



Управление образованием  
Городского округа Истра Московской области  
Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования  
ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И КРАЕВЕДЕНИЯ  
143590 Московская область Истра, ул Ленина, 10.  
Тел. 8 (49831) 3-1930, 8 (49831) 3-1981. E-mail: istr\_mou\_do\_cdutk@mosreg.ru

Принята  
на заседании Педагогического совета  
протокол № 1  
от «27» августа 2021 года



**Дополнительная общеразвивающая программа  
Эколого-краеведческой направленности  
«Юные туристы-экологи»**

Автор-составитель программы:  
Самарина И.А.

Направленность деятельности: эколого-краеведческая  
Количество учебных часов: 108 часов  
Длительность: 2 года  
Количество учебных часов в неделю: 3 часа  
Возраст обучающихся: 8-18 лет

г.Истра

2021 г.

## Пояснительная записка

Связь человека с природой начинается с раннего детства. Природа оставляет глубокий след в душе человека, своим многообразием воздействует на наши чувства, вызывая удивление, восхищение и желание узнать тайны окружающего мира. Эти чувства необходимо сохранить в душе человека на всю жизнь. А это возможно лишь через непосредственное вовлечение детей и подростков к изучению тайн природы родного края, в научно-исследовательскую деятельность, способную раскрыть суть экологических взаимосвязей между человеком и окружающей средой.

Рабочая программа «Туристы-экологи» составлена на основе типовой программы «Юные туристы-экологи» И.А.Самарина, к.п.н. заведующая методическим отделом Калужского областного центра детско-юношеского туризма и экскурсий.

Данная рабочая программа ориентирована на развитие у обучающихся знаний об экологии своей малой родины Истринского района и на формирование экологического сознания обучающихся через познание экологического состояния природы той местности, где они живут.

### Основные цели:

- привитие учащимся любви к родной природе,
- бережного отношения к ней,
- углубление их экологических знаний,
- вовлечение в исследовательскую деятельность,
- воспитание экологической культуры личности.

### Задачи:

**-образовательные:** формирование системы экологических знаний в области биологии и экологии через развитие интереса к природе родного края;

-обучение основам техники пешеходного туризма, приемам техники безопасности, организации быта в походах, экспедициях;

**-развивающие:** развитие у обучающихся навыков общения с живой природой, исследовательской деятельности посредством фенологических наблюдений в природе, учебно-исследовательской деятельности и практической работы;

-укрепление здоровья, воспитание физической культуры в единстве с интеллектуальным и духовным развитием;

-развитие устной речи, умения выступать перед аудиторией, организовывать и проводить занятия с младшими школьниками;

**-воспитательные:** воспитание патриотизма посредством занятия краеведением;

-воспитание экологической культуры, чувства ответственности за состояние окружающей среды и стремления к конкретной деятельности по ее изучению, охране, воспроизведению;

-воспитание коллективизма, освоение стандартов культуры труда и общения;

-воспитание самообладания и силы воли.

Теоретический материал рабочей программы составлен таким образом, чтобы сформировать в сознании детей и подростков картину целостного представления об окружающем его мире. Структура программы предлагает наличие теоретических, практических, экскурсионных занятий в зависимости от темы.

### **Основные формы деятельности:**

- организация экскурсий, походов, эколого-краеведческих экспедиций;
- изучение и описание природных объектов родного края с целью их рационального использования и сохранения;
- выявление случаев негативного воздействия человека на окружающую среду, участие в их ликвидации;
- изучение литературных источников, материалов краеведческого музея, архивных документов по истории Истринского края;
- участие в различных научно-практических мероприятиях (конференциях, конкурсах, олимпиадах, семинарах и т.д.);
- оказание посильной помощи особо охраняемым природным территориям;
- тренировки и практические занятия на местности по топографии, спортивному ориентированию и спортивному туризму;
- игры, конкурсы и другие массовые мероприятия;
- пропаганда природоохранной деятельности через средства массовой информации.

