

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБУ ДО ДЮЦ «Галактика»


Э.Ю. Салтыков

29 августа 2025 г.

(Приказ по МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» от 29 августа 2025 г. № 170-О)



**Дополнительная общеобразовательная
общеразвивающая программа туристско-краеведческой направленности
базового уровня**

«Краеведы путешественники»

Возраст обучающихся: 10 - 17 лет

Срок реализации: 2 года

Объем учебной нагрузки 216 часов в учебном году

(Программа принята к реализации в 2025-2026 учебном году решением Педагогического совета
МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» от 29 августа 2025 г. протокол № 1)

Автор:

Дягилева Л.А., педагог-организатор

1.Пояснительная записка.

Дополнительная общеразвивающая программа «Краеведы-путешественники» базового уровня **туристско-краеведческой направленности** составлена на основе программ:

- Программа обучения детей жизненным навыкам в системе дополнительного образования «Обучение детей жизненным навыкам в природной среде», А.Г. Маслов, Ю.С. Константинов – М.: ЦДЮТиК, 2001г.;
- «Туризм и краеведение»: образовательные программы для системы дополнительного образования детей/ под ред. Ю.С. Константинова, А.Г. Маслова; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения - М.: Советский спорт, 2005;
- «Юные туристы- краеведы», Д.В. Смирнов; Ю.С. Константинов; А.Г. Маслов- Москва, М.: ФЦДЮТ и К 2006 г.
- «Юные туристы-экологи»: типовая программа (программа Министерства образования Российской Федерации, автор – Самарина И. А./ под общей редакцией А.Г. Маслова, Ю.С. Константинова,- Калуга, ЦДЮТиК МО РФ, 2005 г.

и многолетнего опыта работы Детского центра «Галактика» по реализации данной программы.

Программа была дополнена и переработана в соответствии с основными нормативными документами:

- Закон РФ «Об образовании» № 273 -ФЗ от 29.12.2012.
- «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» от 27 июля 2022 г. N 629.
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. № 28 "Об утверждении санитарных правил СП 2.4. 3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания. Утверждены постановлением Главного государственного врача РФ от 28.01.2021 г. №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (с.379 - микроклиматические показатели для проведения занятий зимой, с. 384 - костровое питание, сухой паёк).
- «Методические рекомендации по проектированию и дополнительных общеразвивающих программ в Московской области» от 24.03.2016 №3597/21.
- Приказ Министерства просвещения РФ и Министерства экономического развития РФ от 19.12.2019 г. N 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий».

- Приказ МЧС РФ от 30.01.2019 г. № 42 «Об утверждении порядка информирования территориальных органов МЧС России о маршрутах передвижения, проходящих по труднодоступной местности...».
- «Методические рекомендации по организации деятельности маршрутно-квалификационных комиссий образовательных организаций Российской Федерации в области организационного и методического сопровождения туристских мероприятий с детьми в условиях природной среды» от 01.07.2020 г.

Краеведение- одно из важнейших средств связи обучения и воспитания с жизнью, оно содействует осуществлению общего образования, нравственному, эстетическому и физическому воспитанию учащихся, всестороннему росту и развитию их способностей. Краеведение тесно сочетается с туризмом, с походами и путешествиями по родному краю. Туристско- краеведческая деятельность подразумевает такие формы работы, которые ориентируют воспитательный процесс на развитие самостоятельности и творческой инициативы. Участие в походах расширяет кругозор учащихся, воспитывает любовь к Родине, гордость за свой народ и замечательных людей прошлого и настоящего. Кроме того, жизнь в походах, прививает школьникам навыки самообслуживания, приучает их к систематическому труду, воспитывает инициативу и выдержку.

Предлагаемая к этой программе примерная тематика занятий кружка юных туристов имеет в виду, прежде всего, ознакомление обучаемых со своим краем, овладение определённым кругом знаний и умений, необходимых путешественникам.

Цель программы: дальнейшее формирование и совершенствование практических туристских навыков, необходимых для совершения походов выходного дня и несложных краеведческих путешествий в процессе туристско-краеведческой деятельности.

Задачи программы:

Обучающие:

- расширить область туристско- краеведческих знаний учащихся;
- формировать интерес к исследовательской и краеведческой деятельности;
- применять знания, умения и навыки, полученные на занятиях объединения, для организации здорового образа жизни.

Воспитательные:

- воспитывать чувство патриотизма, гордости за свой народ, свою Родину;
- воспитывать нравственные и морально- волевые качества: уважение к старшему поколению, бережное отношение к природным богатствам и культурному наследию своей Родины;
- формировать качества, необходимые для работы в коллективе;

Развивающие:

- развивать самостоятельность;
- развивать познавательные интересы детей;
- содействовать всестороннему развитию личности;

Мотивационные:

- создавать условия для атмосферы доброжелательности и сотрудничества;
- организовывать условия для самореализации личности.

Актуальность программы.

Ознакомление с навыками туристско-краеведческой деятельности создаёт базу для формирования навыков, необходимых для сдачи впоследствии норм ГТО, частью которых является совершение туристического похода с проверкой туристских навыков. (Приказ Министерства спорта РФ № 575 от 16 ноября 2015 «Государственные требования к

уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»).

Педагогическая целесообразность.

Туризм и краеведение в системе образования России являются традиционным и эффективным средством обучения и воспитания детей и молодёжи.

Туризм обладает огромным воспитательным потенциалом. Он приучает детей переносить бытовую неустроенность, различные трудности, брать на себя ответственность за общее дело; учит бережному отношению к родной природе и памятникам культуры, рациональному использованию своего времени, сил, имущества; формирует навыки труда по самообслуживанию; способствует развитию самостоятельности учащихся.

Отличительная особенность программы.

Данная Программа доступна для реализации педагогами, работающими в общеобразовательных школах, которые могут выбрать доступные для каждого конкретного детского коллектива формы и методы работы, исходя из накопленного педагогом опыта.

Межпредметные связи.

Программа призвана расширить теоретическую базу знаний образовательных областей: «Биология», «Экология», «Естествознание», «История», «Литература», «Основы безопасности жизнедеятельности», «География», и осуществляет возможность для их практического применения.

Учащиеся получают необходимые знания по медицине, геологии, культуре, искусству, психологии группы и межличностных отношений, туристской подготовке.

Основные принципы обучения, предусмотренные Программой.

Наглядность – объяснение материала сопровождается демонстрацией наглядных пособий, схем, плакатов, проводится работа на местности.

Системность – проведение занятий в определённой последовательности и системе.

Доступность -соответствие учебного материала психолого-возрастным особенностями учащихся, их возможностям.

Научность- соблюдение логики изложения материала в соответствии развития современных научных знаний;

Проблемность- использование проблемного материала, постановка проблемы, поиск решения проблемы с учителем и самостоятельно;

Завершённость обучения- завершение каждого раздела итоговыми мероприятиями, призванными закрепить полученные знания и навыки.

Формы.

Лекции, беседы, практическая самостоятельная работа; практическая групповая работа; походы выходного дня; экскурсии; соревнования.

Теоретические и практические занятия проводятся с привлечением наглядных материалов, использованием новейших методик.

Методы.

Представленная в программе методика обучения является традиционной и вбирает в себя лучший опыт, накопленный педагогами дополнительного образования за годы работы нашего учреждения. Выбор методов и приёмов воспитания и обучения зависит от конкретного контингента обучающихся.

Для наиболее сознательного и прочного усвоения знаний, овладение умениями и навыками, предусмотренных программой при обучении детей используются такие методы как:

- словесно-иллюстративный,
- наглядный,
- практический,
- репродуктивный,
- частично поисковый;
- исследовательский.

Состав объединения и режим занятий.

Программа занятий кружка рассчитана на 2 года обучения, и разработана для обучающихся в возрасте 10-17 лет.

Общее количество часов, отведённых в год на реализацию программы:

Базовый уровень- 216 часов в год (6 часов в неделю)

Для зачисления в объединение специальных знаний и навыков не требуется: зачисляются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний.

Работа по программе строится с учётом ближних и дальних перспектив. Рекомендуемый состав объединения – 12 человек.

В процессе обучения предусматриваются теоретические зачёты, соревнования и походы, участие в муниципальных конкурсах и соревнованиях.

В ходе составления календарного графика учитывается смена сезонности. Темы раздела «Туристские навыки» реализуются в осенний и весенний периоды.

Порядок изучения тем в целом и отдельных вопросов определяется педагогом в зависимости от местных условий деятельности объединения.

Во исполнение регионального компонента по обучению «Правилам дорожного движения», выделенные часы комплексно реализуются в теме «Безопасность в походе».

На каждом занятии по этой теме обязательно изучаются основные разделы «Правил дорожного движения», которые касаются обязанностей пешеходов. Формой аттестации является письменный или устный опрос по теме.

Возрастные особенности учащихся по программе.

Программа рассчитана на учащихся с 10-17 лет. Рекомендуется формировать группы с незначительной разницей в возрасте. Учитывая все особенности детского организма, следует строго дифференцировать нагрузку при воспитании физических качеств, обращая внимание не столько на календарный возраст, сколько на биологический. Также очень важно при регулировании нагрузок учитывать пол и уровень физической подготовленности занимающихся.

При работе с группой учащихся 10-14 лет следует учитывать анатомо-физиологические и психические особенности учащихся. Подростковый возраст характеризуется значительным увеличением веса и роста учащихся. Во время периода полового созревания наблюдается стабилизация или даже замедление уровня развития физических качеств: выносливости к работе умеренной интенсивности, силовой выносливости мышц рук и туловища. Быстрое развитие половых желез сопровождается нарушениями координации отдельных функций организма. Претерпевает заметные изменения и психика школьника. Вместе с тем происходит развитие внимания, волевых качеств, появляется умение анализировать движения и целостные действия. Этот возраст особенно благоприятен для педагогического стимулирования и развития самосознания, самовоспитания. Формируется миропонимание подростка, вырабатываются нравственные ориентиры, принципы поведения, которые еще не всегда устойчивы, но играют решающую роль в его поведении и поступках. Возрастной период с 10 до 14 лет особенно благоприятен при обучении движениям. Именно в эти годы наиболее легко усваиваются и

совершенствуются разнообразные формы двигательных действий, что объясняется прежде всего интенсивным развитием функций двигательного анализатора, естественное возрастное формирование которого в основном заканчивается к 14-15 годам. Физические способности детей школьного возраста в целом значительно прогрессируют. Однако в определенные годы темпы развития некоторых из них то увеличиваются, то снижаются. Эти особенности также необходимо учитывать. Известно, что в любом виде спорта однообразные тренировки приводят к быстрому физическому и психическому утомлению спортсменов. Туризм благодаря разнообразию мест и районов походов, соревнований, слетов, эстетическому восприятию местности при эмоциональных ощущениях на маршруте служит одной из наиболее увлекательных форм физической культуры.

Основные задачи занятий с юными туристами в группах 10-14 лет- укрепить здоровье детей и обеспечить их разностороннее физическое развитие (сдача норм комплекса ГТО соответствующей возрасту ступени); привить устойчивый интерес к занятиям туризмом; повысить общую работоспособность организма; обучить основам техники туристских упражнений. Установлены примерные нагрузки для туристских походов с детьми:

в пешем однодневном походе: для детей 10-12 лет протяженность маршрута - 12 км, носимый груз - 3 кг; 13-14 лет - 15 км, груз - 4-5 кг; в двухдневном походе: для детей 11-12 лет протяженность маршрута - 20 км, груз - 3 кг; 13-14 лет - 24 км, груз - 6 кг; в трехдневном походе: для детей 13-14 лет - 12- 15 км в день; в многодневном походе для детей 13-14 лет - 12-15 км в день.

При работе с группами учащихся 15-17 лет следует учитывать, что уже самостоятельные, почти взрослые люди. Они хотят принимать собственные решения, хотя не всегда к ним готовы. Возраст 15-17 лет - период больших перемен для ребенка. Изменяется не только его тело, но и психические познавательные процессы, так необходимые для усвоения растущего объема информации. Подросток уже мыслит по-другому, чем ребенок, учится рассуждать логически и решать сложные задачи.

Функциональное развитие у подростков в 15-16 приближается к уровню взрослых людей. Замедляется рост в длину и увеличивается мышечная масса, поперечные размеры грудной клетки и плечевого пояса. Юноши растут быстрее, чем девушки. В этом периоде заканчивается половое развитие, психика становится более уравновешенной.

