

КРАСНОДАРСКИЙ КРАЙ

ГОРОД КОРЕНОВСК

(территориальный, административный округ (город, район, поселок))

Муниципальное образование Кореновский район
муниципальное общеобразовательное автономное некоммерческое учреждение
средняя общеобразовательная школа №17 им.К.В.Навальневой
(полное наименование образовательного учреждения)

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета
от « 28 » августа 2022 года протокол № 1
Председатель _____ /Мищенко Н.В./

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(дополнительного образования)

Кружка «Я шагаю по родному краю»

(указать предмет, курс, модуль)

НАЧАЛЬНОЕ ОБЩЕЕ, 1-4 КЛАССЫ

Уровень образования (класс) _____
(начальное общее, основное общее образование с указанием классов)

135 ч.

Количество часов _____

Шаврина Виктория Александровна

Учитель _____

Программа разработана на основе

1. Автор-составитель: Жилина Т.И., доцент кафедры начального образования ГБОУ ИРО Краснодарского края, кандидат педагогических наук

1. Содержание программы

Содержание программы представляет систему внеурочной деятельности следующих видов: игровая, познавательная, спортивно-оздоровительная и системообразующая - туристско-краеведческая:

➤ туристско-краеведческая деятельность направлена на воспитание у обучающихся любви к своему краю, его истории, культуре, природе, на развитие самостоятельности и ответственности обучающихся, формирование у них туристско-бытовых навыков;

➤ спортивно-оздоровительная деятельность направлена на физическое развитие обучающихся, развитие их ценностного отношения к своему здоровью, побуждает к здоровому образу жизни, воспитанию силы воли, ответственности, формированию установок на защиту слабых;

➤ игровая и познавательная деятельность способствуют раскрытию творческого, умственного и физического потенциала обучающихся, развитию у них навыков конструктивного общения, умений действовать в команде; овладению специальными методами краеведения, базовыми исследовательскими умениями.

Воспитательный и развивающий потенциал программы реализуется четырьмя модулями, содержание каждого из них усложняется от 1-2 к 3-4 классам, и предусматривает все вышеназванные виды внеурочной деятельности:

Модуль 1. «Азбука юного туриста» включает содержательные линии: походное снаряжение; туристические приемы и техники; топография и ориентирование; безопасность в походе; питание в походе; быт и гигиена в походе; этический кодекс туриста.

Модуль 2. «Изучаем родной край» включает содержание, соответствующее школьному краеведению, его направлениям (исследовательское, проектное, музейное) и видам (историческое; социально-экономическое; культуроведческое; природоведческое).

Модуль 3. Проведение туристско-краеведческих циклов «Мы идем в поход!». Организация циклов туристско-краеведческой деятельности: подготовка к прогулке, экскурсии, походу; проведение прогулки, экскурсии, похода; подведение итогов основных прогулок и экскурсий каждой учебной четверти.

Модуль 4. Итоговое мероприятие - однодневный поход (итоговый туристско-краеведческий цикл).

1 класс (33 часа)

Модуль 1. «Азбука юного туриста»

Какую пользу человеку приносят прогулки и экскурсии?

Что одеть на прогулку или экскурсию? Что означает «одеваться по погоде»? Одежда туриста - защита от холода, ветра, действия солнечных лучей,

дождя. В чём и как носить необходимые для питания на экскурсии или прогулке продукты и вещи? Походная сумка - это любая сумка, которую можно надеть через плечо и носить на боку или спине. Как правильно укладывать в походную сумку вещи и продукты? Как правильно ее носить? Делаем осознанный выбор необходимых вещей и продуктов для похода.

Как правильно расположиться на привале? Каждая группа располагается и складывает свои вещи на отведенном месте. Выполняет групповые задания, играет в подвижные игры. Сообща размещаются на походной скатерти-клеёнке принесенные с собой продукты, и все вместе едят. Заслушиваются рассказы родителей и знатоков. Перед уходом с привала собирается весь мусор и уносится к местам его сбора.

Как ориентироваться в своей школе и в рядом расположенных улицах? Что такое ориентиры, для чего они нужны? Вид на школу с квадракоптера (дрона и др.). Рисуем план. Как обозначить ориентиры на плане? Условные обозначения объектов. Читаем план (помещения, местности). Учимся прокладывать маршрут. Что такое маршрут? Определяем расстояние. Что находится на каждом этаже школы? Как короче пройти от своего класса до столовой, спортивного и актового зала, учительской, библиотеки, и т. д.? Хорошо ориентироваться в своей школе - это значит знать, где находится каждое помещение школы и как короче пройти до него из своего класса, других мест школы. Где находится твой дом, если смотреть от школьного порога или из окна класса?

Как правильно ходить группой? Правила поведения в строю. Выполнение строевых команд. Хождение в колонне по двое, по одному.

Правила безопасности на прогулках и экскурсиях. Правила перехода улицы: по какой части улицы, и по какой стороне должен ходить пешеход, чтобы не мешать другим пешеходам; правила перехода улицы со светофором и без светофора. Пользование общественным транспортом. Как быстро и организованно сесть в транспортное средство, быстро и организованно выйти из него; как надо себя вести в общественном транспорте. Осторожное поведение на прогулке и экскурсии - это внимательное наблюдение за дорогой и аккуратное преодоление встречающихся препятствий (канавка, рытвина, куст и т.д.). Главное правило: слушаться старших и хорошо себя вести. На остановках и привалах, а также в движении не ссорятся, оказывают помощь девочкам и слабым.

Модуль 2. «Изучаем родной край»

Культурные объекты, труд людей, ценность и красота рукотворного мира. Наблюдение погодных явлений, способы их фиксации. Измерение температуры термометром. Наблюдение и описание погоды «за окном». Сезонные изменения в природе (осенние-зимние-весенние изменения в живой и неживой природе). Взаимосвязи между человеком и природой.

Культурные объекты родного города/поселка. Труд людей. Ценность и красота рукотворного мира. Наблюдения за поведением животных в естественных условиях: повадки птиц, движения зверей, условия обитаний насекомых. Создание фото-видео-материалов.

Растения ближайшего окружения (узнавание, называние, краткое описание): лиственные и хвойные, дикорастущие и культурные; деревья, кустарники, травы. Разные группы животных: звери, насекомые, птицы, рыбы и др. (узнавание, называние, краткое описание). Оформление страниц «Определителя растений и животных школьного двора» рисунками, фотографиями, засушенными листьями и пр. Уметь представлять информацию в разной форме - текста, иллюстраций, видео, таблицы.

