

Министерство образования и науки Мурманской области
Государственное автономное учреждение дополнительного образования
Мурманской области
«Мурманский областной центр дополнительного образования
«Лапландия»

ПРИНЯТА

методическим советом
Протокол
от 06.09.2017 № 1

Председатель  О. А. Бережнюк

УТВЕРЖДЕНА

Приказом ГАУДО МО «МОЦДО
«Лапландия»
от 07.09.2017 № 521

Директор  С. В. Кулаков



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
ТУРИСТСКО-КРАЕВЕДЧЕСКОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ЭКОЛОГИЧЕСКИЙ ТУРИЗМ»

Возраст обучающихся **11-17 лет**

Срок реализации – **2 года**

Составитель:
Петрин Павел Тимофеевич,
педагог дополнительного
образования

Мурманск

2017

Пояснительная записка

Программа имеет **туристско-краеведческую** направленность и соответствует **базовому уровню**. Программа «Экологический туризм» предусматривает приобретение обучающимися основных знаний о родном крае, по технике и тактике туризма, ориентированию на местности, по ведению краеведческих наблюдений и исследований, оказанию первой медицинской помощи, а также предполагает изучение современных проблем охраны природы; определение источников загрязнения окружающей среды, осуществление природоохранных мероприятий.

Актуальность программы заключается в том, что обучающийся вовлекается в социальные отношения через отношение к природе, обществу, через туристско-краеведческую деятельность. Экотуризм по своей сущности призван защищать и оберегать природу, аккуратно предоставляя нам туристам все ее красоты. В этом его существенное отличие от других типов туризма, которые наоборот в основном наносят вред окружающей среде. Более рациональное и бережное использование природных и культурно исторических достопримечательностей позволит избежать или свести к минимуму негативные последствия от функционирования мировой туристической индустрии. Программа способствует оздоровлению детей – часть занятий проводится на свежем воздухе. Учащиеся находятся в постоянном контакте с природой, что обеспечивает устойчивый эмоциональный уровень. Она способствует формированию активной жизненной позиции, что предполагает гармоничное сочетание таких качеств, как самопознание, самореализация, творческое саморазвитие. Практические экологические исследования дают учащимся богатейший материал, который успешно реализуется на конференциях, конкурсах.

Актуальность данной программы основана на включении вопросов охраны окружающей; обеспечении направленности процесса воспитания и обучения в образовательных учреждениях на формирование экологически ответственного поведения, в том числе посредством включения в федеральные государственные образовательные стандарты соответствующих требований к формированию основ экологической грамотности у обучающихся; включении вопросов формирования экологической культуры, экологического образования и воспитания в государственные, федеральные и региональные программы.

Данная программа разработана в соответствии с современной концепцией экологического образования.

Отличительная особенность от ранее существующей программы и научная новизна состоит в направленности программного материала на формирование элементарных экологических знаний, необходимые туристам для понимания экологических проблем. Содержание программы расширено за счёт основных понятий экологии и основы туристской подготовки. Новые подходы в подаче материала выражаются в его существенном перераспределении в пользу региональной части. Особенностью этого курса является насыщенность его практическими работами, развивающими непосредственный интерес, формирующими навыки исследовательской работы, самостоятельной деятельности учащихся по изучению экологических проблем своего региона, ближайшего окружения, доступных источников экологической информации. Экологические знания, остаются формальными, если обучающиеся не используют свои знания в практической деятельности. Особенно мощным рычагом экологического образования является самостоятельная поисково-исследовательская деятельность. Кроме того, что дети приобретают навыки научного анализа явлений природы, они осознают значимость своей практической помощи природе.

Программа «Экологический туризм» разработана на основе программ: типовая государственная программа «Охрана природы», опубликованная в «Сборнике программ для внешкольных учреждений исследователей природы. – М., Просвещение, 1983», «Юные инструкторы туризма», «Юные судьи туристских соревнований» (Туризм и краеведение: образовательные программы системы дополнительного образования детей /под ред. Ю.С.Константинова, А.Г.Маслова; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. - М.: Советский спорт, 2005г.)

Адресат программы: обучающиеся, которые любят свой край, активно и заинтересованно познающие окружающий мир, готовые самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки, умеющие слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать свое мнение, а также выполнять правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

Данная программа рассчитана на детей 11-17 лет.

Программа рассчитана на два года обучения:

1 год - 144 часа,

2 год - 216 часов.

Занятия проводятся 2 раза в неделю продолжительностью по 2 часа (1 год обучения);

3 раза в неделю продолжительностью по 2 часа (2 год обучения).

В группах первого года обучения занимается по 15 человек.

В группах второго года обучения - по 12 человек.

Форма обучения – групповая, набор - свободный, состав группы – постоянный.

Практические занятия проводятся в помещении, на местности, во время проведения туристских мероприятий и учебно-тренировочных походов. В течение всего обучения, включая период каникул, обучающиеся туристских объединений совершают многодневные степенные или категорийные походы, участвуют в соревнованиях, работе профильных лагерей и других туристско-краеведческих и экологических мероприятиях. Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, современного туристского снаряжения, использованием новейших методик. Реализация программы предполагает организацию деятельности в соответствии с «Инструкцией по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами Российской Федерации», «Правилами организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации». Особое внимание необходимо уделять вопросам обеспечения безопасности и предупреждения травматизма при изучении каждой темы, каждого годового цикла, проведении каждого занятия, тренировки, старта, мероприятия.

Содержание программы «Экологический туризм» первого года занятий предусматривают обучение ребят азбуке туризма – сообщение им начальных сведений по организационным вопросам подготовки и проведения походов, основных сведений о своем крае, элементарных понятий об ориентировании на местности, знаний основ топографии, гигиены туриста, первой доврачебной помощи при заболеваниях и травмах.

В содержании второго года обучения программы «Экологический туризм» предусматривается дальнейшее совершенствование, углубление и расширение знаний, полученных на первом году занятий, дальнейшее накопление опыта, совершенствование техники туризма, навыков и умений, необходимых каждому грамотному и культурному путешественнику. Вместе с тем, углубляют знания по организации самостоятельных походов, детально изучают вопросы топографии и ориентирования, по технике и тактике пешеходного и лыжного туризма, вопросы, связанные организацией туристского быта, личной гигиеной и оказанием медицинской помощи пострадавшему в походных условиях.

Цель и задачи программы

Цель программы – удовлетворение образовательных потребностей учащихся в области экологии и туризма.

Задачи 1 года обучения **Обучающие**

Познакомить:

- с историей развития туризма в России, особенностями различных видов туризма;
- организацией туристского быта, личным и групповым туристским снаряжением;
- с организацией питания в туристском походе;
- с техникой безопасности во время занятий, экскурсий, туристских походов;
- с основами личной гигиены и приемами оказания первой доврачебной помощи;
- с организаций туристских и экологических слетов, основами топографии и ориентирования на местности.
- с историей родного края и его природными особенностями.

Научить:

- определять источники загрязнения окружающей среды;
- определять уровень загрязнения воздуха и воды;
- характеризовать экологическую обстановку своей местности;
- решать простейшие экологические задачи;

Развивающие

Развивать:

- выносливость, скоростно-силовые качества, гибкость, ловкость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями обучающихся;
- внимание, память, скорость реакции и эффективность мышления в условиях умеренных и больших умственных и физических нагрузок;
- самостоятельность, целеустремленность, настойчивость, самоконтроль и самодисциплину;

Воспитательные

Формировать:

- активную жизненную позицию и чувство патриотизма на основе интереса к природному, историческому и культурному наследию своего края.

Воспитывать:

- экологически-нравственное поведение в природе и социальной среде;
- толерантное отношение к окружающим людям;
- чувство ответственности и уважительное отношение к результатам своих достижений и успехам других.

Задачи 2 года обучения

Обучающие:

- научить детей находиться в дикой природе, не нанося ей существенного вреда;
- дать обучающимся новые знания о природе края; сформировать у них понятие о целостности природных комплексов, путях их рационального использования и

сохранения; обучить подростков основным навыкам полевых исследований, камеральной обработки и анализа материала;

- привлечь обучающихся к практической деятельности по охране природы;
- дать основу туристической техники и практической подготовки к полевым выездам и экспедициям;

Развивающие

Развивать:

- выносливость, гибкость, ловкость, координацию движений в соответствии с возрастными и физическими возможностями обучающихся;
- внимание, память, скорость реакции и эффективность мышления в условиях умеренных и больших умственных и физических нагрузок;
- самостоятельность, целеустремленность, настойчивость, самоконтроль и самодисциплину;

Воспитательные

Формировать:

- активную жизненную позицию и чувство патриотизма на основе интереса к природному, историческому и культурному наследию своего края.

Воспитывать:

- экологически-нравственное поведение в природе и социальной среде;
- толерантное отношение к окружающим людям;
- чувство ответственности и уважительное отношение к результатам своих достижений и успехам других.

Содержание программы
Учебный план
1год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации, контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	4	2	2	Входная диагностика
1.1	Туристские путешествия, история развития туризма.	2	2		
1.2	Факторы и прогнозы развития экотуризма	2	2		тестирование
2.	Основы туристской подготовки	66	20	46	
2.1	Личное и групповое снаряжение	4	2	2	
2.2	Организация туристского быта. Привалы и ночлеги.	6	2	4	Викторина
2.3.	Подготовка к походу, путешествию.	4	2	2	
2.4.	Питание в туристском походе.	4	2	2	Викторина
2.5.	Туристские должности в группе.	4	2	2	
2.6.	Техника и тактика пешеходного туризма.	12	2	10	решение тестов и ситуационных задач
2.7.	Техника безопасности при проведении занятий, экскурсий, туристских походов.	2	2		
2.8.	Подведение итогов туристского похода.	4	2	2	Викторина
2.9.	Полоса препятствий пешеходного туризма.	9	1	8	Решение тестов и ситуационных задач
2.10.	Лыжный туризм.	4	2	2	
2.11.	Туристские слеты и соревнования.	13	1	12	
3.	Топография и ориентирование	26	14	12	Промежуточная диагностика
3.1	Понятие о топографической карте.	2	2		

3.2.	Условные знаки.	4	2	2	
3.3.	Стороны горизонта. Азимут.	4	2	2	
3.4.	Компас. Работа с компасом.	4	2	2	
3.5.	Измерение расстояний.	4	2	2	
3.6.	Способы ориентирования.	4	2	2	
3.7.	Ориентирование по местным предметам. Действия в случае потери ориентировки.	4	2	2	Тестирование
4.	Основы полевых биологических исследований.	26	8	18	
4.1.	Фенологические наблюдения	2	2		
4.2.	Наблюдение за животными в природе	6		6	
4.3.	Запись голосов животных и птиц в природе	4		4	
4.4.	Фотографирование животных и следов их жизнедеятельности	4		4	
4.5.	Изучение влияния человека на видовой состав и состояние популяции диких животных	4	2	2	
4.6.	Сравнительный анализ различных регионов	2	2		Решение тестов и ситуационных задач
4.7.	Выявление видов биоиндикаторов в техногенных ландшафтах, определение степени воздействия антропогенных факторов на живую природу	4	2	2	
5.	Основы гигиены и первая доврачебная помощь.	14	6	8	
5.1.	Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний.	4	2	2	
5.2.	Походная медицинская аптечка.	2	2		
5.3.	Основные приемы оказания первой доврачебной помощи.	4	2	2	
5.4.	Приемы транспортировки пострадавшего	4		4	Тестирование
6.	Общая физическая подготовка.	6	4	2	Итоговая диагностика
6.1.	Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках.	2	2		
6.2.	Общая физическая подготовка.	4	2	2	Решение тестов и ситуационных задач
7.	Заключительное занятие	2	1	1	
	Итого	144	55	89	

Содержание программы «Экологический туризм» 1 год обучения

1. Вводное занятие. (4 часа)

Вводный инструктаж «Правила поведения в туристско-краеведческом и эколого-биологическом отделе» и первичный инструктаж по ОТ и ПБ. Введение в тему: экологический туризм. Понятия «туризм», «экологический туризм». Туризм - средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления, привития самостоятельности, трудовых и прикладных навыков. Туристские путешествия, история развития туризма. История развития туризма в России. Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, спелеотуризм, экологический туризм. Характеристика каждого вида. Туристские нормативы и значки «Юный турист России», «Турист России». Разрядные нормативы по спортивному туризму, спортивному ориентированию, туристскому многоборью. Законы, правила, нормы и традиции туризма. Развитие экологического туризма в Мурманской области **(2 часа)**

Практическая работа: Беседа с учащимися на тему: «Факторы и прогнозы развития экотуризма» Демонстрация снаряжения, приборов и оборудования, используемых на занятиях и при проведении практических работ. **(2 часа)**

2. Основы туристской подготовки (66 часов).

