. Правила санитарии и гигиены**

Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды. Умывание, купание, закаливание в походе. Защита окружающей среды от загрязнения (умывание, мытье посуды, утилизация бытовых отходов).

Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение. Ядовитые растения и грибы.

Изучение ядовитых растений и грибов по иллюстрациям и нахождение их в природе.

### **4.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи**

Медицинская аптечка. Ее комплектование, хранение, транспортировка. Перечень и назначение лекарственных препаратов. Личная аптечка туриста.

Профилактика заболеваний и травматизма. Помощь при различных травмах, тепловом и солнечном ударе, ожогах, укусах насекомых и пресмыкающихся.

Правила переноски пострадавшего.

#### ***Практические занятия***

Комплектование медицинской аптечки.

Оказание первой доврачебной помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи. Переноска пострадавшего.

## **5. Основы экологии. Организация экологической работы**

### **5.1. Наша планета - Земля**

Наше место во Вселенной. Развитие понятий о Солнечной системе.

Строение Солнечной системы. Происхождение нашей планеты и возникновение жизни. Эволюция. Земля как единое целое.

#### ***Практические занятия***

Экологические игры.

Творческая мастерская «Мой адрес во Вселенной».

### **5.2. Биосфера**

Понятие о биосфере. Биосфера - «живая» оболочка Земли. Границы биосферы.

#### ***Практические занятия***

Экологические игры.

### **5.3. Изучение отдельных компонентов природного комплекса**

Рельеф, почва, растения, животные. Природные комплексы леса, луга, поля, водоема. Экология - наука о взаимосвязях в природе. Экологические факторы, их влияние на природные комплексы.

#### ***Практические занятия***

Изучение почвенного среза.

Изучение растений леса, луга, поля, водоема по фотографиям и гербариям.

Экскурсии в различные природные комплексы (по выбору) и по изучению различных форм рельефа.

### **5.4. Наблюдения в природе**

Значение наблюдательности и умения вести наблюдения. Метеонаблюдения в лесу, на открытом месте. Признаки изменения погоды. Предсказание погоды по растениям и поведению животных. Гидрологические наблюдения (определение скорости течения реки, ее ширины и глубины). Гербаризация растений.

Дневник наблюдений. Запись наблюдений. Зарисовка, фотосъемка. Сбор природного материала и его оформление.

Краеведческие наблюдения.

#### ***Практические занятия***

Наблюдения за признаками изменения погоды в природе. Определение

скорости течения реки, ее ширины и глубины. Сбор, засушивание растений и оформление гербария. Сбор коллекции насекомых и правила ее оформления. Ведение дневника наблюдений.

Экскурсии с целью развития наблюдательности на маршруте, по экологической тропе.

### **5.5. Туризм и охрана природы**

Закон об охране природы. Участие туристов в охране природы. Виды природоохранной деятельности.

#### ***Практические занятия***

Участие в экологических акциях («Уберем мусор», «Чистый родник», «Чистый двор», «Чистые Столбы» и т.д.).

Изготовление и развешивание кормушек.

#### ***Итоговая аттестация***

## **УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПРОГРАММЫ «ЮНЫЕ ТУРИСТЫ-ЭКОЛОГИ» 2-й год обучения**

№/п	Наименование тем и разделов	Всего часов	Теория	Практ.
<b>1. Подведение итогов летнего полевого сезона.</b>				
1.1	Обработка собранного материала.	2	1	1
	Оформление гербария, составление коллекций.	2		2
	<b>Всего:</b>	4	1	3
<b>2. Основы туристской подготовки.</b>				
2.1	Туристские путешествия, истории развития туризма.	2	1	1
	История освоения России, знаменитые русские путешественники и исследователи.	2		2
	Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм. Туризм самодостаточный, экскурсионный, международный.			
	Краеведение, основные направления.			
	<b>Всего:</b>	4	1	3
2.2	Туристское снаряжение.	2	1	1
	Личное и групповое снаряжение. Основные требования к нему: легкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность.			
	ПВД: «Использование личного и группового туристского снаряжения».	6		6
	Правила упаковки снаряжения в рюкзаке и размещения в палатке. Обувь и уход за ней. Сушка			

