

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 16 ГОРОДА ЕВПАТОРИИ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ»

**(МБОУ «СШ №16»)**

**РАССМОТРЕНО СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО**

на заседании ШМО Зам. директора по ВР Директор школы

от 20.08.2020 г. \_\_\_\_\_\_Ж.М.Кондрацкая \_\_\_\_\_\_\_О.А. Донцова протокол № 1 24.08.2020 г. Приказ № 463/01-16 Руководитель ШМО от 31.08.2020 г.

\_\_\_\_\_\_Н.А. Маслова

**Рабочая программа**

**внеурочной деятельности**

**«Экологический туризм»**

**для 6-х классов**

**на 2020 - 2021 учебный год**

**Составитель программы:**

**Евтошук Кристина Валерьевна,**

**Учи­тель географии**

**специалист**

**г. Евпатория - 2020**

Данная программа входит в число программ внеурочной деятельности и

ориентирована на социальное и общеинтелектуальное направления и интегрирована с

предметами естественно-научного цикла (биология, химия, физика).

Нормативные и правовые документы:

1. Закон «Об образовании в РФ» (ФЗ РФ от 29.12.2012 года № 273).

2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего

образования, утвержденный приказом министерства образования и науки РФ от 17

декабря 2010 г. № 1897.

**Цель программы:** формирование и развитие экологической культуры, экологических

знаний у обучающихся, вовлечение их в природоохранную деятельность.

Задачи программы:

-формирование стремления учащихся к познанию современных реалий экологии;

- формирование знаний о закономерностях и взаимосвязях природных явлений в

единстве неживой и живой природы, о взаимодействии и взаимозависимости

природы, общества и человека;

- формирование представлений об основных экологических понятиях, теориях,

факторах;

- развитие экологического мышления у детей;

- формирование у учащихся интереса к исследовательской деятельности,

эффективному методу воспитания экологической культуры;

- обеспечение выработки у учащихся приемов и навыков самостоятельной и

познавательной деятельности;

- привитию интереса у учащихся к проблемам окружающей среды;

- воспитание чувства уважения, любви и гордости за природу своего города и страны;

- повышение эрудиции учащихся по экологическим проблемам;

- вовлечение учащихся в практическую деятельность по охране окружающей среды;

- развитие умений ведения экологических исследований.

Основными принципами программы внеурочной деятельности «Я и природа»

являются: доступность, научность, систематичность, добровольность, связь с жизнью.

Включенный в содержание программы материал соответствует последним достижениям

науки об охране окружающей среды и ее пропаганде. Дидактический материал подбирается

с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся, уровня их

подготовленности, что делает материал доступным для восприятия. Изучаемый материал

располагается в порядке возрастающей сложности. Занятия строятся с учетом интересов

ребенка и личностного подхода.

Курс будет реализован в 2020-2021 учебном году.

1. **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Воспитание у обучающихся бережного отношения к природе – это забота о

сохранности природы, бережное использование ее ресурсов, приучение ребят с детских лет

заботиться о природных богатствах. Деятельность учащихся на данных занятиях может

способствовать реализации задач экологического воспитания.

Программа включает в себя знания по охране окружающей среды, практические

занятия, а также организацию и проведение творческих мероприятий.

Программа направлена на познание окружающей среды и способствует успеху

современного человека. Это достигается путем наблюдения за природой и активными

мероприятиями по ее защите; немаловажную роль в защите природы играет работа с

широкой общественностью, а также вовлечение учащихся в практическую деятельность по

решению проблем окружающей среды местного значения, агитационную деятельность

(акции практической направленности – очистка территории, пропаганда экологических

знаний - листовки, блиц-опросы, газеты).

Формы организации обучения: групповые и индивидуальные.

Методы обучения: частично-поисковый, исследовательский, метод взаимодействия,

метод коллективной творческой деятельности, метод проектной деятельности, словесные и

наглядные методы, практические.

Виды деятельности: беседы, дискуссии, конкурсы, акции, викторины, творческие

игры, практические работы, экскурсии.