2.1. Личное и групповое туристское снаряжение (4 часа).

Личное снаряжение туриста (рюкзак, обувь, одежда, личная посуда; средства личной гигиены и др.), требования к нему. Типы рюкзаков, спальных мешков, преимущества и недостатки. Правила укладки рюкзака, соблюдение гигиенических требований. Подбор личного снаряжения в соответствии с сезонными погодными условиями. Уход за личным снаряжением.

Требования к групповому снаряжению и правила ухода за ним. Палатки и тенты, их виды и назначение. Устройство палаток и правила ухода за ними. Стойки и колышки для палатки.

Кухонное и костровое снаряжение: котелки, саперная лопатка, рукавицы, кухонная клеенка, половники, ножи, упаковка для продуктов питания. Походная посуда. Топоры. Пилы. Состав и назначение ремонтного набора. Особенности снаряжения для зимнего похода.

Снаряжение для наблюдений за природой и выполнения простейших краеведческих заданий. Маршрутные документы и схемы (карты).

Практические занятия. Укладка рюкзака. Подготовка снаряжения к походу, изготовление снаряжения, его ремонт. Упаковка и распределение между участниками группового снаряжения для похода. Овладение навыками пользования групповым снаряжением и применения его во время похода.

2.2. Организация туристского быта. Привалы и ночлеги (6 часов).

Устройство и оборудование бивака (выбор места для установки палаток, костра, приготовления и приема пищи, отдыха, умывания, определение мест забора воды и мытья посуды, туалетов, мусорной ямы, заготовки дров). Требования к биваку (наличие дров и источника питьевой воды, безопасность, эстетичность). Выбор места на площадке (поляне) для установки палаток, требования к нему. Установка палаток, тентов (верхнего и нижнего). Размещение вещей в палатках. Предохранение палаток от намокания, проникновения насекомых. Правила поведения в палатках. Снятие палаток и упаковка их для транспортировки. Уборка места лагеря.

Охрана природы при организации привалов и биваков.

Привалы и ночлеги в походе. Продолжительность и периодичность привалов в зависимости от погоды, рельефа местности, физического состояния участников и т.д. Выбор места для привала и ночлега.

Основные типы и назначение туристских костров: «шалаш», «колодец», «таежный» и др. Выбор места для костра, правила разведения. Соблюдение правил пожарной безопасности при разведении и поддержании костра. Растопка для костра, ее заготовка и хранение. Разведение костров. Обязанности дежурного у костра. Упаковка спичек и сухого горючего. Костровое оборудование, его транспортировка и упаковка. Тушение костров.

Работа с топором, пилой при заготовке дров. Правила хранения и переноски колющих и режущих предметов. Меры безопасности при обращении с огнём, кипятком.

Организация ночлега в помещении. Правила купания.

Практические занятия. Определение мест, пригодных для организации бивака, привалов и ночлегов по плану (карте) местности с учетом всех требований и необходимости выполнения общественных и краеведческих заданий. Установка бивака. Организация бивачных работ. Разбивка лагеря. Овладение навыками установки, снятия и упаковки палаток. Заготовка растопки и хвороста для костра. Оборудование и обустройство кострищ. Разведение и поддержание костра. Приготовление пищи на костре. Сооружение костра для обогрева и сушки одежды.

2.3 Подготовка к походу, путешествию (4 часа).

Инструкция по проведению учебно-тренировочного похода. Оформление документации (приказ и маршрутный лист). Проведение инструктажа по технике безопасности.

Постановка цели, определение сроков, состава группы, района путешествия. Распределение обязанностей. Составление плана подготовки учебно-тренировочного похода. Изучение района похода, разработка маршрута. График и режим движения. Определение мест ночлегов по карте. Распределение продуктов и снаряжения

Практические занятия. Составление плана подготовки одно – трёхдневного похода, изучение маршрута похода. Подготовка личного, общественного снаряжения.

2.4. Питание в туристском походе.(4 часа)

Значение правильного питания в походе. Организация питания в походах разной продолжительности. Нормы и вес пищевых рационов. Суточный рацион, калорийность продуктов. Меню-раскладка. Составление меню, списка продуктов. Фасовка, упаковка и переноска продуктов в рюкзаках. Сохранность продуктов. Правила приготовления походных блюд. Приготовление пищи в походе на костре. Питьевой режим на маршруте. Необходимый запас воды для питья и правила его транспортировки во время туристского похода. Способы обеззараживания воды для питья и приготовления пищи. Использование снега для приготовления пищи в зимнем походе.

Практические занятия. Составление меню, списка продуктов для однодневного, двухдневного похода. Фасовка и упаковка продуктов. Приготовление пищи на костре.

2.5. Туристские должности в группе (4 часа).

Должности в группе: постоянные и временные. Обязанности командира группы, завхоза по питанию, снаряжению, штурмана, краеведа, санитаря, ремонтного мастера, фотографа, ответственного за отчёт о походе, культорга, физорга и т.д. Обязанности дежурных.

Практические занятия. Выполнение обязанностей по должностям в период подготовки, проведения похода.

2.6. Техника и тактика пешеходного туризма. (12 часов).

Порядок движения группы на маршруте. Общая характеристика естественных препятствий. Способы преодоления естественных препятствий без снаряжения и с использованием снаряжения (веревки). Режим движения, темп; обязанности направляющего и замыкающего в группе. Режим ходового дня. Движение по дорогам, тропам, поровной, пересечённой местности, по лесу, кустарнику, через завалы, по заболоченной местности, по травянистым склонам. Преодоление простых водных преград (ручьев, канав). Техника преодоления крутых склонов (спуски, подъемы). Основные приемы страховки. Туристские узлы и их применение. Основные туристские узлы: «прямой», «проводник простой», «проводник-восьмерка», «удавка», «встречный». Их назначение и использование. Маркировка веревки для транспортировки. Страховочная система. Основные и вспомогательные веревки. Карабины.

Практические занятия. Просмотр видеофильмов о способах преодоления простейших естественных препятствий. Пешеходные прогулки в лес осенью. Соблюдение правил движения в группе, темпа и ритма движения на маршруте. Отработка практических умений и навыков преодоления естественных и искусственных препятствий. Переправа через условное болото по наведенным кладям (жердям); по кочкам. Переправа по бревну. Преодоление завалов. Отработка движения колонной. Отработка техники движения по дорогам, тропам, по пересечённой местности: по лесу, через заросли кустарников, завалы, по заболоченной местности. Вязание узлов по их назначению. Маркировка веревки для транспортировки. Надевание страховочной системы. Отработка элементов техники пешеходного туризма: подъем, траверс и спуск по склонам с использованием вертикальных перил. Спуск, подъем по склону спортивным способом с использованием вертикальных наведенных перил (веревки). Переправа через ручей (овраг) по качающемуся бревну. Переправа через овраг с использованием «маятника». Оказание взаимопомощи при преодолении водных преград.

2.7. Техника безопасности при проведении занятий, экскурсий, туристских походов (2 часа).

Дисциплина – основа безопасности. Меры безопасности при проведении занятий в помещении, на улице, при переездах группы на транспорте. Меры безопасности при преодолении естественных препятствий.

Взаимопомощь и доброжелательность во взаимоотношениях в туристской группе – одно из условий безопасности.

Правила поведения у водоемов и при организации купания в них. Поведение во время различных природных явлений. Правила пожарной безопасности при обращении с огнем (костром). Безопасность при сборе лекарственных растений, цветов, грибов, ягод. Опасные (ядовитые) растения и животные своего края.

Правила поведения в населённых пунктах, взаимоотношения с местным населением.

Практические занятия. Отработка техники преодоления естественных препятствий. Использование альпенштока на склонах. Вязка узлов. Действия в аварийной ситуации на улице, экскурсии, в походе. Организация движения туристской группы по микрорайону, по улице; правила перехода улиц и дорог пешеходами.

2.8. Подведение итогов похода (4 часа).

Обработка собранных материалов. Составление отчёта о походе, подготовка фотографий, выполнение творческих работ. Ремонт и сдача снаряжения. Обсуждение итогов похода в группе.

Оформление документов на значки и спортивные разряды участников.

Практические занятия. Составление отчёта о походе. Ремонт и сдача снаряжения. Подготовка экспонатов для школьного музея.

2.9. Полоса препятствий пешеходного туризма (9 часов)

Естественные и искусственные препятствия. Дистанция соревнований, этап дистанции. Разметка и маркировка дистанции. Старт и финиш. Способы преодоления препятствий. Правила безопасного преодоления препятствий. Личное и командное прохождение дистанции полосы препятствий. Взаимодействие и взаимопомощь членов туристской команды. Права и обязанности туриста в команде на соревнованиях.

Практические занятия. Соревнования по преодолению полосы препятствий. Переправа через болото по кочкам; переправа по наведенным кладям (жердям); переправа по бревну на равновесие; преодоление завала; «мышеловка», установка и снятие палатки; спуски и подъемы, в том числе по песчаным склонам.

2.10. Лыжный туризм (4 часа)

Правильный подбор лыж и лыжных палок для занятий на местности. Стойка лыжника на различном рельефе. Передвижение ступающим и скользящим шагом (просмотр видео- или диафильмов). Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Правила движения в строю на лыжном маршруте. Одежда для лыжных прогулок или занятий. Предохранение обуви от намокания (бахилы).

Практические занятия. Подбор лыж и снаряжения. Ходьба на лыжах ступающим и скользящим шагом с палками и без палок; толчок палками; передвижение на лыжах по лыжне, игры на лыжах (эстафеты); движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом в рюкзаке; передвижение в среднем темпе. Лыжные прогулки.

2.11. Туристские слеты и соревнования (13 часов).

