

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования  
«Станция юных туристов»

Обсуждена и рекомендована  
Методическим советом  
Протокол  
От «03» 09 2018г. № 1

Утверждаю:  
Директор МБОУ ДО  
«Станция юных туристов»  
Т. С. Клименко  
« 03 » 09 2018г.



**Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа  
«Туристы - экологи»  
туристско–краеведческой направленности**

для детей 15 - 18 лет  
срок реализации: 1 год

Составитель:  
Огнёв В.В., педагог  
дополнительного образования

г. Черногорск - 2018 г.

## Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Туристы-экологи» является адаптированной. Основана на Программе для туристского объединения «Юные туристы-экологи», подготовленной И.А. Самариной, к.п.н., зав. методическим отделом Калужского областного центра детско-юношеского туризма и экскурсий.

Программа разработана в соответствии со следующими нормативными документами:

- Федеральный Закон РФ «Об образовании РФ» (с изменениями и дополнениями) от 29.12.2012г № 273-ФЗ
- Концепция развития дополнительного образования детей от 4 сентября 2014 г. № 1726-р
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 29.08.2013 Г. № 1008 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»
- Письмо Минобрнауки России от 11.12.2006 г. № 06-1844 «О примерных требованиях к программам дополнительного образования детей»
- Сан ПиН (2.4.4. 3172 – 14)
- Устав МБОУ ДО «Станция юных туристов»
- Дополнительная образовательная программа МБОУ ДО «Станция юных туристов»
- Положение о дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе МБОУ ДО «Станция юных туристов»

Данная программа предназначена для образовательной деятельности туристско-краеведческой направленности в объединении «Туристы-экологи».

**Актуальность программы:** Экология как наука направлена на понимание функционирования экосистем, взаимоотношений видов живых существ с их окружающей средой, условий развития и равновесия таких систем. Отношения между человеком и природой также могут быть предметом изучения экологии.

Туристско-краеведческая и экологическая деятельность способствует всестороннему развитию личности учащихся, совершенствованию их духовного и физического развития, формированию позитивных жизненных ценностей в процессе туристско-краеведческой и экологической деятельности, способствует становлению сферы предметного общения внутри коллектива.

**Новизна программы:** заключается в её комплексном характере, соединении туризма, спортивного ориентирования, экологии и краеведения.

**Педагогическая целесообразность данной программы** определяется социальной значимостью и способствует разностороннему развитию личности учащегося, общему оздоровлению всего организма, укреплению физических и духовных сил, приобретению навыков самостоятельной деятельности, инициативности и коллективизма, развития интереса и потребности к изучению природы своего края, через здоровьесберегающие, лично – ориентированные, информационно- коммуникативные, игровые технологии.

**Цель:**

- Формирование основ туристско-краеведческих, экологических знаний, умений, навыков.

**Задачи:**

- Обучать основам туризма, экологии и краеведения;
- Воспитывать основы экологической культуры;
- Способствовать оздоровлению учащихся;
- Формировать практические умения и навыки по природоохранной деятельности;
- Привлекать к участию в экологических акциях (экологический десант), волонтерском движении.

Срок реализации программы 1 год.

Уровень обученности: базовый.

Возраст обучающихся: 15 – 18 лет.

**Содержание данной программы** разработано в соответствии с типовой программой, с изменением общего количества учебных часов и количества часов на каждый раздел учебно-тематического плана. В содержание учебного курса введен раздел 6 «Туристская самодеятельная песня» - 12 часов, что обосновано необходимостью изучения данной темы для участия учащихся в тур. слетах, в фестивале туристической песни.

Содержание разработано с учетом местных, региональных условий и особенностей. В раздел «Краеведение» внесены следующие изменения: Тема «История и культура Хакасии, города Черногорска», и добавлена тема «Краеведческие объекты Хакасии».

Учебный курс является практико-ориентированным. Практические занятия проводятся на местности (стадионе, парке, территории СЮТур, территории школы), во время проведения туристских мероприятий, походов, туристско-краеведческих экскурсий.