Режим работы

Занятия проводятся 1 раза в неделю по одному академическому часу.

1. **ОПИСАНИЕ МЕСТА КУРСА В ПЛАНЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** Клуб юных экологов «Росток» ориентирован на социальное и общеинтелектуальное направления внеурочной деятельности. Программа двухгодичного курса обучения составлена из расчета 70 учебных часов на два учебных года (35 часа в год по 1 часу в неделю), рассчитана на учащихся 6 классов. Набор детей в группу – свободный (по желанию ребенка). В группе 15 человек.

IV. **ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ СОДЕРЖАНИЯ КУРСА** В качестве ценностных ориентиров курса Клуб юных экологов «Росток» выступают

объекты живой и неживой природы, к которым у обучающихся формируется ценностное

отношение. Основу познавательных ценностей составляют научные знания и научные

методы познания. Развитие познавательных ценностных ориентаций курса позволяет

сформировать:

- уважительное отношение к творческой деятельности;

- понимание необходимости здорового образа жизни;

-осознание необходимости соблюдать гигиенические правила и нормы.

Основу коммуникативных ценностей составляет процесс общения и грамотная речь.

Коммуникативные ценности ориентации курса способствуют:

-правильному использованию терминологии и символики;

- развитию потребности вести диалог, выслушивать оппонента, участвовать в

дискуссии;

- развитию способности открыто выражать и аргументировано отстаивать свою точку

зрения.

Курс направлен на формирование нравственных ценностей – ценностей жизни во всех

ее проявлениях, включая понимание самооценки, уникальности и неповторимости всех

живых объектов, в том числе и человека.

Ценностные ориентации, формируемые в сфере эстетических ценностей, предполагают

воспитание у обучающихся способности к восприятию и преобразованию живой природы по

законам красоты и гармонии; эстетическое отношение к объектам живой и неживой

природы.

**V. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

**ОСВОЕНИЯ КУРСА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (УУД)**

Данная программа ориентирована на формирование универсальных учебных действий

1. Личностные универсальные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы:

- ориентация в нравственном содержании и смысле поступков как собственных, так

и окружающих;

- установка на здоровый образ жизни.

Выпускник получит возможность для формирования:

- внутренней позиции учащегося на уровне положительного отношения к

внеучебной деятельности;

- установки на здоровый образ жизни и реализация его в реальном поведении и

поступках.

2. Предметные универсальные учебные действия.

Выпускник научится:

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и с условиями

ее реализации;

- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе

оценки и учета характера сделанных ошибок.

Выпускник получит возможность научиться:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

- самостоятельно учитывать действия в новом учебном материале;

- самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить

необходимые коррективы в исполнение, как по ходу его реализации, так и в конце

действия.

3. Метапредметные универсальные учебные действия.

Выпускник научится:

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнений учебных заданий

с использованием дополнительной литературы;

- устанавливать причинно-следственные связи.

Выпускник получит возможность научиться:

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов

библиотек и интернета;

- осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и

критерии для указанных логических операций;

- строить логические рассуждения, включающие установление причинноследственных связей.

4. Коммуникативные универсальные учебные действия.

Выпускник научится:

-договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

Выпускник получит возможность научиться:

- аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в

сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и

сотрудничества с партнером.

**VIII. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА**

Планируемые результаты реализации программы внеурочной деятельности «Экологический туризм» ориентирован на достижение первого, второго и третьего уровня воспитательных

результатов.

Воспитательные результаты первого уровня (приобретение школьниками знаний о

нормах экологического поведения в природе и совместной познавательной деятельности).

Ученик научится:

- планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее

реализации;

- строить рассуждения, пользуясь связью простых суждений об объекте, его

строении, свойствах и связях;

- классифицировать объекты по заданным свойствам;

- включаться в исследовательскую проектную деятельность под руководством

педагога;

-договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности.

Ученик получит возможность научиться:

- преобразовывать практическую задачу в познавательную;

- осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов

библиотек и интернета;

- задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и

сотрудничества с партнером;

- адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности.

