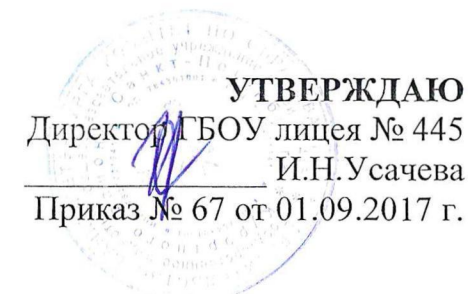


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей № 445 Курортного района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2017 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Юный турист-эколог»**

Педагог дополнительного
образования:
Сапелкина Г.Д.

Возраст учащихся: 11-16 лет
Срок реализации программы 2017 / 2018 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная образовательная программа «Турист-эколог» написана руководствуясь следующими нормативными документами :Федеральный закон №273-ФЗ (п.9Ю22,25 ст 2; п.5 ст 12;п.1, п. 4 ст 75); Приказ Минобрнауки России от 29 августа 2013 г №1008 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным образовательным программам»; Концепция развития дополнительного образования детей / распоряжение Правительства РФ от 4 сентября 2014 г №1726-р.

Направленность: туристско-экологическая

Уровень программы: общекультурный

Актуальность программы в том, что она соответствует социальному заказу общества: все приобретенные знания и навыки необходимы подросткам в жизни : в образовательных учреждениях, в средних и высших учебных заведениях, на работе и при службе в армии; программа ориентирована на удовлетворение образовательных потребностей детей и родителей.

Отличительные особенности программы: возможность показать умения и навыки, приобретенные на занятиях, в соревновательной деятельности.

Адресат программы - программа рассчитана на один год обучения, для учащихся возраста от 11 до 16 лет. В этот возрастной период у подростков складываются собственные моральные установки и требования, они способны сознательно добиваться поставленной цели, готовы к сложной деятельности, включающей в себя и малоинтересную подготовительную работу. Чем насыщеннее, энергичнее, напряженнее их жизнь, тем более она им нравится. Дети в этом возрасте начинают активно интересоваться окружающим миром, пытаются подражать действиям взрослых, не осознавая возможных последствий. Данная программа позволяет удовлетворить потребности детей этого возраста в формировании активной жизненной позиции.

Цель: обеспечение гражданско-патриотического воспитания обучающихся, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни; социализация и адаптация обучающихся к жизни в обществе.

Задачи

Обучающие:

- обучить действиям, необходимым для нахождения в природных условиях
- обучить навыкам оказания первой доврачебной помощи;
- совершенствовать двигательные умения и навыки прикладного характера;
- дать представления об основах экологических знаний.

Развивающие:

- развивать мотивацию к туристской деятельности,
- способствовать развитию личностных качеств, психологической устойчивости, быстроты принятия решений, позволяющих успешно действовать в экстремальных ситуациях;
- развивать внимательность и осторожность во время нахождения на природе.

Воспитательные;

- формировать гражданско - патриотическое сознание;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- воспитывать трудолюбие и профессиональное самоопределение;
- формировать культуру общения в социуме;

Условия реализации образовательной программы.

Программа реализуется в течение 1 года, в объеме 108 часов. Занятия проводятся в очной форме, во второй половине дня, в количестве трех академических часов в неделю. Набор в группы проводится на основании заявления от родителей (законных представителей ребенка) и на основании справки о состоянии здоровья. Материально-техническое обеспечение реализации программы включает в себя: спортивный зал, спортивные площадки; туристское снаряжение и оборудование, компьютер, презентации; оснащенная медицинская сумка; манекен для проведения сердечно-легочной реанимации.

Формы организации деятельности обучающихся: групповая, индивидуально-групповая, индивидуальная.

Формы проведения занятий: традиционное занятие, лекция, семинар, практическое занятие, зачет, конкурс, соревнование, поход.

Планируемые результаты.

Личностные результаты: сформированность активной жизненной позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, профессиональное самоопределение.

1. Метапредметные результаты:

Ценностно-смысловая компетенция: принимать и сохранять учебную задачу, планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.

Социально-трудовая компетенция: осуществлять поиск необходимой информации, ориентироваться на разнообразие способов решения задач, осуществлять практические действия согласно поставленной задаче.