Основные задачи подготовки туристов этой возрастной группы - укрепление здоровья детей, воспитание физических способностей, позволяющих выполнять нормативы комплекса ГТО соответствующих ступеней; закрепление рациональной осанки; выполнение норматива значка "Турист России"; специализация в выбранном виде туризма; выполнение юношеских разрядов; рост спортивного мастерства на основе участия в соревнованиях по туристско-прикладному многоборью и в категорийных походах.

Ожидаемые результаты работы по программе:

- знание основ туристско- краеведческой деятельности и экологической культуры;
- практическое применение навыков организации туристского быта, техники и тактики туризма, ориентирования, краеведения во время проведения походов, участия в конкурсах и соревнованиях;
- участие в краеведческом движении исследовательской деятельности учащихся «Отечество».
- участие не менее 50% обучающихся в муниципальных и региональных мероприятиях;
- включение в число победителей и призеров мероприятий не менее 10 % обучающихся.
- сохранность контингента обучающихся от 75% от поступивших на обучение на данный уровень.

В результате работы по программе «Туристы- краеведы» учащиеся должны знать:

- нормативные документы по туризму, гигиенические требования к подбору снаряжения для проведения походов;
- правила организации и проведения походов, способы ориентирования;
- требования к личной и коллективной безопасности;
- приёмы самоконтроля состояния здоровья, состав походной аптечки; правила оказания первой доврачебной помощи;
- основы краеведения, экологии, исследовательской деятельности;

должны овладеть:

- навыками краеведческой и исследовательской работы;
- навыками пешеходного туризма;
- навыками публичных выступлений.

способны решать следующие жизненно-практические задачи:

- совершенствовать в себе духовные и физические качества;
- научиться работать с различными источниками информации;
- научиться автономно выживать в природной среде.

Календарный план-график.

Реализация программы осуществляется в соответствии с Календарным учебным графиком МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» на 20__-20__ год.

- начало учебного года – 01.09.20__ г.;
- продолжительность учебного года – 36 недель;
- окончание учебного года – 31.05.20__ года

20__–20__ учебный год в МБУ ДО ДЮЦ «Галактика» делится на два полугодия:

- 1-ое полугодие – с 01.09.20__ по 31.12.20__
- 2-ое полугодие – с 11.01.20__ по 31.05.20__
- Зимние каникулы – с 01.01.20__ по 11.01.20__

Полугодие	Период начала и окончания	Количество недель	Промежуточная аттестация учащихся	Итоговая аттестация учащихся
1 полугодие	01.09.20__-31.12.20__	16	Декабрь*	
2 полугодие	11.01.20__-31.05.20__	20	Май**	

Программа имеет свои способы проверки результатов:

Результативность освоения программы выявляется в ходе проведения текущей и итоговой аттестации обучающихся. Текущий контроль проводится по результатам освоения тем и разделов программы. Итоговая аттестация проводится по завершению реализации дополнительной общеразвивающей программы.

Основные формы контроля / аттестации учащихся: устный и письменный опрос; выполнение практических заданий. Возможен учёт достижений отдельных обучающихся на соревнованиях и конкурсах при проведении текущей аттестации по разделам и темам, соответствующим содержанию мероприятий. Промежуточная и итоговая аттестация проводится при помощи контрольно-измерительных материалов (Приложение), разрабатываемых педагогом дополнительного образования и согласовываемых и утверждаемых администрацией согласно Положению МБУДО ДЮЦ Турист о проведении текущей, итоговой и промежуточной аттестации от 04.06.2019 г.

Итоговая аттестация предполагает обязательный внутренний мониторинг сохранности контингента обучающихся.

2. Примерный тематический план.

№ п/п	Наименование разделов и тем	Количество часов			Формы аттестации/контрол я
		Теория	Практика	Всего	
1	Туристские навыки				
1.1	Подготовка похода.	2	2	4	Устный опрос
1.2	Подведение итогов похода	2	2	4	Устный опрос
1.3	Туристское снаряжение.	4	8	12	Устный опрос, выполнение практических заданий
1.4	Питание в походе.	4	8	12	Письменный опрос, выполнение практических заданий, ПВД
1.5	Организация биваков.	4	16	20	ПВД, письменный опрос, выполнение практических заданий
1.6	Топография и ориентирование.	4	16	20	ПВД, соревнования, письменный опрос
1.7	Техника туризма	4	16	20	ПВД, соревнования, выполнение практических заданий, письменный опрос
1.8	Безопасность в походе	2	4	6	ПВД, соревнования, устный опрос
1.9	Первая помощь.	6	4	10	Письменный опрос, практические задания
1.10	Итоговые мероприятия	-	16	16	ПВД, соревнования
2	Краеведение и экология.				Устный опрос, письменный опрос
2.1	Подмосковье	8	8	16	Устный опрос, письменный опрос
2.2	Культурное наследие	8	8	16	Устный опрос, письменный опрос
2.3	Природное наследие. Основы экологии.	10	4	14	Устный опрос, письменный опрос
2.4	Краеведческие и исследовательские навыки.	8	4	12	Устный опрос, письменный опрос, выполнение практических заданий
2.5	Участие в конкурсах и акциях	6	10	16	Конкурсы и акции
2.6	Итоговые мероприятия	-	18	18	Проектная и исследовательская работа
Итого		72	144	216	

3. Содержание программы 1 год обучения

1.Туристские навыки.

1.1 Подготовка похода.

Теоретические занятия

Правила организации и проведения туристских походов. Определение целей и района похода. Походные должности и распределение их в группе. Краеведческая работа в походе. Краеведческое задание. Распределение группового снаряжения и продуктов питания среди участников похода с учётом весовых норм. Смета расходов. Сопроводительные документы похода- «Маршрутный лист», порядок его оформления.

Практические занятия

Сбор сведений о районе путешествия. Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, графика движения и сметы расходов. Подготовка снаряжения, расфасовка продуктов. Распределение снаряжения и продуктов.

1.2 Подведение итогов похода

Теоретические занятия

Основные разделы отчёта о походе. Техническое описание маршрута. Требования к оформлению отчёта. Формы отчёта о проделанной краеведческой работе на маршруте.

Практические занятия

Составление отчёта о походе, паспорта маршрута. Оформление краеведческого материала. Чистка, ремонт и сдача снаряжения на склад.

1.3 Туристское снаряжение.

Теоретические занятия

Понятие о личном и групповом снаряжении для пеших походов. Перечень личного и группового снаряжения для многодневного похода, требования к нему.

Особенности выбора одежды и обуви для похода. Современные материалы для изготовления одежды и обуви для туризма и активного отдыха.

Специальное снаряжение для пеших походов: верёвки; страховочные системы; карабины. Требования к специальному снаряжению. Правила подбора личного, группового и специального снаряжения в зависимости от района путешествия (географического положения, климатических условий), времени года, продолжительности, степени сложности.

Практические занятия

Составление перечня личного и группового снаряжения для многодневных походов, упаковка вещей, продуктов; укладка рюкзака; уход за снаряжением, его ремонт. Комплектование походного ремонтного набора. Комплектование походной аптечки. ПВД. Установка палаток.

1.4 Питание в походе.

Теоретические занятия

Организация питания в многодневном походе. Особенности рациона питания в зависимости от продолжительности похода, района путешествия, времени года, степени (категории) сложности. Весовые нормы продуктов питания для составления раскладки. Правила составления меню, раскладки питания для многодневного похода; списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Употребление в пищу дикорастущих ягод, грибов.

Практические занятия

Составление меню, раскладки и списка продуктов для 1-3-дневного похода на группу. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. ПВД. Приготовление пищи на костре.

1.5 Организация биваков.

Теоретические занятия

Виды привалов и ночлегов в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Установка бивака. Бивачные работы. Соблюдение природоохранных правил. Разведение костра, техника безопасности при работе с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Меры безопасности при разведении костра; обращении с огнём, приготовлении пищи на костре. Снятие бивака. Уборка места бивака перед уходом группы.

Особенности организации зимнего бивака. Способы организации аварийный бивака: ночёвка без палатки в зависимости от времени года; сооружение укрытий.

Практические занятия

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Установка и снятие бивака. Разведение костра. Приготовление пищи на костре. Соблюдение техники безопасности при проведении бивачных работ и приготовлении пищи. Сооружение укрытий для аварийного ночлега без палаток.

6. Топография и ориентирование.

Теоретические занятия

Элементы топографии (карты, масштаб карт, изображение рельефа, условные знаки). Карта для спортивного ориентирования (изображение рельефа, условные знаки). Символьные легенды карт для спортивного ориентирования.

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Измерение кривых линий на карте. Глазомерные способы измерения расстояния. Определение на местности расстояний по линейным и угловым размерам предметов. Определение расстояний геометрическими построениями на местности. Определение на местности расстояний по степени видимости предметов. Определение на местности расстояний по скорости распространения звука и света. Определение на местности расстояний шагами.

Практические занятия

Измерение различных отрезков на карте. Зарисовка символьных легенд спортивных карт.

Измерение длины шага, построение графика перевода числа шагов в метры. Упражнения по отработке автоматизма при счёте шагов. Прохождение пешком и бегом отрезков различной длины. Упражнения по определению расстояния до недоступного предмета.

1.7. Техника туризма

Теоретические занятия

Техника и тактика движения в походе. Понятие естественных препятствий в туризме и их классификация. Естественные препятствия характерные для пеших походов по равнинной местности. Технические приёмы и средства передвижения при преодолении характерных естественных препятствий в пеших походах.

Виды переправ. Организация переправ и страховки при преодолении естественных препятствий. Верёвки: виды верёвок и узлов, применяемых в туризме. Групповая страховка и само страховка. Использование специального (страховочного) снаряжения. Правила надевания страховочной системы.

Практические занятия

Вязание узлов. Надевание страховочной системы.

Организация переправ и страховки при преодолении естественных препятствий. Работа со специальным страховочным снаряжением.

1.8. Безопасность в походе.

Теоретические занятия

Дисциплина в походе и на занятиях — основа безопасности.

Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила дорожного движения: основные понятия и термины; обязанности пешеходов; обязанности пассажиров; сигналы светофора и регулировщика; пешеходные переходы и места остановок маршрутных транспортных средств; учебная езда; перевозка людей; дополнительные требования к движению велосипедистов и водителей мопедов; дорожная разметка и знаки дорожного движения. Правила поведения при переездах группы на транспорте. Правила поведения в незнакомом населённом пункте. Взаимоотношения с местным населением. Действия участника похода, отставшего от группы: на вокзале, в незнакомом населённом пункте, в лесу. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Практические занятия

Соблюдение техники безопасности и правил поведения при проведении занятий в помещении, на улице, при переездах группы на транспорте, при движении группы на маршруте, организации бивака, преодолении естественных препятствий.

1.9. Оказание первой помощи.

Теоретические занятия

Походный травматизм. Заболевания в походе.

Первое правило участника похода: «О любом ухудшении здоровья немедленно сообщи руководителю!». Профилактика заболеваний и травматизма.

Различные виды травм, причины, симптомы и правила оказания первой помощи при порезах, ушибах, потёртости, мозолях, колото-резаных ранах. Правила наложения повязок и жгута.

Правила оказания помощи при тепловом и солнечном ударах, переохлаждении и обморожении.

Профилактика укусов клещей. Правила оказания помощи при укусах насекомых, змей.

Правила оказания помощи при ожогах различной степени, при химических ожогах.

Правила оказания помощи при отравлении, попадание инородных тел в глаз, в ухо.

Виды переломов. Правила наложения шин. Правила оказания помощи при переломах.

Правила оказания первой помощи пострадавшему без видимых признаков жизни.

Порядок проведения СЛР. Правила транспортировки пострадавшего при различных видах травм.

Практические занятия

Наложение различных видов повязок, наложение жгута, шин. Проведение СЛР на манекене. Транспортировка «пострадавшего».

1.10 Итоговые мероприятия.

Участие в туристских слётах, совершение походов выходного дня, участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, в соревнованиях по туристским навыкам.

2. Краеведение.

2.1. Подмосковье.

Теоретические занятия

Географическое положение и природные особенности Московской области. Сведения о прошлом края. Население края. Транспортные магистрали. Области, граничащие с Подмосковьем. Города Подмосковья. Памятники истории и культуры, музеи края. Заповедники и заказники. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий.

Практические занятия

Заслушивание докладов, проведение викторин, конкурсов

Экскурсии в городской историко-художественный музей, краеведческие музеи ближнего Подмосковья. Прогулки и экскурсии по памятным местам Подмосковья.