### **Ожидаемые результаты:**

- приобретение учащимися знаний о природе, истории и культуре Истринского района,
- овладение навыками изучения и описания природных объектов, разработка предложений по их рациональному использованию и охране;
- использование эколого-краеведческого материала в образовательном процессе;
- создание экологических троп;
- пропаганда эколого-краеведческих знаний;
- овладение техникой и тактикой туризма, приобретение навыков ориентирования на местности, оказания первой доврачебной помощи;
- рост мастерства учащихся от элементарных навыков самообслуживания и организации туристского быта до выполнения спортивных разрядов по туризму, туристскому многоборью и спортивному ориентированию.

Полноценная работа эколого-туристического объединения невозможна без реализации в нем принципа самоуправления (или соуправления). Огромную роль в деле сплочения коллектива играет правильная педагогическая инструментальность самоуправления как объединения в целом, так и туристской группы в любом походе, обеспечивающая активное и предметное участие каждого члена коллектива в общей работе по подготовке, проведению путешествия и подведению его итогов.

Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, проведение каждого занятия, тренировки, походов и соревнований.

Успешное освоение материала программы во многом зависит от продуманного построения учебного процесса. Теоретические занятия проходят в помещении, а практические занятия можно проводить как на местности, так и в помещении, в зависимости от темы занятия, времени года и погодных условий.

Программа второго года обучения рассчитана на 108 часов в год 36 учебных недель с нагрузкой 3 часов в неделю.

Возраст обучающихся (4-11 классы).

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

Аттестация обучающихся проходит согласно «Положению об аттестации обучающихся МОУДО «ЦДЮТК»».

**Учебно-тематический план**  
(108 часов с нагрузкой 3 часов в неделю)  
**1-й год обучения**

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1. Основы туристской подготовки</b>				
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма	1,5	0,5	1
1.2.	Туристское снаряжение	5	1	4
1.3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги	7,5	1	6,5
1.4.	Питание в походе	4	1	3
1.5.	Физическая подготовка туриста	12	1	11
1.6.	Подготовка и организация путешествия	12	1	11
		<b>42</b>	<b>5,5</b>	<b>36,5</b>
<b>2. Краеведение</b>				
2.1	Географическое положение, природные условия и ресурсы края	6	-	6
2.2.	История и культура края	7	2	5
2.3	Туристские возможности края	3	1	2
		<b>16</b>	<b>3</b>	<b>13</b>
<b>3. Топография и ориентирование</b>				
3.1	Топографическая и спортивная карты	5	1	4
3.2	Ориентирование	6	1	5
		<b>11</b>	<b>2</b>	<b>9</b>
<b>4. Обеспечение безопасности</b>				
4.1	Техника безопасности при проведении занятий,	6	1	5

	походов, экспедиций			
4.2	Правила санитарии и гигиены	2,5	1	1,5
4.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	4	1	3
		<b>12,5</b>	<b>3</b>	<b>9,5</b>
<b>5. Организация экологической работы. Наблюдения за природой</b>				
5.1	Наша планета - Земля	3,5	1	2,5
5.2	Понятие о биосфере	1,5	1	0,5
5.3	Изучение отдельных компонентов природного комплекса	6	1	5
5.4	Наблюдения в природе	6	-	6
5.5	Туризм и охрана природы	6	1	5
5.6	Исследовательская работа	3,5	1	2,5
		<b>26,5</b>	<b>5</b>	<b>21,5</b>
<b>Итого за период обучения:</b>		<b>108</b>	<b>18,5</b>	<b>89,5</b>

Зачетные походы, лагеря, экспедиция – вне сетки часов

## Содержание изучаемого курса по программе «Туристы-экологи» 1-й год обучения

### 1. Основы туристской подготовки

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

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

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

#### ***Практические занятия***

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

#### 1.2. Туристское снаряжение

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

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

#### ***Практические занятия***

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

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

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

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

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

Свертывание лагеря. Уборка места лагеря. Противопожарные меры.

Типы костров. Правила разведения костра.

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

Меры безопасности при обращении с огнем, кипятком.

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

Организация ночлегов в помещении.

Игры в пути и на привале. Туристская песня.

Нормы поведения туристов в населенных пунктах.

#### ***Практические занятия***

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

Обучение пользованию топором, пилой, лопатой, ремонтным инструментом.

Игры в пути и на привале.

Разучивание и исполнение туристских песен.

### **1.4. Питание в походе**

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

#### ***Практические занятия***

Составление меню и списка продуктов для 1-2 дневного похода

Закупка, фасовка и упаковка продуктов

Приготовление пищи на костре.