	<p>обуви и одежды в походе.  Укладка рюкзака, подгонка снаряжения.  Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток.  Кухонное оборудование для летних и зимних походов.  Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона года и условий похода.</p>			
	<b>Всего:</b>	<b>8</b>	<b>1</b>	<b>7</b>
2.3	<p>Организация туристского быта.  Типы костров, правила разведения, техника безопасности.  Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов: жизнеобеспечение (наличие воды и дров); безопасность (удаленность от населенных пунктов, отсутствие сухих и гнилых деревьев, расположение на высоких берегах рек); комфортность (освещенность, продуваемость, эстетичность поляны).  Работа группы на привале.  Разведение костра при неблагоприятных условиях (сырая погода, сильный ветер, туман). Заготовка растопки.  Сушка и ремонт походного снаряжения и инвентаря.</p>		1	1 2 2
	<b>Всего:</b>	<b>6</b>	<b>1</b>	<b>5</b>
2.4	<p>Питание в походе.  ПВД: «Отработка навыков разведения костра».  Особенности питания в многодневном походе.  Режим питания. Нормы дневного рациона.  Использование дикорастущих растений, ягод, грибов.  Составление меню по норме закладки продуктов и списка продуктов.  Фасовка и упаковка продуктов.  Приготовление блюд из дикорастущих растений, ягод, грибов.</p>		1	8 1 2 2 2
	ПВД: «Отработка навыков приготовления пищи на костре». Заготовка дров. Устройство костра.			8
	<p>Питьевой режим на маршруте.  Приготовление пищи на костре.  Составление меню для ПВД, подготовка.</p>			2
	<b>Всего:</b>	<b>26</b>	<b>1</b>	<b>25</b>
2.5	Туристская группа. Обязанности членов туристской			

	<p>группы.</p> <p>Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода. Комплектование личного и группового снаряжения.</p> <p>Составление плана подготовки похода. Составление сметы расходов.</p>		1	1
	<b>Всего:</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
2.6	<p>Подготовка и проведение туристского путешествия.</p> <p>Походная документация.</p> <p>Подведение итогов похода, путешествия. Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов.</p>		2	2
	<b>Всего:</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>
2.7	<p>Туристские слёты и соревнования.</p> <p>ПВД: «Путешествие по выбранному маршруту».</p> <p>Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации.</p> <p>Охрана природы.</p> <p>Соревнования по спортивному ориентированию.</p> <p>Соревнования по туристскому многоборью.</p> <p>Личное и командное снаряжение участников.</p> <p>Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников.</p> <p>Туристский слет. Положение и условия проведения слета. Виды соревнований в программе слета.</p> <p>Конкурсная программа: приветствие, туристская песня, газета.</p>		1	8 1 2
	<b>Всего:</b>	<b>12</b>	<b>1</b>	<b>11</b>
	<b>Всего:</b>	<b>62</b>	<b>8</b>	<b>54</b>
<b>3. Топография и ориентирование.</b>				
3.1	<p>Способы измерения расстояний на карте и на местности.</p> <p>Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки.</p> <p>Глазомерный способ определения расстояний.</p>		1 1	1 1
	<p>ПВД: «Отработка навыков прохождения по пересечённой местности». «Отработка навыков глазомерного определения расстояний».</p> <p>Топографические и спортивные карты.</p>		1	8 1
3.2	<p>Ориентирование.</p> <p>Ориентирование компаса и карты. Снятие азимута с карты. Определение азимута на предмет.</p>		1	1 2

	Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.			2
	Движение по азимуту по пересеченной местности. ПВД			2 8
	<b>Всего:</b>	<b>30</b>	<b>4</b>	<b>26</b>
<b>4. Обеспечение безопасности</b>				
4.1	Техника безопасности при проведении занятий, походов, экспедиций. Правила дорожного движения для пешеходов. Порядок движения группы в населенном пункте, вдоль дорог, при пересечении дорог. Использование страховки и само страховки на сложных участках маршрута.		1 1	1 1 2
	Использование специального снаряжения: страховочная система, веревки, карабины и т.д. Узлы в туризме, их применение. ПВД: «Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры».		1	1 8
4.2	Правила санитарии и гигиены. Личная гигиена туриста. Одежда и обувь для тренировок, походов и экспедиций, уход за ними.		1	1
4.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи Походная аптечка. Комплектование походной аптечки. Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Оказание первой доврачебной помощи при кровотечениях, переломах, утоплении, ожогах. Применение повязок. Приемы транспортировки пострадавшего.		1 1	1 1 2 8
	<b>Всего:</b>	<b>32</b>	<b>6</b>	<b>26</b>
<b>5. Краеведение</b>				
5.1	Занятие на местности: «Путешествие по карте». Краеведческие объекты родного края. Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные, другие памятные места. Музеи. Особо охраняемые природные объекты. История и культура своего населенного пункта. Походы и экскурсии к наиболее интересным экскурсионным объектам родного края.		1	1