2.2. Культурное наследие.

Теоретические занятия

Культура родного края: литературное, художественное и музыкальное творчество, фольклор, традиции, игры, театр. Культурные и памятные места в нашем городе и районе. Культурные и памятные места Подмосковья. Городские краеведческие музеи ближних городов Подмосковья. Народные промыслы Подмосковья.

Знакомство с памятниками истории, культуры и архитектуры г. Москвы.

Древнерусское искусство Подмосковья и Москвы (монастыри и храмы).

Русское изобразительное искусство (живопись, скульптура),

Русское народное искусство (народные промыслы). Музеи-усадьбы Подмосковья.

Практические занятия

Обработка краеведческого материала. Работа с информационными источниками.

Изготовление по итогам похода, путешествия, экскурсии фотографий, фотоальбомов, рисунков, макетов памятников, стендов, видеофильмов, создание экспозиций для школьных музеев и выставок.

Подготовка к участию в краеведческих конкурсах.

Проведение экскурсий в музеи, на выставки, к памятникам и в памятные места.

2.3 Природное наследие. Основы экологии.

Теоретические занятия

Природа родного края: растительный и животный мир, реки и озёра, памятники природы. Экологическая культура. Перечень растений, животных, обитающих в нашем крае, занесённых в "Красную книгу"; растения, запрещённые к сбору. Наиболее известные замечательные уголки природы, заповедники, заказники нашего края. Национальный парк «Лосиный остров».

Формы участия юных туристов в охране и посадке зелёных насаждений, очистке лесов, охране рек и водоёмов от загрязнения и других природоохранных мероприятиях. Мероприятия при подготовке и во время проведения походов и путешествий, обеспечивающих охрану природы.

Практические занятия

Проведение экологического праздника, конкурса, викторины.

Экскурсии в национальные парки, эколого-биологические музеи и т.д.

2.4 Краеведческие и исследовательские навыки.

Теоретические занятия

План экскурсии. Наблюдения и записи на экскурсиях. Описание краеведческих объектов. Структура исследовательской работы, требования к оформлению.

Практические занятия

Сбор материалов по истории, культуре родного края; наблюдения и исследования в лесу, на реке; наблюдения над сезонными явлениями природы.

Работа с информационными источниками. Обработка собранного краеведческого материала.

Подготовка к участию в краеведческих конкурсах.

Прогулки и экскурсии. Сбор краеведческого материала. Описание объектов.

2.5 Участие в конкурсах и акциях.

Теоретические занятия

Всероссийское краеведческое движение «Отечество». Требования к оформлению рефератов, докладов, исследовательских работ. Требования к оформлению презентаций. Самые известные экологические акции. Всероссийские акции в формате "Дней единых действий". Цель акций. В чём польза акций. Личная и социальная ответственность.

Практические занятия

Проведение исследовательских и проектных работ. Подготовка работ к конкурсам. Участие в краеведческих конкурсах в рамках движения «Отечество». Участие в природоохранных, экологических и др. акциях.

2.6 Итоговые мероприятия.

Проведение праздников, посвящённых памятным датам (День Победы, День защитника Отечества и т.д.). Участие в районных, областных краеведческих, экологических и др. конкурсах. Участие в туристских слётах, в соревнованиях по спортивному ориентированию и туристским навыкам.

4. Содержание программы 2 года обучения.

1.Туристские навыки.

1.1 Подготовка похода.

Теоретические занятия

Правила организации и проведения категорийных туристских походов. Распределение группового снаряжения и продуктов питания среди участников похода с учётом весовых норм. Смета расходов. Сопроводительные документы похода- «Маршрутная книжка», порядок её оформления. Количество и характеристика препятствий в нитках маршрутов, соответствующей категории сложности. Обстоятельства, усложняющие маршруты

(каньоны, отсутствие троп, подвижка ледников, сезонные явления, сложности ориентирования, переправы через горные реки, удалённость от населённых пунктов, средние высоты маршрутов и максимальные высоты перевалов, новизна и неизученность районов с туристской точки зрения). Логика построения нитки маршрута (нормы радиальных выходов, распределение на маршруте естественных препятствий, нарастание сложности, высоты). Способы классификации естественных препятствий. Зависимость категории сложности от препятствий и его характеристик.

Практические занятия

Сбор сведений о районе путешествия. Разработка маршрута, составление плана подготовки похода, графика движения и сметы расходов. Подготовка снаряжения, расфасовка продуктов. Распределение снаряжения и продуктов.

1.2 Подведение итогов похода

Теоретические занятия

Основные разделы отчёта о походе. Техническое описание маршрута. Требования к оформлению отчёта. Формы отчёта о проделанной краеведческой работе на маршруте.

Практические занятия

Составление отчёта о походе, паспорта маршрута. Оформление краеведческого материала. Чистка, ремонт и сдача снаряжения на склад.

1.3 Туристское снаряжение.

Теоретические занятия

Перечень личного и группового снаряжения для многодневного похода, требования к нему. Особенности выбора одежды и обуви для похода в зависимости от сезона, климатических условий района путешествия.. Специальное снаряжение для категорийных пеших походов. Требования к специальному снаряжению. Правила подбора личного, группового и специального снаряжения в зависимости от района путешествия (географического положения, климатических условий), времени года, продолжительности, степени сложности. Особенности снаряжения для зимних походов. Требования к снаряжению для зимних походов.

Практические занятия

Составление перечня личного и группового снаряжения для многодневных походов, упаковка вещей, продуктов; укладка рюкзака; уход за снаряжением, его ремонт. Комплектование походного ремонтного набора. Комплектование походной аптечки. ПВД. Установка палаток. Обучение навыкам работы со специальным снаряжением.

1.4 Питание в походе.

Теоретические занятия

Различные виды организации питания в походах в зависимости от способа передвижения, продолжительности. Организация питания в многодневном походе. Особенности рациона питания в зависимости от продолжительности похода, района путешествия, времени года, степени (категории) сложности. Калорийность продуктов. Весовые нормы продуктов питания для составления раскладки. Правила составления меню, раскладки питания для многодневного похода; списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках.

Практические занятия

Составление меню, раскладки и списка продуктов для 1-3-дневного похода на группу. Расчёт калорийности питания. Закупка, фасовка и упаковка продуктов. ПВД. Приготовление пищи на костре.

1.5 Организация биваков.

Теоретические занятия

Виды привалов и ночлегов в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Установка бивака. Бивачные работы. Соблюдение природоохранных правил Меры безопасности при разведении костра; обращении с огнём, приготовлении пищи на костре. Снятие бивака.

Особенности организации бивака в зависимости от времени года, климатогеографических условий района путешествия. Способы организации аварийного бивака: ночёвка без палатки в зависимости от времени года; сооружение укрытий. Способы разведения костра в неблагоприятных метеорологических условиях. Способы добывания огня без спичек.

Практические занятия

Определение мест, пригодных для организации привалов и ночлегов. Установка и снятие бивака. Разведение костра. Приготовление пищи на костре. Соблюдение техники безопасности при проведении бивачных работ и приготовлении пищи. Сооружение укрытий для аварийного ночлега без палаток. Организация зимнего бивака. Обучение навыкам разведения костра в неблагоприятных метеорологических условиях.

1.6. Топография и ориентирование.

Теоретические занятия

Спортивная карта, её назначение, отличие от топографической карты. Виды спортивных карт. Изображение рельефа на спортивных картах. Условные знаки спортивных карт: масштабные, внемасштабные, линейные и площадные. Условные знаки: населённые пункты, гидрография, дорожная сеть и сооружения на ней, растительный покров, местные предметы.

Правила работы с компасом и картой. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приёмы обхода препятствий.

Способы измерения расстояний на карте и на местности. Способы измерения кривых линий на карте. Глазомерные способы измерения расстояния. Способы определения на местности расстояний по линейным и угловым размерам предметов. Способы определения расстояний геометрическими построениями на местности.

Способ ориентирования при условии отсутствия видимости. Правила организации разведок в походе, опрос местных жителей, уточнение у них имеющихся карт и схем. Как осуществляется движение по легенде (подробному описанию пути). Правила ориентирования при использовании спортивной карты, определение точки своего стояния и выбор пути движения.

Причины, приводящие к потере ориентировки. Порядок действий в случае потери ориентировки: прекращение движения, анализ пройденного пути, поиск сходной, параллельной ситуации на карте, попытка найти опорные ориентиры и подтвердить свои предположения.

Практические занятия.

Упражнения на запоминание условных знаков. Упражнения по определению азимута, снятие его с карты. Тренировка на прохождение азимутальных отрезков, прохождение через контрольные пункты по азимуту без использования карты. Упражнения и соревнования на прохождение азимутальных дистанций. Упражнения по определению точки своего нахождения на местности при помощи карты. Участие в соревнованиях по ориентированию. Движение через промежуточные ориентиры. Взятие азимута на предмет. Движение по азимуту. Ориентирование в походе с помощью топографической карты. Определение своего местонахождения. Движение в походе при использовании кроков и схем участков маршрута.

1.7. Техника туризма

Теоретические занятия

Туристские соревнования. Виды туристских соревнований. Положение о соревнованиях. Правила соревнований по технике и тактике пешеходного туризма, туристскому многоборью. Участники соревнований, их права и обязанности. Возрастные группы. Требования к снаряжению и форме одежды участников. Меры по обеспечению безопасности при проведении туристских соревнований. Соревнования по туристскому многоборью и технике пешеходного туризма. Технические этапы соревнований. Техника и тактика прохождения технических этапов соревнований.

Практические занятия

Вязание узлов. Надевание страховочной системы.

Организация переправ и страховки при преодолении естественных препятствий. Работа со специальным страховочным снаряжением.

Обучение преодолению препятствий, включаемых в соревнования для пешеходного туризма и туристскому многоборью. Овладение приёмами, обеспечивающими

безопасность. Участие в соревнованиях по технике и тактике пешеходного туризма на упрощённых дистанциях.

1.8. Безопасность в походе.

Теоретические занятия

Дисциплина в походе и на занятиях — основа безопасности.

Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице. Правила дорожного движения. Обязанности пешеходов и других участников дорожного движения.

Правила поведения при переездах группы на транспорте. Правила поведения в незнакомом населённом пункте. Взаимоотношения с местным населением. Действия участника похода, отставшего от группы: на вокзале, в незнакомом населённом пункте, в лесу. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Виды экстремальных ситуаций, характерных для автономного выживания в природной среде. Причины попадания группы в экстремальную ситуацию. Организация поисковых работ. Правила выживания группы в экстремальной ситуации. Способы подачи сигналов бедствия.

Практические занятия

Соблюдение техники безопасности и правил поведения при проведении занятий в помещении, на улице, при переездах группы на транспорте, при движении группы на маршруте, организации бивака, преодолении естественных препятствий. Обучение навыкам выживания в экстремальных ситуациях. Тестирование по ПДД.

1.9. Оказание первой помощи.

Теоретические занятия

Походный травматизм. Заболевания в походе.

Первое правило участника похода: «О любом ухудшении здоровья немедленно сообщите руководителю!». Профилактика заболеваний и травматизма.

Различные виды травм, причины, симптомы и оказание первой помощи при порезах, ушибах, потёртости, мозолях, колото-резаных ранах. Виды кровотечений. Правила обработки ран, наложения повязок и жгута.

Правила оказания помощи при тепловом и солнечном ударах, переохлаждении и обморожении.

Профилактика укусов клещей. Правила оказания помощи при укусах насекомых, змей.

Виды ожогов. Правила оказания помощи при ожогах различной степени, при химических ожогах.

Правила оказания помощи при отравлении, попадание инородных тел в глаз, в ухо.

Виды переломов. Правила оказания помощи при переломах. Правила наложения транспортировочных шин.

Правила оказания помощи пострадавшему без видимых признаков жизни. Оценка состояния пострадавшего. Правила проведения СЛР. Понятия «клиническая и биологическая смерть».

Правила транспортировки пострадавшего при различных видах травм.

Практические занятия

Наложение различных видов повязок, наложение жгута, шин. Проведение СЛР на манекене. Транспортировка «пострадавшего». Изготовление носилок из подручных средств.

1.10 Итоговые мероприятия.

Участие в туристских слётах, совершение походов выходного дня, участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, в соревнованиях по туристским навыкам.

2.Краеведение.

2.1. Подмосковье.

Теоретические занятия

Географическое положение и природные особенности Московской области. Сведения о прошлом края. Население края. Транспортные магистрали. Области, граничащие с Подмосковьем. Города Подмосковья. Памятники истории и культуры, музеи края. Заповедники и заказники. Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий.