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

Права и обязанности участников похода.

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

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

Разработка маршрута, составление плана-графика движения.

Маршрутный лист и маршрутная книжка. Путевой дневник.

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

### ***Практические занятия***

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

Работа с собранным материалом, его определение, систематика, оформление. Подготовка и чтение докладов по итогам похода.

### **1.6. Физическая подготовка туриста**

Краткие сведения о строении, функциях организма и влиянии физических упражнений на организм. Значение физической подготовки для туриста. Физическая и морально-волевая подготовка. Закаливание. Утренняя зарядка.

### ***Практические занятия***

Подвижные игры на воздухе, в спортивном зале.

## **2. Краеведение**

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

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

### ***Практические занятия***

«Путешествия» по карте. Посещение музеев. Подготовка мини докладов о природе родного края.

### **2.2. История и культура края**

Сведения о прошлом своего населенного пункта. Памятники истории и культуры.

### ***Практические занятия***

Краеведческие викторины, составление и решение кроссвордов.

Творческие мастерские. Подготовка мини докладов по истории, культуре родного края.

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

Наиболее интересные места походов и экскурсий. Музеи края. Особо охраняемые природные территории (ООПТ)

### ***Практические занятия***

Экскурсия по своему населенному пункту, в краеведческий музей.

## **3. Топография и ориентирование**

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

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка и зарамочное оформление. Генерализация карты. Условные знаки топографических карт.

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

Изображение рельефа на топографической и спортивной картах.

### ***Практические занятия***

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

Упражнения на запоминание условных знаков.

### **3.2. Ориентирование**

Компас, его устройство, правила обращения. Азимут, определение азимута. Движение по азимуту. Факторы, влияющие на точность движения по азимуту. Приемы обхода препятствий. Движение через промежуточные ориентиры.

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

#### ***Практические занятия***

Ориентирование по местным предметам. Определение азимута по карте. Определение азимута на ориентир. Прохождение азимутальных отрезков.

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

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

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

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

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

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

Использование простейших узлов и техника их вязания.

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

Правила поведения в условиях полевого лагеря. Правила купания.

#### ***Практические занятия***

Обучение технике вязания узлов. Отработка техники преодоления естественных препятствий: склонов, подъемов. Использование альпенштока на склонах. Организация переправы по бревну с самостраховкой.

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

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

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

#### ***Практические занятия***

Сбор лекарственных растений, сушка и хранение, применение.

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

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

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

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

Правила переноски пострадавшего.



### ***Практические занятия***

Комплектование медицинской аптечки.

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

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

### **5.1. Наша планета – Земля**

Наше место во Вселенной. Развитие понятий о Солнечной системе: Птолемей (геоцентрическая система мира), Дж. Бруно, Н.Коперник, Г.Галилей (гелиоцентрическая система мира). Теория Канта Лапласа, О.Ю.Шмидта.

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

### ***Практические занятия***

Наблюдения за звездным небом.

Экологические игры.

Творческая мастерская «Мой адрес во Вселенной»

Экскурсия в планетарий.

### **5.2 Биосфера**

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

### ***Практические занятия***

Экологические игры.

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

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

### ***Практические занятия***

Изучение почвенного среза.

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

Изучение типов взаимоотношений организмов.

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

### **5.4. Наблюдения в природе**

Значение наблюдательности и умения вести наблюдения.

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

Дневник наблюдений. Запись наблюдений. Зарисовка, фото- и киносъемка. Сбор природного материала и его оформление.

Краеведческие наблюдения. Встречи, беседы с местным населением.

### ***Практические занятия***

Наблюдения за признаками изменения погоды в природе.

Определение скорости течения реки, ее ширины и глубины.

Сбор, засушивание растений и оформление гербария.

Сбор коллекции насекомых и правила ее оформления.

Ведение дневника наблюдений.

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

### **5.5. Туризм и охрана природы**

Закон об охране природы. Участие туристов в охране и преобразовании природы. Виды природоохранной деятельности школьников.

#### ***Практические занятия***

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

Изготовление и развешивание кормушек, искусственных гнездовий для птиц.

### **5.6. Основы исследовательской работы**

Понятие исследовательской работы. Тема исследования. План исследовательской работы. Работа со справочной литературой (справочниками, словарями, определителями). Методы сбора материала. Правила оформления исследовательской работы.