Воспитательные результаты второго уровня (получение ребенком опыта

переживания и позитивного отношения к базовым ценностям общества, ценностного

отношения к природе как источнику жизни на Земле).

Ученик научится:

- вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его

оценки и учета характера сделанных ошибок;

- социально ориентироваться в окружающем мире;

Ученик получит возможность научиться:

- находить выходы из спорных ситуаций, не создавая конфликта;

- формулировать собственное мнение и позицию;

- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.

Воспитательные результаты третьего уровня (получение ребенком опыта

самостоятельного общественного действия).

Ученик научится:

- формулировать свои затруднения и обращаться за помощью;

- предлагать помощь и сотрудничество;

- оказывать взаимопомощь в совместной деятельности.

Ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем

различного характера;

- принимать ценности природного мира, следовать в своей деятельности

природоохранным нормам, нерасточительного, здоровьесберегающего поведения.

Наиболее эффективные формы достижения воспитательных результатов по

программе «Я и природа»:

- коллективная (задействованы все члены кружка), используется при объяснении

нового материала, на экскурсии;

- групповая (состав 4-5 человек), используется при выполнении практических

работ, творческих игр, акций и выступлений.

Оценка достижений воспитательных результатов по программе внеурочной деятельности «Экологический туризм».

В соответствии с целью и задачами программы предполагается оценка эффективности

её реализации: повышение экологического, культурного и интеллектуального уровней

обучающихся, осознание ими своей социальной позиции; здорового образа жизни и

бережного отношения к природе.

Отслеживание результативности усвоения программного материала осуществляется в

постоянном педагогическом наблюдении, мониторинге, через итоги разноплановых

контрольных форм работы: самостоятельная разработка учащимися текстов бесед,

сообщений, обзоров для выступлений перед аудиторией, выполнения реферативных работ,

их защита в группе; контрольные формы работы: тесты, контрольно – познавательные игры;

участие в общешкольной вне учебной деятельности.

Формы подведения итогов реализации образовательной программы:

- участие в общешкольных мероприятиях;

- экологический мониторинг школы.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ раздела и темы** | **Наименование разделов и тем** | **Кол-во часов** |
| 1. | ВВЕДЕНИЕ | 2 |
| 2. | ПРИРОДА ВОКРУГ НАС | 4 |
| 3. | ЭКОЛОГИЯ – НАУКА О НАШЕМ ДОМЕ | 5 |
| 4. | ЧЕЛОВЕК И ПРИРОДА | 4 |
| 5. | ЭКОЛОГИЯ ПОЧВЕНЫХ РЕСУРСОВ | 8 |
| 6. | ЗАГРЯЗНЕНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ БЫТОВЫМИ И ПРОМЫШЛЕННЫМИ ОТХОДАМИ | 4 |
| 7. | ОХРАНЯТЬ И ЗАЩИЩАТЬ | 2 |
| 8. | КАЛЕНДАРЬ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ДАТ | 2 |
| 9. | ЭКОЛОГИЯ И ЖИЗНЬ | 1 |
| 10. | Основы экологического туризма | 7 |
| 11. | Туристское снаряжение | 6 |
| 12 | Туристские умения и навыки | 7 |
| 13 | Туристский быт | 5 |
| 14 | Питание в походе | 5 |
| 15 | Правила поведения в походе | 3 |
| 16 | Правила санитарии и гигиены туриста. Доврачебная помощь в походе | 2 |

**Содержание курса внеурочной деятельности «Экологический туризм».**

**Тема 1.ВВЕДЕНИЕ (2 часа).**

Знакомство с программой, инструктаж по технике безопасности и ПДД. Распорядок работы. Проведение инструктажей по технике безопасности при проведении наблюдений в природе.

**Тема 2. ПРИРОДА ВОКРУГ НАС (4 часа)**

Законы и правила единства человека и природы. Многообразие растительного и животного мира своей местности. Составление кроссворда. Викторина: удивительный мир природы.