Модуль 3. «Мы идем в поход!» Примерные темы циклов туристско-краеведческой деятельности (по сезонному принципу):

1 четверть (осень). "Наша школа", "В гости к осени", и другие темы.

2 четверть (осень-зима): "Территория нашей школы", "Что окружает нашу школу", "Поздняя осень", "Здравствуй, гостя зима!" и др.

3 четверть (зима-весна): "Зимняя сказка", "Встречаем весну", "Наша улица" и др.

4 четверть (весна): "Красавица весна", "Награды в моем доме", "День Победы", и др.

Модуль 4. Итоговое мероприятие «Здравствуй лето!» - однодневный поход (подготовка и проведение), в том числе, посвящение первоклассников в «Знатоки краеведения».

2 класс (34 часа)

Модуль 1. «Азбука юного туриста»

Как правильно одеться на прогулку или экскурсию? Какой должна быть одежда в теплый (холодный) день для пешеходной экскурсии или прогулки по своему микрорайону, ближайшей к нему зеленой зоне? Делаем осознанный выбор одежды по погоде и по ситуации. Тренируемся укладывать вещи в походную сумку или рюкзачок. (Одна сумка или рюкзачок могут быть на двух-трех человек, несут их ребята по очереди).

Как правильно расположиться на привале, приготовить пищу, перекусить? Чем занять свободное время на привале (краеведческая деятельность, туристские песни, спортивные туры, художественная самодеятельность)? Каждая группа располагается на указанном ей месте. Все аккуратно складывают свои походные сумки или рюкзачки. До еды (пока ее готовят) заслушивают рассказы знатоков, выполняют индивидуальные и групповые задания по краеведению, играют в подвижные игры. Дежурные в это время раскладывают на клеенке-скатерти принесенные в поход продукты, сервируют стол, затем все вместе обедают. Перед уходом с привала - тщательная уборка места своего привала по принципу «После нас – лучше, чем было до нас».

Применение на практике знаний по ориентированию на местности по сторонам горизонта (по местным признакам, по Солнцу, по компасу). Определение сторон горизонта по компасу. Как ориентироваться в своем микрорайоне, населенном пункте? Хорошо ориентироваться - это понимать, где находится каждое помещение школы и как короче пройти до него из своего класса, других мест школы. Ориентироваться в своем микрорайоне, населенном пункте - это понимать, где находится, если смотреть от школы: твой дом,

другие жилые дома, магазины, учреждения и предприятия, в каких направлениях расположены какие улицы. Как быстрее дойти до нужного тебе места. Учимся прокладывать маршрут.

Как правильно ходить в группе на туристской прогулке? Какая дистанция должна быть между ребятами в строю на месте и в движении? Как правильно в строю останавливаться и начинать движение, не наталкиваясь друг на друга? Как правильно делать повороты на месте и в движении?

Правила безопасности на прогулках и экскурсиях. Главное правило: выполнение указаний старших и дисциплина. На маршрутах туристских прогулок и экскурсий соблюдают порядок расположения в строю, тишину при движении, не ссорятся, не устраивают возни, не обижают слабых.

Основные правила уличного движения для пешехода. Пользование городским общественным транспортом: надо вести себя в общественном транспорте так, чтобы пребывание в нем заслужило одобрение пассажиров и водителя.

Модуль 2. «Изучаем родной край»

Дневник наблюдений за погодой. Наблюдение и измерение: сезонные изменения в природе (осенние-зимние-весенние изменения в живой и неживой природе). Сезонная жизнь животных. Создание фото-видео-материалов.

Ориентирование на местности: определение сторон горизонта при помощи компаса. Хозяйственные занятия, профессии жителей родного города/станции/поселка. Создание фото-видео-материалов.

Модуль 3. «Мы идем в поход!» Примерные темы циклов туристско-краеведческой деятельности (по сезонному принципу):

1 четверть (осень) "Удивительный мир природы", Культурные и памятные места в нашем микрорайоне" и др.

2 четверть (осень-зима) "Поздняя осень", "Здравствуй, волшебница зима", "Промышленность нашего микрорайона" и др.

3 четверть (зима-весна): "В лес за сказкой", "Что интересного находится в нашем микрорайоне или селе", и др.

4 четверть (весна): "Встретим пробуждение природы", "Замечательные люди нашего микрорайона, населенного пункта" и др.

Модуль 4. Итоговое мероприятие «Здравствуй лето!» - однодневный поход (подготовка и проведение)

3 класс (34 часа)

Модуль 1. «Азбука юного туриста»

Как правильно одеться в различные времена года (осенью и весной, летом, зимой) на экскурсию и туристскую прогулку? Как предохранить одежду и себя от сильного ветра, дождя? Как правильно собрать походную сумку или рюкзачок. Подготавливаем походный планшет.

Как правильно расположиться на привале, приготовить продукты для еды, поесть, провести наблюдения и измерения; простейшие соревнования, игры? Каждая группа располагается на выбранном ею месте привала, но в

указанных границах общего лагеря. Ребята оборудуют свое место так, чтобы оно имело красивый и правильный туристский вид. До приема пищи выполняют задания по краеведению, устраивают подвижные и спортивные игры, заслушивают рассказы знатоков. В это время дежурные готовят обед, сервируют столы на клеенке-скатерти. Затем обедают. После обеда, во время отдыха, проводится показ номеров художественной самодеятельности.

Перед уходом с места привала тщательно убирается территория по правилу: "Чтобы на природе стало чище, чем было до нашего прихода".

Как ориентироваться в микрорайоне, населенном пункте? Хорошо ориентироваться в своем микрорайоне, населенном пункте - знать, как проходят улицы, где какие площади, переулки, где находятся различные учреждения культуры, различные организации, ведущие предприятия, службы быта, магазины. Ориентироваться по природным маршрутам - это значит знать, где данный маршрут начинается, как проходит и где заканчивается. Масштаб карты. Пешеходные маршруты населённого пункта Краснодарского края (крупномасштабная физическая карта местности). Учимся прокладывать маршрут на карте полукилометровке.

Как двигаться в походном строю по пересеченной местности? Преодоление в походном строю подъемов и спусков. Изменение скорости движения и дистанции. Взаимопомощь участников экскурсии или туристской прогулки на маршрутах по пересеченной местности.