Личностные компетенция: проводить сравнение по заданным критериям, строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях, обобщать, устанавливать аналогии.

Коммуникативная компетенция: допускать возможность существования у людей различных точек зрения, учитывать разные точки зрения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве, использовать речь для регуляции своего действия, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.

2. Предметные результаты – знать историю города Зеленогорска, Карельского перешейка; уметь оказать первую медицинскую помощь: уметь наладить походный быт; уметь ориентироваться на местности по карте и без карты; знать правила безопасного поведения на природе; использовать практические умения и навыки в соревновательной деятельности.

Учебный план

Категория обучающихся: 1 – 16 лет, не имеющие медицинских противопоказаний.

Срок обучения: 1 год, 102 часа.

Режим занятий: 1 год обучения – 3 часа в неделю.

№	Наименование разделов программы	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			Теоретические занятия	Практические занятия	
	1. Основы туристской подготовки	15	5	10	Участие в соревнованиях
	2. Топография	15	5	10	Тестовая работа
	3. Основы медицинских знаний	15	5	10	Тестовая работа на знание алгоритмов.
	4. Экология	15	5	10	Проектная работа на научно-практическую конференцию.
	5. Подготовка к многодневному походу	48		48	Отчеты о походах
	ИТОГО:	108	20	88	

Форма итоговой аттестации: защита проекта. **Форма и оценка результатов обучения по программе:** многодневный поход по изучению определенного водного объекта и составление отчета о проделанной в походе работе. Для проведения экологических исследований во время похода разработан «План изучения и описания водоема» (Приложение).

Ожидаемые результаты:

- приобретение знаний по туристской подготовке, которые позволят правильно подготовиться к многодневному походу;
- умение работать с топографической картой и компасом;
- умение оказывать доврачебную медицинскую помощь и транспортировку пострадавшего;
- укрепление физического здоровья;
- приобретение знаний об экологии;
- углубление знаний о родном крае;
- приобретение коммуникативных навыков в условиях совместного проживания;
- приобретение умений экологических исследований;
- выживание в природной среде в экстремальных ситуациях.

Календарный учебный график

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий
1 год	1.09.2017	25.05.2018	36	108	1 час в неделю теоретическое занятие пятница 15.00 – 15.45

					<p>2 часа в неделю практическое занятие Воскресенье 10.00-11.30 Практическое занятие 1 раз в месяц однодневный поход может заменять практические 2-х часовые занятия по воскресеньям.</p>
--	--	--	--	--	---

Рабочая программа

Основными задачами данной программы являются:

Обучающие:

- обучить учащихся действиям, необходимым для нахождения в природных условиях
- обучить навыкам оказания первой доврачебной помощи;
- совершенствовать двигательные умения и навыки прикладного характера;
- дать представления об основах экологических знаний.

Развивающие:

- развивать мотивацию к туристской деятельности,
- способствовать развитию личностных качеств, психологической устойчивости, быстроты принятия решений, позволяющих успешно действовать в экстремальных ситуациях;
- развивать внимательность и осторожность во время нахождения на природе.

Воспитательные;

- формировать гражданско - патриотическое сознание;
- формировать культуру здорового и безопасного образа жизни;
- воспитывать трудолюбие и профессиональное самоопределение;
- формировать культуру общения в социуме;

Планируемые результаты.

Личностные результаты: сформированность активной жизненной позиции, культуры общения и поведения в социуме, навыков здорового образа жизни, профессиональное самоопределение.

Метапредметные результаты:

Ценностно-смысловая компетенция: принимать и сохранять учебную задачу, планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.

Социально-трудовая компетенция: осуществлять поиск необходимой информации, ориентироваться на разнообразие способов решения задач, осуществлять практические действия согласно поставленной задаче.

Личностные компетенция: проводить сравнение по заданным критериям, строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях, обобщать, устанавливать аналогии.

Коммуникативная компетенция: допускать возможность существования у людей различных точек зрения, учитывать разные точки зрения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве, использовать речь для регуляции своего действия, договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач.

Предметные результаты – знают историю города Зеленогорска, Карельского перешейка; умеют оказать первую медицинскую помощь; умеют наладить походный быт; умеют ориентироваться на местности по карте и без карты; знают правила безопасного поведения на природе; используют практические умения и навыки в соревновательной деятельности.