Освоив данную программу, учащиеся приобретут знания о своем крае, его некоторых историко-культурных достопримечательностях и антропогенном влиянии на них; об экологической обстановке в городе; об основах техники и тактике туризма, ориентирования на местности. Приобретут навыки самостоятельного принятия решений по охране природы, выполнения требований инструкций по технике безопасности; ведения краеведческих и экологических наблюдений, оказания первой медицинской помощи.

**Количественный состав обучающихся в группе:** 18 человек.

**Занятия проводятся:** 2 раза в неделю по 2 часа (по 45 мин., с перерывом 10 минут).

**Учебно-тематический план рассчитан:**

Всего часов: 144 часов, в том числе теоретических – 66 часов, практических – 78 часов.

Календарно-тематический план имеет расчет часов и наименование тем на каждое занятие.

Практические умения и навыки формируются во время проведения туристско-краеведческих мероприятий, экскурсий, экологических акций.

В образовательной деятельности используются:

*технологии:*

- игровая;
- здоровьесберегающие;
- информационно-коммуникативная.

*формы занятий:*

- встреча со специалистами Заповедника;
- конкурс;
- «экологический светофор»;
- деловая игра «Вредно-полезно»;
- игра-эстафета;
- обсуждение сообщений;
- диспут «Экологические проблемы»;
- экологический десант.

Основные формы контроля: проведение тестов, викторин, опроса – бесед по темам занятий, наблюдений за правильностью выполнения практических заданий; выполнение практических заданий в контрольное время.

Промежуточная аттестация проводится 2 раза в год, первое полугодие (декабрь) и 2 полугодие (май). Формы подведения итогов реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы: тест, туристско-краеведческое, экологические мероприятия, экскурсия, соревнование.

## Ожидаемый результат

знать	уметь
1 год обучения	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- о значении туризма как активной формы знакомства с родным краем, наблюдений за природой, оздоровления организма, закаливания;</li> <li>- основы гигиены и первой доврачебной помощи;</li> <li>- основы безопасности при проведении занятий и туристско-краеведческих, экологических мероприятий;</li> <li>- основное туристское снаряжение;</li> <li>- основные элементы техники пешеходного туризма, топографии и ориентирования;</li> <li>- основные приемы наблюдений, ведения записей, оформления отчетов;</li> <li>- формы организации экологической работы,</li> <li>- важность охраны природы, памятников истории и культуры.</li> </ul> <p>года.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- участвовать в экологических акциях;</li> <li>- применять на практике знания по охране природы;</li> <li>- рассказать о краеведческих, экскурсионных объектах родного края;</li> <li>- составлять список личного и группового снаряжения в зависимости от сезона;</li> <li>- убрать место стоянки в соответствии с природоохранными мероприятиями;</li> <li>- разжигать костры (по назначению) в зависимости от погодных условий;</li> <li>- читать топографическую карту;</li> <li>- применять навыки изучения и описания природных объектов;</li> <li>- использовать эколого- краеведческие материалы в образовательном процессе;</li> <li>- соблюдать правила личной гигиены;</li> <li>- оказывать доврачебную помощь пострадавшему.</li> </ul>