Практические занятия

Заслушивание докладов, проведение викторин, конкурсов

Экскурсии в городской историко- художественный музей, краеведческие музеи ближнего Подмосковья. Прогулки и экскурсии по памятным местам Подмосковья.

2.2. Культурное наследие.

Теоретические занятия

Культура родного края: литературное, художественное и музыкальное творчество, фольклор, традиции, игры, театр. Культурные и памятные места в нашем городе и районе.

Культурные и памятные места Подмосковья. Городские краеведческие музеи ближних городов Подмосковья. Народные промыслы Подмосковья.

Знакомство с памятниками истории, культуры и архитектуры г. Москвы.

Древнерусское искусство Подмосковья и Москвы (монастыри и храмы).

Русское изобразительное искусство (живопись, скульптура),

Русское народное искусство (народные промыслы). Музеи- усадьбы Подмосковья.

Практические занятия

Обработка краеведческого материала. Работа с информационными источниками.

Изготовление по итогам похода, путешествия, экскурсии фотографий, фотоальбомов, рисунков, макетов памятников, стендов, видеофильмов, создание экспозиций для школьных музеев и выставок.

Подготовка к участию в краеведческих конкурсах.

Проведение экскурсий в музеи, на выставки, к памятникам и в памятные места.

2.3 Природное наследие. Основы экологии.

Теоретические занятия

Природа родного края: рельеф, почва. растительный и животный мир, реки и озёра, памятники природы. Природные комплексы леса, луга, поля, водоёма. Экология - наука о взаимосвязях в природе. Экологические факторы, их влияние на природные комплексы. Понятие о биосфере. Биосфера - «живая» оболочка Земли. Границы биосферы. Охрана природы в России. Основные документы по охране природы. Закон об охране природы. Задачи особо охраняемых природных территорий (ООПТ): памятников природы, заповедников, заказников, национальных парков. Понятие об антропогенных факторах среды. Рациональное природопользование.

Практические занятия

Проведение экологического праздника, конкурса, викторины. Наблюдения за признаками изменения погоды в природе. Ведение дневника наблюдений. Экскурсии с целью развития наблюдательности на маршруте, по экологической тропе. Участие в экологических акциях.

2.4 Краеведческие и исследовательские навыки.

Теоретические занятия

Понятие об исследовательской работе. Тема исследования. План исследовательской работы. Методы работы со справочной литературой (справочниками, словарями, определителями). Методы сбора материала. Требования к оформлению исследовательской работы.

Практические занятия

Сбор материалов по истории, культуре родного края; наблюдения и исследования в лесу, на реке; наблюдения над сезонными явлениями природы.

Работа с информационными источниками. Обработка собранного краеведческого материала.

Подготовка к участию в краеведческих конкурсах.

Прогулки и экскурсии. Сбор краеведческого материала. Описание объектов.

2.5 Участие в конкурсах и акциях.

Теоретические занятия:

Всероссийское краеведческое движение «Отечество». Цели и задачи движения, формы работы. Программы туристско-краеведческого движения "Отечество". Положение о конкурсе. Требования к оформлению рефератов, докладов, исследовательских работ. Требования к оформлению презентаций. Социальные, природоохранные и другие акции. Виды социальных акций и проектов. Формы мероприятий.

Практические занятия

Проведение исследовательских и проектных работ. Подготовка работ к конкурсам. Участие в краеведческих конкурсах в рамках движения «Отечество». Участие в социальных, экологических и иных акциях.

2.6 Итоговые мероприятия.

Проведение праздников, посвящённых памятным датам (День Победы, День защитника Отечества и т.д.).

Участие в районных, областных краеведческих, экологических и др. конкурсах.

Участие в туристских слётах, в соревнованиях по спортивному ориентированию и туристским навыкам.

5. Материально-техническое обеспечение программы

Для успешной реализации программы требуется следующий комплекс оборудования и материалов.

Вид занятий	Техническое оснащение, дидактический и методический материал
	Туристская подготовка
Теоретические занятия	Столы и стулья; литература по профилю деятельности; экран, видеопроектор; методические разработки. Групповое, личное снаряжение, Картографический материал, компасы. Рем. набор, аптечка.
Практические занятия	Групповое, личное, специальное снаряжение, Картографический материал, компасы, карточки с условными знаками топографических карт; призмы для ориентирования на местности; набор карт для спортивного ориентирования; компостеры. Рем. набор, аптечка; перевязочный материал, транспортные шины; манекен для проведения СЛР.
	Краеведение

Теоретические занятия	Столы и стулья; литература по профилю деятельности; экран, видеопроектор; методические разработки.
Практические занятия	Мультимедийное оборудование; дидактический раздаточный материал

6.Методическое обеспечение.

Наименование разделов и тем	Формы организации деятельности обучающихся	Методы	Методическое обеспечение
Вводное занятие.	Беседа.	словесно-иллюстративный наглядный	Инструкции по охране труда учащихся. Первичный, текущий инструктаж.
Подготовка похода, экскурсии, экспедиции. Подведение итогов.	Беседа Практическая работа под руководством педагога.	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый	«Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися» Министерство образования и науки РФ ФГБОУ ДОД «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения» 2015 г. Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности учащихся начальной и основной школы (1-9-х классов) http://davaiknam.ru/t Методическая разработка МБУД О ДЮЦ «Галактика» с презентацией, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Походные должности»; «Организация и проведение туристских походов». Попчиковский В.Ю. http://hibaratxt.narod.ru/organiz/
Туристское снаряжение.	Беседа Поход Практическая работа под руководством педагога.	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый	Методическая разработка МБУД О ДЮЦ «Галактика» с презентацией, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Снаряжение»

Питание в походе.	Беседа Поход Практическая работа под руководством педагога	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый	«Питание в туристском походе». Алексеев А.А. http://www.barrier.org.ru/text/method/alexeev Методическая разработка МБУД О ДЮОЦ «Галактика» с презентацией, автор: педагог-организатор. Дягилева Л.А.: «Питание в туристском походе»
Организация биваков.	Беседа Поход Практическая работа под руководством педагога	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый исследовательский.	Методическая разработка МБУД О ДЮОЦ «Галактика» с презентацией, автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.: «Биваки Костры»
Топография и ориентирование.	Беседа Самостоятельная практическая работа. Практическая работа под руководством педагога Соревнования. Игра	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый исследовательский	Методические рекомендации «Ориентирование и топография» автор: методист по туризму СДЮТИБ Савицкая Н.А. (tu102.ru) «Туризм и спортивное ориентирование»; Ганопольский В.И. skitalets.ru/books/metod/turiorient «Спортивная топография» Гизатулин М.К. (skitalets.ru/books/sporttopo_gizat) Дидактическая игра «Знатоки идут по фотоследу» (набор карт с условным изображением местности; варианты описания маршрутов) Методические разработки МБУД О ДЮОЦ «Галактика» с презентациями: «Топографические знаки»: «Компас», автор: педагог-организатор Дягилева Л.А.:
Техника туризма.	Беседа Практическая работа под руководством педагога Соревнования. Поход	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый исследовательский	Богащенко, И.В. Бормотов «Навесная переправа» (материалы в помощь слушателям) Москва - 1989

Туристские соревнования.	Беседа Соревнования.	словесно-иллюстративный репродуктивный частично-поисковый исследовательский	Спортивное ориентирование. «Виды соревнований» http://sportschools.ru/ Московское ориентирование. Официальный сайт. Соревнования. http://moscompass.ru/ Туристское многоборье в России. Официальный сайт. Соревнования. http://www.tmmoscow.ru/ Регламент по виду спорта «спортивный туризм» регламент проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция - пешеходная». Временные правила соревнований. Руководство. ТСС России. Москва 2009 г.
Итоговые мероприятия.	Самостоятельная практическая работа. Практическая работа под руководством педагога Конкурс Соревнования	репродуктивный частично-поисковый исследовательский	Спортивное ориентирование. «Виды соревнований» http://sportschools.ru/ Московское ориентирование. Официальный сайт. Соревнования. http://moscompass.ru/ Туристское многоборье в России. Официальный сайт. Соревнования. http://www.tmmoscow.ru/ Регламент по виду спорта «спортивный туризм» регламент проведения соревнований по группе дисциплин «дистанция - пешеходная». Временные правила соревнований. Руководство. ТСС России. Москва 2009 г.
Подмосковье.	Беседа Экскурсия Прогулка	словесно-иллюстративный наглядный частично-поисковый исследовательский	Медийное приложение к электронной «Большой энциклопедии Кирилла и Мефодия»; Российская музейная энциклопедия: в 2 т. – М.: Прогресс, «РИПОЛ КЛАССИК», 2001. Электронный журнал-путеводитель по России «Страна» http://strana.ru/ «Привет Страна». Путешествия по России. http://www.privetstrana.ru/

Культурное наследие.	Беседа Экскурсия Прогулка	словесно-иллюстративный наглядный частично-поисковый исследовательский	Медийное приложение к электронной «Большой энциклопедии Кирилла и Мефодия»; Российская музейная энциклопедия: в 2 т. – М.: Прогресс, «РИПОЛ КЛАССИК», 2001. Андреева Е.В., Лялина Г.С., Озеров А.Г. Школьное краеведение: программы, идеи, опыт. /Наследие и современность: Информационный сборник Института Наследия. Вып. 12; Сост. и научн. ред. В.Е. Туманов. – М.: 2002. Приложение к Программе «Моя Родина- Россия» «60 объектов Подмосковья»; «60 объектов Москвы», разработка МБУДО ДЮОЦ «Галактика», автор Дягилева Л.А.
Природное наследие. Основы экологии.	Беседа Экскурсия Прогулка	словесно-иллюстративный наглядный частично-поисковый исследовательский	В регионах» Федеральный информационный портал. http://vregionah.ru/ «ЭкоРодинки». Московская область. Рельеф. Климат. Электронный журнал http://www.ecorodinki.ru/ Медийное приложение к электронной «Большой энциклопедии Кирилла и Мефодия»; «Окружающий мир. Природа России Центральный округ» . Природа Московской области: растения, животные и времена года http://сезоны-года.рф Электронный журнал о природе. Дроздов А.В. Основы экологического туризма. Учебное пособие. М.: Гардарики, 2005

Краеведческие и исследовательские навыки	Беседа Экскурсия Прогулка Поход Практическая работа под руководством педагога Самостоятельная практическая работа Конкурс Соревнования	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый исследовательский	Персин А.И. Краеведение и школьные музеи. – М., 2006. Андреева Е.В., Лялина Г.С., Озеров А.Г. Школьное краеведение: программы, идеи, опыт. /Наследие и современность: Информационный сборник Института Наследия. Вып. 12; Сост. и научн. ред. В.Е. Туманов. – М.: 2002.
Итоговые мероприятия.	Практическая работа под руководством педагога Самостоятельная практическая работа Конкурс Соревнования	репродуктивный частично-поисковый исследовательский	Разработки тематических соревнований и конкурсов МБУДО ДЮЦ «Галактика»: Экологическая тропа «Жил был лес»; Экологическая игра – аукцион «Знаешь ли ты экологию?»; конкурсы согласно текущему учебному плану; Всероссийский краеведческий конкурс исследовательских работ учащихся «Отечество».
Безопасность в походе	Беседа Практическая работа под руководством педагога	словесно-иллюстративный наглядный репродуктивный частично-поисковый	Методические рекомендации по организации работы с учащимися и их родителями по теме "Здоровый образ жизни" (vosпитatel.edu54.ru) «Здоровый образ жизни. Полезные советы» (http://lifeglobe.net) «Медицинский справочник» Книга: «Гигиена детей и подростков» http://med-tutorial.ru/

Первая помощь	Объяснительно-иллюстративный; Проблемное изложение Репродуктивный. Лекция, беседа	Репродуктивный Частично-поисковый. Поход выходного дня	«Медицинский справочник туриста» Коструб А.А. туриста. (skitalets.ru/books/med_kostor) «Учебник спасателя» Автор: С.К. Шойгу, М.И. Фалеев, Г.Н. Кириллов Издательство: Советская Кубань Год: 2002 г (moscow.mchs.ru) Мультимедийные справочники: «Медицинская энциклопедия»; «Десмургия»; «Проведение СЛР». Презентации МБУДО ДЮОЦ «Турист, автор ПДО Малинкович М.М.: «Наложение повязок»; «Вывихи»; «Ожоги»; «Кровотечения»; «Переломы»;» Разрывы связок»; «Травматический шок».
---------------	--	--	---

7. Методические рекомендации.