**Тема 3. ЭКОЛОГИЯ – НАУКА О НАШЕМ ДОМЕ (5 часов)**

История возникновения и развития экологии. Понятие «экосистема», общая характеристика. Основные компоненты экосистем. Жизнь в сообществах. Приспособленность к совместному обитанию. Цепи питания.

**Тема 4. ЧЕЛОВЕК И ПРИРОДА (4 часа)**

Влияние деятельности человека на природу. Использование природных богатств. Викторина: экологические знаки. Составление и оформление листовок о вреде сжигания мусора в осеннее - весенний период.

**Тема 5. ЭКОЛОГИЯ ПОЧВЕНЫХ РЕСУРСОВ (8 часов).**

Почва - наше природное богатство. Почва и здоровье человека. Загрязнение земель. Охрана и использование почв. Экология почв. Определение содержания нитратов в пищевых продуктах. Определение общих физических свойств почвы, общей гигроскопической влажности. Определение кислотности почвы.

**Тема 6. ЗАГРЯЗНЕНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ БЫТОВЫМИ И ПРОМЫШЛЕННЫМИ ОТХОДАМИ (4 часа)**

Промышленные и бытовые отходы. Современные проблемы утилизации мусора. Оценка загрязненности местности мусором. Уборка местности от мусора.

**Тема 7. ОХРАНЯТЬ И ЗАЩИЩАТЬ (2 часа).**

Состояние окружающей среды в Российской Федерации. Законы РФ «Об охране окружающей среды».

**Тема 8. КАЛЕНДАРЬ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ДАТ (2 часа)**

События и знаменательные даты, связанные с экологическими проблемами страны и мира в целом. Создание презентаций и выступления для начальной школы.

**Тема 9. ЭКОЛОГИЯ И ЖИЗНЬ (1 час)**

Профессии, которые стоят на страже охраны и преобразования природы.

**Тема 10.** **Основы экологического туризма (7 часов).**

Экологический туризм, как один из видов деятельности человека в природе. Виды памятников: истории, археологии, градостроительства и архитектуры, искусства. Древние памятники, историко-революционные, военные, трудовой славы, архитектурные и другие памятники, памятные места нашей области, района, станицы. Художественная, справочная литература, путеводители, фильмы, рассказывающие о памятниках истории и культуры нашей области. Мероприятия при подготовке и проведении походов и путешествии по изучению и охране памятников истории и культуры. Экскурсия на природу с целью ознакомления с экосистемами. Влияние туризма на экосистемы.

**Тема 11.** **Туристское снаряжение (6 часов).**

Необходимое групповое и личное снаряжение и зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды, длительности путешествия. Виды рюкзаков и палаток. Виды походных спальников, колья и колышки для установки палаток, очаги, ведра, крючки для подвешивания посуды. Составление списков личного и группового снаряжения. Установка палаток, подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. Тренировочные упражнения по укладыванию в спальный мешок.

**Тема 12.** **Туристские умения и навыки (7 часов)**

Способы и правила передвижения в походе. Особенности и скорость передвижения по равнинной и горной местности. Преодоление водных преград. Виды костров, правила выбора места и устройство костра (безопасность и охрана природы). Правила установки палатки. Тренировка в устройстве и разведении костра. Тренировочные упражнения в установке палатки и укладывании рюкзака.

**Тема 13**. **Туристский быт (5 часов)**

Что такое бивак. Выбор места для бивака с учетом правил охраны природы. Снятие бивака. Уборка места привала. Противопожарные меры. Сушка и ремонт одежды и обуви. Назначение и комплектование ремонтного набора, ремонт одежды.

**Тема 14. Питание в походе (5 часов)**

Набор продуктов. Меню, хранение продуктов. Правила приготовления пищи в походе. Использование ягод и грибов. Составление наборов продуктов и меню на одно-, двух-, трехдневный поход. Приобретение продуктов. Особенности приготовления различных видов походной каши (рецепты).

**Тема 15.** **Правила поведения в походе (3 часа)**

Техника безопасности во время проведения похода. Режим дня в походе, особенности режима дня на днёвке. Игры в походе.