#### ***Практические занятия***

Выбор темы исследования, составление плана исследовательской работы, подбор литературы, правила оформления исследовательской работы.

Исследовательская деятельность в природе.

## ***2-й год обучения***

№ п/п	Наименование тем и разделов	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
1.1	<b>Подведение итогов летнего полевого сезона</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>-</b>
<b>2. Основы туристской подготовки</b>				
2.1	История развития туризма. Туристские путешествия.	1	1	-
2.2	Туристское снаряжение	3	1	2
2.3	Туристский быт	3	1	2
2.4	Питание в походе	3	1	2
2.5	Туристская группа	1	1	0

2.6	Подготовка и проведение туристского путешествия	9	2	7
		<b>20</b>	<b>7</b>	<b>13</b>
<b>3. Топография и ориентирование</b>				
3.1	Топографическая и спортивная карты. Измерение расстояний	5	2	3
3.2	Ориентирование	5	1	4
		<b>10</b>	<b>4</b>	<b>7</b>
<b>4. Основы безопасности</b>				
4.1	Техника безопасности при проведении занятий, походов, экспедиций	6	2	4
4.2	Правила санитарии и гигиены	2	1	1
4.3	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	3	1	2
		<b>11</b>	<b>4</b>	<b>7</b>
<b>5. Краеведение</b>				
5.1	Краеведческие объекты родного края	8	2	6
5.2	Рельеф и полезные ископаемые	2	1	1
5.3	Климат	3	1	2
5.4	Гидрография	5	1	4
5.5	Растительный мир	10	2	8
5.6	Животный мир	10	2	8
		<b>38</b>	<b>9</b>	<b>29</b>
<b>6. Основы экологии. Организация экологической работы.</b>				
<b>Наблюдения в природе</b>				
6.1	Охрана окружающей среды. Природоохранная деятельность	7	2	5
6.2	Фенологические наблюдения	4	1	3
6.4	Природный комплекс и его компоненты	5	1	4
6.3	Почвы области (края). Охрана почв	5	2	3
6.5	Исследовательская работа	7	1	6
		<b>28</b>	<b>7</b>	<b>21</b>
<b>Итого за период обучения:</b>		<b>108</b>	<b>32</b>	<b>76</b>

Зачетные походы, лагеря, экспедиция – вне сетки часов

## **1. Подведение итогов летнего полевого сезона**

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

### ***Практические занятия***

Работа с гербарием. Оформление коллекций, газеты, стендов. Школьная научно-практическая конференция.

## **2. Основы туристской подготовки**

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

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

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

Туристские традиции своего коллектива.

Знакомство с туристами-земляками.

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

Туризм самодеятельный, экскурсионный, международный.

Разрядные требования по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью.

### **2.2. Туристское снаряжение**

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

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

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

Оборудование для исследовательской работы.

### ***Практические занятия***

Подготовка личного снаряжения к походу с учетом сезона года и условий похода. Подготовка специального снаряжения и оборудования для исследовательских работ.

## **2.3. Туристский быт**

Привалы и ночлеги, требования к местам привалов и ночлегов:

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

Типы костров и их назначение. Костровое оборудование.

### ***Практические занятия***

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

## **2.4. Питание в походе**

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

Использование дикорастущих растений, ягод, грибов.

### ***Практические занятия***

Составление меню по норме закладки продуктов и списка продуктов.

Фасовка и упаковка продуктов.

Приготовление пищи на костре.

Приготовление блюд из дикорастущих растений, ягод, грибов.

## **2.5. Туристская группа**

Обязанности членов туристской группы.

### ***Практические занятия***

Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки,

проведения и подведения итогов похода.

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

Формирование туристской группы. Распределение обязанностей в группе.  
Походная документация.

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

### ***Практические занятия***

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

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

Подготовка отчета о походе. Оформление газеты.

Работа с собранным материалом.

Сушка и ремонт походного снаряжения и инвентаря.

### ***Практические занятия***

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию, туристскому многоборью, в туристском слете.

## **3. Топография и ориентирование**

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

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

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

Способы определения расстояния до недоступного предмета, определения высоты предмета.

### ***Практические занятия***

Упражнения на запоминание условных знаков.