Туристско-краеведческая деятельность подразумевает такие формы работы, которые ориентируют воспитательный процесс на развитие самостоятельности и творческой инициативы. Участие в походах расширяет кругозор учащихся, воспитывает любовь к Родине, гордость за свой народ и замечательных людей прошлого и настоящего. Кроме того, жизнь в походах, прививает школьникам навыки самообслуживания, приучает их к систематическому труду, воспитывает инициативу и выдержку.

Предлагаемая к этой программе примерная тематика занятий объединений юных туристов имеет в виду, прежде всего, ознакомление обучаемых со своим краем, овладение определённым кругом знаний и умений, необходимых путешественникам.

Разнообразные формы и методы позволяют вовлечь в процесс реализации программы широкий круг учащихся. Это позволяет создать своеобразную и благоприятную атмосферу общения, воспитания, коммуникативных связей и отношений.

Формы и методы, применяемые при реализации Программы «Краеведы-путешественники»:

Теоретические занятия проводятся в форме:

дидактических рассказов – изложение учебного материала в повествовательной форме. Его назначение – обеспечить общее, достаточно широкое представление о каком-либо объекте, двигательном действии;

бесед – вопросно-ответная форма взаимного обмена информацией между преподавателем и учащимися.

При этом применяются следующие методы: словесно- иллюстративный (занятие – беседа, рассказ)

Наглядный (демонстрация видеофильмов, слайдов, рассматривание предметов туристического снаряжения, картинок, фотоснимков, макетов).

Используются следующие средства обучения: простые печатные (учебные пособия, книги для чтения, атласы, раздаточный материал и т.д.); наглядные натуральные (реальные предметы, картины, портреты, произведения искусств, макеты, предметы снаряжения); наглядные визуальные (карты, схемы, наглядные пособия, презентации, видеофильмы); электронные образовательные ресурсы (образовательные мультимедиа мультимедийные

учебники, сетевые образовательные ресурсы, мультимедийные универсальные энциклопедии и т.п.)

Вспомогательные технические визуальные, аудиосредства и аудиовизуальные средства (экранные, звуковые и экранно-звуковые средства).

Практические занятия проводятся в форме:

Экскурсий (изучение и описание краеведческих объектов);

Прогулок (наблюдение за растениями, животными, явлениями и сезонными изменениями в природе и их фиксирование);

Походов выходного дня (установка бивака; преодоление препятствий; работа с компасом и картой, движение по азимуту);

Практических работ под руководством педагога (подготовка к конкурсам и соревнованиям; сбор и обработка краеведческого материала);

Самостоятельных практических работ (выполнение практических заданий по туристским навыкам; топографии и ориентированию; сбор краеведческого материала, работа с информационными источниками);

Конкурсов (участие в краеведческих конкурсах);

Соревнований (участие в соревнованиях по туристским навыкам, ориентированию).

При этом применяются следующие методы:

Репродуктивный (установка палатки, разведение костра, укладка рюкзака, работа с компасом и картой);

частично -поисковый (сбор краеведческих материалов, фотографирование экскурсионных объектов);

исследовательский (наблюдение, подготовка разовых докладов, сообщений, рефератов, творческие задания).

Используются следующие средства обучения: простые печатные (учебные пособия, книги для чтения, атласы, раздаточный материал и т.д.); естественные предметы и объекты в природной и искусственной среде; наглядные натуральные (реальные предметы и объекты; предметы снаряжения).

Для оценивания результатов реализации программы в ходе её освоения предусмотрены промежуточная и итоговая аттестация обучающихся. Промежуточная аттестация проводится в конце изучения разделов и тем программы. Итоговая аттестация проводится в конце года по окончании реализации программы.

Содержание и формы промежуточной и итоговой аттестации определяются педагогом.

Аттестация может проводиться в форме устного или письменного опроса, а также выполнения практических заданий. Критерии оценивания результатов прописаны в контрольно-измерительных материалах.

При составлении задания для устного или письменного опроса для текущей аттестации из контрольно-измерительных материалов выбираются вопросы по темам разделов, а при составлении задания для итоговой аттестации можно выбирать несколько вопросов из каждой темы разделов. Практические задания выполняются в походах выходного дня или на соревнованиях.

Также предусмотрено обязательное участие объединений в мониторинге наполняемости объединений ДЮЦ «Галактика», который проводится 2 раза в год.

В ходе реализации Программы педагоги применяют различные педагогические технологии, такие, как здоровьесберегающие, проблемного обучения, и другие. Большое внимание уделяется здоровьесберегающим технологиям. В основе деятельности детских объединений лежит строгая дозировка учебной нагрузки, построение занятий с учётом работоспособности учащихся, соблюдение гигиенических требований (свежий воздух, оптимальный тепловой режим, хорошая освещённость, чистота), благоприятный эмоциональный настрой, проведение физкультминуток и динамических пауз на занятиях. Все это способствует укреплению дисциплины и привитию сознательного отношения к занятиям, повышению общего среднего уровня физической подготовки учащихся;

популяризации здорового образа жизни, стимулированию участия детей в соревнованиях по различным видам спорта.

Особое место занимает технология проблемного изучения. Проблемная технология предполагает раскрытие того способа, который приведёт к проблемному знанию. Логическая структура проблемного урока имеет не линейный характер, а спиралеобразный вид. Логика учебного процесса здесь проявляется очень зримо. Если в начале занятия поставлена проблема, весь последующий ход занятия будет направлен на разрешение этой проблемы. Причём педагогу и обучающимся периодически необходимо возвращаться к тому, как была поставлена проблема. Задача педагога - подвести учащихся к противоречию и предложить самостоятельно найти способ разрешения. Обучающиеся учатся излагать несколько точек зрения на один и тот же вопрос. Педагоги используют на занятиях постановку проблемной задачи с противоречивыми данными и ограниченным временем решения, например, при выборе маршрута похода.

Современные технологии в работе учреждений дополнительного образования детей сочетаются со всем ценным, что накоплено в отечественном и зарубежном опыте, в семейной и народной педагогике, они позволяют выбирать наиболее эффективные способы и приёмы организации деятельности детей и создавать максимально комфортные условия для их общения, активности и саморазвития.

8. Список учебно-методической литературы и информационных источников.

Литература и информационные источники для ПДО.

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе. Издание 10-е, дополненное— М.: И.В. Балабанов, 2006 – 96 с
2. Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения. Ежеквартальный научно-методический журнал. — М.: МОО МАДЮТиК.
3. Головачёв М.В. Костры: учеб. Пособие. – Нижний Новгород: Изд-во ННГУ, 1998.
4. Детский туризм в России. Очерки истории 1918-1998 гг. / под ред. Константинова Ю.С. — М.: ЦДЮТур МО РФ, 1998- 672 с
5. Константинов Ю.С. Организация и проведение туристских походов с учащимися: учеб.-метод. пособие. — М.: Советский спорт, 2011- 207 с
6. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся: учебно-методическое пособие. — М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000 – 220 с
7. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Методика обучения: уроки ориентирования: учебное пособие для вузов. — 2-е изд., испр. и доп., 2018- 329 с
8. Константинов Ю.С., Персин Л.И., Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Словарь юного туриста-краеведа: учеб.-метод. пособие. — М.: ЦНПРО, 2014 – 207 с
9. Константинов, Ю. С. Детско-юношеский туризм: учебное пособие / Ю. С. Константинов. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Издательство Юрайт, 2020. - 401 с.
10. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии: учеб. пособие. — М.: ЦДЮТК МО РФ, 2001- 72 с
11. Озеров А.Г. Историко-этнографические исследования учащихся— М., 2007- 157 с
12. Озеров А.Г. История и методика краеведения: учебно-методическое издание / А.Г. Озеров. - М.: ООО «Юный краевед», 2015 -160 с.
13. Озеров А.Г. Экологическое краеведение – организация и проведение практических исследований: учебно-методическое издание / А.Г. Озеров. - М.: ООО «Юный краевед», 2016 -240 с.
14. Остапец А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. Изд. 2-е, исправ.и доп. – М.: Рос. междунар. акад. туризма, 2001- 87 с

15. Способы автономного выживания человека в природе. Под редакцией Л. А. Михайлова. Издательство: Питер, 2008 - 272 с
16. Стрижев А.Н. Туристу о природе: Фенологические наблюдения в походе. – М.: Профиздат, 1986- 175 с
17. Туристская игротека: Учеб.-метод. Пособие. /Ред. Ю.С. Константинов–М.: ВЛАДОС, 2000- 110 с
18. Российская государственная библиотека
<https://search.rsl.ru/ru/#ff=02.02.2023&s=fdatedesc>
19. <http://madut.narod.ru> Литература о туризме и краеведении
20. <http://tourlib.net>. Всё о туризме. Туристическая библиотека
21. <http://www.museum.ru> Музеи России
22. <http://www.openmoscow.ru>. Достопримечательности Москвы.

Литература и информационные источники для детей и родителей.

1. Глушкова, В. Усадьбы Подмосковья/ В. Глушкова. - М.: Вече, 2006.
2. Горбаневский Михаил. Москва. Кольца столетий. Из истории названий местностей и районов, улиц и переулков столицы - М: Агентство "КРПА Олимп", АСТ, Астрель-2007
3. Национальный парк «Лосиный остров». Верховья реки Яузы. /Сост. В. Герасимов. – М.: Express, 1998.
4. Память и памятники (автор- составитель Г.В. Смирнов) – Мытищи: УТЦ «Талант» 2005
5. Популярный топонимический словарь для краеведов и туристов. Имена земли московской-М: Книга по требованию,2012
6. Поспелов Е.М. Туристу о географических названиях. – М.: Профиздат, 1988.
7. Русская лаковая миниатюра. Федоскино. Палех. Мстера. Холуй. /Сост. Л. Пирогова, О. Серебряков, Е. Дорошенко, - М.: Издательство Аврора, 1989.
8. Самые замечательные места и памятники Москвы. По материалам передачи «Городское путешествие с Павлом Любимцевым» - М: АСТ, 2009
9. Самые знаменитые достопримечательности Москвы, М: Белый город, 2011
10. Связующая нить: Сб. документов, исследований и сочинений. /Сост. М.А. Клычков. – Мытищи: УПЦ «Талант», 2002.
11. Секреты мастерства. Икона /Сост. А.С. Кравченко, А.П. Уткин. - М.: Век России, 1992.
12. Семёнов П. Москва. Живописная Россия-М: Белый город, 2007
13. Славен край людьми своими. Почётные граждане Мытищинского района (автор- составитель Клычникова М.А.- Мытищи: УТЦ «Талант», 2004
14. Смирнов Г.В. Мытищи. Былое: Очерки истории жизни, быта Мытищ и окрестностей на рубеже XIX – XX веков, в картинах художников и фотоматериалах. – Мытищи: УПЦ «Талант», 2003.
15. Соловьёва Л.Н. Русская матрёшка. – М., 1993.
16. Тайнинское небо и тропы: художественно- документальные очерки (сост. В.М. Голубев, В.М. Согин, А.В. Тимофеев) – М: Советский писатель, 2004
17. <http://madut.narod.ru> Литература о туризме и краеведении
18. <http://tourlib.net>. Всё о туризме. Туристическая библиотека
19. <http://www.museum.ru> Музеи России
20. <http://www.openmoscow.ru>. Достопримечательности Москвы.

Контрольно-измерительные материалы.

Вопросы для устного или письменного опроса.

Подготовка похода.

1. Что такое план похода?
2. Что такое смета расходов?
3. Назовите основные походные должности.
4. Что такое «маршрут похода»?

Подведение итогов похода.

1. Для чего нужен отчёт о походе?
2. Куда сдают отчёт о походе и где он хранится?
3. Что такое «дневник похода»?
4. Что такое «схема маршрута»?
5. Из каких разделов состоит письменный отчёт о походе?
6. Что такое «техническое описание маршрута»?

Туристское снаряжение.

1. Из чего состоит костровое оборудование?
2. Что входит в групповой ремонтный набор?
3. К какому виду снаряжения относится палатка?
4. Назовите специальное снаряжение для пешего похода.
5. Какое снаряжение необходимо для подготовки кострового места и разведения костра?
6. Какие бывают виды палаток?

Питание в походе.