Содержание программы

1. Основы туристской подготовки(15 час)

1.1. Введение.(1 часа) Изучение правил техники безопасности и этических норм туриста.

Техника безопасности: правила поведения в лесу, у водоемов, на болоте; правила передвижения по дорогам, правила обращения с огнем; правила обращения с опасными инструментами и спецснаряжением; правила обращения с местными жителями; правила гигиены туриста.

Неписанные этические правила туристов: трудовая этика туриста, распределение общественного снаряжения в походе между мальчиками и девочками, отношение к слабым и отстающим в походе, поведение у костра и за столом, отношение к памятникам истории и культуры, отношение к пожилым людям и тимуровская работа, отношение к природе.

1.2. Туристские путешествия, виды туризма.(1 час)

1.3. Личное и групповое туристское снаряжение (1 час)

Туристское снаряжение и его назначение. Укладка рюкзака. Установка палатки. Страховки.

1.4. Питание.(1 часа)

Расчет количества продуктов и составление меню.

1.5. Организация туристского быта. (1 час)

Привалы и ночлеги Разбивка бивуака.

1.. Однодневный поход (10 часов)

Практическое занятие по теме «Основы туристской подготовки»-Укладка рюкзака. Установка палатки. Страховки.

Разведение костра. Обустройство лагеря.. Приготовление пищи. Техника безопасности при работе у костра.

2. Топография.(15 часов)

2.1. Топографическая карта. Условные знаки.(1 час)

Карты. Масштаб. Легенда карты. Чтение спортивных и топографических карт

2.2. Компас. Работа с компасом.(1 час)

Обращение с компасом. Азимутный ход.

2.3. Измерение расстояний.(1 час)

Длина шага. Примерное измерение расстояний по зрению, на слух, по природным ориентирам.

2.4. Ориентирование по местным предметам.(1 час)

Ориентирование по солнцу, наручным часам, приметам.

2.5. Действия в случае потери ориентирования.(1 час)

2.6. Однодневный поход (10 часов)

Практическое занятие по теме «Топография» Ориентирование на местности с помощью компаса. Измерение расстояний с помощью шага. Ориентирование с помощью подручных средств.

3. Основы медицинских знаний. (15 часов)

3.1. Личная гигиена туриста. Профилактика травматизма и заболеваний. (1 час)

Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Обязанность санитара туристской группы. Состав походной аптечки. Перечень и назначение лекарств.

3.2. Средства оказания первой медицинской помощи. (1 часа)

Первая доврачебная помощь при укусах насекомых и животных, при ожогах, тепловых ударах.

3.3 Основные приемы оказания первой доврачебной помощи. (2 часа)

Наложение повязок, бинтование ран. Обработка ран, ссадин, мозолей. Выполнение упражнений по оказанию помощи при переломах.

3.4. Приемы транспортировки пострадавшего. (1 часа)

Изготовление носилок из подручных материалов. Правила транспортировки пострадавшего. Транспортировка пострадавшего на плечах и способом «колодец».

3.5. Однодневный поход. (10 часов) Практическое занятие по теме «Медицина».

Обработка и бинтование ран, наложение повязок при переломах конечностей, изготовление носилок из подручных материалов.

4. Экология. (15 час)

4.1. Экология как наука. (1 час)

Понятия « экология, экосистема, биосфера»

4.2. Экологические проблемы района. (1 час)

Радиация вокруг нас. Лесные пожары.

4.3. Растительный и животный мир родных мест (1 час).

Что такое «Красная книга». Животные и растения Ленинградской области. Съедобные и ядовитые грибы и ягоды.

4.4. Водные ресурсы родного края. (1 час)

Финский залив. Проблемы водоемов.

4.5. Беспозвоночные как индикаторы чистой воды. Методики обследования водоемов. (1 час)

Как река очищается от загрязнений. О чем могут рассказать обитатели водоема. Глубина, ширина водоема. Скорость течения реки.

4.6. Однодневный поход. (10 часов) Экологическая экскурсия.

5. Подготовка к многодневному походу.

5.1. Однодневный поход. (9 час)

Практическое занятие по установке палатки и разведению костра зимой.

5.2. Однодневный поход. (9 час)

Практическое занятие по обустройству лагеря в зимнее время года.