Правила безопасности на экскурсиях и туристских прогулках. Выполнение указаний старших, организованность и дисциплина. Осознанно выполняют основные правила уличного движения для пешехода и транспорта.

На прогулке или экскурсии, туристской прогулке осторожно и правильно преодолевают простейшие препятствия, встречающиеся на пути (лежащие на земле сучья и стволы деревьев, спуски, низко висящие ветви и т. д.) и оказывают помощь товарищам в их преодолении.

Модуль 2. «Изучаем родной край»

Наблюдение роста растений, фиксация изменений. Растения родного города/станции/поселка, названия и краткая характеристика декоративного озеленения населенного пункта, охраняемых растений ближайшего природного окружения. Дневник наблюдений за погодой. Наблюдения жизни природного сообщества (лес, луг, пруд; сад, огород, поле). Фиксация фактов взаимосвязи в природном сообществе (фото-видео-материалы).

Модуль 3. Проведение туристско-краеведческих циклов «Мы идем в поход!». Организация циклов туристско-краеведческой деятельности: подготовка - проведение - подведение итогов основных прогулок и экскурсий каждой учебной четверти.

Модуль 4. Итоговое мероприятие - однодневный поход (итоговый туристско-краеведческий цикл). Квест-ориентирование по пешеходным маршрутам Нского населённого пункта Краснодарского края (карта полукилометровка местности).

4 класс (34 часа)

Модуль 1. «Азбука юного туриста»

Какую пользу человеку приносят туристские походы и прогулки? Туризм и краеведение воспитывают любовь к Родине. Любить Родину - значит ее знать; знать, что надо делать, чтобы родной край стал еще краше. Туризм и краеведение развивают интерес к знаниям.

Какое снаряжение, личное и групповое, надо брать с собой в однодневный поход? Состав личного и группового снаряжения для пешего однодневного похода по родному краю. Как одеваться в однодневный поход по родному краю, хранить личное и групповое снаряжение, правильно собирать свой рюкзак, укладывать вещи и продукты, подогнать на спине рюкзак и носить его в походе.

Как выбрать место для привала и расположиться на нем, организовать питание группы? Каждая группа располагается на выбранном ею месте, в границах общего лагеря. Ребята оборудуют свое место так, чтобы оно имело красивый вид и удобное для его участников положение, было достаточно безопасно. До еды (пока ее готовят) выполняют задания по краеведению, устраивают подвижные и спортивные игры как внутри своей группы, так и с соседними группами. Заслушивают рассказы знатоков. В это время дежурные готовят обед, сервируют столы на клеенке-скатерти. Затем обедают. Во время отдыха после еды участники выступают с номерами художественной самодеятельности или полными концертными программами. Перед уходом приводится в полный порядок место привала, чтобы каждый участник похода мог сказать: "Оно стало лучше, чем было до нас".

Как ориентироваться в своем районе, на маршрутах ближайшей зеленой зоны? Хорошо ориентироваться в своем районе - знать, где расположены основные достопримечательные места (учреждения культуры, службы быта, предприятия и учреждения, улицы и площади, транспорт) и как быстрее к ним проехать из своего микрорайона; знать, как подъехать к началу маршрута, как он проходит, где кончается, как вернуться домой или к своей школе.

План, карта. Компас. Пешеходные маршруты: Нский район Краснодарского края (административная карта края и района).

Как преодолевать простейшие препятствия на слабо пересеченной местности в походе. Преодоление подъемов и спусков со страховкой и помощью товарищей. Простейшая самостраховка при прохождении кустарника, небольших ручьев, канав и т.д. Правила безопасности на туристской прогулке и в однодневном походе по своему району, родному краю.

Дисциплина и организованность, беспрекословное выполнение указаний старших, своего туристского коллектива. Основные правила дорожного движения. Соблюдение правил самостраховки, помощи своим товарищам, страховки. Осознанное следование категорическому запрету делать попытки преодоления сложных препятствий. Сложные препятствия на маршруте надо обходить.

Модуль 2. «Изучаем родной край»

Изучение форм земной поверхности: равнины, горы, холмы, овраги. Подготовка фотодокументов, подтверждающих необходимость бережного отношения к природе; показывающих достопримечательности родного края: «Памятник(и) природы родного края», «Памятник(и) архитектуры родного края», «Народные промыслы родного края», «Водоем(ы) родного края», «Заповедник(и) родного края», «Полезные ископаемые родного края», «Ветераны войны (труда) родного края» и т.д. Выбор темы исследования каждым членом группы. Объединение в группы по интересам и распределение обязанностей (подготовка фотографий, описаний, списка литературы, оформление презентации и т. д.).

Модуль 3. Проведение туристско-краеведческих циклов «Мы идем в поход!». Организация циклов туристско-краеведческой деятельности: подготовка - проведение - подведение итогов основных прогулок и экскурсий каждой учебной четверти.

Три части туристского похода. Понятие туристского цикла однодневного похода. Основные разделы подготовки туристского похода. Основные разделы проведения однодневного похода. Основные разделы подведения итогов туристского цикла. Цели и задачи однодневного похода по родному краю.

Порядок комплектования туристских групп и распределения туристских и краеведческих должностей в группе на походы по родному краю. "Защита" туристской и краеведческой должности каждым перед коллективом группы. Обязанности по туристским должностям: командира, комиссара, краеведа, штурмана, ремонтного мастера, санитаря, оператора, заведующего питанием, заведующего снаряжением, физорга, культорга и редактора газеты (боевого листка), редактора дневника, казначея, руководителя агитбригады, Обязанности по краеведческим должностям: историка, географа, этнографа, ботаника, зоолога, геолога, гидролога, метеоролога, эколога, литературоведа, искусствоведа и т. п. При освоении родного края по одному или двум-трем направлениям краеведческого поиска: историк древнего периода, историк современного периода, историк Великой Отечественной войны и т. д., ботаник (специалист по деревьям, специалист по кустарникам, специалист по травам, специалист по мхам) и т.д.

Модуль 4. Итоговое мероприятие - однодневный поход (итоговый туристско-краеведческий цикл).

2. Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты (нормы и традиции поведения юного туриста-краеведа):

- знать и любить свою Малую Родину - родной дом, школу, улицу, город, село; осознавать причастность к прошлому, настоящему и будущему родного края; проявлять интерес к истории многонациональной культуре его жителей, уважения к своему и другим народам;
- стремиться к самостоятельности в обогащении своих знаний о Родине, проявлять любознательность, ценить знания и способы их получения;

- быть вежливым и опрятным, скромным и приветливым;
- соблюдать правила личной гигиены, здорового и безопасного (для себя и других людей) образа жизни; выполнять правила безопасного поведения бережного отношения к природной среде; осознанно выполнять правила безопасного поведения на дорогах и улицах; правила поведения в природной среде (в лесу, на водоеме и пр.), выполнять самооценку;
- проявлять миролюбие - не затевать конфликтов и стремиться решать спорные вопросы, не прибегая к силе;
- уметь сопереживать, проявлять сострадание к попавшим вбеду; стремиться устанавливать хорошие отношения с другими людьми; уметь прощать обиды, защищать слабых, по мере возможности помогать нуждающимся;
- быть трудолюбивым, следуя принципу «делу время, потехе час», доводить начатое дело до конца.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных действий, которые обеспечивают становление способности к самообразованию и саморазвитию. В 1-2 классах метапредметные результаты представлены на пропедевтическом уровне.

Совместная деятельность:

- понимать значение коллективной деятельности для успешного решения учебных и практических задач; активно участвовать в формулировании краткосрочных и долгосрочных целей совместной туристско-краеведческой деятельности;
- коллективно строить действия по достижению общей цели: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- выполнять правила совместной деятельности: справедливо распределять и оценивать работу каждого участника; считаться с наличием разных мнений; не допускать конфликтов, при их возникновении мирно разрешать без участия взрослого;
- ответственно выполнять свою часть работы.

Базовые исследовательские действия:

- проводить (по предложенному и самостоятельно составленному плану или выдвинутому предположению) наблюдения;
- моделировать ситуации на основе изученного материала о связях в природе (живая и неживая природа, цепи питания; природные зоны), а также в социуме (лента времени; поведение и его последствия; коллективный труд и его результаты и др.);
- проводить по предложенному плану опыт, несложное исследование по установлению особенностей объекта изучения и связей между объектами (часть - целое, причина - следствие);

- формулировать выводы и подкреплять их доказательствами на основе результатов проведённого наблюдения (измерения, исследования).

Работа с информацией:

- согласно заданному алгоритму находить в предложенном источнике информацию, представленную в явном виде;
- находить и использовать для решения учебных задач текстовую, графическую, аудиовизуальную информацию;
- читать и интерпретировать графически представленную информацию (карту, схему, таблицу, иллюстрацию);
- анализировать и создавать текстовую, видео-, графическую, звуковую информацию в соответствии с учебной задачей;
- фиксировать полученные результаты в текстовой форме (отчёт, выступление, высказывание) и графическом виде (карта, рисунок, схема, диаграмма).

Предметные результаты:

По окончании обучения программе младшие школьники должны *овладеть навыками* краеведческой работы; навыками пешеходного туризма;

должны уметь: фиксировать наблюдения; проводить простейшие исследования, обрабатывать и коллекционировать собранные краеведческие материалы;

должны узнавать и характеризовать представителей растительного и животного мира Краснодарского края и правила охраны природы; иметь представление об историческом и культурном наследии района и населенного пункта, в котором проживает обучающийся;

способны решать следующие жизненно-практические задачи: вести наблюдения за погодой и составлять прогнозы; научиться работать с различными источниками информации; уметь ориентироваться на местности.

3. Тематическое планирование

Порядок планирования занятий модулей 1-3 определяется педагогом самостоятельно, учитывая сезонные изменения в конкретной местности и другие обстоятельства (выбор темы целевых прогулок, экскурсий; их количество и пр.). Модуль 3. «Мы идем в поход!» содержит два (три) туристско-краеведческих цикла (целевые прогулки, экскурсии, экспедиции) в каждой четверти, краеведческое содержание которых соответствует материалу учебного предмета «Окружающий мир». Модуль 4. завершает годичное освоение программы, является итоговым мероприятием и должен быть приурочен к раннему летнему периоду – 2-3 декада мая. При составлении календарно-тематического плана следует также учитывать календарный план воспитательной работы школы, в том числе рекомендуемые даты проведения классных часов из цикла «Разговор о важном».

1 класс (33 часа)

№	Модуль, тема	Всего	В том числе		Формы организации внеурочной деятельности
			Теория	Практика	
1	Азбука юного туриста	8	2	6	игровая деятельность; совместная деятельность при выполнении практических, творческих заданий. Работа с планом помещения и местности.
2	Изучаем родной край	8	2	6	наблюдения, измерения; фото-видео- отчёт о наблюдениях, о встречах с интересными людьми и т. п.; минипроекты, миниисследования; практические работы с термометром
3	Мы идем в поход!	8	2	6	пешие целевые прогулки и экскурсии с туристско-краеведческими задачами в музей, на природу, на предприятие; совместная туристско-краеведческая деятельность; обсуждение процесса и результата совместной работы; ответственного выполнения своей части работы.
4	Итоговое мероприятие - однодневный поход (подготовка и проведение)	6		6	летний выездной палаточный лагерь, ориентированный на организацию активного отдыха обучающихся, закаливание (программа лагеря может включать мини-походы, квесты, игры, соревнования, конкурсы)
Всего в 1 классе		33*	6	24	3 часа*- резервное время

2 класс (34 часа)

№	Модуль, тема	Всего	В том числе		Формы организации внеурочной деятельности
			Теория	Практика	
1	Азбука юного туриста	8	2	6	игровая, спортивно-оздоровительная деятельность; совместная деятельность при выполнении практических, творческих заданий. Ориентирование на плане и на местности по сторонам горизонта, прокладываем маршрут.
2	Изучаем родной край	8	2	6	практические работы по ориентированию на местности, работа с компасом, наблюдения, измерения, графическое моделирование, мини-проекты, рассказывание, презентация результатов познавательной деятельности, Работа с планом, карто-

					схемой местности.
3	Мы идем в поход!	8	2	6	экскурсии, экспедиции с туристско-краеведческими задачами в музей, на природу, на предприятие; совместная туристско-краеведческая деятельность; обсуждение процесса и результата совместной работы; ответственного выполнения своей части работы. На подготовительном этапе - интерактивные занятия с распределением среди обучающихся ролей и соответствующих им заданий (например: фотограф, разведчик, гид, корреспондент, оформитель);
4	Итоговое мероприятие - однодневный поход (подготовка и проведение)	6		6	летний выездной палаточный лагерь, ориентированный на организацию активного отдыха обучающихся, закаливание (программа лагеря может включать мини-походы, квесты, игры, соревнования)
	Всего во 2 классе	34*	6	24	4 часа* - резервное время