## Учебно-тематический план

№ п/п тем занятий	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		
		Всего	Теория	Практика
<b>1.</b>	<b>Основы туристской подготовки.</b>	<b>32</b>	<b>16</b>	<b>16</b>
1.1.	Туристские путешествия, история развития туризма.	6	4	2
1.2.	Туристское снаряжение.	4	2	2
1.3.	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	6	3	3
1.4.	Питание в походе.	4	2	2
1.5.	Подготовка и организация путешествия	6	3	3
1.6.	Физическая подготовка туриста	6	2	4
<b>2.</b>	<b>Топография и ориентирование.</b>	<b>10</b>	<b>5</b>	<b>5</b>
2.1.	Топографическая и спортивная карта.	4	2	2
2.2.	Ориентирование	6	3	3
<b>3.</b>	<b>Обеспечение безопасности.</b>	<b>12</b>	<b>5</b>	<b>7</b>
3.1.	Техника безопасности при проведении занятий, походов.	4	2	2
3.2.	Правила санитарии и гигиены.	2	1	1
3.3.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	6	2	4
<b>4.</b>	<b>Краеведение.</b>	<b>34</b>	<b>22</b>	<b>12</b>
4.1.	Географическое положение, природные условия и ресурсы края.	12	9	3
4.2.	История и культура Хакасии, города Черногорска	8	4	4
4.3.	Туристские возможности края	4	4	-
4.4.	Краеведческие объекты Хакасии	10	5	5
<b>5.</b>	<b>Организация экологической работы. Наблюдения за природой.</b>	<b>44</b>	<b>16</b>	<b>28</b>
5.1.	Наша планета - Земля.	10	6	4
5.2.	Биосфера	2	2	-
5.3.	Изучение отдельных компонентов природного комплекса.	4	2	2
5.4.	Наблюдения в природе.	10	3	7
5.5.	Туризм и охрана природы. Природоохранная деятельность	18	6	12
<b>6.</b>	<b>Туристская самодеятельная песня.</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>10</b>
6.1.	Музыка как средство позитивного воздействия на микроклимат в детском коллективе	2	2	-
6.2.	Знакомство с творчеством бардов	4	-	4
6.3.	Исполнение песен бардов.	6	-	6
	<b>Итого:</b>	<b>144</b>	<b>66</b>	<b>78</b>

## Содержание программы.

### Раздел. 1. Основы туристской подготовки (32 часа)

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

Туризм-средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, воспитания самостоятельности, приобретение трудовых и прикладных навыков. Знаменитые русские путешественники, их роль в развитии нашей страны. История туризма в России (регионе, городе). Краеведение, туристско-краеведческое движение «Отечество», основные его направления.

Практика:

- анкетирование членов кружка;
- психологические игры на тему «Давай познакомимся».

**Тема. 1.2.** Туристское снаряжение.

Личное и групповое снаряжение. Перечень личного снаряжения для однодневного похода, требование к нему. Правила размещения вещей в рюкзаке. Одежда и обувь для летних и зимних походов.

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

Практика:

- укладка рюкзака, подгонка снаряжения;
- уход за снаряжением, его ремонт.

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

Привалы и ночлеги в походе. Основные требования к месту привала и бивака. Бивак дневной и ночной, для дневков. Выбор места для привала и ночлега. 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, ремонт). Организация ночлегов в помещении. Игры в пути и на привале. Туристская песня. Нормы поведения туристов в населенных пунктах.

Практика:

- организация бивака в походных условиях (определение места пригодного для привала и ночлега, развешивание лагеря, разжигание костра);
- обучение пользованию топором, пилой, ремонтным инструментом;
- игры в пути и на привале;
- разучивание и исполнение туристских песен.

**Тема 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.

Практика:

- составление меню и списка продуктов для 1-2 –дневного похода;
- закупка, фасовка и упаковка продуктов;
- приготовление пищи на костре.

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

Практика:

- работа с краеведческой литературой;
- подготовка сообщений;
- работа с собранным материалом.

### **Тема 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

Практика:

- подвижные игры на воздухе, в помещении

## **Раздел. 2. Топография и ориентирование (10 часов)**

### **Тема. 2.1.** Топографическая и спортивная карта.

Виды топографических карт и основные сведения о них: масштаб, рамка. Условные знаки топографических карт.

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

Практика:

- определение масштаба карты;
- изучение форм рельефа на карте и на местности;
- упражнения на запоминание условных знаков;
- «Путешествие» по карте.

### **Тема 2.2.** 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.

Практика:

- ориентирование по местным предметам;
- определение азимута на ориентир;
- прохождение азимутальных отрезков;
- участие в мероприятиях по ориентированию.

## **Раздел. 3. Обеспечение безопасности (12 часов)**

### **Тема. 3.1.** Техника безопасности при проведении занятий, походов.

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. Использование простейших узлов и техника их вязания.