1. Что такое «раскладка»?
2. Что такое «калорийность продуктов»?
3. Чем отличается «обед» от «перекуса»?
4. Как правильно упаковать колбасу и сыр?
5. Что такое «весовая норма продуктов»?

Организация биваков.

1. Какие бывают биваки?
2. Что такое «аварийный бивак»?
3. Назовите виды костров.
4. Что относится к костровому оборудованию?

Топография и ориентирование.

1. Что такое азимут?
2. По каким признакам можно определить стороны света?

3. Можно ли ориентироваться без компаса?
4. Чем измеряют расстояния на карте?
5. Что такое масштаб карты?
6. Что такое гидрографические знаки?
7. Что такое ориентирование?

Какой масштаб используется для топографических карт:

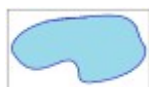
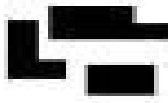
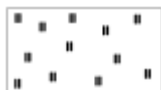
- а) 1:1 000 000 – 1:100 000
- б) 1:15 000 – 1:5 000
- в) 1:100 000 000 – 1:100 000 000 000

Найдите на рисунках соответствующие названиям формы рельефа:



Варианты: хребет и лощина, котловина, гора, седловина.

Впишите названия топографических знаков:



Подчеркните природные ориентиры нахождения на местности:

Муравейник, туры из камней, полярная звезда, затески на деревьях, тень от Солнца, мох на деревьях, линии электропередач, гнезда стенных пчел, ягоды, тропы в лесу, Луна, церкви, тающий снег, лесоустроительные столбы, населенные пункты по берегам рек, острова, церковный алтарь, течение реки, характерные берега, линии электропередач.

Какое действие следует предпринять, чтобы выйти к населенному пункту, находясь на берегу ручья, реки?

- а) Двигаться вниз по течению.
- б) Двигаться вверх по течению.
- в) Отправить по реке бутылку с запиской, содержащую информацию о местонахождении.
- г) Разжечь на берегу реки сигнальный костер.

Дайте наименования изображениям форм рельефа:



Техника туризма.

- 1. Какие виды узлов вы знаете?
- 2. Назовите виды узлов для связывания верёвок разного сечения.
- 3. Назовите виды узлов для связывания верёвок одинакового сечения.
- 4. Назовите виды узлов для связывания лент и ремней.
- 5. Для чего нужны «контрольные узлы»?

Безопасность в походе.

- 1. Расскажите правила техники безопасности при работе с колющими и режущими инструментами.
- 2. Расскажите правила техники безопасности при приготовлении пищи на костре.
- 3. Что делать, если ты отстал от группы в лесу?
- 4. Что такое «аварийный бивак»?
- 5. Перечислите правила техники безопасности и природоохранные правила при заготовке дров.
- 6. Какие естественные препятствия могут встретиться в пешем походе?
- 7. Что нужно делать, если ты отстал от группы в незнакомом городе?

Первая помощь пострадавшему.

- 1. Назовите виды кровотечений.
- 2. Назовите виды переломов.
- 3. Какие бывают ожоги по степени и видам?
- 4. Как правильно обработать неглубокую рану?
- 5. Как правильно снимать одежду с пострадавшего, получившего повреждение руки или ноги?
- 6. Как правильно наложить жгут при артериальном кровотечении?
- 7. Как правильно наложить шину на конечность?
- 8. В какой последовательности следует оказывать помощь пострадавшему, находящемуся в бессознательном состоянии, если у него прекратилось дыхание и сердечная деятельность?

Подмосковье.

1. Какие города Подмосковья интересны как экскурсионные объекты?
2. Какому известному русскому полководцу принадлежали усадьбы Николо-Прозоровское и Рождествино-Суворово, расположенные в Мытищинском районе?
3. Где на территории Мытищинского района установлен памятник императору Николаю II
4. В честь кого была названа улица Семашко в г. Мытищи?

Культурное наследие.

1. Какие монастыри и храмы расположены в Мытищинском районе?
2. Какие художественные музеи в Москве вы знаете?
3. Какие памятники, посвящённые Великой Отечественной войне, есть в г. Мытищи?
4. Какие научно-технические музеи в Москве вы знаете?
5. Назовите города Московской области, образованные в средние века.
6. В каком году XVIII века Москва перестала быть столицей Российского государства?
7. Назовите заповедники, заказники и национальные парки Подмосковья.
8. Где в г. Мытищи, расположен памятник А.В. Суворову?
9. Где расположен памятник «Мытищинцам, погибшим при исполнении воинского и служебного долга и в локальных конфликтах»?

Природное наследие.

1. Для чего была создана «Красная книга» и что в неё записывают?
2. Когда был создан первый национальный парк «Лосиный остров»?
3. Какие хвойные породы деревьев вы знаете?
4. Какие лиственные породы деревьев вы знаете?
5. Что такое «заповедник»?
6. Что такое «природные ресурсы»?
7. Чем отличается Национальный парк от заповедника?
8. Как охраняются исчезающие виды животных и растений?

Текстовые задания на развитие экологического мышления.

1. «Не бей лежачего!»

1. Акция в защиту бельков



Ежегодно гренландские тюлени приносят потомство в трёх местах в мире: у берегов острова Ньюфаундленд, в Гренландском море и в России в Белом море. Добычу детёнышей гренландского тюленя, называемых бельками, ведут Канада, Россия и Норвегия. Бельки - детёныши гренландского тюленя в возрасте до одного месяца. У них

белоснежный мех. “Добывают” белька варварским способом. Достаточно сильного удара палкой по голове беспомощного детёныша.

Главный закупщик тюленьих шкурок международная компания Рибер Скинз. Она имеет фабрики по переработке шкурок бельков в Канаде, в Норвегии, а теперь собирается построить фабрику в России, поскольку администрация Архангельской области заключила договор с компанией Рибер Скинз по развитию так называемого "промысла" белька.

Во многих странах, включая государства Евросоюза и США, шкурки бельков запрещены к продаже. Международный фонд защиты животных - организатор акции в защиту бельков "Не бей лежащего!" В 2008 году Международный фонд защиты животных собрал в России более 300 тыс. подписей против промысла тюленей.

25 февраля 2009 г. опубликованы и вступили в силу «Правила рыболовства для Северного рыбохозяйственного бассейна». Документ формально запрещает добычу самок и бельков на всей акватории Белого моря. Вопрос о популяции гренландских тюленей обсуждался 26 февраля 2009 г. на заседании правительства России.

10 марта 2009 г. стартовал совместный проект ИТЦ «СканЭкс» и Международного фонда защиты животных, направленный на защиту беломорской популяции гренландского тюленя. Спутниковый мониторинг акватории Белого моря позволит наблюдать движение судов и проложенных ими судоходных каналов через ледовые поля в местах расположения лёжек гренландских тюленей. РОСМОРРЕЧФЛОТ поддержал проект защиты лёжек гренландского тюленя на льдах Белого моря, обещав содействие в осуществлении ледовых проводок судов в обход залёжек на достаточном расстоянии.

В 2009 году квота на добычу гренландского тюленя в Белом море равна 35 тысячам особей.

ОТВЕТИТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Вам нравятся меховые вещи?
2. Вы хотели бы иметь шубу из меха белька?
3. Вы хотели бы иметь шубу из меха других животных?
4. Какие цели акции "Не бей лежащего!"
5. Какие причины привели к падению численности гренландского тюленя?
6. Вы поддерживаете акцию в защиту гренландского тюленя?
7. О чём свидетельствует опыт проведения акции «Не бей лежащего!»?

2. Браконьерская охота.



9 января 2009 г. в Республике Алтай произошла катастрофа вертолёта Ми-171.

Фотографии с места аварии дают основание предполагать, что пассажиры разбившегося вертолѐта вели охоту на горных баранов аргали, которые занесены в международную Красную книгу и Красную книгу РФ.

Экологи организовали сбор подписей под письмом к Президенту России Д.А. Медведеву и Председателю Государственной думы РФ Б.В. Грызлову с призывом дать нравственную оценку тому, что произошло на Алтае. Письмо было опубликовано на сайте <http://wwf.ru>. Сбор подписей начался 19 февраля 2009 г., и в течение 10 дней более 6 тысяч россиян поддержали письмо WWF (Всемирный фонд охраны дикой природы).

После четырёх месяцев усилий WWF и других общественных организаций следственный комитет при прокуратуре РФ возбудил уголовное дело по факту браконьерской охоты на горных баранов.

ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Как Вы думаете, по каким причинам люди охотятся на животных?
2. Можно ли найти оправдание охоте на животных?
3. Как Вы относитесь к разделению охоты на спортивную и промысловую?
4. Вы бы хотели иметь у себя в квартире «украшения» в виде рогов животных или их чучела?
5. Вы бы подписали письмо WWF против убийства животных на Алтае?
6. Какое наказание следует за уничтожение вида, внесѐнного в международную Красную книгу и Красную книгу РФ?
7. Почему следственный комитет при прокуратуре РФ все-таки возбудил уголовное дело?

3. Пользователи электронной почты сохраняют леса.

Эксперты Гринпис России подсчитали, что каждые десять тысяч электронных писем берегают количество бумаги, равное одному хвойному дереву.

За время работы почтового сервиса Mail.Ru было отправлено 48 490 250 000 писем. Если перевести их в бумажные, то за это время мы все вместе берегли 97 млн. пачек бумаги формата А4. А это примерно пять миллионов взрослых деревьев, которые используются для производства бумаги.

Деревья растут долго, а умирают быстро. Для того чтобы дерево выросло, необходимо не менее 50 лет, а для того, чтобы спилить — всего одна минута. Для производства 1 грамма бумаги расходуется примерно 4-5 кубических сантиметров хвойной древесины (зависит от типа и качества бумаги, производителя).

Хотите знать Ваш личный вклад в спасении лесов? Зайдите на страницу <http://win.mail.ru/cgi-bin/greenpeace>.

Используйте электронную почту — берегите бумагу!

ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Вы пользуетесь электронной почтой? Как часто?
2. Используете ли Вы «бумажную» почту?
3. Почему надо беречь леса?
4. Как человек влияет на леса?

5. Каков Ваш личный вклад в спасение лесов?

4. Акция «Час Земли».

Всемирный фонд дикой природы (WWF) организовал Международную акцию "Час Земли". Фонд призывает людей по всему миру на один час выключить электричество. Первая акция "Час Земли" была проведена в марте 2007 года в Сиднее (Австралия). В 2008 году в ней приняли участие уже более 50 миллионов человек из 35 стран мира. В 2009 году акция "Час Земли" прошла 28 марта. Более миллиарда человек в 835 городах 80 государств мира выключили свет на один час, чтобы показать, как человечество волнует будущее нашей планеты.

Спасибо всем, кто не остался равнодушным!

ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Полезна ли акция "Час Земли" для природы?
2. На какой результат надеются организаторы и участники акции «Час Земли»?
3. Какова цель акции "Час Земли"?
4. Знали ли Вы о проведении акции "Час Земли"?
5. Вы участвовали в акции?
6. Будите ли Вы участвовать в акции в следующем году?
7. Какое освещение Вы бы отключили, участвуя в акции?
8. Какое освещение Вы бы не рекомендовали отключать ни в коем случае?

5. Мусор в городе.



ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Какие методы уничтожения мусора применяются человеком?
2. Перечислите достоинства и недостатки каждого известного Вам метода.
3. Если в Вашей местности запланировано строительство мусоросжигательного завода, какие вопросы Вы бы задали его проектировщикам?
4. В предложении «Сжигать нельзя перерабатывать» где бы Вы поставили запятую?

6. Запрет на продажу напитков в пластиковых бутылках.

На территории Университета Лидса (Великобритания) был введён запрет на продажу напитков в пластиковых бутылках.

Такое решение приняли 4 тысячи студентов на университетском референдуме, чтобы уменьшить количество отходов и содействовать охране окружающей среды. На территории университета запланировано установить несколько бесплатных фонтанчиков с питьевой водой.

ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Что представляет собой в химическом отношении пластик, из которого производят бутылки?
2. Какое влияние пластик оказывает на здоровье человека и окружающую среду?
3. Поддержали ли бы вы эту акцию?

7. Продукты питания.

Диетологи дают следующие рекомендации обращения с продуктами питания:

- использовать в пищу овощи, фрукты, зелень, не подвергавшиеся длительному хранению;
- не подвергать продукты излишней температурной обработке;
- при варке опускать продукты в кипящую воду и готовить только в закрытой посуде;
- использовать для приготовления и хранения пищи химически инертную посуду (эмалированную, из нержавеющей стали, керамическую, фарфоровую);
- правильно хранить продукты (овощи, зелень, фрукты - в холодильнике, растительное масло - в темном помещении, крупы - в прохладном сухом месте и т.п.), учитывая сроки хранения каждого продукта.

ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Объясните каждый пункт рекомендаций.
2. Какие из пунктов рекомендаций вы считаете излишними?
3. Какие пунктами вы считаете нужно дополнить приведённые рекомендации?
4. Как правильно покупать продукты?

Правилам покупки продуктов нас, к сожалению, не учили. Поэтому думающие покупатели «изобретают» их сами. Один из вариантов опубликован на сайте www.ecofriendly.ru/2008/07/ecotest-kak-vybirat-ecologichnye-tovary/. В нашей редакции он выглядит следующим образом.

Во-первых, надо научиться думать своей собственной головой и не позволять манипулировать своим сознанием рекламой товаров средствами массовой информации.

Во-вторых, всю информацию, которую нам пытаются преподнести, проверять ЛИЧНО всеми доступными способами. Самый лучший на сегодня способ - Интернет. Если не уверен, не проверил САМ – лучше не покупай. 90% современных товаров нам не только не нужны ни для выживания, ни для счастья - они нам вообще не нужны, более того они вредны для нас и для нашей природы, они делают нас слабее, больнее, несчастнее, а нашу природу – беднее и грязнее. Нужно отдавать себе отчёт в том, что каждый раз, когда вы

покупаете что-то «неэкологичное», вы участвуете в сегодняшнем всеобщем бездумном ослаблении человечества и загрязнении нашей планеты. А за свои действия надо отвечать - и не где-то «там», когда-то «там» в следующей жизни, а в этой: здесь и сейчас, в этот самый прекрасный миг вашей жизни на этой самой прекрасной планете в нашей Вселенной.

Лично я для себя придумала простой экотест, и прежде чем купить какой-то товар, я его проверяю.

Первый шаг. Нужно представить все стадии существования этого товара, начиная с момента его производства, функционирования и заканчивая утилизацией. Проще говоря, понять, как он появился на свет и как он исчезнет с него. Если на какой-то из стадий своего появления, существования или «погребения» он наносит вред или причиняет боль людям, другим живым существам или природе, то этот товар или продукт я считаю неэкологичным, и пользоваться таким товаром считаю недостойным. Далее я выношу ему приговор: отказаться полностью или максимально сократить его использование; найти ему достойную экологичную замену; объявить бойкот фирмам, которые его выпускают и продвигают; оповестить о его вреде как можно большее количество людей.

Второй шаг. Нужно честно ответить для себя на вопрос: живя в естественных условиях, смогу ли я с наименьшими затратами труда и времени получить этот продукт.

Третий шаг: посмотреть на упаковку. Пластиковая, полиэтиленовая упаковка иногда сводит на нет всю экологичность товара. Я надеюсь, что очень скоро ситуация изменится в лучшую сторону: изобретут быстро разлагаемый упаковочный материал из натуральных материалов, не уступающий по своим свойствам пластику. Ну, а пока оптимальное решение в сложившейся ситуации – брать товары на развес в свою тару.

Идеальный вариант выглядит примерно так: я прихожу на рынок со своей экологичной сумкой, в которой лежат тряпичные мешочки и покупаю в них нерасфасованные экологичные продукты: цельные крупы, овощи, фрукты, сухофрукты, орехи, семечки, бобовые, муку грубого помола – всё, что нужно человеку для здоровья и долголетия.

В итоге выигрывают все: я, общество, природа, экологичный бизнес. Проигравший только один: неэкологичный бизнес, причиняющий вред человеку, обществу, природе.

ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. Почему нежелательно использовать полиэтиленовые сумки и пакеты?
2. Как вы относитесь к рекламе товаров?
3. Почему продукты могут быть загрязняющими природу?
4. Покупая продукт, вы читаете его этикетку? Почему её надо обязательно читать?
5. Вы согласны с правилами покупки автора? Выскажите своё мнение относительно правил покупки продуктов.

8. Бродячие животные.



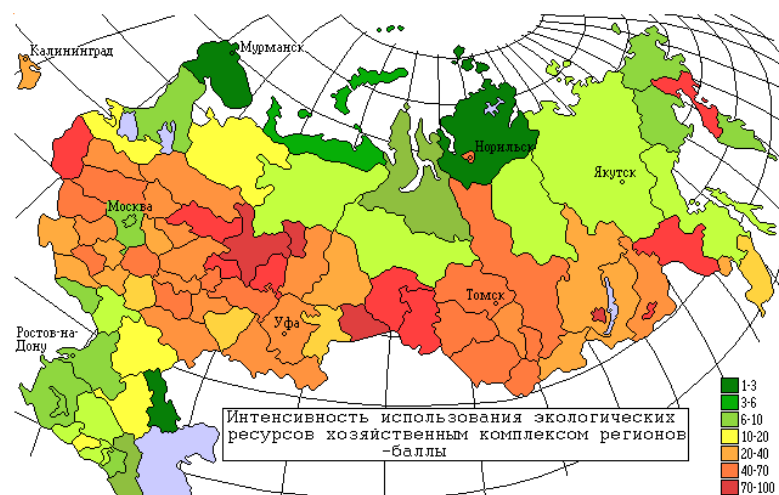
В 2007 в г. городе Кемерово установили памятник бездомной собаке. Трогательный пёс с грустными глазами лежит на крышке металлического люка. На монументе надпись: «Если тепла не хватает от человеческих рук, вряд ли его заменит подъезд или тёплый люк...». Деньги на памятник собрали жители города.

ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ:

1. По каким причинам собаки становятся бездомными?
2. Как Вы относитесь к бездомным собакам?
3. Что необходимо предпринимать, чтобы не было бездомных собак?
4. Каково значение бродячих собак в природе города?

9. Антропогенное истощение природных ресурсов.

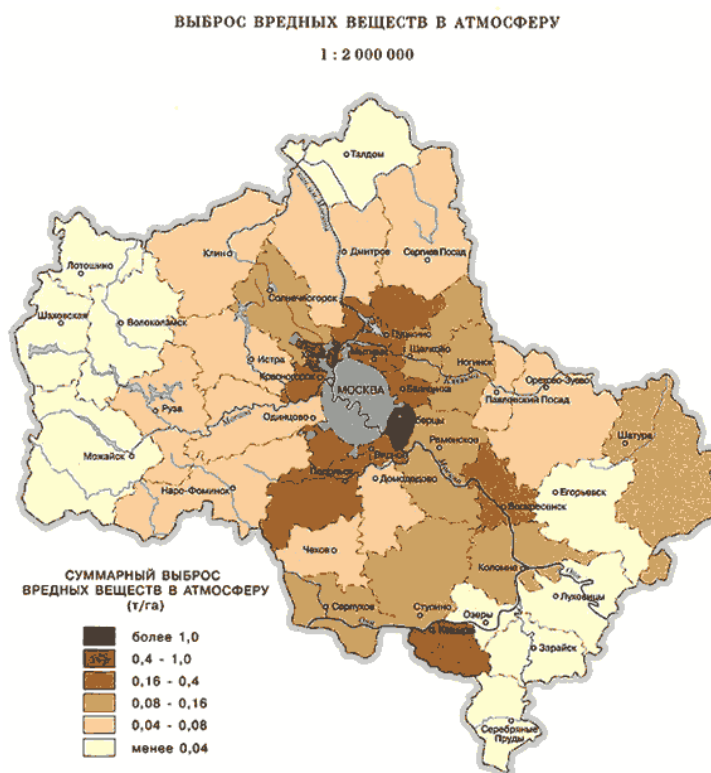
Сравнительная интенсивность природопользования в различных субъектах Российской Федерации (по условной 100-балльной шкале: максимальная интенсивность – 100 баллов, минимальная – 1 балл) (по материалам: [www. sci.aha.ru](http://www.sci.aha.ru)).



ОТВЕТЬТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ

1. Какие экологические ресурсы используются в России?
2. Какие невозобновляемые ресурсы используются в России?
3. Какие возобновляемые ресурсы используются в России?
4. Как используются экологические ресурсы России?

10. Выбросы вредных веществ в атмосферу в Московской области



ОТВЕТИТЕ, ПОЖАЛУЙСТА, НА ВОПРОСЫ

1. Какие предприятия производят выброс вредных веществ в атмосферу?
2. Какие вредные вещества выбрасываются в атмосферу?
3. Какие меры предупреждают загрязнение атмосферы вредными веществами?
4. Как влияют вредные вещества атмосферы на здоровье людей?

Краеведческие и исследовательские навыки.

1. Что такое «краеведение»?
2. Что такое «краеведческий объект»?
3. Что такое «историческое краеведение»?
4. Что является источниками краеведения?
5. Что такое этнография?
6. Что такое музей?
7. Что такое «топонимика»?

Для итоговой аттестации при проведении практических занятий.
Итоговые занятия можно проводить в виде практических занятий. Критерии оценки приведены в виде контрольных нормативов.

«Первая помощь пострадавшему»

Задание индивидуально каждому обучающемуся.

Задание 1: наложить повязку на конечность при колото-резаной травме, кровотечение- венозное.

Задание 2: наложить повязку и жгут на конечность при колото-резаной травме, кровотечение- артериальное.

Задание 3: наложить повязку в виде «чепца» при травме головы.

Задание 4: наложить повязку на кисть руки.

Задание 5 наложить шину при закрытом переломе конечности.

Оценивается качество:

зачёт- имеются незначительные ошибки при наложении повязки, жгута, шины, повязки наложены не совсем аккуратно, имеются неточности в действиях при оказании помощи
удовлетворительно- повязки, жгут, шины наложены не совсем аккуратно, имеются неточности в действиях при оказании помощи

хорошо- повязки, жгут, шины наложены правильно, имеются неточности в действиях при оказании помощи

отлично- повязки, жгут, шины наложены правильно, правильные действия при оказании помощи

Задание для выполнения в группе или индивидуально.

Задание 6: провести СЛР на манекене.

Оценивается правильность выполнения.

зачёт- имеются ошибки в схеме общей оценки состояния «пострадавшего»; имеются неточности в схеме проведения СЛР

удовлетворительно- имеются ошибки в схеме общей оценки состояния «пострадавшего»

хорошо- имеются неточности в схеме проведения СЛР

отлично- все действия правильны

«Техника и тактика туризма».

Задание индивидуально каждому обучающемуся.

Задание 1: надеть страховочную обвязку. Время выполнения:

зачёт- 1 мин.

удовлетворительно- 30 сек.

хорошо- 25 сек.

отлично- 15 сек.

Задание 2: завязать наибольшее кол-во узлов. Время выполнения- на каждый узел:

зачёт- 2 мин.

удовлетворительно- 1 мин.

хорошо- 30 сек.

отлично- 20 сек.

Задание для выполнения в группе или индивидуально.

Задание 3: преодоление полосы препятствий (примерно 3-4 этапа). Время выполнения зависит от сложности препятствий и условий рельефа местности. Оценивается правильность и быстрота выполнения.

Задания для выполнения в группе.

Задание 4: навесить параллельные перилла или любой другой вид переправы. Время выполнения зависит от вида переправы и условий рельефа местности. Оценивается правильность навески и быстрота выполнения.

Практическое задание для итоговой аттестации проводится в форме соревнований.

Возможные этапы соревнований

Типы костров. Туристские узлы.

Каждому участнику команды даётся карточка с названием одного костра (из четырёх) и двух узлов (из шести)

Оборудование: брёвна(дрова) разного диаметра, репшнуры для завязывания узлов, секундомер.

Задание: Каждый участник команды должны как можно быстрее и правильнее сложить костёр и завязать два узла из выданной судьёй карточки

Возможные костры: «Шалаш», «Колодец», «Нодья», «Звёздный»

Возможные узлы: прямой, восьмёрка, встречный, проводник, брамшкотовый, булинь.

Подведение итогов: судья засекает время сбора костров и завязывания узлов. Время останавливается по завершению этапа всеми участниками команды. При подведении итогов к этому времени прибавляется штрафное время за ошибки при сборе костров и вязке узлов.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам):

Типы костров:

1. Неправильно сложенный костёр 3 балла
2. Неустойчивый костёр 1 балл

Туристские узлы:

При оценке качества узла учитываются плотность вязки, перехлест веревок. Правильность оценивает судья.

Штрафы (1 балл = 5 секундам):

Неправильно завязанный узел 3 балла

Перехлест верёвок 1 балл

Отказ от завязывания узла 5 баллов.