3 класс (34 часа)

№	Модуль, тема	Всего	В том числе		Формы организации внеурочной деятельности
			Теория	Практика	
1	Азбука юного туриста	8	2	6	совместная деятельность при выполнении практических, творческих заданий по технике и приемам пешеходного туризма. Ориентирование по карте и на местности по Солнцу, часам, звездам.
2	Изучаем родной край	8	2	6	Наблюдение роста растений, фиксация сезонных изменений погоды, анализ и сравнение информации о погоде сайта Gismeteo.ru. Наблюдения жизни природного сообщества (лес, луг, пруд; сад, огород, поле), измерение, моделирование. Фиксация фактов взаимосвязи в природном сообществе (фото-видео-материалы).
3	Мы идем в поход!	8	2	6	исторические, биологические, тематические экспедиции с туристско-краеведческими задачами в природу, музей, к местам боевой и трудовой славы кубанцев, на подготовительном этапе - интерактивные занятия с целью "защиты" туристской и краеведческой должности учени-

					ка перед коллективом группы.
4	Итоговое мероприятие - однодневный поход (подготовка и проведение)	6		6	турслёт с участием команд, сформированных из педагогических работников, обучающихся и их родителей (законных представителей), включающий соревнование по спортивному ориентированию, конкурс на лучшую топографическую съёмку местности, конкурс знатоков лекарственных растений, конкурс туристской кухни, конкурс туристской песни, конкурс благоустройства командных биваков.
	Всего в 3 классе	34*	6	24	4 часа* резервное время

4 класс (34 часа)

№	Модуль, тема	Всего	В том числе		Формы организации внеурочной деятельности
			Теория	Практика	
1	Азбука юного туриста	8	2	6	совместная деятельность при выполнении практических, творческих заданий по технике и приемам пешеходного туризма. Ориентирование на местности по карте, по азимуту.
2	Изучаем родной край	8	2	6	совместная деятельность по освоению и применению методов краеведческих исследований (картографический, работы с архивными источниками, сайтами). Групповые (индивидуальные) исследовательские проекты: подготовка фотодокументов, подтверждающих необходимость бережного отношения к природе; показывающих достопримечательности родного края: «Памятник природы родного края», «Памятник архитектуры родного края», «Народные промыслы родного края», родного края» и пр.
3	Мы идем в поход!	8	2	6	исторические, биологические, тематические экспедиции с туристско-краеведческими задачами в музее, на природу, на предприятие; совместная туристско-краеведческая деятельность; обсуждение процесса и результата совместной работы; ответственного выполнения своей части работы. интерактивные занятия с целью проявить готовность руководить, выполнять поручения

					чения, подчиняться; справедливо распределять и оценивать работу каждого участника; считаться с наличием разных мнений; не допускать конфликтов, при их возникновении мирно разрешать без участия взрослого. "Защита" туристской и краеведческой должности перед коллективом группы.
4	Итоговое мероприятие - однодневный поход (подготовка и проведение)	6		6	Туристический слёт с участием команд, сформированных из педагогических работников, обучающихся и их родителей (законных представителей), включающий тематические конкурсы по краеведению и технике пешеходного туризма (знатоков лекарственных растений, туристской кухни, туристской песни, благоустройства командных биваков)
	Всего в 4 классе	34*	6	24	4 часа* резервное время

4. Календарно-тематическое планирование 1-4 классы.

1 класс						
№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Кол-во часов	Дата проведения		ЭОР	Основные виды учебной деятельности (УУД)
			план.	факт.		
Модуль 1. «Азбука юного туриста» (3ч+6ч)						
1	Азбука юного туриста. О пользе прогулок и экскурсий. <i>Практическое занятие.</i> Прогулка «Наша школа».	1 1			Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности (edsoo.ru)	Извлекать необходимую информацию из дополнительных источников (справочников, энциклопедий).
2	Азбука юного туриста. Одежда туриста. <i>Практическое занятие.</i> Прогулка «В гости к осени».	1 1			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Находить объекты на карте города. Действовать в команде, находить ориентиры.
3	Правила сбора походной сумки.	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Рисовать план маршрута.
4	<i>Практическое занятие.</i> Укладывание походной сумки. Прогулка. «Что окружает нашу школу»	2				
5	<i>Практическое занятие.</i> Прогулка в рощу. Правила привала.	2				Составлять маршрут следования. Выполнять строевые команды.
Модуль 2. «Изучаем родной край» (3ч+6ч)						
6	Сезонные изменения в городе. Птицы на улицах города.	1			Методические видеоуроки и доклады (edsoo.ru)	Усваивать полезную информацию.
7	<i>Практическое занятие.</i> Прогулка. Наблюдение погодных явлений. Развешивание кормушек. Повадки птиц.	2			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Наблюдать повадки птиц.

8	Обучение составлению фото и видеоотчётов о прогулках.	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Усваивать полезную информацию.
9	<i>Практическое занятие.</i> Экскурсия. «Поздняя осень на Кубани». Сбор природного материала.	2				Извлекать пользу из совместной прогулки.
10	История моего города.	1			Методические видеоуроки и доклады (edsoo.ru)	Усваивать полезную информацию
11	<i>Практическое занятие</i> Экскурсия. Культурные объекты родного города.	2			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Наблюдать и описывать культурные объекты города.

Модуль3. «Мы идём в поход» (3ч+6ч)

12	Составление «Определителя растений школьного двора»	1				Наблюдать виды растений и животного мира на школьном дворе Характеризовать сезонные изменения.
13	<i>Практическое занятие.</i> Экскурсия «Красавица весна». Сезонные изменения в природе.	2			Методические видеоуроки и доклады (edsoo.ru)	
14	«День Победы в моём городе». Встреча с фронтовиками.	1			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	
15	<i>Практическое занятие.</i> Конкурс рисунков на асфальте.	2			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
16	Наблюдение и описание погоды за окном.	1				Характеризовать признаки времён года.
17	<i>Практическое занятие.</i> Измерение температуры в здании и на улице. Создание фото и видео-материала.	2			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Проводить групповые наблюдения. Работать в группе. Выбирать вид деятельности.