Задачи туристских слетов и соревнований. Организация слетов, судейская коллегия, участники. Документация: положения о слетах и соревнованиях, условия проведения. Порядок проведения, информация. Подведение итогов и награждение победителей. Медицинское обеспечение. Подготовка инвентаря и оборудования, необходимого для проведения соревнования и оформления мест проведения соревнований.

Виды туристских соревнований, особенности их проведения. Личное и командное снаряжение участников.

Практические занятия. Участие в туристских соревнованиях.

3.Топография и ориентирование.

3.1.Понятие о топографической и спортивной карте (2 часа)

Значение топографических карт для туристов. Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Километровая сетка карты. Определение координат точки на карте. Назначение спортивной карты, ее отличие от топографической. Масштабы спортивной карты. Защита карты от непогоды в походе, на соревнованиях.

Практические занятия. Работа с картами различного масштаба. Упражнения по определению масштаба, измерению расстояния на карте.

3.2.Условные знаки (4 часа).

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение топографических знаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные и контурные знаки. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики. Рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Горизонтали. Бергштрихи.

Типичные формы рельефа и их изображение на картах. Характеристика местности по рельефу.

Практические занятия. Изучение на местности изображения местных предметов, знакомство с различными формами рельефа. Топографические диктанты, упражнения на запоминание знаков, игры, мини-соревнования.

3.3. Стороны горизонта. Азимут (4 часа)

Основные направления сторон горизонта. Дополнительные и вспомогательные направления по сторонам горизонта. Градусное значение основных и дополнительных направлений по сторонам горизонта. Азимутальное кольцо («Роза ветров»). Определение азимута. Азимут истинный и магнитный. Измерение азимута на карте.

Практические занятия. Построение на бумаге заданных азимутов. Упражнения на глазомерную оценку азимутов. Измерение транспортиром азимутов на карте. Построение тренировочных азимутальных треугольников.

3.4. Компас, работа с компасом (4 часа)

Компас. Типы компасов. Устройство компаса Андрианова. Спортивный жидкостный компас. Правила обращения с компасом. Ориентир, что может служить ориентиром. Визирование и визирный луч. Движение по азимуту, его применение. Четыре действия с компасом: определение сторон горизонта, ориентирование карты, прямая и обратная засечка.

Практические занятия. Ориентирование карты по компасу. Определение азимута на заданный предмет и нахождение ориентира по заданному азимуту. Движение по азимуту, прохождение азимутальных отрезков.

3.5. Измерение расстояний (4 часа)

Способы измерения расстояний на местности и на карте. Курвиметр. Средний шаг. Таблица переводов шага в метры. Глазомерный способ измерения расстояния. Определение расстояния по времени движения.

Практические занятия. Измерение своего среднего шага, перевод шагов в метры. Упражнения на прохождение отрезков различной длины. Оценка пройденных расстояний по затраченному времени.

3.6. Способы ориентирования (4 часа).

Ориентирование с помощью карты в походе. Способы определения точек стояния на карте. Движение по азимуту в походе. Виды и организация разведки в походе, опрос местных жителей. Движение по легенде (с помощью подробного текстового описания пути).

Практические занятия. Упражнения по отбору основных контрольных ориентиров на карте по заданному маршруту. Занятия по практическому прохождению мини-маршрута, движение по легенде.

3.7. Ориентирование по местным предметам (4 часа)

Действия в случае потери ориентировки. Определение азимута на Солнце в разное время дня. Определение азимута по Луне. Полярная звезда, ее нахождение. Приближенное определение сторон горизонта по особенностям некоторых местных предметов. Крупные ориентиры, выход к ближайшему жилью. Использование звуковой пеленгации, источников света в ночное время.

Практические занятия. Упражнения по определению азимута движения по тени от Солнца. Упражнения по определению сторон горизонта по местным предметам, по Солнцу, Луне, Полярной звезде. Определение точки стояния на спортивной карте.

4. Основы полевых биологических исследований (28 часов)

4.1. Фенологические наблюдения. (2 часа)

Наблюдения над периодическими явлениями в жизни природы и культурных растений.

4.2. Наблюдение за животными в природе.

Основные направления изучения поведения животных. Регистрация этограмм. Коммуникации животных. Биологические ритмы животных. Выезд в Лапландский заповедник. (6 часов)

4.3. Запись голосов животных и птиц в природе. Работа с электронной галерей живой природы, например, <http://gallery.new-ecopsychology.org/ru/voices-of-nature.htm> (4 часа)

4.4. Фотографирование животных и следов их жизнедеятельности. Следы жизнедеятельности животных из поездок и экспедиций (следы, норы, лежки, помет, погрызы и т. д.). (4 часа)

4.5. Изучение влияния человека на видовой состав и состояние популяции диких животных. Федеральный закон “О животном мире” (1995 г.), основные понятия, связанные с охраной и использованием животного мира. (4 часа)

4.6. Сравнительный анализ различных регионов.

Сравнительная характеристика экологического туризма Мурманской области и республики Карелия. Экологический туризм, как одну из наиболее развитых отраслей туристской индустрии. (2 часа)

4.7. Выявление видов биоиндикаторов в техногенных ландшафтах, определение степени воздействия антропогенных факторов на живую природу.

Понятие биоиндикатор. Организмы-биоиндикаторы. Биондикация пресноводных экосистем на примере Ледового и Семеновского озер. (4 часа)

5. Основы гигиены и первая доврачебная помощь.

5.1. Личная гигиена туриста, профилактика различных заболеваний (4 часа).

Понятие о гигиене, ее значение и основные задачи. Личная гигиена занимающихся туризмом: гигиена тела, гигиеническое значение водных процедур (умывание, обтирание, парная баня, душ, купание).

Гигиена одежды и обуви.

Сущность закаливания, его значение для повышения работоспособности человека и увеличения сопротивляемости организма к простудным заболеваниям. Роль закаливания в занятиях туризмом.

Вредное влияние курения и употребления спиртных напитков на здоровье и работоспособность спортсменов.

Практические занятия. Разучивание комплекса упражнений гимнастики. Подбор одежды и обуви для тренировок и походов.

5.2. Походная медицинская аптечка (2 часа)

Состав медицинской аптечки. Хранение и транспортировка аптечки. Состав походной аптечки для походов выходного дня и многодневных. Личная аптечка туриста, индивидуальные лекарства.

Практические занятия. Формирование походной медицинской аптечки.

5.3. Основные приемы оказания первой доврачебной помощи (4 часа)

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика заболеваний и травматизма.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги. Помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Практические занятия. Способы обеззараживания питьевой воды. Оказание первой помощи условно пострадавшему. Наложение жгута, ватно-марлевой повязки, обработка ран, промывание желудка.

5.4. Приемы транспортировки пострадавшего (4 часа)

Способы транспортировки: на рюкзаке с палкой, в рюкзаке, на веревке, вдвоем на поперечных палках. Переноска вдвоем на шестах (или лыжах) со штормовками, на носилках-плетенках из веревок, на шесте. Изготовление носилок из шестов, волокуш и лыж.

Практические занятия. Изготовление носилок, волокуш, разучивание различных видов транспортировки пострадавшего.

6. Общая физическая подготовка (6 часов)

6.1. Врачебный контроль, самоконтроль, предупреждение спортивных травм на тренировках (2 часа)

Врачебный контроль и самоконтроль. Порядок осуществления врачебного контроля. Показания и противопоказания к занятиям различными видами туризма.

Понятие о «спортивной форме», утомлении, перетренировке. Дневник самоконтроля.

6.2. Общая физическая подготовка (4 часа)

Всесторонняя физическая подготовка – основа для достижения безаварийного и стабильного прохождения маршрутов туристских походов.

Требования к физической подготовке, ее место и значение в повышении функциональных возможностей организма, в разностороннем физическом развитии спортсменов, в успешном овладении техникой и тактикой.

Практические занятия. Подвижные игры и эстафеты. Лыжный спорт. Гимнастические упражнения. Спортивные игры: баскетбол, футбол, волейбол.

7. Заключительное занятие (2 часа)

Подведение итогов работы за год (1 час). Подготовка и оформление реферативных работ по различной тематике курса (1 час)

Учебный план
2-й год обучения

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			Форма аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	Вводное занятие	2	2		
2.	Основы туристской подготовки	62	14	48	Входная диагностика
2.1.	Подготовка к походу, путешествию.				
2.2.	Техника и тактика пешеходного туризма.				
2.3.	Полоса препятствий				
2.4.	Лыжный туризм				
2.5.	Туристско-краеведческие слеты				Тестирование
3.	Организация одно- и многодневных походов и эколого-краеведческих экскурсий	16	4	12	

3.1	Необходимое снаряжение в одно- и многодневном походе. Туристический лагерь - устройство и организация. Экологические правила организации передвижного туристического лагеря.				
3.2	Природные ориентиры. Погода - спутник туриста. Признаки хорошей погоды и ее ухудшения.				
3.3	Этно-туристическая экскурсия в Ловозеро				
3.4	Подведение итогов туристского путешествия				Викторина
4	Полевые наблюдения и исследования в походе	36	18	18	
4.1	Полевые исследования в походе. Правила ведения полевого дневника				
4.2	Работа с компасом, картой, геопоисковым навигатором				
4.3	Уникальные природные ландшафты и природные комплексы				
4.4	Правила сбора гербария во время движения на маршруте				Промежуточная диагностика
4.5	Фотосафари на редкие и охраняемые виды.				
4.6	Лекарственные растения Мурманской флоры.				
4.7	Ядовитые и съедобные растения и грибы.				
4.8	Редкие и охраняемые растения России.				
4.9	Редкие и охраняемые животные мурманской фауны				
4.10	Методики описания объектов животного мира, учет численности животных на маршруте экскурсии				
4.11	Рекреационная нагрузка на территорию. Методика определения рекреационной нагрузки				Контрольное задание
4.12	Описание природных, культурных и исторических объектов на маршруте				
5.	Краеведение	20	12	8	

5.1.	Родной край, его природные особенности, история, известные земляки.				
5.2.	Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи.				
5.3.	Изучение района путешествия.				
5.4.	Общественно-полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры.				Презентация
6.	Экологическое право	8	6	2	
6.1.	Принципы экологического права				
6.2.	Система экологического права России				
6.3.	Экологическое право в туризме				Тестирование
7.	Экологические проблемы и устойчивое развитие	16	10	6	Промежуточная диагностика
7.1	Экологические проблемы - их классификация и типы				
7.2	Решение экологических проблем: на уровне мирового сообщества, государства, общественной экологической организации, гражданина.				
7.3	Понятие устойчивого развития				
7.4	Национальная стратегия устойчивого развития России до 2020 года				
7.5	Реализация краеведческих и экологических исследовательских проектов школьников, как вклад в общее дело стабилизации экологической ситуации в России				Конкурс
8.	Природные и культурные достопримечательности Мурманской области	14	4	10	
8.1.	Природные достопримечательности				Презентация
8.2.	Историко-культурные достопримечательности				
8.3.	Возможные виды природных тематических экскурсий				
9.	Особо охраняемые территории	40	10	30	Итоговая диагностика
9.1.	Типы ООПТ, их значение, история создания, географическое положение.				
9.2.	ООПТ Кольского полуострова. Заповедники: Лапландский, Кандалакшский, Пасвик.				