	Разработка и организация экскурсии в районе школы.			
5.2	Рельеф и полезные ископаемые. Геологическое строение и полезные ископаемые края. Главные черты рельефа края, его влияние на формирование микроклимата, гидрографии края, растительного и животного мира. Формирование современного рельефа. Рациональное природопользование. Понятие об исчерпаемых и неисчерпаемых ресурсах.		1	1
5.3	Климат. Атмосфера. Проблемы охраны атмосферы. Общее понятие о климате. Характеристика климата края. Организация фенологических наблюдений и наблюдений за погодой.		1	1
5.4	Гидрография. Понятие о гидросфере планеты. Вода - основа жизни. Реки, озера, болота, родники и их особенности. Охрана и использование водных объектов.		1	1
5.5	Растительный мир. Основные царства живой природы, их краткая характеристика. Растительный мир родного края. Редкие и исчезающие растения и их охрана. «Красная книга» растений. Лекарственные растения края и их использование. Экскурсия по изучению растений луга, леса, водоема.			4
5.6	Животный мир. Обзор животного мира края. Редкие и исчезающие животные «Красная книга» животных. Определение наиболее типичных животных визуально, по голосу, по следам жизнедеятельности. Подготовка и проведение беседы учащихся об охраняемых животных родного края. Экскурсия в краеведческий музей. Экскурсия: «Определение чистоты воды по макрозообентосу (животным дна водоема)».		1	1
	<b>Итоговая аттестация</b>			<b>2</b>
	<b>Всего:</b>	<b>16</b>	<b>5</b>	<b>11</b>
	<b>ИТОГО за период обучения:</b>	<b>144</b>	<b>24</b>	<b>120</b>

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ТУРИСТСКОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «ЮНЫЕ ТУРИСТЫ-ЭКОЛОГИ»

## 2-й год обучения

### 1. Подведение итогов летнего полевого сезона

Обработка собранного материала. Оформление гербария, составление коллекций. Отчет о проделанной работе.

#### *Практические занятия*

Работа с гербарием. Оформление коллекций, газеты, стенда.

### 2. Основы туристской подготовки

#### 2.1. История развития туризма. Туристские путешествия

Роль туристских походов, путешествий и экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма и углублении знаний, полученных в школе, приобретении трудовых навыков и воспитании самостоятельности, чувства коллективизма.

История освоения России, знаменитые русские путешественники и исследователи. Книги о путешествиях и их авторы: Обручев, Арсеньев, Федосеев и др.

Туристские традиции своего коллектива. Знакомство с туристами-земляками.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, водный, горный, велосипедный, спелеотуризм.

Туризм самодеятельный, экскурсионный, международный.

#### 2.2. Туристское снаряжение

Личное и групповое снаряжение, основные требования к нему: легкость, прочность, безопасность эксплуатации, удобство использования, гигиеничность, эстетичность. Правила упаковки снаряжения в рюкзаке и размещения в палатке. Обувь и уход за ней. Сушка обуви и одежды в походе.

Специальное снаряжение: веревки вспомогательные и основные, страховочные системы, карабины, репшнуры, альпеншток.

Кухонное оборудование для летних и зимних походов. Хранение и переноска режуще-колющих инструментов.

#### *Практические занятия*

Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона года и условий похода.

#### 2.3. Туристский быт

Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов:

- жизнеобеспечение (наличие воды и дров);
- безопасность (удаленность от населенных пунктов, отсутствие сухих и гнилых деревьев, расположение на высоких берегах рек);
- комфортность (освещенность, продуваемость, эстетичность поляны).

Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.

#### *Практические занятия*

Работа группы на привале. Разведение костра при неблагоприятных условиях (сырая погода, сильный ветер, туман). Заготовка растопки.

## **2.4. Питание в походе**

Особенности питания в многодневном походе. Режим питания. Нормы дневного рациона. Способы уменьшения веса продуктов (использование сублимированных продуктов, возможности заброски и пополнения продуктов на маршруте).

Использование дикорастущих растений, ягод, грибов.

### ***Практические занятия***

Составление меню по норме закладки продуктов и списка продуктов.

Фасовка и упаковка продуктов.

Приготовление пищи на костре.

Приготовление блюд из дикорастущих растений, ягод, грибов.

## **2.5. Туристская группа Обязанности членов туристской группы.**

### ***Практические занятия***

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения и подведения итогов похода.

## **2.6. Подготовка и проведение туристского путешествия**

Распределение обязанностей в группе. Походная документация.