**Тема 16.** **Правила санитарии и гигиены туриста. Доврачебная помощь в походе (2 часа)**

Гигиена туриста. Общие гигиенические требования в походе. Помощь при тепловом ударе. Ожоги. Помощь утопающему. Различные травмы. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях. Состав походной аптечки. Транспортировка пострадавшего.

**Календарно-тематическое** **планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № пп | | Дата | | Тема урока |
| план | факт | план | факт |
| ВВЕДЕНИЕ (2 часа) | | | | |
| 1 |  | 01.09. |  | Знакомство с программой, инструктаж по технике безопасности и ПДД. Распорядок работы. |
| 2 |  | 04.09 |  | Проведение инструктажей по технике безопасности при проведении наблюдений в природе. |
| ПРИРОДА ВОКРУГ НАС (4 часа) | | | | |
| 3 |  | 08.09 |  | Законы и правила единства человека и природы. |
| 4 |  | 10.09 |  | Многообразие растительного и животного мира своей местности. |
| 5 |  | 15.09 |  | Составление кроссворда. |
| 6 |  | 18.09 |  | Викторина: удивительный мир природы. |
| ЭКОЛОГИЯ – НАУКА О НАШЕМ ДОМЕ (5 часов) | | | | |
| 7 |  | 22.09 |  | История возникновения и развития экологии. |
| 8 |  | 25.09 |  | Понятие «экосистема», общая характеристика. |
| 9 | . | 29.09 |  | Основные компоненты экосистем. |
| 10 |  | 01.10 |  | Жизнь в сообществах. |
| 11 |  | 06.10 |  | Приспособленность к совместному обитанию. Цепи питания. |
| ЧЕЛОВЕК И ПРИРОДА (4 часа) | | | | |
| 12 |  | 08.10 |  | Влияние деятельности человека на природу. |
| 13 |  | 13.10 |  | Использование природных богатств. |
| 14 |  | 15.10 |  | Викторина: экологические знаки. |
| 15 |  | 20.10 |  | Составление и оформление листовок о вреде сжигания мусора в осеннее - весенний период. |
| ЭКОЛОГИЯ ПОЧВЕНЫХ РЕСУРСОВ (8 часов) | | | | |
| 16 |  | 22.10 |  | Почва - наше природное богатство |
| 17 |  | 27.10 |  | Почва и здоровье человека. |
| 18 |  | 29.10 |  | Загрязнение земель |
| 19 |  | 10.11 |  | Охрана и использование почв. |
| 20 |  | 12.11 |  | Экология почв. |
| 21 |  | 17.11 |  | Определение содержания нитратов в пищевых продуктах |
| 22 |  | 19.11 |  | Определение общих физических свойств почвы, общей гигроскопической влажности. |
| 23 |  | 24.11 |  | Определение кислотности почвы. |
| ЗАГРЯЗНЕНИЕ ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ БЫТОВЫМИ И ПРОМЫШЛЕННЫМИ ОТХОДАМИ (4 часа) | | | | |
| 24 |  | 26.11 |  | Промышленные и бытовые отходы. |
| 25 |  | 01.12 |  | Современные проблемы утилизации мусора |
| 26 |  | 03.12 |  | Оценка загрязненности местности мусором. |
| 27 |  | 08.12 |  | Уборка местности от мусора. |
| ОХРАНЯТЬ И ЗАЩИЩАТЬ (2 часа) | | | | |
| 28 |  | 10.12 |  | Состояние окружающей среды в Российской Федерации. |
| 29 |  | 15.12 |  | Законы РФ «Об охране окружающей среды». |
| КАЛЕНДАРЬ ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ДАТ (2 часа) | | | | |
| 30 |  | 17.12 |  | События и знаменательные даты, связанные с экологическими проблемами страны и мира в целом. |
| 31 |  | 22.12 |  | Создание презентаций и выступления для начальной школы. |
| ЭКОЛОГИЯ И ЖИЗНЬ (1 час) | | | | |
| 32 |  | 24.12 |  | Профессии, которые стоят на страже охраны и преобразования природы. |
| **Основы экологического туризма (7 часов)** | | | | |
| 33 |  | 29.12 |  | Экологический туризм, как один из видов деятельности человека в природе. |