9.3.	Экологический лагерь в заповеднике «Пасвик».				Составление отчета
10.	Заключительное занятие	2	1	1	
	Итого	216	81	135	

Содержание программы «Экологический туризм»

2-й год обучения

1. Вводное занятие

Знакомство с планом работы на текущий учебный год. Роль туристских походов, путешествий, экскурсий в формировании характера человека, воспитании патриотизма и углубление знаний, полученных в школе, приобретении трудовых навыков и воспитании самостоятельности, чувства коллективизма.

2. Основы туристской подготовки

2.1. Подготовка к походу, путешествию.

Подготовка снаряжения. Требования к туристскому снаряжению. Групповое и личное снаряжение туриста. Специальное снаряжение. Типы костров и их назначение. Разведение костра в сырую погоду, при сильном ветре, в сильном тумане. Подбор группы и распределение обязанностей. Оформление походной документации. Порядок получения разрешения на выход в 1-3-дневный поход. Смета расходов на подготовку и проведение похода.

Практические занятия. Изучение маршрутов учебно-тренировочных походов. Составление подробного плана-графика похода. Заполнение маршрутной документации. Составление сметы расходов.

2.2. Техника и тактика пешеходного туризма.

Понятие о тактике в туризме. Тактика планирования нитки маршрута. Разработка плана-графика похода. Маршруты линейные и кольцевые. Радиальные выходы. Разработка запасных вариантов маршрута. Дневки. Заброска продуктов и переноска «челноком». Изучение, разведка сложных участков маршрута. Подведение итогов дневного перехода и корректировка плана на следующий день.

Характеристика естественных препятствий: лесные заросли, завалы, склоны, реки, болота, осыпи, снежники.

Движение группы по дорогам и тропам. Разведка маршрута и маркировка по необходимости. Техника движения на равнине по травянистой поверхности, песку, мокрому грунту, через кустарники, по камням, болоту.

Передвижение по тундре, по карликовой растительности, стланику, высокотравью, густому кустарнику.

Движение в тайге. Сложности ориентирования. Техника преодоления завалов, густых зарослей, низинных заболоченных участков.

Движение в горах. Основные формы горного рельефа. Подъем, траверс и спуск со склонов с самостраховкой альпенштоком.

Организация и использование страховки и самостраховки на сложных участках маршрута. Использование специального снаряжения: страховочная система, веревки, карабины и т.д. Техника вязания узлов.

Техника и тактика преодоления естественных препятствий с использованием снаряжения (веревки): спуск, подъем и траверс склонов по наведенным перилам (веревкам) с самостраховкой «схватывающим» узлом. Переправа через ручей (овраг) по бревну с помощью «маятника» и по наведенным перилам. Наведение командой вертикальных перил при спуске и подъеме, снятие перил. Переправа по бревну с наведением перил и самостраховкой карабином, организация снятия перил.

Практические занятия. Отработка групповой индивидуальной техники и тактики передвижения (спуски, подъемы и траверсы склонов местности). Отработка практических умений и навыков преодоления препятствий (канав, завалов, оврагов и др.). Переправа через заболоченные участки, болото, по кочкам, по кладям с наведением (жерди). Подъем, траверс и спуск со склона с самостраховкой альпенштоком. Переправа через реки (ручьи) вброд различными способами.

2.3. Полоса препятствий пешеходного туризма.

Понятие «техническое препятствие» (этап); способы преодоления препятствий (этапа); правила безопасного преодоления препятствия (этапа). Контрольные линии на этапах. Оказание взаимовыручки и взаимопомощи. Командное и сквозное прохождение полосы препятствий. Работа в связках (парами). Лидирующий и замыкающий участники команды и тактика работы всей команды на дистанции.

Права и обязанности туриста – участника команды на соревнованиях. Спортивное поведение. Виды туристских соревнований: эстафеты, командные, личные.

Практические занятия. Переправа через болото по кочкам; по гати, по кладям с наведением (жерди); подъем, траверс, спуск по склону с самостраховкой альпенштоком; переправа по бревну на равновесие; преодоление завалов; «мышеловка»; туристские узлы; установка и снятие палатки; преодоление оврага (канавы) с помощью «маятника», переправа по бревну с наведенными перилами, по качающемуся бревну, спуск по склону с наведением и снятием перил, подъем по склону с наведением и снятием перил; переправа

по бревну с наведением и снятием перил, через ручей (реку) вброд с использованием шеста, переправа через ручей (реку) вброд с наведением и снятием перил. Организация работы в связке с осуществлением взаимной страховки и самостраховки.

2.4. Лыжный туризм.

Передвижение на лыжах, спуски и подъемы; подъем «лесенкой», «елочкой», «полуелочкой»; торможение «полуплугом» и «плугом». Движение по равнине – попеременной двухшажный ход, одновременный двухшажный ход. Техника безопасности при ходьбе на лыжах. Уход за лыжами. Перевозка лыж в транспорте. Правила безопасности и техника преодоления простейших технических препятствий на лыжах – завалов, водных преград по льду, канав; без лыж – оврагов по бревну, спусков и подъемов. Транспортировка груза (рюкзаков, лыж и лыжных палок). Тропление лыжни. Преодоление лавиноопасного участка.

Практические занятия. Подбор лыж и снаряжения для зимнего похода.

Управление лыжами на месте: переступания вокруг пяток и носков лыж. Хранение лыж, ботинок и уход за ними. Ремонт лыж. Преодоление на лыжах простейших препятствий – завалов, водных преград по льду, канав; без лыж – оврагов по бревну, спусков и подъемов. Транспортировка груза (рюкзаков, лыж и лыжных палок).

Отработка техники ходов; передвижение по лыжне; повороты (простой слалом); спуски и подъемы; перешагивание препятствий; преодоление препятствий (завалов) со снятием лыж; игры на лыжах (эстафеты с поворотами до 400 м, с подъемами «лесенкой», «елочкой» до 50 м); спуски с торможением и остановкой в заданной зоне; тропление лыжни; движение боковыми приставными шагами; передвижение без палок и с палками по глубокому снегу без груза и с грузом в рюкзаке до 3-4 кг; передвижение в среднем темпе и с ускорением.

Соблюдение правил движения в строю на лыжном маршруте и отдыха на малых привалах. Соблюдение правил поведения зимой на улице (взаимоконтроль). Наблюдение окружающих объектов природной среды, поиск следов жизнедеятельности животных и птиц. Составление по звеньям маршрута группы и плана-схемы маршрута. Участие в троплении лыжни. Организация большого привала с перекусом. Участие в поиске сухостойных хвойных деревьев и заготовка дров для организации костра, оборудование кострища и разведение костра для обогрева и приготовления пищи.

2.5. Туристско-краеведческие слеты

Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся РФ. Основные разделы правил. Изучение положений о соревнованиях. Права и обязанности участников, представителей, тренеров. Порядок снятия команд и участников с соревнований. Условия проведения соревнований.

Практические занятия. Участие в соревнованиях, выезды на турбазы.

3. Организация одно- и многодневных походов и эколого-краеведческих экскурсий

3.1. Необходимое снаряжение в одно- и многодневном походе (6 часов).

Туристический лагерь - устройство и организация. Экологические правила организации передвижного туристического лагеря.

3.2 Природные ориентиры. Погода - спутник туриста. Признаки хорошей погоды и ее ухудшения

3.3. Этно-туристическая экскурсия в Ловозеро. В программе: экскурсия в краеведческий музей, посещение семьи оленеводов, кормление оленей, обед в чуме. (6 часов).

3.4. Подведение итогов туристского путешествия.

Отчеты ответственных за свою работу. Обработка собранных материалов. Разбор действий участников в походе и группы в целом. Подготовка маршрутной ленты, фотографий, описания по дням. Составление отчета о походе. Подготовка газеты по итогам похода. Ремонт и сдача туристского инвентаря и снаряжения.

Практические занятия. Подготовка и составление отчета о походе. Ремонт туристского инвентаря и снаряжения.

4. Полевые наблюдения и исследования в походе

4.1. Полевые исследования в походе.

Цели и задачи похода. Исследования на маршруте. Методика проведения исследования. Правила ведения полевого дневника.

4.2. Работа с компасом, картой, геопоисковым навигатором

4.3. Уникальные природные ландшафты и природные комплексы

Природный парк Полуостров Средний и Рыбачий. Хибинны – уникальное место на Кольском полуострове.

Практическая работа «Осуждение проекта создания национального парка «Хибинны» Встреча с представителем Кольского экологического центра.

4.4. Правила сбора гербария во время движения на маршруте

4.5. Фотосафари на редкие и охраняемые виды. Редкие и охраняемые виды Мурманской области. Эндемики Мурманской области. Кандалакшский государственный заповедник (2 часа)

4.6. Лекарственные растения Мурманской флоры.

Растительный мир Мурманской области. Значение лекарственных растений. Озеленительное, декоративное и лекарственное значение флоры Кольского полуострова.

Практическая работа: Составление электронной презентации «Лекарственные растения Мурманской области» (2 часа)

4.7. Ядовитые и съедобные растения и грибы.

Правильный сбор ягод и грибов. Отличия ядовитых грибов от съедобных. Список смертельно ядовитых грибов и растений.

Практическая работа. Оказание первой помощи при отравлении грибами или ядовитыми растениями.

4.8. Редкие и охраняемые растения России. Причины исчезновения растений. Красная книга.

Практическая работа. Составление презентации «Редкие и охраняемые растения России».

4.9. Редкие и охраняемые животные мурманской фауны. Красная книга Мурманской области. Экскурсия в Краеведческий музей

4.10. Методики описания объектов животного мира, учет численности животных на маршруте экскурсии (4 часа). Метод прямых наблюдений над животными и метод изучения животных по следам их жизнедеятельности. Метод изучения птичьих гнезд. Практическая работа:

4.11. Рекреационная нагрузка на территорию. Рекреационная нагрузка — степень непосредственного влияния отдыхающих людей на природные компоненты. Методика определения рекреационной нагрузки.

Практическая работа. Определения рекреационной нагрузки в Долине Уюта.

4.12. Описание природных, культурных и исторических объектов на маршруте (2 часа). Культурно-историческое и природное наследия в туризме. Экскурсионные поездки. Археологические и этнографические памятники. Природные достопримечательности Мурманской области. Геологические памятники природы: «Бараний лоб у озера Семёновское»

5. Краеведение

5.1. Родной край, его природные особенности, история, известные земляки

Климат, растительность и животный мир родного края, его рельеф, реки, озера, полезные ископаемые. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность.

Экономика и культура края, перспектива его развития. Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры. Знатные люди края, их вклад в его развитие.

Практические занятия. Знакомство с картой своего края. «Путешествия» по карте. Проведение краеведческих викторин.

5.2. Туристские возможности родного края, обзор экскурсионных объектов, музеи (8 часов).

Наиболее интересные места для проведения походов и экскурсий. Памятники истории и культуры, музеи края. Краеведческие и мемориальные музеи, народные и школьные музеи.

Практические занятия. Прогулки и экскурсии по ближайшим окрестностям, посещение музеев, экскурсионных объектов.

5.3. Изучение района путешествия

Сбор краеведческого материала о районе похода: изучение литературы, карт, переписка с местными краеведами и туристами, встречи с людьми, побывавшими в районе планируемого похода.

Практические занятия. Подготовка и заслушивание докладов по району предстоящего похода.

5.4. Общественно полезная работа в путешествии, охрана природы и памятников культуры

Краеведческая работа – один из видов общественно-полезной деятельности.