Глазомерное определение расстояний. Определение азимута при помощи компаса

Оборудование: 5 разноцветных флажков, компас.

Задание: Команде необходимо из заданной точки на глаз определить расстояние до каждого из флажков и определить азимут на каждый из флажков и занести полученные данные в карточку этапа. Время останавливается по возвращению карточки судьё.

Подведение итогов: судья заранее ставит флажки на определенных расстояниях от данной точки.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам)

За каждые полные пять метров ошибки команда получает 1 штрафной балл.

За каждые 5 градусов ошибки команда получает 1 штрафной балл.

Укладка рюкзака

Оборудование: Два рюкзака с походным снаряжением в каждом (спальник (одеяло)– 1шт, пара обуви– 1шт, кружка– 1шт, ложка– 1шт, миска– 1шт, пакет с набором одежды– 1шт, 4 банки консервов, пакет с крупой – 1шт, пластиковая бутылка с водой– 1шт, каремат (туристский коврик)–1шт, верёвка– 1шт, палатка– 1шт, страховочная система – 1шт, карабины – 2шт, жумар– 1шт), секундомер.

Задание: участники команды по 3 участника как можно быстрее и правильнее собрать два рюкзака.

Подведение итогов: судья засекает время укладки рюкзака. При подведении итогов к этому времени прибавляется штрафное время за ошибки при укладке рюкзака. Штрафное время (1 балл = 5 секундам):

1. Рюкзак не стоит на земле, а валится на бок 1 балл
2. Рюкзак гремит при тряске 1 балл
3. Острые и жесткие вещи лежат, где рюкзак соприкасается со спиной 2 балла
4. Рюкзак "кривой" 1 балл
5. Не застегнуты стяжки, карманы 1 балл
6. Вещи по весу в рюкзаке распределены неправильно 1 балл
7. Лямки рюкзака не подогнаны под одного из участников команды 2 балла
8. Порча оборудования 10 баллов.

Установка палатки

Оборудование: палатка, секундомер.

Задание: команда должна как можно быстрее и правильнее поставить палатку.

Подведение итогов: судья засекает время постановки палатки. При подведении итогов к этому времени прибавляется штрафное время за ошибки при постановке палатки.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам):

1. Палатка перекошена 2 балла

2. Стойки палатки стоят неровно 1 балл
3. Стенки и крыша палатки " провисают" 3 балла
4. Дно палатки плохо растянуто 1 балл
5. Не все растяжки закреплены колышками 1 балл
6. Вход в палатку не закрыт 1 балл
8. Порча оборудования 10 баллов.

Топографические знаки

Оборудование: карточки с топонимами, ручки (карандаши).

Каждый участник команды получает карточку с несколькими топографическими знаками, которые необходимо расшифровать или нарисовать. Количество знаков и их сложность определяется судьей.

На обдумывание даётся 2 минуты, после этого каждому участнику команды даётся 1 минута на ответ судье этапа.

Подведение итогов:

Штрафное время (1 балл = 5 секундам)

1. Частично правильный ответ - 1 балл.
2. Не правильный ответ -2 балла.
3. Отказ от ответа - 3 балла.

Оказание первой помощи;

Оборудование: карточки с описанием травмы, аптечка.

Задание: каждый участник вытягивает по карточке с описанием травмы. На обдумывание даётся 2 минуты, после этого каждому участнику команды даётся 1 минута на ответ судье этапа.

Подведение итогов: судья оценивает рассказ участника, отмечает ошибки, допущенные ими, задает наводящие вопросы. По окончании беседы он может поставить штрафные баллы.

Штрафное время (1 балл = 5 секундам)

1. Полное неумение оказать помощь при данной травме 3 балла
2. Помощь оказана, но допущены грубые ошибки, исправленные в ходе беседы с судьей 2 балла
3. Помощь оказана, допущены незначительные ошибки 1 балл.

Безопасность дорожного движения

1. Разрешается ли пешеходам переходить через дорогу, если нет пешеходного перехода?
 - а) Запрещается, необходимо дойти до ближайшего светофора.
 - б) Разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках, где она хорошо просматривается в обе стороны при отсутствии в зоне видимости пешеходного перехода или перекрестка.
2. В каких местах запрещено пешеходу переходить через дорогу?

а) На крутых поворотах.

б) В местах, где дорога идет на подъем.

в) Около туннелей и мостов.

г) Во всех перечисленных местах.

3. Основные элементы дороги – это:

а) Обочина, кювет, тротуар

б) Пешеходный переход, дорожное ограждение, обочина

в) Проезжая часть, тротуар, разделительная полоса, трамвайные пути и обочины

4. Имеет ли право пешеход переходить дорогу, если в основном светофоре включен зеленый сигнал, а в пешеходном - красный?

а) Не имеет права.

б) Имеет право.

5. Где должен двигаться пешеход вне населенного пункта?

а) По обочине или краю проезжей части навстречу движению транспортных средств.

б) По обочине или краю проезжей части по ходу движения транспортных средств.

в) Только по обочине в любом направлении.

6. Где должны двигаться пешеходы в населенных пунктах при отсутствии тротуаров?

а) По краю проезжей части навстречу движению транспортных средств.

б) По краю проезжей части по ходу движения транспортных средств.

в) По краю проезжей части в один ряд.

7. Допускается ли движение транспортных средств по тротуарам и пешеходным дорожкам?

а) Нет.

б) Только велосипеды, мопеды и гужевые повозки, верховые и вьючные животные.

в) Только при обслуживании торговых и других предприятий, расположенных непосредственно у этих тротуаров или дорожек

8. С какого возраста детям разрешено находиться на переднем сиденье легкового автомобиля?

а) С 10 лет.

б) С 12 лет

в) С 14 лет

г) С 16 лет

9. Когда водитель и пассажир должны быть пристегнуты ремнями безопасности?

- а) Пассажир во всех случаях, водитель только при движении по автомагистрали
- б) Только при движении за чертой города.
- в) Только на неровной дороге с крутыми поворотами.
- г) Во всех случаях (кроме оговоренных правилами).

10. На каком транспортном средстве 15-летний Роман может ездить по дороге?

- а) На велосипеде.
- б) На мопеде.
- в) На мотоцикле.

Календарный учебный график

сентябрь							
тема занятий	теория	практика	всего	форма занятий	формы контроля	дата и время проведения	место проведения
Краеведение. Подмосковье	2	0	2	беседа	устный опрос		
Краеведение. Подмосковье.	0	4	4	практическая работа	практическое задание		
Туристские навыки. Подготовка похода	2	0	2	лекция	устный опрос		
Краеведение. Подмосковье.	0	4	4	самостоятельная практическая работа	письменный опрос		
Туристские навыки. Подведение итогов похода	2	0	2	лекция	устный опрос		
Итоговые мероприятия. Краеведение. Подмосковье.	0	4	4	самостоятельная практическая работа	практическое задание		
всего	6	12	18				
Октябрь							
Краеведение. Культурное наследие.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Краеведение. Культурное наследие.	0	4	4	практическая работа	практическое задание		
Туристские навыки. Туристское снаряжение.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Туристское снаряжение.	0	4	4	ПВД	практическое задание		
Туристские навыки. Подготовка похода	2	0	2	лекция	письменный опрос		
Краеведение. Культурное наследие.	0	4	4	практическая работа	устный опрос		
Туристские навыки. Туристское снаряжение.	2	0	2	лекция	устный опрос		

Туристские навыки. Туристское снаряжение.	0	4	4	самостоятельная практическая работа	практическое задание		
всего	8	16	24				
Ноябрь							
Туристские навыки. Подведение итогов похода	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Питание в походе.	0	4	4	практическая работа	практическое задание		
Туристские навыки. Первая помощь пострадавшему.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Организация биваков.	0	4	4	ПВД	практическое задание		
Туристские навыки. Организация биваков.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Топография и ориентирование	0	4	4	соревнования	практическое задание		
Туристские навыки. Безопасность в походе.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Организация биваков.	0	4	4	ПВД	практическое задание		
всего	8	16	24				
Декабрь							
Туристские навыки. Организация биваков.	2	0	2	лекция	письменный опрос		
Итоговые мероприятия. Туристские навыки. Организация биваков	0	4	4	соревнования	практическое задание		
Краеведение. Культурное наследие.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Краеведение. Краеведческие и исследовательские навыки	0	4	4	самостоятельная практическая работа	практическое задание		

Краеведение. Краеведческие и исследовательские навыки	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Безопасность в походе.	0	4	4	самостоятельная практическая работа	письменный опрос		
Туристские навыки. Первая помощь пострадавшему.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Итоговые мероприятия. Туристские навыки. Туристское снаряжение. Безопасность походов.	0	4	4	самостоятельная практическая работа	письменный опрос		
всего	8	16	24				
Январь							
Краеведение. Культурное наследие.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Итоговые мероприятия. Краеведение. Культурное наследие	0	4	4	конкурс	практическое задание		
Краеведение. Краеведческие и исследовательские навыки	2	0	2	лекция	устный опрос		
Итоговые мероприятия. Краеведение. Краеведческие и исследовательские навыки	0	4	4	самостоятельная практическая работа	практическое задание		
Краеведение. Подмосковье	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Топография и ориентирование	0	4	4	практическая работа	практическое задание		
Краеведение. Краеведческие и исследовательские навыки	2	0	2	беседа	устный опрос		
Итоговые мероприятия. Краеведение. Краеведческие и исследовательские навыки	0	4	4	самостоятельная практическая работа	практическое задание		
Краеведение. Участие в конкурсах и акциях	2	0	2	лекция	устный опрос		
всего	8	16	24				
февраль							

Туристские навыки. Первая помощь пострадавшему.	0	4	4	практическая работа	письменный опрос		
Туристские навыки. Питание в походе.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Итоговые мероприятия. Краеведение. Культурное наследие. Природное наследие	0	4	4	самостоятельная практическая работа	практическое задание		
Туристские навыки. Топография и ориентирование	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Техника туризма.	0	4	4	практическая работа	письменный опрос		
Туристские навыки. Техника туризма.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Техника туризма.	0	4	4	практическая работа	практическое задание		
Краеведение. Участие в конкурсах и акциях	2	0	2	лекция	устный опрос		
всего	8	16	24				
март							
Туристские навыки. Техника туризма.	0	4	4	ПВД	практическое задание		
Краеведение. Краеведческие и исследовательские навыки	2	0	2	беседа	устный опрос		
Туристские навыки. Организация биваков	0	4	4	ПВД	практическое задание		
Туристские навыки. Питание в походе.	2	0	2	лекция	письменный опрос		
Итоговые мероприятия. Туристские навыки. Техника туризма	0	4	4	ПВД	практическое задание		
Туристские навыки. Топография и ориентирование	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Питание в	0	4	4	ПВД	практическое		

походе					задание		
Туристские навыки. Техника туризма.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Краеведение. Природное наследие.	0	4	4	самостоятельная практическая работа	устный опрос		
всего	8	20	28				
апрель							
Краеведение. Природное наследие.	2	0	2	лекция	практическое задание		
Туристские навыки. Техника туризма.	0	4	4	ПВД	практическое задание		
Краеведение. Природное наследие.	2	0	2	лекция	Практическое задание		
Краеведение. Участие в конкурсах и акциях	0	4	4	практическая работа	практическое задание		
Туристские навыки. Первая помощь пострадавшему.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Туристские навыки. Топография и ориентирование	0	4	4	ПВД	практическое задание		
Краеведение. Подмосковье.	2	0	2	лекция	устный опрос		
Краеведение. Природное наследие.	0	4	4	практическая работа	практическое задание		
Краеведение. Культурное наследие.	2	0	2	беседа	устный опрос		
всего	10	16	26				
май							
Туристские навыки. Топография и ориентирование	0	4	4	ПВД	устный опрос		
Краеведение. Природное наследие.	2	0	2	беседа	устный опрос		
Туристские навыки. Итоговые мероприятия Топография и ориентирование	0	4	4	соревнования	письменный опрос		
Краеведение. Участие в конкурсах и	2	0	2	беседа	практическое		

акциях					задание		
Итоговые мероприятия. Краеведение.							
Природное наследие	0	4	4	ПВД	устный опрос		
Краеведение. Подмосковье.	2	0	2	беседа	практическое задание		
Туристские навыки. Организация биваков	0	4	4	соревнования	устный опрос		
Краеведение. Участие в конкурсах и акциях	2	0	2	беседа	практическое задание		
всего	8	16	24				

216