5.3. Двухдневный поход. (15 час)

Практическое занятие по наведению и снятию переправы. Установка лагеря. Разведение костра и приготовление пищи. Практическое занятие по исследованию водоема. Сбор информации.

5.4. Двухдневный поход. (15 час)

Обобщение опыта практической работы в течение года. Подготовка к многодневному походу. Ремонт и подгонка инвентаря. Составление плана работы и сметы и меню на многодневный поход.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ЗАНЯТИЙ

№	Тема занятия	Кол-во часов	Содержание	Дата	
				План	Факт
Тема1 - Основы туристской подготовки(15 часов)					
1	Вводное занятие	1	Теория -1 час. Комплектование группы. Изучение правил техники безопасности и этических норм туриста.	01.09	
2,	Туристские путешествия. Виды туризма.	1	Теория-1 час. Пеший туризм, водный туризм, автотуризм.Мировой туризм. Спортивный туризм.	08.09	
3	Личное и групповое туристское снаряжение	1	Теория-1 часа. Туристское снаряжение и его назначение.	15.09	
4	Питание	1	Теория-1 час. Расчет количества продуктов и составление меню.	22.09	
5	Организация туристского быта	1	Теория-1 час. Привалы и ночлеги.	29.09	
6,7,8,9,10	Однодневный поход	10	Практическое занятие - 10 часов Страховки. Разбивка бивуака. Разведение костра. Обустройство лагеря.	01.10	
Тема 2. Топография(15 часов)					
11	Топографическая карта. Условные знаки.	1	Теория – 1 час. Карта, масштаб.Легенда карты. Чтение спортивных и топографических	06.10	

			карт.		
12	Компас, работа с компасом.	1	Теория – 1 час Обращение с компасом. Азимутный ход. Ориентирование на местности с помощью компаса	13.10	
13	Измерение расстояний.	1	Теория 1 час. Измерение расстояний с помощью шагов. Измерение длины шага. Измерение расстояний на слух, по зрению. По приметам.	20.10	
14	Ориентирование по местным предметам.	1	Теория – 1 час. Ориентирование по солнцу, по часам, по муравейникам, пням, деревьям и др.	27.10	
15	Действия в случае потери ориентирования.	1	Теория -1 час Международные сигналы бедствия.	03.11	
16,17,18,19,20	Однодневный поход	10	Практическое занятие - 10 часов по теме «Топография»	04.11	
Тема 3. Основы медицинских знаний. (15 часов).					
21	Личная гигиена туриста. Профилактика травматизма и заболеваний.	1	Теория – 1 час. Соблюдение гигиенических требований личного снаряжения. Обязанность санитаря туристской группы. Состав походной аптечки. Перечень и назначение лекарств. Принципы закаливания организма. Принципы предупреждения травматизма.	10.11	
22	Средства оказания первой медицинской помощи.	1	Теория – 1 час. Первая доврачебная помощь при укусах	17.11	

			насекомых и животных, при ожогах и тепловых ударах.		
23,24	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи	2	Теория – 2 часа. Наложение повязок, бинтование ран. Обработка ран, ссадин. Мозолей. Выполнение упражнений по оказанию помощи при переломах.	24.11 01.12	
25	Приемы транспортировки пострадавшего	1	Теория – 1 час. Изготовление носилок из подручных материалов. Правила транспортировки пострадавшего.	08.12	
26,27,28,29,30.	Однодневный поход. 10 часов		Практическое занятие по теме «Медицина». Обработка и бинтование ран, наложение повязок при переломах конечностей, изготовление носилок из подручных материалов. Транспортировка пострадавшего на плечах и способом «колодец»	15.12	
Тема 4. Экология(15 часов).					
31	Экология как наука	1	Понятие экологии. Экосистемы, биосферы.	22.12	
32	Экологические проблемы района	1	Радиация вокруг нас. Лесные пожары.	29.12	
33	Растительный и животный мир родных мест	1	«Красная книга». Животные и растения Ленинградской области. Ядовитые и	12.01.2018	