| 34 |  | 12.01 |  | Виды памятников: истории, археологии, градостроительства и архитектуры, искусства. |
| 35 |  | 14.01 |  | Древние памятники, историко-революционные, военные, трудовой славы, архитектурные и другие памятники, памятные места нашей области, района, станицы. |
| 36 |  | 19.01 |  | Художественная, справочная литература, путеводители, фильмы, рассказывающие о памятниках истории и культуры нашей области. |
| 37 |  | 21.01 |  | Мероприятия при подготовке и проведении походов и путешествии по изучению и охране памятников истории и культуры. |
| 38 |  | 26.01 |  | Экскурсия в природу с целью ознакомления с экосистемами. |
| 39 |  | 28.01 |  | Влияние туризма на экосистемы. |
| **Туристское снаряжение (6 часов)** | | | | |
| 40 |  | 02.02 |  | Необходимое групповое и личное снаряжение и зависимости от района путешествия, способа передвижения, времени года и погоды, длительности путешествия. |
| 41 |  | 04.02 |  | Виды рюкзаков и палаток. |
| 42 |  | 09.02 |  | Виды походных спальников, колья и колышки для установки палаток, очаги, ведра, крючки для подвешивания посуды. |
| 43 |  | 11.02 |  | Составление списков личного и группового снаряжения. |
| 44 |  | 16.02 |  | Установка палаток, подготовка и ремонт имеющегося снаряжения. |
| 45 |  | 18.02 |  | Тренировочные упражнения по укладыванию в спальный мешок. |
| **Туристские умения и навыки (7 часов)** | | | | |
| 46 |  | 25.02 |  | Способы и правила передвижения в походе. |
| 47 |  | 02.03 |  | Особенности и скорость передвижения по равнинной и горной местности |
| 48 |  | 04.03 |  | Преодоление водных преград. |
| 49 |  | 09.03 |  | Виды костров, правила выбора места и устройство костра (безопасность и охрана природы). |
| 50 |  | 11.03 |  | Правила установки палатки |
| 51 |  | 16.03 |  | Тренировка в устройстве и разведении костра. |
| 52 |  | 30.03 |  | Тренировочные упражнения в установке палатки и укладывании рюкзака. |
| **Туристский быт (5 часов)** | | | | |
| 53 |  | 01.04 |  | Что такое бивак. |
| 54 |  | 06.04 |  | Выбор места для бивака с учетом правил охраны природы. |
| 55 |  | 08.04 |  | Снятие бивака. |
| 56 |  | 13.04 |  | Уборка места привала. Противопожарные меры. Сушка и ремонт одежды и обуви. |
| 57 |  | 15.04 |  | Назначение и комплектование ремонтного набора, ремонт одежды. |
| **Питание в походе (5 часов)** | | | | |
| 58 |  | 20.04 |  | Набор продуктов. Меню, хранение продуктов. |
| 59 |  | 22.04 |  | Правила приготовления пищи в походе |
| 60 |  | 27.04 |  | Использование ягод и грибов. |
| 61 |  | 29.04 |  | Составление наборов продуктов и меню на одно-, двух-, трехдневный поход. |
| 62 |  | 04.05 |  | Приобретение продуктов. Особенности приготовления различных видов походной каши (рецепты) |
| **Правила поведения в походе (3 часа)** | | | | |
| 63 |  | 06.05 |  | Техника безопасности во время проведения похода. |
| 64 |  | 11.05 |  | Режим дня в походе, особенности режима дня на днёвке. |
| 65 |  | 18.05 |  | Игры в походе. |
| **Правила санитарии и гигиены туриста. Доврачебная помощь в походе (2 часа)** | | | | |
| 66 |  | 20.05 |  | Гигиена туриста. Общие гигиенические требования в походе. |
| 67 |  | 25.05 |  | Помощь при тепловом ударе. Ожоги. Помощь утопающему. Различные травмы. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях. Состав походной аптечки. Транспортировка пострадавшего. |