Модуль 4. «Здравствуй, лето!» (6ч)

18	Подготовка и проведение однодневного похода. Посвящение первоклассников в «Знатоки краеведения».	6			https:// www.rospotrebnadzor.ru /about/info/news/ news_details.php? ELEMENT_ID=18422# :~:text=7.%20Для %20детей%20в %20возрасте,до %2010%20км%20в %20день	Участвовать в выездном палаточном лагере.
	Итого	33ч				

2 класс

№п/п	Содержание (Модуль, темы)	Кол-во часов	Дата проведения		ЭОР	Основные виды учебной деятельности (УУД)
			план.	факт.		
Модуль 1. «Азбука юного туриста». (3 ч+6ч)						
1.	Одежда и необходимые продукты для пешеходной экскурсии.	1			Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности (edsoo.ru)	Извлекать необходимую информацию; читать план школы. Находить свою школу на карте города.
2.	<i>Практическое занятие.</i> Укладываем походную сумку.	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
3.	Правила безопасности на экскурсиях. Движение в колонне.	1				Находить свой населённый пункт на карте района.
4.	<i>Практическое занятие.</i> Экскурсия по близлежащим к школе улицам города. Прокладываем безопасный маршрут.	2			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Наблюдать за окрестностями. Составлять устный отчёт об увиденном.
5.	Ориентиры на местности. Пользование городским транспортом.	1				Усваивать полезную информацию.
6.	<i>Практическое занятие</i> Экскурсия на предприятие города.	3			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Ориентироваться в городе. Двигаться в пешей колонне.

Модуль 2. «Изучаем родной край» (3ч+6ч)						
7.	<i>Практическое занятие.</i> Экскурсия в музей. «Животные Краснодарского края .	1 1			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Извлекать необходимую информацию из прослушанной лекции Двигаться в пешей колонне.
8.	Обсуждение процесса и результата экскурсии. Отчёт в рисунках.	1				
9.	Сезонные изменения в природе. «Зимушка-красавица». Календарь погоды.	1			Методические видеоуроки и доклады (edsoo.ru)	Обобщать полученные данные
10.	<i>Практическое занятие.</i> Прогулка в городской парк. Ориентирование. Компас.	2			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Проводить мини-исследование.
11.	<i>Практическое занятие.</i> Хозяйственные занятия жителей моего города. Экспедиция в ЖКХ.	3			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
Модуль 3. «Мы идём в поход»» (3ч+6ч ч)						
12.	«Промышленность нашего города». <i>Экспедиция</i> на ММК.	3				
13.	Интерактивное краеведческое занятие. «Быт и традиции коренного населения»	2			Методические видеоуроки и доклады (edsoo.ru)	
14.	<i>Практическое занятие.</i> Прогулка. «Путешествие в удивительный мир природы»"	2			Российская электронная школа	

					(resh.edu.ru)	Называть и знать достопримечательности Кореновска Соблюдать основные правила поведения на экскурсии.
15.	Достопримечательности моего города.	1			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	
16.	<i>Практическое занятие.</i> Посещение достопримечательностей. Сбор фотографий для галереи.	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
Модуль 4. «Здравствуй лето» (6ч)						Действовать в интересах команды. Выполнять обучающие роли.
17.	Летний выездной палаточный лагерь. Спортивные соревнования.	6			https://www.rospotrebнадзор.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=18422#:~:text=7.%20Для%20детей%20в%20возрасте,до%2010%20км%20в%20день	
	Итого	34				

3 класс

№п/п	Содержание (Модуль, темы)	Кол-во часов	Дата проведения		ЭОР	Основные виды учебной деятельности (УУД)
			план.	факт.		
Модуль 1. «Азбука юного туриста». (3 ч+6ч)						
1.	Азбука юного туриста. Одежда. Рюкзак. Походный планшет. Туристский маршрут.	1			Методические рекомендации по организации внеурочной деятельности (edsoo.ru)	Извлекать необходимую информацию. Готовиться к реальному походу
2.	<i>Практическое занятие.</i> Как предохранить походную одежду и себя от сильного ветра и дождя.	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
3.	Теория. Расположение на привале группами. Оборудование места. Подготовка игр.	1			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Находить свой населённый пункт на карте района.
4.	Подготовка художественных номеров	2				Наблюдать за окрестностями.

	для похода.					Составлять устный отчёт об увиденном.
5.	<i>Практическое занятие.</i> Поход в рощу. Отработка полученных знаний	3			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Ориентироваться в городе. Двигаться в пешей колонне.
6.	<i>Прогулка по городу.</i> Знаю улицы, площади, парки моего города.	2				Отрабатывать городские пешеходные маршруты.
Модуль 2. «Изучаем родной край» (3ч+6ч)						
7.	<i>Практическое занятие.</i> Экскурсия в город. Наблюдение за декоративным озеленением школьного двора и города.	1			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Извлекать необходимую информацию из увиденного Двигаться в пешей колонне.
8.	Обсуждение процесса и результата экскурсии. Отчёт в рисунках и фотографиях.	1				Передавать полученные впечатления Работать в группах
9.	Сезонные изменения в природе. Жизнь природных сообществ (сад, огород, поле).	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Обобщать полученные данные
10.	<i>Практическое занятие.</i> Фото и видеофиксация фактов взаимосвязей в природных сообществах.	2			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Проводить мини-исследование.
11.	<i>Экскурсия</i> в музей. «Красная книга Кубани».	1				Извлекать полезную информацию.
12.	Встреча с агрономом. Влияние	1			Российская	Слушать и задавать вопросы.

	климата на занятия людей Кубани.				электронная школа (resh.edu.ru)	
13.	<i>Экскурсия</i> на ипподром. Интересные профессии.	2				Ухаживать за лошадьми.
Модуль 3. «Мы идём в поход»» (3ч+6ч ч)						<p>Слушать экскурсовода. Фиксировать факты и впечатления. Делиться своими впечатлениями.</p> <p>Подготовить презентацию.</p> <p>Действовать в интересах команды. Выполнять обучающие роли.</p>
14.	<i>Практическое занятие.</i> Экспедиция к местам боевой славы. Суворовская крепость.	4			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	
15.	Анализ экспедиции. Что нового узнали, что увидели.	1				
16.	Презентация проектов. «Война коснулась и моей семьи»	2				
17.	<i>Практическое занятие.</i> Квест-игра. «Военная зарница»	2			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
Модуль 4. «Здравствуй лето» (6ч)						
18.	Подготовка и проведение велосипедного путешествия. Родители, дети, учителя. Конкурс туристской песни на привале.	6			https://www.rospotrebнадзор.ru/about/info/news/news_details.php	