Подведение итогов похода, путешествия. Разбор действий группы. Требования к отчету. Обработка собранных материалов.

### ***Практические занятия***

Комплектование личного и группового снаряжения. Составление плана подготовки похода. Составление сметы расходов.

Самостоятельная работа по развешиванию лагеря. Установка палаток. Заготовка дров. Устройство костра.

Подготовка отчета о походе. Оформление газеты.

Работа с собранным материалом.

Сушка и ремонт походного снаряжения и инвентаря.

## **2.7. Физическая подготовка**

Подвижные игры на воздухе и в спортивном зале.

## **2.8. Туристские слеты и соревнования**

Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. Задачи туристских слетов и соревнований.

Соревнования по спортивному ориентированию. Виды соревнований по спортивному ориентированию (по выбору, в заданном направлении).

Соревнования по туристскому многоборью. Личное и командное снаряжение участников. Понятие о дистанции, этапах, зависимость их сложности от уровня подготовки участников.

Туристский слет. Положение и условия проведения слета. Виды соревнований в программе слета. Конкурсная программа: приветствие, туристская песня, газета.

### ***Практические занятия***

Участие в школьных соревнованиях по спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

### **3. Топография и ориентирование**

#### **3.1. Топографическая и спортивная карты. Измерение расстояний**

Топографическая и спортивная карты. Их отличия. Условные знаки топографической и спортивной карты. Изображение рельефа на топографической и спортивной карте. Влияние рельефа на выбор пути движения.

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте с помощью курвиметра, обычной нитки. Глазомерный способ определения расстояний. Необходимость постоянной тренировки глазомера. Определение расстояния шагами. Определение пройденного расстояния по времени движения.

Способы определения расстояния до недоступного предмета, определения высоты предмета.

##### ***Практические занятия***

Упражнения на запоминание условных знаков.

Измерение расстояний на карте с помощью линейки, курвиметра, нитки.

Измерение длины шага, перевод числа шагов в метры.

Определение расстояния до недоступного предмета, ширины реки, оврага. Определение высоты предмета.

#### **3.2. Ориентирование**

Ориентирование компаса и карты. Снятие азимута с карты. Определение азимута на предмет. Движение по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

Соревнования по спортивному ориентированию. Правила соревнований.

##### ***Практические занятия***

Движение по азимуту по пересеченной местности.

Упражнения в различных видах спортивного ориентирования.

##### ***Промежуточная аттестация***

### **4. Обеспечение безопасности**

#### **4.1. Правила безопасности при проведении занятий, походов, экспедиций**

Безопасность - основное и обязательное требование при проведении походов и занятий. Ответственность каждого члена группы перед собой и другими членами группы в соблюдении мер безопасности.

Правила дорожного движения для пешеходов. Порядок движения группы в населенном пункте, вдоль дорог, при пересечении дорог.

Использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения: страховочная система, веревки, карабины и т.д. Узлы в туризме, их применение.

##### ***Практические занятия***

Преодоление препятствий (бревно, параллельные перила, склон) с применением страховочных систем.

Освоение техники вязания узлов,

#### **4.2. Правила санитарии и гигиены**

Личная гигиена туриста. Одежда и обувь для тренировок, походов и экспедиций. Средства личной гигиены на тренировках, в походах.

### ***Практические занятия***

Подбор одежды и обуви для тренировок и походов, уход за ними.

#### **4.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи**

Походная аптечка. Показания к применению лекарственных препаратов. Хранение, транспортировка и пополнение походной аптечки. Лекарственные растения, возможности их использования в походных условиях.

Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.

### ***Практические занятия***

Комплектование походной аптечки.

Изучение лекарственных растений по гербариям и справочникам.

Оказание первой доврачебной помощи при кровотечениях, переломах, утоплении, ожогах. Применение повязок.

Обучение приемам транспортировки пострадавшего.

Экскурсия.

Изучение и сбор лекарственных растений.

## **5. Краеведение**

### **5.1. Краеведческие объекты родного края**

Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные памятные места. Музеи. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Особо охраняемые природные объекты.

### ***Практические занятия***

«Путешествие» по карте.

Составление паспорта на краеведческий объект.

Походы и экскурсии к наиболее интересным экскурсионным объектам родного края.

Разработка и организация экскурсии в районе школы.

### **5.2. Рельеф и полезные ископаемые области (края)**

Геологическое строение и полезные ископаемые края. Главные черты рельефа края, его влияние на формирование микроклимата, гидрографии края, растительного и животного мира. Формирование современного рельефа.