Выполнение краеведческих заданий (сбор материалов по истории, поисковая работа, запись воспоминаний участников и очевидцев памятных событий). Метеорологические наблюдения. Гидрологические наблюдения. Изучение растительного и животного мира. Геологический поиск.

Законодательство по охране природы. Природоохранительная деятельность туристов. Охрана памятников истории и культуры.

Практические занятия. Проведение различных краеведческих наблюдений. Сбор материалов для школьного музея, предметных кабинетов. Знакомство с краеведческими объектами.

6. Экологическое право

6.1. Принципы экологического права

Экологическое право как отрасль права. Основные принципы охраны окружающей среды сформулированы, ст. 3 Федерального закона РФ от 10 января 2002 г. № 7-ФЗ «Об охране окружающей среды. Принцип соблюдения прав человека на благоприятную окружающую среду.

6.2. Система экологического права России

Система источников экологического права России: Федеральный закон « Об особо охраняемых территориях» (от 15 февраля 1995); Федеральный закон о животном мире (от 22 марта 1995); Федеральный закон « Об экологической экспертизе» (от 19 июля 1995); Федеральный закон « Водный кодекс РФ» (от 18 октября 1995); Федеральный закон « Об использовании атомной энергии» (от 20 октября 1995); Федеральный закон « О континентальном шельфе» (от 25 октября 1995) и др. Принцип ответственности органов государственной власти Российской Федерации, органов государственной власти субъектов РФ, органов местного самоуправления за обеспечение благоприятной окружающей среды и экологической безопасности на соответствующих территориях.

6.3. Экологическое право в туризме

Проблемы правового регулирования экологического туризма. Федеральный закон от 24 ноября 1996 г. N 132-ФЗ "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" Федеральный закона от 14 марта 1995 г. N 33-ФЗ (в ред. от 27 декабря 2009 г.) "Об особо охраняемых природных территориях"

Практическая работа. Работа с основными документами федеральных законов регламентирующих экологический туризм. Составление таблицы.

7. Экологические проблемы и устойчивое развитие

7.1 Экологические проблемы - их классификация и типы

Понятие экологических проблем и их классификация. Экологические проблемы – негативное изменение свойств ландшафтов, вызывающее ухудшение условий жизни и здоровья населения, истощение или потерю природных ресурсов.

7.2. Решение экологических проблем.

Решение экологических проблем на уровне мирового сообщества, государства, общественной экологической организации, гражданина

Практическая работа. Круглый стол «Экологические проблемы Мурманской области и пути их решения» Составление экологического паспорта города Мурманска (4 часа)

7.3. Понятие устойчивого развития (2 часа)

Концепция устойчивого развития. Экономическая составляющая. Социальная составляющая. Экологическая составляющая.

7.4. Национальная стратегия устойчивого развития России до 2020 года
Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Экология живых систем и рациональное природопользование, поддержание которых достигается за счет сбалансированного потребления, развития прогрессивных технологий и целесообразного воспроизводства природно-ресурсного потенциала страны.

7.5. Реализация краеведческих и экологических исследовательских проектов школьников, как вклад в общее дело стабилизации экологической ситуации в России

Создание учащимися собственных проектов по охране окружающей среды в рамках участия в различных конкурсах. Конкурс путеводителей и туристических маршрутов Мурманской области.

8. Природные и культурные достопримечательности Мурманской области

8.1 Природные достопримечательности Богатство страны – природные достопримечательности России. Природные достопримечательности Мурманской области.

Практическая работа. Работа с картами Мурманской области

8.2. Историко-культурные достопримечательности
Закон Мурманской области о культуре.

Практическая работа. Экскурсия в Областной Краеведческий музей.

8.3. Возможные виды природных тематических экскурсий

Инфраструктура и основные объекты туризма Мурманской области. Объекты экскурсионного туризма. Объекты экологического туризма

Практическая работа. Составление туристического паспорта Мурманской области (4 часа).

9. Особо охраняемые территории

9.1. Типы ООПТ, их значение, история создания, географическое положение.
(2 часа)

9.2. ООПТ Кольского полуострова

Заповедники: Лапландский, Канда拉克шский, Пасвик.

Практическая работа. Работа с литературой. Подготовка к поездке в заповедник. Тропы заповедной Лапландии. Поездка в Лапландский заповедник. Знакомство с историей заповедника. Покорение горы Чуна. Составление фотоотчета.

9.3. Экологический лагерь в заповеднике Пасвик Детский экологический лагерь в поселке Раякоски. В течение пяти дней учащиеся будут знакомиться с работой сотрудников заповедника «Пасвик», помогать им проводить исследования и вести собственные наблюдения. Также для школьников предусмотрены различные игры и викторины экологической направленности. Участие в практических занятиях по

обустройству тропы для фенологических наблюдений, регистрации наблюдений на тропе, ландшафтному дизайну. Составление компьютерных презентаций и фотоотчетов.

10. Заключительное занятие

Анализ программы «Экологический туризм» (1 час). Выступление учащихся с реферативными и учебно-исследовательскими работами

Планируемые результаты

При освоении программы в полном объеме у учащихся формируются следующие компетенции:

1 год обучения

Предметные результаты:

- расширение и углубление знаний, умений и навыков, учащихся по истории туризма, топографии, ориентированию, основам полевых и биологических исследований;
- знание основных положений туристской подготовки, технике и тактике пешеходного туризма, способах ориентирования, знание основных приемов первой доврачебной помощи;
- умение подготовиться к походу, пройти полосу препятствий, ориентироваться на местности, провести простое биологическое исследование;
- владение основными понятиями и терминами курса, способами пополнения знаний об объектах и явлениях из различных источников, владение навыками планирования и проведения похода и биологического исследования.

Метапредметные результаты

- самостоятельное определение цели своего обучения, сопоставлений своих действий с планируемыми результатами;
- умение пользоваться различными источниками информации;
- организация совместного сотрудничества и совместной деятельности с педагогом и сверстниками, эффективной индивидуальной, группой работы.

Личностные результаты

- ведение здорового образа жизни;
- готовность и способность учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению;
- развитие критического мышления, творческого потенциала, исследовательских качеств личности;
- повышение информационной компетенции учащихся;
- формирование профессионального самоопределения учащихся в соответствии с их желаниями, способностями и индивидуальными особенностями.

2 год обучения

Предметные результаты:

- расширение и углубление знаний, умений и навыков, учащихся по основам туристской подготовки, организации одно-и многодневных походов и эколого-краеведческих экскурсий;
- знание основных положений туристской подготовки, технике и тактике пешеходного туризма, способах ориентирования, знание основных приемов первой доврачебной помощи;
- знание правил сбора гербария, лекарственных растений Мурманской области;
- знание природных особенностей родного края, его истории, известных людей Кольского заполярья, туристических возможностей края;
- знание основ экологического права, экологических проблем Мурманской области и России в целом;
- знание природных и культурных достопримечательностей Мурманской области, возможных видов природных и тематических экскурсий;
- владение основными понятиями и терминами курса, способами пополнения знаний об объектах и явлениях из различных источников, культурой естественнонаучного исследования, навыками планирования и проведения экспериментов с живыми объектами;
- умение проводить полевые наблюдения, работать с компасом, картой, геопоисковым навигатором, подготовиться к подходу, пройти полосу препятствий,

ориентироваться на местности, провести простое биологическое исследование;

- владение основными понятиями и терминами курса, способами пополнения знаний об объектах и явлениях из различных источников, владение навыками планирования и проведения похода и биологического исследования.

Метапредметные результаты

- самостоятельное определение цели своего обучения, соотнесение своих действий с планируемыми результатами;

- умение пользоваться различными источниками информации;

- организация учебного сотрудничества и совместной деятельности с педагогом и сверстниками, эффективной и индивидуальной, групповой работы, аргументация и защита своего мнения;

- строить сообщения, проекты в устной и письменной форме;

- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;

- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;

- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях.

Личностные результаты

- ведение здорового образа жизни;

- готовность и способность учащихся к саморазвитию и личностному самоопределению;

- развитие критического мышления, творческого потенциала, исследовательских качеств личности;

- повышение информационной компетенции учащихся;

- формирование профессионального самоопределения учащихся в соответствии с их желаниями, способностями и индивидуальными качествами;

- воспитание экологической культуры и чувства ответственности за состояние окружающей среды.

Условия реализации программы

Кабинет, в котором проходят занятия по данной программе, оснащён средствами обучения, которые сочетаются с дидактическими возможностями. Кабинет оснащён:

- необходимой мебелью, приспособленной для работы: рабочими и демонстрационными столами;
- специальными средствами обучения: приборами, лабораторным оборудованием. Имеются гербарии, коллекции насекомых, карты, глобус, таблицы, плакаты;
- техническими средствами: телевизор, аудио-видео аппаратура, компьютерное оборудование;
- экранно-звуковыми пособиями: кино, видео и аудио записями;
- литературой: справочной, научно-популярной, атласами, научно-методическими пособиями.

Учебный кабинет отвечает санитарно-гигиеническим условиям, эстетическим и техническим требованиям.

Материалы по актуальным современным экологическим проблемам и вопросам охраны природы представлены в периодической печати, литературных, научно-популярных, справочных изданиях, которые относятся к средствам обучения и имеются в учебном кабинете.

Для реализации программы применяются разнообразные формы проведения занятий:

- мини-лекция;
- беседа-диалог;
- проблемное обсуждение;
- учебная дискуссия;
- игра-викторина;
- дидактическая или сюжетно-ролевая игра;
- игра - конкурс;
- учебная экскурсия;
- занятие – путешествие (по географической карте, по воздуху, по воде, в недра земли и т.д.);
- занятие – экспедиция (например, в заповедник)
- выставка экологического плаката, рисунка.

Программой предусмотрены нетрадиционные формы занятий:

- Экологические игры формируют целостное видение мира, подводят обучающихся к осознанию своего места и роли в нём, учат самостоятельно разбираться в проблемах окружающего мира. Игра ставит в положение исследователя, открывателя природных взаимосвязей, законов. В игре школьники сталкиваются с более сложными заданиями, для выполнения которых пользуются дополнительной литературой;

- Экологические акции способствует восприятию экологических проблем как лично-значимых, так и включают в ситуацию ответственной зависимости за состояние жизни на Земле. В процессе обучения кружковцы принимают участие в различных акциях, которые направлены на привлечение внимания к определенным проблемам. Обучающиеся участвуют в следующих акциях:

- Внимание, дети! (посвящена безопасности детей на дорогах);
- Акция IFAW (защита редких животных);

- Осторожно, тонкий лед! (безопасность на льду);
- Декада SOS! (за здоровый образ жизни);
- Акция, посвященная Дню Земли (экологическая безопасность на Земле).

Преподавание данного курса имеет свои особенности, одна из них это общение с природой. Формы работы в природе ориентированы на местные условия и возможности:

- экологические экскурсии;
- наблюдения;
- практические работы.

Экологические экскурсии, предусмотренные программой «Экологический туризм» - это один из лучших путей познания экологических проблем. По характеру изучения материала экскурсии подразделяются на тематические и комплексные, и подразумевают посещение природных и промышленных объектов, представляющих интерес с экологической точки зрения. Экскурсии могут проводиться перед изучением темы и после изучения темы с целью закрепления изучаемого материала. Темы предполагаемых экскурсий указаны в содержании данной программы.