					ELEMENT_ID=18422#:~:text=7.%20Для%20детей%20в%20возрасте,до%2010%20км%20в%20день
	Итого	34			

4 класс

№п/п	Содержание (Модуль, темы)	Кол-во часов	Дата проведения		ЭОР	Основные виды учебной деятельности (УУД)
			план.	факт.		
Модуль 1. «Азбука юного туриста». (3 ч+6ч)						
1.	Азбука юного туриста. Туристский маршрут. Ориентирование по карте и азимуту.	1			Методические видеоуроки и доклады (edsoo.ru)	Извлекать необходимую информацию. Готовиться к реальному походу
2.	<i>Практическое занятие.</i> Краеведение. Волонтёрская экспедиция на реку. «Мы за чистоту природы»	2			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
3.	Анализ экспедиции. Подготовка	1			Сферум - для тебя,	Находить свой населённый пункт

	презентации.				школы и жизни (sferum.ru)	на карте района.
4.		2				Наблюдать за окрестностями. Составлять устный отчёт об увиденном.
5.	<i>Практическое занятие.</i> Поход в рощу. Отработка полученных знаний	3			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Ориентироваться в городе. Двигаться в пешей колонне.
6.	<i>Прогулка по городу.</i> Знаю улицы, площади, парки моего города.	2				Отрабатывать городские пешеходные маршруты.
Модуль 2. «Изучаем родной край» (3ч+6ч)						
7.	<i>Практическое занятие.</i> Экскурсия в город. Наблюдение за декоративным озеленением школьного двора и города.	1			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	Извлекать необходимую информацию из увиденного Двигаться в пешей колонне.
8.	Обсуждение процесса и результата экскурсии. Отчёт в рисунках и фотографиях.	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Передавать полученные впечатления Работать в группах
9.	Сезонные изменения в природе. Жизнь природных сообществ (сад, огород, поле).	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	Обобщать полученные данные
10.	<i>Практическое занятие.</i> Фото и видеофиксация фактов взаимосвязей в природных сообществах.	2				Проводить мини-исследование.
11.	<i>Экскурсия</i> в музей. «Красная книга Кубани».	1			Российская электронная	Извлекать полезную информацию.

					школа (resh.edu.ru)	
12.	Встреча с агрономом. Влияние климата на занятия людей Кубани.	1			Методические видеоуроки и доклады (edsoo.ru)	Слушать и задавать вопросы.
13.	<i>Экскурсия</i> на ипподром. Интересные профессии.	2				Ухаживать за лошадьми.
Модуль 3. «Мы идём в поход»» (3ч+6ч ч)						Слушать экскурсовода. Фиксировать факты и впечатления. Делиться своими впечатлениями. Подготовить презентацию. Действовать в интересах команды. Выполнять обучающие роли.
14.	<i>Практическое занятие.</i> Экспедиция к местам боевой славы. Суворовская крепость.	4			Сферум - для тебя, школы и жизни (sferum.ru)	
15.	Анализ экспедиции. Что нового узнали, что увидели.	1			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
16.	Презентация проектов. «Война коснулась и моей семьи»	2				
17.	<i>Практическое занятие.</i> Квест-игра. «Военная зарница»	2			Российская электронная школа (resh.edu.ru)	
Модуль 4. «Здравствуй лето» (6ч)						
18.	Подготовка и проведение велосипедного путешествия. Родители, дети, учителя.	6			https:// www.rospotreb nadzor.ru/	

	Конкурс туристской песни на привале.				about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=18422#:~:text=7.%20Для%20детей%20в%20возрасте,до%2010%20км%20в%20день	
	Итого	34				

5. Литература

1. Остапец А. А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся. – М.: ЦДЮТК МО РФ. – 2001. 98 с.
А.А. Остапец-Свешников Примерная программа Туристско-краеведческой деятельности учащихся начальной школы. М., «Просвещение», 1991
2. Алиева Л. В. Актуальные проблемы образовательной туристско-краеведческой деятельности в научно-педагогическом наследии А. А. Остапца / Л. В. Алиева // «Вестник Академии детско-юношеского туризма и краеведения». – 2016. – № 4. – С. 7–10.
3. Остапец А. А., Алиева Л.В. «Школа жизни – окружающий мир». Из опыта программирования образовательной деятельности учреждения. Сборник программно-методических материалов. Авторский коллектив: А. А. Остапец, Л. В. Алиева и др. Под общей ред. Л. В. Алиевой. – М.: Департамент образования Москвы, ДДЮТЭ «Родина». – 2004.
4. Программа внеурочной проектной деятельности «Изучение природы родного края» Р.Г. Чураковой, «Программы по учебным предметам», М.: Академкнига/ учебник , 2012 г

Нормативные материалы

1. Письмо министерства образования, науки и молодежной политики Краснодарского края от 14.07.2017 № 47-13507/17-11 «Об организации внеурочной деятельности в образовательных организациях Краснодарского края»
2. О рекомендациях, как правильно организовать поход с участием детей. 22.07.2021 г. Материал с сайта Роспотребнадзора URL: https://www.rospotrebnadzor.ru/about/info/news/news_details.php?ELEMENT_ID=18422#:~:text=7.%20Для%20детей%20в%20возрасте,до%2010%20км%20в%20день (дата обращения 25.05.2022).
3. Нормы ГТО для младших школьников [Текст электронный] URL: <https://www.gto.ru/norms> (дата обращения 25.05.2022).

Тезаурус

Краеведение – комплексное изучение (исследование) конкретной территории с определенной целью.

Формы краеведения – государственное, общественное, школьное.

Цель школьного краеведения – развитие у учащихся интереса к природе, истории и культуре родного края, воспитание любви и уважения к своей малой родине как части огромной России.

Методы краеведения (методы краеведческих исследований) - картографический метод; визуальный метод (наблюдение); экскурсионный метод (метод экспедиций); метод анализа письменных источников; социологические методы (опрос, анкетирование); организация встреч с очевидцами событий; статистические методы.

Экскурсионный метод (метод экспедиций) включает сбор и анализ изобразительных источников; использование фото и киноматериалов и т.д.

Метод анализа письменных источников - архивных документов; мемуарных источников; эпистолярного наследия.

Статистические методы включают метод мониторинга; метод количественного анализа фактов.

Направления школьного краеведения: исследовательское; туристическое; проектное, музейное.

Виды школьного краеведения (по содержанию) – историческое; социально-экономическое; культурологическое; природоведческое.