Практика:

Практика:

- обучение технике вязания узлов;
- отработка основных приемов техники преодоления естественных препятствий.

### **Тема. 3.2.** Правила санитарии и гигиены.

Гигиенические требования в походе. Гигиена обуви и одежды, умывание, купание, закаливание в походе, защита окружающей среды от загрязнения. Дикорастущие лекарственные растения, правила их сбора и применение. Ядовитые растения и грибы.

Практика:

- сбор лекарственных растений, сушка и хранение, применение;
- изучение ядовитых растений и грибов по картинкам и нахождение их в природе.

### **Тема.3.3.** 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, ожогах, укусах насекомых и пресмыкающихся. Правила переноски пострадавшего.

Практика:

- комплектование аптечки;
- оказание помощи условно пострадавшему: определение травмы, практическое оказание помощи;
- переноска пострадавшего.

#### **Раздел. 4. Краеведение (34 часа)**

**Тема. 4.1.** Географическое положение, природные условия и ресурсы края.

Рельеф, полезные ископаемые, климат, реки, озера, растительный и животный мир края. Месторождения полезных ископаемых. Административно-территориальное деление. Транспортные магистрали: речные, автомобильные и железнодорожные.

Практика:

- «путешествие» по карте;
- участие в беседе о родном крае.

**Тема.4.2.** История и культура Хакасии, города Черногорска.

Сведения о прошлом своего населенного пункта. Памятники истории и культуры. История заселения и освоения. Знатные люди (туристы, спортсмены) края, их вклад в развитие туризма.

Практика:

- краеведческие викторины;
- составление и решение кроссвордов;
- игра-путешествие.

**Тема. 4.5.** Туристские возможности края.

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

Практика:

- экскурсия в краеведческий музей.

**Тема 4.4.** Краеведческие объекты Хакасии

Практика:

- знакомство с краеведческими выставками, экспозициями.

#### **Раздел.5. Организация экологической работы. Наблюдения за природой (44 часа)**

**Тема.5.1.** Наша планета-Земля.

Развитие понятий о Солнечной системе. Строение Солнечной системы. Происхождение нашей планеты и возникновение жизни. Эволюция. Земля как единое целое.

Практика:

- беседа «Я, Гражданин Вселенной»

**Тема 5.2.** Биосфера

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

**Тема.5.3.** Изучение отдельных компонентов природного комплекса, в том числе на территории г. Черногорска.

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.

Практика:

- изучение растений леса, луга, поля, водоема по фотографиям и видеосюжетам;
- экскурсии в различные природные комплексы.

**Тема.5.4.** Наблюдения в природе (на территории г. Черногорска).

Экскурсии с целью развития наблюдательности. Значение наблюдательности и умения вести наблюдения. Метеонаблюдения в лесу, парке, на открытом месте. Признаки изменения погоды. Предсказания погоды по растениям и поведению животных. Гидрологические наблюдения (скорость течения реки). Краеведческие наблюдения. Встречи, беседы с людьми, свидетелями краеведческих событий. Дневник наблюдений. Запись наблюдений. Зарисовка, фото и видеосъемка. Сбор природного материала и его оформление. Гербаризация растений.



Практика:

- наблюдение за признаками изменения погоды в природе;
- сбор, засушивание растений и формирование гербария;
- ведение дневника наблюдений.

**Тема 5.5.** Туризм и охрана природы. Природоохранная деятельность.

Закон об охране природы. Участие туристов в охране и преобразовании природы.

Природоохранная деятельность. Виды природоохранной деятельности

Практика:

- участие в экологических акциях («Уберем мусор», «Чистая комната, чистый двор» и т.д.);
- изготовление и развешивание кормушек, искусственных гнездовий для птиц.

**Раздел 6. Туристская самодеятельная песня (12 часов)**

**Тема 6.1.** Музыка как средство позитивного воздействия на микроклимат в детском коллективе

**Тема 6.2.** Знакомство с творчеством бардов.

В Высотский, В Визбор, С. Никитин, О Митяев – слушание записи песен.