Наблюдения как одна из форм обучения в данном курсе – это вид работы по самостоятельному приобретению знаний, в основном по заданию педагога. Наблюдения, как правило, носят комплексный характер, т.к. изучение экологических проблем и вопросов охраны природы требует раскрытия взаимосвязей для подведения учащихся к пониманию природы как единого целого. Темы наблюдений указаны в содержании программы в разделе практических работ.

Практические работы направлены на углубление знаний, формирование умений и навыков. Практические работы решают ряд учебных задач:

- развивают и углубляют теоретические знания;
- формируют практические умения;
- учат анализировать, сравнивать, оценивать, прогнозировать.

Темы практических работ указаны в содержании программы.

Темы методических пособий по проведению практических занятий, используемые при реализации программы «Экологический туризм»:

- Картографические исследования в экологии;
- Комплексное описание ландшафтов;
- Исследование снежного покрова;
- Изучение почвы;
- Измерение уровня радиоактивности;
- Мониторинг кислотных осадков;
- Экосистема листопадного леса;
- Загрязнение воды и её очистка;
- Загрязнение воздуха;

Программой «Экологический туризм» предусмотрены учебно-исследовательские экологические экспедиции, которые имеют образовательно-воспитательное значение: воспитывают любовь к родному краю, чувство коллективизма; дают возможность общения с природой; способствуют приобретению научных знаний, умению систематизировать и анализировать собранную информацию. Итогом проведённых экспедиций является создание учебно-исследовательских проектов, которые представляются и защищаются обучающимися на научно-практических конференциях и конкурсах.

Одним из условий эффективной реализации программы является применение разнообразных методов.

В процессе занятий применяются методы:

- Информационный. Беседа педагога (позволяет выяснить базовые знания обучающихся и даёт возможность приобрести новые знания по изучаемой теме).
- Демонстрационный. Демонстрация приборов, таблиц.

- Иллюстративный. Просмотр фотографий, иллюстраций из книг и журналов (развивает эмоции, побуждает к действию).

- Практический - репродуктивный.

Задание на освоение того или иного умения, навыка (формирует умения и навыки).

- Практический – поисковый.

Задание на поиск новых решений задач (развивает творческое мышление, фантазию, воображение).

- Практический – проблемный.

- Задание на решение поставленной проблемы (мобилизует все творческие ресурсы).

Программой «Экологический туризм» предусмотрены средства обучения:

- разные по содержанию и назначению картографические пособия:

- Экологическая карта России;

- Физическая карта России;

- Физическая карта Мурманской области;

- Природные зоны России;

- Почвенная карта России.

Описание и изображение предметов и явлений условными средствами такими как: графические схематические пособия – схемы структурные, классификационные, связей и взаимосвязей природных и экологических объектов и явлений; графические статистические пособия – графики, диаграммы:

- Схемы круговоротов веществ в природе;

- Биоценозы леса, пресноводного водоёма;

- Пример сукцессии (озеро);

- Структура водной экосистемы и т.д.

Натуральные объекты, используемые в процессе обучения, представлены в форме коллекций "Горные породы и минералы" и гербариев "Культурные растения СССР", "Растения Мурманской области".

Для осуществления учебного процесса наиболее полный информативный материал с учётом регионального компонента представлен в материалах стендов оформленных педагогом в соответствии с тематикой программы:

- Влияние кислотных осадков;

- Редкие и охраняемые растения Мурманской области;

- Экологическое состояние Кольского залива;

- Воздействие отраслей экономики на состояние окружающей среды

Мурманской области;

- Воздействие человека на компоненты ландшафта и т.д.

Учебное оборудование, используемое в курсе преподавания данной программы, обеспечивает наилучшее усвоение обучающимися представлений, понятий, закономерностей, умений и навыков, методов науки, служит успешному формированию мировоззрения.

К экранно-звуковым средствам обучения относятся кино, видео и аудио аппаратура с учебными записями экологической тематики.

Компьютерная техника в курсе «Экологический туризм» используется в качестве дополнительного вспомогательного средства обучения и имеет большие возможности:

- передавать фактическую информацию (числовую, графическую);

- предложить вопросы или задания (тест на проверку знаний);

- продемонстрировать схемы, данные;

- запомнить и выделить данные каждого ученика в усвоении знаний и умений.

Компьютерная техника в обучении используется:

- как банк справочного материала, способный выдать информацию по интересующему вопросу;

- как тренажёр для учащихся при овладении знаниями и умениями;

- как средство контроля за знаниями обучающихся;
- как средство организации игровой ситуации позволяющей придать обучению повышенный познавательный и практический интерес;
- как способ научной организации труда учащихся.

Перечень снаряжения, оборудования и инвентаря для реализации программы

Спальные мешки – 15 шт.;
 Туристские коврики – 15 шт.;
 Туристские рюкзаки – 15 шт.;
 Палатки туристские походные – 5 шт. (зимние и летние);
 Костровое оборудование – 2 комплекта;
 Топор походный – 2 шт.;
 Пила походная – 2 шт.;
 Тент – 2 шт.;
 Волчатник;
 Ремонтный набор – 1 комплект;
 Медицинская аптечка – 2 шт.;
 Мази и парафины лыжные – 2 комплекта на зимний сезон;
 Курвиметр – 2 шт.;
 Учебные видеофильмы и кинофильмы – комплект;
 Компас - на каждого обучающегося;
 Комплект лыжного инвентаря (лыжи, лыжные ботинки, лыжные палки) – для каждого обучающегося.

Для измерительных работ при проведении полевых исследований:

- Термометры нескольких видов;
- Люксметр;
- Дозиметры;
- Психрометр, гигрометр;
- Мини-экспресс лаборатория;
- Универсальная индикаторная бумага

Гигиенические требования к проведению занятий

Занятия связаны с пребыванием обучающихся за столом, где их движения ограничены. Поэтому важное значение приобретает соблюдение правильной посадки за столом. Обучающийся должен сидеть прямо, не опираясь грудью на стол, оба предплечья лежат на столе, особенно во время письма, ноги согнуты в коленях под прямым углом.

Мебель в комнате для занятий необходимо подобрать в соответствии с ростом детей. Столы и стулья должны быть правильно расставлены по отношению к источнику света, чтобы свет из окон падал с левой стороны. Комната перед занятием должна быть хорошо проветрена, тогда дети не будут быстро утомляться.

Во время занятия для снятия усталости глаз и статического напряжения проводится игровая физкультминутка.

Формы аттестации/контроля

Формы диагностики результатов:

- сдача контрольных нормативов по ОФП и СФП
- зачётные задания по пройденным темам;
- участие в соревнованиях;

Формы демонстрации результатов:

- открытые занятия;
- показательные выступления на слетах;
- выполнение исследовательских работ по экологии и краеведению;
- участие в туристских соревнованиях и соревнованиях по спортивному ориентированию, конкурсах, конференциях, олимпиадах различного уровня.

Система оценки и фиксирования образовательных результатов.

Система проверки, контроля и оценки знаний учащихся, при которой продолжается процесс развития самостоятельной деятельности учащихся, применяемая педагогом с целью объективного подхода, включает разнообразные формы и методы:

- наблюдение педагога в процессе занятий;
- фронтальный опрос;
- тестирование по карточкам;
- решение тестов и ситуационных задач;
- конкурс;
- викторина.
- использование карточек-заданий;
- система вопросов и заданий, объединённых в несколько рубрик.

В течение учебного года педагог отслеживает личные достижения обучающихся, для того чтобы:

- организовать индивидуальный подход к ребенку;
- оценить, насколько выросли его личные творческие способности;
- создать ситуацию успеха в образовательном процессе.

На основе ситуации успеха у ребенка формируется положительная самооценка, которая в свою очередь является стимулом для дальнейшего развития.

В обучении применяются следующие виды контроля: предварительный, текущий, итоговый.

Предварительный контроль имеет диагностические задачи и осуществляется в начале учебного года. Цель предварительного контроля зафиксировать начальный уровень подготовки обучающихся, имеющиеся знания, умения, навыки с помощью беседы, тестов.

Текущий контроль предполагает систематическую проверку и оценку образовательных результатов по конкретным темам. Такой контроль происходит на каждом занятии во время беседы, перед объяснением нового материала, после изучения темы кружковцам предлагаются кроссворды, тесты.

Итоговый контроль проводится в конце учебного года в форме творческой программы, а также предлагаются викторины и кроссворды.

Критерии оценки результатов тестирования:

- низкий — обучающийся плохо усвоил материал, знает значение некоторых терминов, но не может дать им определение при решении тестов делает более 60% ошибок.

- средний — обучающийся в целом усвоил материал, но допускает неточности и ошибки. Хорошо ориентируется в терминологии, но знает не все необходимые термины. В решении тестов дает от 40 до 70% правильных ответов.

- высокий – материал усвоен хорошо, обучающийся свободно владеет терминологией. При решении тестов дает более 70% правильных ответов. В начале и в конце каждого учебного года уровни знаний и умений учащихся заносят в таблицу:

ФИО	1	2	3	4	5	3	4	5	Средний бал	Уровень
Глебова Галя	4	4		+			+		8	с

Кодовые обозначения:

- 1 – начало учебного года.
- 2 – окончание учебного года
- 3 – низкий уровень - Н
- 4 – средний уровень – С
- 5 – высокий уровень – В

Оценочные материалы

Диагностика образовательных результатов учащихся объединения «Экологический туризм» будет проводиться в форме тестирования, включающего задания с выбором единственного правильного ответа из предложенных, выполнение письменных заданий и работу в группах. За каждое верно выполненное задание обучающийся получает 1 балл. Вопросы составлены по каждому разделу программы: «Основы туристской подготовки», «Основы гигиены и первая доврачебная помощь, личное и групповое туристское снаряжение», «Организация туристского быта», «Туристские должности в группе», «Понятие о топографической карте», «Тактика и техника пешеходного туризма», «Техника безопасности», «Основы полевых биологических исследований»

Оценка уровня знаний обучающихся проводилась в соответствии с количеством набранных баллов:

- высокий уровень – обучающийся хорошо усвоил материал и дает более 90 % правильных ответов (28-31баллов),
- средний уровень – обучающийся в целом усвоил материал, но допускает неточности и ошибки и дает 51-89 % правильных ответов (20-30 баллов),
- низкий уровень – обучающийся плохо усвоил материал и дает менее 50 % правильных ответов (1-15 баллов).

По результатам тестирования будет составлен рейтинг обучающихся в соответствии с их уровнем знания.