Фенологические (сезонные) наблюдения - наблюдения за погодой своей местности; наблюдения за изменениями в неживой природе; наблюдения за жизнью живых существ (растения, животные); наблюдения за трудом и бытом людей.

Цель фенологических наблюдений в начальной школе - установление сезонных закономерностей и взаимосвязей в природе своей местности (живой и неживой).

О рекомендациях, как правильно организовать поход с участием детей*22.07.2021 г.*

Роспотребнадзор напоминает, чтобы поход прошел без происшествий и с пользой для здоровья, прежде всего необходимо все хорошо спланировать.

1. Правильный маршрут. В жаркую, сухую погоду, особенно летом, для похода стоит выбирать маршруты, которые проходят в основном в тени, через леса или рощи.

2. При планировании похода важно учитывать метеорологический прогноз, а также особенности климата региона.

3. Если поход предполагает ночевку на открытой местности, то температура воздуха ночью не должна быть ниже +15С.

4. Важно ознакомиться с информацией о санитарно-эпидемиологическом благополучии региона в отношении инфекционных заболеваний, состояния источников водоснабжения, качества питьевой воды, мест для купания и др.

5. На время похода необходимо обеспечивать детей кипяченой или бутилированной питьевой водой.

6. У детей обязательно должны быть головные уборы, закрытая обувь и одежда.

7. Для детей в возрасте 7-9 лет рекомендуется проводить однодневные походы, 10-13 лет — одно-двухдневные походы, с 14 лет — в двух-трехдневные походы.

8. В походе не должны участвовать дети с признаками заболеваний.

9. Протяженность похода для младших школьников (7-11 лет) — не более 5 км, для старших классов — от 8 до 10 км в день.

10. Скорость передвижения не более 3 км/ч. Через каждые 45-50 мин ходьбы следует делать остановки на 10-15 мин.

11. Вес рюкзака для младших школьников не должен превышать 2 кг, для старших школьников, совершающих 2-3-дневный поход — 8-9 кг (спальный мешок — 2 кг, рюкзак — 0,5-1 кг, коврик теплоизоляционный — 0,1 кг, личные вещи — 3 кг, продукты питания — до 1 кг в день, личная медицинская аптечка и ремнабор — 0,2 кг, групповое снаряжение — 1 кг).

12. Перед походом следует проверить набор и качество упаковки продуктов, наличие достаточного количества одноразовой посуды, а также снаряжение, состояние обуви и одежды участников.

Примерный набор продуктов в граммах в день на одного участника похода

Хлеб черный и белый, сухари, печенье, хлебцы хрустящие — 500 г, крупы, макаронные изделия, готовые концентраты каш — 100-200 г, концентраты супов в пакетах — 50 г, масло сливочное топленое — 50-60 г, мясо тушеное — 150 г, сахар, кондитерские изделия — 80-100 г, сосиски консервированные в банках — 50 г, рыбные консервы в натуральном соку, масле для приготовления первых блюд — 50 г, овощи свежие -100 г, овощи сухие, сублимированные — 50 г, молоко сухое, сливки сухие — 25-30г, молоко сгущенное — 50 г, сыр, сыр плавленый — 20-40 г, фрукты свежие — 100г, сухофрукты разные — 30 г, кофе ненатуральный — 3 г, какао-порошок — 10 г, чай — 4 г, лавровый лист, лук, чеснок — 30-40 г, витамины, соль 10-12 г.



РОСПОТРЕБНАДЗОР

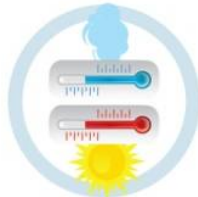
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

О РЕКОМЕНДАЦИЯХ, КАК ПРАВИЛЬНО ОРГАНИЗОВАТЬ ПОХОД С УЧАСТИЕМ ДЕТЕЙ

Роспотребнадзор напоминает, что в жаркую погоду необходимо учитывать особенности детского организма и внимательно следить за состоянием здоровья детей.



1. **Правильный маршрут.**
В жаркую, сухую погоду, особенно летом, для похода стоит выбирать маршруты, которые проходят в основном в тени, через леса или рощи.



2. При планировании похода важно учитывать метеорологический прогноз, а также особенности климата региона.



4. Важно ознакомиться с информацией о санитарно-эпидемиологическом благополучии региона в отношении инфекционных заболеваний, состояния источников водоснабжения, мест для купания и др.



5. На время похода необходимо обеспечить детей кипяченой или бутилированной питьевой водой.



6. У детей обязательно должны быть головные уборы, закрытая обувь и одежда.



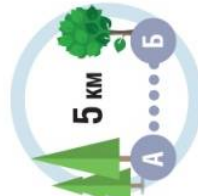
7. Для детей в возрасте 7-9 лет рекомендуется проводить однодневные походы, 10-13 лет — одно-двухдневные походы, с 14 лет — в двух-трехдневные походы.



8. В походе не должны участвовать дети с признаками заболеваний.



9. Протяженность похода для младших школьников (7-11 лет) — не более 5 км, для старших классов — от 8 до 10 км в день.



10. Скорость передвижения не более 3 км/ч. Через каждые 45-50 мин ходьбы следует делать остановки на 10-15 мин.



11. Вес рюкзака для детей должен соответствовать возрастной шкале и допустимой нагрузке участников.



12. Перед походом следует проверить набор и качество упаковки продуктов, снаряжение, состояние обуви и одежды участников.

Примерный набор продуктов в граммах в день на одного участника похода

- хлеб черный и белый, сухари, печенье, хлебцы хрустящие — 500 г
- крупы, макаронные изделия, готовые концентраты, каш — 100-200 г
- концентраты супов в пакетах — 50 г
- масло сливочное топленое — 50-60 г
- мясо тушеное — 150 г
- сахар, кондитерские изделия — 80-100 г
- сосиски консервированные в банках — 50 г
- рыбные консервы в натуральном соку, масле для приготовления первых блюд — 50 г
- овощи свежие - 100 г
- овощи сухие, сульфимированные — 50 г
- молоко сухое, сливки сухие — 25-30 г
- молоко стуженное — 50 г
- сыр, сыр плавленый — 20-40 г
- фрукты свежие — 100 г
- сухофрукты разные — 30 г
- кофе ненатуральный — 3 г
- какао-порошок — 10 г
- чай — 4 г
- лавровый лист, лук, чеснок — 30-40 г
- витамины, соль 10-12 г.

Подробнее на www.rosпотребнадзор.ru