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

Измерение длины шага, перевод числа шагов в метры.

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

### **3.2. Ориентирование**

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

Соревнования по спортивному ориентированию. Правила соревнований.

#### ***Практические занятия***

Движение по азимуту по пересеченной местности.

Упражнения в различных видах спортивного ориентирования.

Участие в соревнованиях по спортивному ориентированию.

## **4. Обеспечение безопасности**

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

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

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

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

#### ***Практические занятия***

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

Освоение техники вязания узлов.

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

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

#### ***Практические занятия***

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

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

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

Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. Приемы транспортировки пострадавшего.

##### ***Практические занятия***

Комплектование походной аптечки.

Изучение лекарственных растений по гербариям и справочникам.

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

Обучение приемам транспортировки пострадавшего.

Экскурсия

Сбор и изучение лекарственных растений.

### **5. Краеведение**

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

Экскурсионные объекты на территории края: исторические, архитектурные, природные, другие памятные места. Музеи. Промышленные и сельскохозяйственные предприятия. Особо охраняемые природные объекты. История и культура своего населенного пункта. Экскурсионная работа. Требования к организации экскурсии. Работа экскурсовода.

##### ***Практические занятия***

«Путешествие» по карте.

Составление паспорта на краеведческий объект.

Походы и экскурсии к наиболее интересным экскурсионным объектам родного края.

Разработка и организация экскурсии в районе школы.

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

Геологическое строение и полезные ископаемые края. Главные черты рельефа области, его влияние на формирование микроклимата, гидрографии



края, растительного и животного мира. Формирование современного рельефа.

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

Рациональное природопользование. Понятие об исчерпаемых и неисчерпаемых ресурсах.

#### ***Практические занятия***

Определение горных пород и минералов.

### **5.3. Климат области (края)**

Атмосфера. Проблемы охраны атмосферы.

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

#### ***Практические занятия***

Организация фенологических наблюдений и наблюдений за погодой.

### **5.4. Гидрография области (края)**

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

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

Охрана и использование водных объектов. Закон об охране водных ресурсов.

Биоиндикационные способы определения чистоты воды в водоеме.

#### ***Практические занятия***

Определение чистоты воды по макрозообентосу (животным дна водоема).

Анализ проб воды из различных водоемов на содержание солей химическими методами. Использование простейших приборов.

### **5.5. Растительный мир области (края)**

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

растения края и их использование.

### ***Практические занятия***

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

Гербаризация сорных растений.

Составление картотеки охраняемых растений.

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

Экскурсии по изучению растений луга, леса, водоема.

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

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

### ***Практические занятия***

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

Подготовка и проведение беседы учащихся об охраняемых животных родного края.

Экскурсии в краеведческий музей, в природу.

## **6. Основы экологии. Организация экологической работы. Наблюдения в природе**

### **6.1 Охрана окружающей среды Природоохранная деятельность**

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. Регуляция численности промысловых животных и ценных растений.

Рекреация. Научная организация рекреационных территорий. Туризм и охрана природы.

### ***Практические занятия***

Участие в благоустройстве сквера, парка, лесных территорий, мест и зон отдыха.

Сбор семян ценных пород деревьев и кустарников.

Заготовка кормов для зверей и птиц.

Экскурсия в рекреационную зону

## **6.2. Фенологические наблюдения**

Использование фенологических наблюдений при изучении родного края и в народном хозяйстве. Значение фенологических наблюдений для человека. Народный календарь

природы. Изучение сезонных явлений природы. Организация наблюдений.

### ***Практические занятия***

Ведение дневника наблюдений. Составление календаря погоды.

Экскурсия «Осень в природе»

## **6.3. Природный комплекс и его компоненты**

Зональные и аazonальные природные комплексы края. Факторы, влияющие на их формирование. Взаимосвязь компонентов в природном комплексе. Влияние хозяйственной деятельности человека на единство в системе «природа – общество - человек». Общая характеристика природных комплексов родного края.

### ***Практические занятия***

Экскурсия в лес, на луг, на водоем по изучению природного комплекса.

## **6.4. Почвы области (края). Охрана почв**

Понятие о почвах. Состав и строение почв. Свойства почв. Условия формирования. Понятие о почвенной карте. Способы обработки почв. Охрана почв от эрозии и загрязнения.