Вопросы по туризму

Входная диагностика. История туризма (общие вопросы)-8 баллов

1. Как называется «кто-либо совершающий путешествие для удовольствия или из интереса»?
 - а. путешественник;
 - б. экскурсант;
 - в. землепроходец;
 - г. турист;
 - д. первопроходец.
2. Ради чего совершались путешествия со времен античности?
 - а. ради отдыха;
 - б. ради торговли, завоеваний и религиозных целей;
 - в. ради впечатлений;
 - г. для развлечений;
 - д. ради спорта.
3. Какие путешествия совершались в средневековый период?
 - а. религиозные;
 - б. познавательные;
 - в. паломнические;
 - г. спортивные;
 - д. туристские.
4. Основой ориентирования в походе является:
 - а. карта
 - б. компас
 - в. линии горизонта
 - с. все варианты верны

5. траверс это:

- 1)разновидность осыпей;
- 2)разновидность морены;
- 3)движение поперек склона горы или борта долины;
- 4)прохождение перевала

6. морена это:

- 1)скопление камней, принесенных ледником;
- 2)скопление на склонах гор и скал камней;
- 3)понижение в гребне горного хребта или массива;
- 4)мелководный участок русла реки

7. Наиболее удобный способ переправиться через реку

- 1) переправа в брод
- 2) переправа по бревну
- 3) переброска бревна через реку
- 4) подвесная переправа

8. Какие виды болот бывают:

- 1.Низинные
- 2.Торфяные
3. Верховные
4. Внутренние

Тема: «Личное и групповое туристское снаряжение». (6 баллов)

Время выполнения — 10 минут

Устный опрос в форме игры.

Участники делятся на три команды по классификации снаряжения:

- Личное
- Групповое
- Специальное

Каждой участнику дается задание, на выполнение которого дается не более 7 мин.:

1. Назовите из общего перечня несколько пунктов вашего вида снаряжения?
2. Опишите с учетом, каких требований подбирается ваш вид снаряжения?
3. В чем особенности вашего вида снаряжения в лыжном походе? В вводном?
4. Какую посуду рекомендуется брать с собой в поход?
5. В качестве чего можно использовать кусок полиэтилена в походе?
6. Требования к походной обуви?

Промежуточная диагностика. Тема: «Условные топографические знаки» (9 баллов)

Задание 1

Нарисовать, как обозначается на топографических картах: (5 баллов)

1. Ручей
2. Домик лесника
3. Смешанный лес
4. Кустарник
5. Впадина
6. Вершина горы
7. Овраг
8. Колодец

Задание 2

Нарисовать, как обозначается на топографических картах: (5 баллов)

1. Луг
2. Железная дорога

3. Мост на реке
4. Колодец
5. Овраг
6. Гора
7. Болото
8. Ручей

Задание 3. Определите магнитный азимут объекта. (2 балла)

Задание 4. Определите расстояние по карте в соответствии с масштабом. (2 балла)

Тема: «Организация туристского быта».

Время выполнения — 15 минут

Письменный опрос в форме теста: (8 баллов)

1. Какие привалы вы знаете?

- А. Малый привал
- В. Обеденный привал
- С. Ночлег
- В. Дневка

2. Какие требования предъявляются при выборе места для привала?

- А. Наличие питьевой воды
- В. Ровной площадки для установки палаток
- С. Наличие сухого топлива
- В. Наличие магазина

3. Расшифруйте понятие «Бивуак»

- А. Полевая стоянка для воинов
- В. Столовая
- С. Гостиница
- В. Палаточный лагерь

4. Выше или ниже по течению должен быть оборудован лагерь, если группа останавливается на реке, вдоль которой имеются населенные пункты?

- А. Выше
- В. Ниже
- С. В населенном пункте
- В. Не имеет значения

5. Какого типа костра не существует?

- А. Шалаш
- В. Колодец
- С. Звездный
- В. Домик

6. Нарисуйте известные вам виды костров, подпишите их названия, напишите их назначение

Вид костра	Рисунок	Назначение

Тема: «Техника безопасности». (7 баллов)

Время выполнения — 25 минут.

Письменный опрос

1. В каком месте рекомендуется брать воду из ручья?
 - А. Выше места бивуака
 - В. Ниже места бивуака
 - С. В месте бивуака
 - В. Не имеет значения
2. Какая опасность возможна при выборе места привала?
 - А. Опасны большие старые деревья, с поверхностной корневой системой
 - В. На берегу реки возможно подтопление, если вода начнет прибывать
 - С. Палатки не должны пострадать от искр костра при ветре
 - В. Все ответы верны
3. Укажите причины, вызывающие аварийную ситуацию:
 - А. Отсутствие дисциплины
 - В. Страх, паника в сложной ситуации
 - С. Слабая физическая и тактическая подготовка участников
 - Д. Недоброжелательные отношения в группе
 - Е. Все ответы верны
4. Как транспортируются острые и режущие предметы?
 - А. В чехлах
 - В. В отдельных рюкзаках
 - С. Не имеет значения
 - В. В открытом виде
5. Не рекомендуется разжигать костры...
 - А. На торфяниках
 - В. На берегу рек
 - С. На участках с любым сухостоем
 - Д. В лесу под кронами деревьев
6. Как рекомендуется поджигать растопку?
 - А. Снизу со стороны ветра
 - В. Не имеет значения
 - С. Сбоку напротив ветра
 - Д. Сверху напротив ветра
7. Какие требования предъявляются к походным продуктам?
 - А. Сбалансированность
 - В. Малый вес
 - С. Длительный срок хранения
 - Д. Хорошая транспортабельность
 - Е. Все ответы верны

Итоговая диагностика. Вопросы «Экологический блок» (12 баллов)

1. Экология - это:
 - а - наука о животных
 - б - наука об охране природы
 - в - наука об организмах и условиях их обитания
 - г - наука о связях животных и растений с окружающей средой
2. Группа организмов имеющих сходное внешнее и внутреннее строение, обитающих на одной территории и дающих плодовитое потомство называется:
 - а – видом
 - б – популяцией
 - в – экосистемой
 - г – биоценозом

3. Причина возникновения озоновых дыр:
- а - увеличение количества углекислого газа в атмосфере;
 - б - увеличение выбросов пыли в атмосферу;
 - в - увеличение выбросов фреонов в атмосферу;
 - г - увеличение выбросов воды в атмосферу;
4. Участок территории, на котором не ведутся различные виды хозяйственной деятельности называется:
- а – заповедником
 - б – заказником
 - в - памятником природы
 - г - национальным парком
5. Фактор окружающей среды, связанный с деятельностью человека называется:
- а – абиотическим
 - б – атмосферным
 - в – антропогенным
 - г – лимитирующим
6. Какой фактор не относится к антропогенным?
- а - атмосферное давление
 - б - сельское хозяйство
 - в - разрушение местообитания животных
 - г - чрезмерное охота
7. Почему нельзя мыть машины на берегу реки:
- а - в реку попадает грязь
 - б - некрасиво
 - в - разрушается берег
 - г - в воду попадают капли горючего и смазочные материалы, которые нарушают жизнь водных организмов
8. Вид который обитает только в данном регионе, называется:
- а – реликтом
 - б – эндемиком
 - в - охраняемым видом
 - г – космополитом
9. Наибольшее разнообразие видов встречается:
- а - в тундре
 - б - в тайге
 - в - в влажных тропических лесах
 - г - в степи
10. Растения, растущие на болоте:
- а - сфагнум, клюква, росянка;
 - б - ландыш, копытень, медуница;
 - в - клевер, лисохвост, овсяница
 - г - герань, василек, чертополох
11. Популяция – это:
- а) группа организмов одного вида, занимающая определённое пространство и функционирующая как часть биотического сообщества
 - б) группа организмов разных видов, занимающая определенное пространство и функционирующая как часть биотического сообщества
 - в) совокупность особей, функционирующих как часть биотического сообщества
 - г) совокупность особей одной семьи, контролирующих определенное пространство и функционирующих как часть биотического сообщества
12. Естественный шумовой фон составляет:

- а) 20-30 дБ
- б) 50-60 дБ
- в) 80-90 дБ
- г) 110-120 дБ

Методические материалы

Методическое обеспечение дополнительной образовательной программы

При организации работы с обучающимися по программе «Экологический туризм» педагог дополнительного образования должен придерживаться следующих основных положений: Концепции туристско-краеведческой деятельности (ТКД) учащихся, разработанной авторским коллективом во главе с доктором педагогических наук А.А. Остапцом-Свешниковым: Освоение окружающего мира средствами туристско-краеведческой деятельности осуществляется по принципу расширяющейся и углубляющейся спирали: от своей семьи, дома – к родному краю и другим регионам отечества; от созерцания-ознакомления - к научному исследованию действительности.

Структурной основой любого туристско-краеведческого мероприятия является туристско-краеведческий цикл (подготовка, проведение и подведение итогов), а связанные между собой циклы создают круглогодичную систему этой деятельности.

На каждый туристско-краеведческий цикл ставится комплекс воспитательно-оздоровительных задач, ориентированных на гармоничное развитие личности учащихся.

Реализация принципа самостоятельности и самоуправления осуществляется через подсистему туристских и краеведческих постоянных и временных (дежурных) походных должностей, имеющих определенный функционал жизненно важных обязанностей.

Функционирование подсистемы воспитательного воздействия: туристско-краеведческих традиций, законов, правил и норм, воспитание на истории, культуре и природе своей Родины.

Открытость, гибкость, вариативность системы, демократичность ее построения (доступность любому ученику), индивидуальный подход – состояние здоровья ребенка, его физическое развитие, особенности развития психических свойств и качеств.

Для достижения поставленных программой целей и задач необходимо соблюдать общепринятые педагогические принципы: наглядности, сознательности и активности, постепенного повышения требований, систематичности, доступности и индивидуализации, всесторонности развития.

Наглядность. Успешному освоению учебного материала способствует наглядное ознакомление с туристским снаряжением и инвентарем, картографическим материалом, техникой туризма, работой туристско-краеведческого объединения и отдельных воспитанников. Педагогу необходимо использовать учебные плакаты, специально изготовленные модели, макеты. Обучающиеся вместе с педагогом должны выходить (выезжать) на туристские слеты и соревнования для ознакомления с действиями туристско-спортсменов на трассах соревнований по технике туризма.

Сознательность и активность. Применение в тренировочном процессе упражнений-тренажеров, грамотного разъяснения пользы того или иного упражнения.

Постепенное повышение требований. Строгое соблюдение последовательности обучения техническим элементам туризма. Соответствие предлагаемых дистанций по возрасту и уровню подготовки обучающихся.

Систематичность. Проведение занятий не менее двух или трех раз в неделю. Процесс овладения разнообразными умениями и навыками, а так же развитие физических, интеллектуальных, волевых, эстетических качеств у обучающихся должны проходить в строго логическом порядке и взаимосвязи.

Доступность и индивидуализация. Доступность осуществляется дозированием тренировочных нагрузок, наличием нескольких ступеней сложности применяемых упражнений-тренажеров и тренировочных дистанций. Программа предусматривает возврат к прошедшему материалу для осуществления контроля усвоения и обучения отстающих обучающихся.

Всесторонность развития. Осуществляется путем комплексного развития всех физических качеств и овладения техникой туризма, с одной стороны, и воспитания личностных качеств - с другой.

Формами учебных занятий являются: лекции, практические занятия в помещении и на местности, соревнования по туризму, консультации, самостоятельная работа обучающихся.

Тренировки проводятся регулярно. Учебно-тренировочные занятия целесообразно строить по игровому принципу. Предусматриваются как практические, так и теоретические занятия. На теоретических занятиях изучаются основы знаний по всем темам программы, подводятся итоги соревнований, походов, ведется разбор дистанций, анализ ошибок, допущенных обучающимися на соревнованиях по туризму.

В периоды, наиболее благоприятные по погодным условиям в Мурманской области (сентябрь, октябрь, февраль, март, май) для проведения практических занятий на местности и соревнований, следует увеличивать количество учебно-тренировочных занятий, сокращая их во время наступления Полярной ночи и межсезонья (ноябрь, декабрь, январь, апрель).