			съедобные грибы и ягоды.		
34	Водные ресурсы родного края	1	Финский залив. Реки и озера.	19.01	
35	Беспозвоночные как индикаторы чистой воды. Методики обследования водоемов.	1	О чем могут рассказать обитатели водоемов.	26.01	
36,37,38,39,40.	Однодневный поход	10	Экологическая экскурсия.	28.01	
Тема 5 Подготовка к многодневному походу					
41,42,43,44,45,46.	Однодневный поход.	9	Однодневный поход в рамках подготовки к многодневному походу. Практическое занятие по установке палатки и разведению костра зимой.	18.02.	
47,48,49,50,51,52.	Однодневный поход.	9	Однодневный поход в рамках подготовки к многодневному походу. Практическое занятие по обустройству лагеря в зимнее время года.	25.03	
53,54,55,56,57,58,59,60,61,62,	Двухдневный поход.	15	Двухдневный поход в рамках подготовки к многодневному походу. Практическое занятие по наведению и снятию переправы. Установка лагеря. Разведение костра и приготовление пищи. Практическое занятие по исследованию водоема. Сбор информации.	28.04-29.04	
63,64,65,66,67,68,69,70,71,72.	Двухдневный поход.	15	Двухдневный поход в рамках подготовки	19.05-20.05	

			к многодневному походу. Обобщение опыта практической работы в течение года. Подготовка к многодневному походу. Ремонт и подгонка инвентаря. Составление плана работы и сметы и меню на многодневный поход.		
	Многодневный поход			По плану отдела образования.	

Оценочные и методические материалы.

Оценочные материалы:

1. Результаты участия в районных соревнованиях по туризму.
2. Результаты участия в фестивале научно-исследовательских работ «Шаг в науку».
3. Участие в однодневных и двухдневных походах с отчетами о походах.
4. Участие в многодневном походе с отчетом о походе.

Список литературы для педагогов

1. Алёшин В.М., Калиткин Н.М. Соревнования по спортивному ориентированию. - М.: Физкультура и спорт, 1974.
2. Бардин К.В. Азбука туризма.- М.: Просвещение,1981
3. Васильев И. В. В помощь организаторам и инструкторам туризма. - М.: Профиздат, 1973.
4. Верба И.А., Галкин Я.В. и др. Туристско-краеведческие кружки в школе. - М.: Просвещение,1988.
5. Второв П.П., Дроздов И.И. Определитель птиц фауны СССР. Пособие для учителей. - М.: Просвещение,1980.
6. Внеурочная деятельность школьников. Методический конструктор: пособие для учителя/Д.В. Григорьев, П.В. Степанов.-М.:Просвещение,2011.-223с.-(Стандарты нового поколения).
7. Горностаев Г.Н. Насекомые Советского Союза. Серия: справочники-определители географа и путешественника. - М.: Мысль, 1970.
8. Громов Г. И. Методика этнографических экспедиций. – М.: Издательство МГУ, 1966.
9. Ильичёв А.А Популярная энциклопедия выживания. - М.: ЭКСМО - Пресс, 2000.
10. Константинов Ю.С. Туристско-краеведческая деятельность учащихся в системе дополнительного образования детей. - М.: ЦДЮТиК, 2001.
11. Куприн А.М. Топография для всех. - М.: Недра, 1984.
12. Питание в туристском путешествии. - М.: Профиздат, 1986
13. Попчиковский В. Ю. Организация и проведение туристских походов. - М., 1987.
14. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению, организации отдыха детей и молодёжи. - М., 1999.

15. Сергеев И. С. Сергеев В.И. Краеведческая работа в школе. - М.: Просвещение, 1974.
16. Строев К.Ф. Краеведение. - М., 1977.
17. Турист. - М.: Физкультура и спорт, 1974.
18. Школа выживания. 100 + 1 совет туристу. – Минск: Литература, 1998
19. Энциклопедия туриста. - М., 1992.
20. Я познаю мир,экология. – М., 1998.

Список литературы для учащихся

1. Бардин К.В. Азбука туризма.- М.: Просвещение,1981
2. Ильичёв А.А Популярная энциклопедия выживания. - М.: ЭКСМО - Пресс, 2000.
3. Куприн А.М. Топография для всех. - М.: Недра, 1984
4. Питание в туристском путешествии. - М.: Профиздат, 1986

Использование интернет ресурсов

1. Техника вязания туристских узлов.
2. Видеоуроки выживания в лесу.
3. Школа выживания. Что можно есть в лесу.
4. Техника и тактика в туризме.