Наиболее типичные горные породы и минералы края. Использование полезных ископаемых в народном хозяйстве.

Рациональное природопользование. Понятие об исчерпаемых и неисчерпаемых ресурсах.

### ***Практические занятия***

Определение горных пород и минералов.

### **5.3. Климат края**

Атмосфера. Проблемы охраны атмосферы.

Общее понятие о климате. Климатические факторы и их влияние на распространение растений и животных, хозяйственную деятельность человека. Характеристика климата края. Фенологические наблюдения. Знакомство с картой погоды. Учет характера господствующих ветров и других климатических факторов при размещении промышленных предприятий.

### ***Практические занятия***

Организация фенологических наблюдений и наблюдений за погодой.

#### **5.4. Гидрография края**

Понятие о гидросфере планеты. Вода - основа жизни. Вода как полезное ископаемое. Масштабы потребления воды на планете, в стране, крае.

Общая характеристика гидрографии края. Реки, озера, болота, родники и их особенности.

Охрана и использование водных объектов. Закон об охране водных ресурсов. Биоиндикационные способы определения чистоты воды в водоеме.

### ***Практические занятия***

Определение чистоты воды по макрозообентосу (животным дна водоема).

#### **5.5. Растительный мир края**

Основные царства живой природы, их краткая характеристика. Значение растений в природе и жизни человека. Растительный мир родного края. Редкие и исчезающие растения и их охрана. «Красная книга» растений. Лекарственные растения края и их использование.

### ***Практические занятия***

Определение растений луга, леса, поля, водоема, болота.

Составление картотеки охраняемых растений.

Подготовка и проведение бесед учащихся о редких и исчезающих растениях родного края.

Экскурсии по изучению растений луга, леса, водоема.

#### **5.6. Животный мир области (края)**

Обзор животного мира края. Редкие и исчезающие животные «Красная книга» животных.

### ***Практические занятия***

Определение наиболее типичных животных визуально, по голосу, по следам жизнедеятельности.

Подготовка и проведение беседы учащихся об охраняемых животных родного края.

Экскурсии в краеведческий музей, в природу.

### **Итоговая аттестация.**

#### **Методические рекомендации и дидактический материал:**

1. Лекционный материал
2. Разработки практических занятий
3. Консультационный материал
4. Разработки краеведческих викторин

### Список литературы

1. *Алексеев А. А.* Питание в туристском походе. - М.: ЦДЮТур МО РФ 1996.
2. *Алешин В.М.* Карта в спортивном ориентировании. - М.: Физкультура и спорт, 1983.
3. *Алешин В.М., Серебренников А. В.* Туристская топография. -М. Профиздат, 1985.
4. *Антропов К., Расторгуев М.* Узлы. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1994.
5. *Беляева В.С., Василевская С.Д.* Изучаем природу родного края. М.: Просвещение, 1974.
6. *Бородина И.Н.* Деревья и кустарники СССР. Справочник. -М. Мысль, 1996.
7. *Варламов В. Г.* Основы безопасности в пешем походе. -М.: «Турист», 1983.
8. *Волович В.Г.* Академия выживания. -М.: Толк, Технополнос
9. *Второе П. П., Дроздов Н.Н.* Определитель птиц фауны ССС пособие для учителей. -М.: Просвещение, 1980.
10. *Ганопольский В.И.* Организация и подготовка спортивного туристского похода. М.: -ЦРИБ «Турист», 1986.
11. *Гладков Н.А., Михеев А.В., Гладушин В.М.* Охрана природы. - М.: Просвещение, 1975.
12. *Горышина Т.К.* Экология растений. -М.: Высшая школа, 1975.
13. *Зорина Т.Г.* Школьникам о лесе. - М.: Педагогика, 1976.
14. *Константинов Ю.С.* Туристские слеты и соревнования учащихся. -М.: ЦДЮТиК, 2003.
15. *Константинов Ю.С., Куликов В.М.* Педагогика школьного туризма. -М.: ЦДЮТиК, 2002.
16. *Краткий справочник туриста.* - М.: Профиздат, 1985.
17. *Куликов В.М., Константинов Ю.С.* Топография и ориентирование в туристском путешествии. -М.: ЦДЮТиК, 2003.
18. *Куликов В.М., Ротштейн Л.М.* Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников.-М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
19. *Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А.* Полевые туристские лагеря. - М.: Владос, 2000.
20. *Рыков Н.А.* Зоология с основами экологии животных. -М.: Просвещение, 1981.
21. *Формозов А.Н.* Спутник следопыта. -М.: Детиздат, 1975.