**Тема 6.3.** Исполнение песен бардов.

Исполнение песен В. Визбора, О Митяева, С Никитина.

Практика:

- слушание в записи песен бардов;
- исполнение

## **Методическое обеспечение**

### **Учебно — дидактический материал**

Алгоритм обеззараживания воды  
Тест «Турист. Знаешь как себя вести»  
Тест «Туризм для новичков»  
Тест «Техника безопасности»  
Викторина «Медицинская аптечка»  
Тест «Краеведческая викторина»  
Тест «Костер»  
Карточки «Определи азимут» - 5 шт.  
Рисунки костров – 2 шт.  
Рисунок «Определи ядовитые растения»  
Викторина «СЮТур и туристские маршруты»  
Тест «Моя Хакасия»  
Тест «Заповедники и экология»  
Тест «Экология места стоянки»  
Рисунок «Берем в поход?»  
Рисунок «Костровое оборудование»  
Карта городского парка  
Карта Черногорска

### **Материально-техническое обеспечение**

Образцы медикаментов – 5 шт.  
Компас  
Секундомер  
Костровое оборудование  
Личное туристское снаряжение

## Рекомендуемая литература

1. Архандеева Г.А. Учебно-исследовательская краеведческая работа в дополнительном образовании: теория и практика: методическое пособие. – Кемерово: изд-во обл. ИУУ, 1999.
2. Алексеев В.А. 300 вопросов и ответов по экологии. – Ярославль: «Академия развития», 1998.
3. Атлас-путеводитель. – Красноярск, 2003.
4. Бутанаев В.Я. Традиционная культура и быт хакасов: пособие для учителя. – Абакан: Хакасское книжное изд-во, 1996.
5. Вахрушев А.А. Окружающий мир. Наша планета земля. 2 кл. часть 2. – М., 2010
6. Вахрушев А.А. Окружающий мир. Обитатели земли. 3 кл. часть 1. – М., 2009
7. Камакин О.Н. Организация досуга учащихся (игры, эстафеты, туристические старты и слеты). – Волгоград: Учитель, 2010.
8. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования: учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2005.
9. Константинов Ю.С. Туристские слеты и соревнования. (уч-мет. пособие) – М.: ЦДЮТ и КР МО РФ, 2003.
10. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
11. Константинов Ю.С. Подготовка судей по спортивному ориентированию (уч-мет. пособие). – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
12. Персин А.И. Словарь юного краеведа. – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
13. Ротштейн Л.М. Слагаемые успеха. – М.: ФЦДЮТиК, 2001.
14. Роль заповедников в социально-экономическом развитии регионов: Научные труды заповедника «Хакасский», вып. 1. Абакан: изд-во «Стрежень», 2001.
15. Усыскин Г.С. В классе, в парке, в лесу. – М.: ЦДЮТиК, 2001.
16. [www.refer19.ucoz.ru](http://www.refer19.ucoz.ru) (о пещерах).

## Рекомендуемая дополнительная литература

1. Андреев Ю.А. Среди нехожиных – одна моя. – М.: Профиздат, 1989.
2. Алешин В.М. Туристская топография. – М.: Произдат, 1985.
3. Герасимов В.П. Животный мир нашей Родины. – М.: «Просвещение», 1985.
4. Ермолин А. Навигатор третьего тысячелетия. – М.: «Народное образование», 2004.
5. Организация деятельности подростков по изучению, сохранению и развитию старинных усадеб на основе комплексного подхода: по материалам Всероссийского семинара Общероссийского общественного детского экологического движения «Зелёная планета». М., 2005.
6. Мурзаев Э.М. Словарь народных географических терминов. – М.: «Мысль», 1984.
7. «Овеянные славою флаг наш и герб». Сборник работ. – М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2003.
8. Организация Дней защиты от экологической опасности. Информационные материалы круглого стола. – Абакан, 2004.
9. Петров В.В. Лес и его жизнь. – М.: «Просвещение», 1986.
10. Сборник авторских методических разработок по эколого-биологическому направлению. Абакан, 2007.