### ***Практические занятия***

Изучение почвенного среза. Очистка и укрепление оврагов.

## **6.5. Исследовательская работа**

Использование специального оборудования и приборов при проведении исследовательской работы. Работа со специалистами. Специальная литература. Архивные документы.

Определители растений, насекомых. Правила сбора и засушивания растений.

## ***Практические занятия***

Работа с ботаническими папками, прессом. Использование определителей при определении растений, насекомых.

### **Ожидаемые результаты по итогам обучения:**

**Учащиеся должны знать:** природу родного села, (флору, фауну, агроклиматические ресурсы, важнейшие экосистемы, охраняемые территории и объекты); антропогенное влияние на природу, приемы рационального природопользования, методики.

#### **Учащиеся должны уметь:**

1) проводить мониторинг, анализировать и систематизировать полученные данные, давать оценку состояния окружающей среды, прогнозировать;

2) работать с определителем, вести дневники наблюдений, обрабатывать собранные материалы для написания творческих работ, рефератов, экопроектов;

3) пропагандировать полученные знания, готовить доклады на открытые заседания, выступать на экологических конференциях, организовывать и проводить массовые мероприятия с младшими школьниками.

### **Методическое обеспечение программы:**

Личная копилка педагога – литература по различным этапам обучения, разработки для организации текущего и итогового контроля

Банк учебно-наглядных пособий – демонстрационный, иллюстративный, раздаточный материал (Комплект иллюстраций «Условные знаки», топографические карты и планы местности, наборы тестов, карточек с заданиями, Командная игра «Укладка рюкзака» и т.д.)

Специальная литература библиотека МОУ ДО «ЦДЮТК».

### **Материально-техническое оснащение:**

Учебный класс для проведения теоретических и практических занятий. Прилегающая территория – учебный полигон для проведения практических занятий.

Спортивные карты (территория школы) для отработки этапов ориентирования.

## ФОРМЫ ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТИВНОСТИ

### ВОСПИТАТЕЛЬНАЯ РАБОТА И МАССОВЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ (КОНТРОЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ)

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия	Предполагаемое количество участников
1		Водный туристско-спортивный праздник (День здоровья)	15
2		Проведение 2 этапа конкурса Экологическая тропа ОУ	15
3		Познавательная игра Экологическая Кругосветка  Конкурс экологических плакатов, комиксов, рисунков Я голосую за жизнь!	15
4		Фестиваль экологических театров, посвященный Дню Земли (агитбригада или мини-спектакль)	10
5		Экологическая конференция  учащихся г.о.Истра  Фотовыставка Красота родной природы	15
6		Заочная Экологическая викторина Насекомые (начальные классы)	10
7		День экологического просвещения	30

### ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ПЕДАГОГА С РОДИТЕЛЯМИ

№ п/п	Дата и место проведения	Наименование мероприятия
1.		<b>Родительское собрание. Вводное.</b> Заключение договоров, страхование, медосмотр. Принципы взаимодействия. Планирование деятельности объединения учебный год.
2.		<b>Родительское собрание. Текущее.</b> Подведение промежуточных итогов деятельности объединения.
3.		<b>Родительское собрание. Текущее.</b> Планирование деятельности в весеннее-летний период.
4.		<b>Родительское собрание. Итоговое.</b> Обсуждение похода по Ленинградской области. Предварительное подведение итогов деятельности объединения за учебный год.

### **Список литературы:**

1. Алешин В.М., Серебренников А.В. Туристская топография. М.: Профиздат, 1985.
2. Краткий справочник туриста. М.: Профиздат, 1985.
3. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования учащихся. М.: ЦДЮТиК, 2003.
4. Константинов Ю.С., Куликов В.М. Педагогика школьного туризма. М.: ЦДЮТиК, 2002.
5. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии. М.: ЦДЮТиК, 2003.
6. Озеров А.Г. Исследовательская деятельность в природе. М.: ЦДЮТиК, 2005.
7. Самарина И.А. Основы туристско-экологической деятельности учащихся. М.: ЦДЮТиК, 2007.
8. Формозов А.Н. Спутник следопыта. М.: Детиздат, 1975.
9. Рыков Н.А. Зоология с основами экологии животных. М.: Просвещение, 1981.