С учетом природно-климатических условий Кольского Заполярья тренировочный процесс следует разделить на следующие основные периоды:

- подготовительные, предусматривающие проведение занятий с целью подготовки обучающихся к участию в соревнованиях по туризму, спортивному ориентированию без лыж и на лыжах (первые половины сентября и мая, декабрь и январь);
- соревновательные, предусматривающие участие обучающихся в соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию без лыж (сентябрь, октябрь. Вторая половина мая) и на лыжах (февраль, март);
- переходные, предусматривающие подведение итогов летнего и зимнего спортивных сезонов (ноябрь, апрель).

В подготовительные периоды решаются следующие задачи:

- развитие выносливости (общей и специальной);
- отработка техники и тактики туризма на местности;
- подготовка к участию в соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию.

Средствами в этот период служат разнообразные физические упражнения: легкая атлетика, гимнастика, лыжная подготовка, спортивные и подвижные игры. Для развития силы необходимо использовать упражнения с отягощениями. Эффект дополнительного отягощения оказывают бег в гору, по снегу, заболоченному грунту, песку. Типичны упражнения с преодолением собственного веса: приседания, отжимания, подтягивания, и с весом партнера.

В соревновательные периоды решаются следующие задачи:

- реализация спортивной формы в полном объеме в соревнованиях;
- сохранение спортивной формы на весь соревновательный период.

Основными средствами физической подготовки служат соревнования по туризму, спортивному ориентированию и другим видам спорта.

Проверкой подготовленности обучающегося являются соревнования. Соревнования лучше всего разделить на основные и подготовительные. Подготовительные соревнования служат для проверки и отработки отдельных элементов техники и тактики туризма, приобретения соревновательного опыта. На основных соревнованиях обучающиеся должны стремиться показать наивысший для себя результат.

После каждого старта необходимо делать подробный анализ действий и ошибок участников. Педагог должен вести учет роста и падения результатов.

Оценка знаний обучающихся осуществляется по итогам участия в соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию.

В переходные периоды решаются следующие основные задачи:

- активный отдых;
- поддержание спортивной формы;
- лечение травм.

Для решения этих задач следует использовать средства общей физической подготовки (поход, спортивные и подвижные игры с выездом на загородные базы).

Чтобы тренировочные занятия содействовали воспитанию волевых качеств, необходимо создавать трудные условия для выполнения заданий. Необходимо подбирать сложные, но решаемые задачи, постепенно усложняя их. Большое значение имеет постановка перспективной цели (ближней, дальней). Цель должна быть достаточно трудной, но вполне реальной.

Одним из важнейших условий роста мастерства туриста является умение преодолевать утомление. Преодоление трудностей обеспечивается волевыми усилиями обучающегося, направленными на мобилизацию резервных сил организма. Чтобы успешно решать эти задачи нужно увеличивать длительность и интенсивность нагрузок и сокращать время отдыха при переменном режиме работы.

Так как соревнования по туризму проводятся в любое время года, при различных погодных условиях, обучающемуся необходимо быть готовым к трудностям такого плана. Наилучшее средство – тренироваться в любую погоду.

Важно в тренировочном процессе уделять время вопросам врачебного контроля и самоконтроля, предупреждения травматизма, оказания первой медицинской помощи. Необходимо соблюдать режим дня, а через каждые 6 месяцев и по мере необходимости проводить медицинское освидетельствование обучающихся.

Дополнительный образовательный модуль к дополнительной общеобразовательной программе «Экологический туризм» (2года обучения) на летний период. 48 Ч

1. Практические занятия

1.1. Экскурсионное ориентирование. Выявить, сфотографировать, описать и нанести на бумажную основу экскурсионные объекты: памятники истории, архитектуры, искусства, природы и т.п. в микрорайоне школы, на своей улице (населенном пункте).

Участие в соревнованиях по туризму и спортивному ориентированию согласно календарному плану: первенствах города, области.

1.2. Разработка туристско-краеведческого маршрута по историческим, знаменитым и интересным местам своего края (сбор краеведческого материала, камеральная обработка собранного материала).

1.3. Упражнения на общую физическую подготовку

Упражнения на развитие выносливости: бег в равномерном темпе по равнинной и пересечённой местности, открытой, закрытой, заболоченной, бег в «гору». *Упражнения на развитие быстроты:* бег с высокого и низкого старта на скорость на короткие и средние дистанции, бег на месте в быстром темпе с высоким подниманием бедра, бег с внезапной сменой направления. *Упражнения на развитие гибкости:* упражнения на растяжку, упражнения с партнёром (пассивные и активные). *Упражнения на развитие ловкости и прыгучести:* прыжки (в длину, по кочкам, в высоту, вниз, с одной ноги, с двух ног), кувырки, перекаты. *Упражнения на развитие силы:* сгибание и разгибание рук в упоре, подтягивание, приседание на двух и одной ногах.

2. Зачётный летний поход (двухдневный или трехдневный поход)

Движение группы по маршруту протяженностью до 10 и более км с использованием плана местности (легенды) или организация должностного самоуправления в походе. Выполнение обязанностей в группе. Организация групп разведки маршрута движения. Организация и разбивка лагеря, бивака туристской группы. Установка тента, палаток (организация ночлегов). Заготовка дров и оборудование кострища. Приготовление пищи на костре под руководством педагога или родителей. Ориентирование на местности по легенде. Туристские игры и состязания («Лучшая команда», «Туристская полоса препятствий» и пр.). Конкурс знатоков птиц и животных леса (реки). Поиск, выявление и посещение интересных объектов природы, истории на маршруте и в окрестностях лагеря группы. Операция «Помоги природе» (очистка ближайших окрестностей от бытового мусора). Отчет о походе.

Содержание экспедиций, в которых участвуют учащиеся, уже имеющие необходимые практические навыки:

Фенологические наблюдения.

Наблюдение за животными в природе.

Запись голосов животных и птиц в природе.

Фотографирование животных и следов их жизнедеятельности.

Изучение влияния человека на видовой состав и состояние популяции диких животных.

Сравнительный анализ различных регионов.

Выявление видов биоиндикаторов в техногенных ландшафтах, определение степени воздействия антропогенных факторов на живую природу.

Расчет допустимых норм рекреационных нагрузок на конкретные природные комплексы.

Список основной литературы

1. Бостанджогло М. М. Детско-юношеский туризм и краеведение России: научно-методический журнал, № 3. – Москва, Агенство Азимут. -2014. -40 с.
2. Бостанджогло М. М. Детско-юношеский туризм и краеведение России: научно-методический журнал, № 4. – Москва, Агенство Азимут. -2015. -32 с.
3. Бостанджогло М. М. Детско-юношеский туризм и краеведение России: научно-методический журнал, № 2. – Москва, Агенство Азимут. -2015. -60 с.
4. Дурович А.П., Шульга Ч.К. Функции туризма // Организация туризма: Учебное пособие / А.П.Дурович, Н.И.Кабушкин, Т.М.Сергеева и др.; Под общ.ред. Н.И.Кабушкина и др. - Мн.: Новое знание, 2003. - 632 с. (С. 40- 41).
5. Егоренков Л.И. Экология туризма и сервиса :Учеб.пособие для студ.вузовобуч.погеогр.изэколог.спец. / Л. И. Егоренков. - М. : Финансы и статистика, 2003. - 208 с.
6. Закон РФ «Об особо охраняемых природных территориях» от 15.02.95. // Российская газета, 1995, 22 марта. Закон РФ «Об охране окружающей природной среды» // Российская газета, 1992, март.
7. Квартальнов В. А. Туризм : учебник для образоват. учреждений./ В. А. Квартальнов ; Рос. междунар. акад. туризма . - М. : Финансы и статистика , 2003,2004. - 320 с.
8. Колбовский Е. Ю. Экологический туризм и экология туризма 2006 г. , 256 Стр
9. Памятка «Оказание первой помощи пострадавшим». Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России 2015 г. – 92 с.
10. Коростелев Е.М. Практикум по экологическому туризму: Учебно – методическое пособие. – СПб., 2008. -94 с.
11. Константинов Ю. С. Детско-юношеский туризм: пособие для педагогов общеобразовательных учреждений. Минск: Нац. Ин-т образования, 2010. -208 с.
12. Константинов Ю. С. Организационно-педагогические условия туристско-краеведческой деятельности в образовательных учреждениях. – М.: Логос, 2011.-191 с.
13. Рыжков В. М. Программа детского туристического объединения Пеше-лыжный туризм.-2015.-79 с.
14. Ярошевич, Е.Н. Новый взгляд на школьный экологический туризм, как эффективную форму педагогического взаимодействия в системе формирования здоровогожизни учащихся»/Сборник материалов международной научно-практическойконференции «Педагогическое взаимодействие в системе отдыха и оздоровления детей:состояние и перспективы развития», НДОЛ «Зубренок», 2006 г.

Список дополнительной литературы

1. Биржаков М. Б.Введение в туризм : учебник / М. Б. Биржаков. - 7-е изд., перераб и доп. - СПб. : Невский Фонд : Изд. дом Герда, 2005,2006. - 448 с.
2. Биржаков М.Б. Введение в туризм (3-е изд.). - СПб. : «Издательский дом Герда», 2002. - 320 с.
3. Гаранин Н.И. Туризм и окружающая среда // Основы туристской деятельности: Учебник / Г.И.Зорина, Е.Н.Ильина, Е.Н.Мошняга и др.; Сост. Е.Н.Ильина. - М.: Советский спорт, 2000. - 200 с.
4. Ганиченко Л.Г. Котелок над костром. – М., Издательский дом «Вокруг света», 1994
5. Дроздов А.В. Основы экологического туризма. М. 2005. 271 с.

6. Храбовченко В.В. Экологический туризм: Учебно-методическое пособие. 2007 г. , 207 с.
7. Красная книга России и Мурманской области, 2017 г.

Приложение

Воспитательная работа

№	Содержание	Сроки
1	Проведение беседы по теме «Сохрани жизнь в океане!», просмотр в/ф «Живой океан в твоих руках» в рамках «Недели защиты животных» IFAW	Октябрь
2	Посещение выставок в музеях города и Центре художественных ремесел.	В течение года
3	Беседа «О вреде курения» в рамках декады «SOS!», просмотр в/ф «О вреде курения».	Декабрь
4	Проведение праздников «День защитника Отечества», «А ну-ка, девочки!». «Новогодний КВН»	Февраль, март, январь
5	Проведение беседы по теме «Памятники природы Мурманской области» в рамках дня Земли.	Апрель
6	Экскурсия в зооуголок	Октябрь, Май

Методическая работа

№	Содержание	Сроки
1	Предварительная диагностика (определение начального уровня подготовки обучающихся). Мониторинг результативности образовательного процесса- диагностика достигнутых результатов в обучении	октябрь
2	Корректировка программы «Экологический туризм».	Сентябрь
3	Подведение итогов работы за 2016-2017 учебный год (самоанализ).	Май

Работа с родителями

№	Содержание	Сроки
1	Проведение родительских собраний по темам: «Создание эмоционального настроения на совместную работу и атмосферы взаимного доверия» «Подведение итогов и перспектива совместной работы на следующий учебный год».	Сентябрь, Май
2	Индивидуальные беседы с родителями.	В течение года