

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Главное управление общего и профессионального образования Иркутской области  
Муниципальное образовательное учреждение  
«Ульканская средняя общеобразовательная школа №2»

**СОГЛАСОВАНО**

Руководитель МС

 /И. А. Тримасова/

Протокол № 2

от «20» «апреля» 2019 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МОУ

"Ульканская средняя  
общеобразовательная  
школа № 2"

 Е.П.Русанова/

Приказ № 116 от

«21» «апреля» 2019 г.



## МНОГОДНЕВНЫЙ ПОХОД

### «По заветным местам»

**Программа летнего отдыха и занятости обучающихся**

Автор программы:  
Арбатский А.А.,  
учитель технологии,  
руководитель кружка  
«Юный турист».

## I. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА

### 1. Полное наименование программы:

*Многодневный поход «По заветным местам».*

### 2. Автор программы:

*АРБАТСКИЙ Андрей Александрович, учитель технологии.*

*Муниципальное образовательное учреждение «Ульканская средняя общеобразовательная школа №2».*

### 3. Учреждение, заявившее программу:

*п. Улькан, Муниципальное образовательное учреждение «Ульканская средняя общеобразовательная школа №2».*

### 4. Полный адрес учреждения:

*666534, Иркутская область,  
Казачинско – Ленский район,  
поселок Улькан,  
ул. Машурова, 1.  
тел/факс ( 39562 ) 3 –20 –77*

### 5. Цель программы:

*Создание условий, способствующих формированию у детей гуманного отношения к своему здоровью, к окружающей среде.*

### Задачи:

- *Организация летнего отдыха, оказание социальной помощи детям малообеспеченных, неполных и многодетных семей.*
- *Формирование первичных навыков успешного «выживания» в условиях передвижного палаточного лагеря..*
- *Привитие интереса к занятиям рыбной ловли.*
- *Укрепление физического и психологического здоровья подростков через комплекс физкультурно-спортивных и туристических мероприятий.*

### 6. Образовательные области, в которых реализуется программа:

*Естествознание*

### 7. Специализация (профиль) программы:

*Туризм, краеведение, экология*

### 8. Возраст и категории школьников, для которых предназначена программа:

*12-15 лет, дети, состоящие на учёте КДН, из многодетных, малообеспеченных и неполных семей, проявляющие интерес к познанию природы родного края, рыбной ловли:*

- *из многодетных семей – 6*
- *из неполных семей – 2*
- *из малообеспеченных семей – 7*
- *на учёте в КДН – 3.*

### 9. Краткая информация об опыте работы по данному направлению:

*В нашей школе уделяется большое внимание туристско-краеведческой работе. Ученики школы принимают участие в ежегодных районных туристических слетах. Они собрали материал о природе района для школьного краеведческого музея. Учащиеся работают*

в НОУ по краеведческому направлению. Ими были написаны такие работы как: «Мерзлотные явления Казачинско-Ленского района», «Источник Солёный» и др. Наши школьники постоянные участники областной научно-практической конференции «Байкальское кольцо».

Ежегодно дети участвуют в районном конкурсе экскурсоводов, где выступают по темам «Феноменальные явления Казачинско-Ленского района», «Первый и последний день войны», «Первопроходцы БАМа» и др.

Проводится исследовательская работа на минеральных источниках «Галая».

Традиция школы – организация и проведение однодневных походов в окрестностях поселка, многодневных туристических походов по территории района.

В школе работает туристический кружок «Юный турист».

### **11. Географическое место:**

Иркутская область, Казачинско-Ленский район

Побережья рек и проток: Киренга, Улькан, Гирбилак, Юхтинка, Змеинка.

## II. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Лето – это радостная пора для детей, время забот и тревог для взрослых. Родители озабочены: каким образом организовать своему ребёнку отдых, как не оставить его на улице без присмотра?

На помощь приходит школа и по мере сил и возможностей решает проблему летней занятости детей. Главное, чтобы никто из ребят в летнее время не скучал, не болтался без дела, ведь в воспитании каникул не бывает.

В нашей школе богатый опыт по организации и проведению походов однодневного и многодневного характера. А просторы района богаты местами, где природа очень красива и эти места хочется открыть детям.

Осуществить это можно через реализацию программы передвижного палаточного лагеря.

В ходе подготовки программы был проведён социологический опрос школьников 6-9 классов.

По данным опроса выяснилось, что:

- ребята мечтают о романтике приключений;
- ребята мечтают пожить в палаточном лагере;
- ребята желают научиться рыбачьему промыслу;
- ребята умеют рыбачить, но родители не отпускают одних на рыбалку;
- папы «заядлые» рыбаки, но детей с собой не берут;
- ребята любят природу, но никогда не ходили в многодневные походы.

На основании этого было решено снарядить туристско-краеведческую экспедицию «По заветным местам».

Экспедиция пройдёт свой маршрут за 10 дней.

Во время функционирования лагеря будет организована «Школа юного туриста» (ШЮТ)

В ШЮТ подростки освоят:

- курс юного рыболова (КЮР);
- курс азбуки туризма (КАТ);
- курс юного повара (КЮП);
- курс психологической поддержки (КПП).

По окончании занятий в ШЮТ подросткам, сдавшим зачёт, будет присвоено звание «Юный турист» и выдано соответствующее удостоверение.

Для передачи житейского и профессионального опыта к работе в ШЮТ будут привлечены профессионалы своего дела: повар, психолог, руководитель кружка «Основы туристической деятельности» и рыболовы любители.

Реализация программы рассчитана на атмосферу палаточного лагеря, со всеми необходимыми условиями его функционирования, учитывая главные задачи – отдых, обучение туризму, рыбной ловле и оздоровлению детей.

### **III. ОПИСАНИЕ РАЗДЕЛОВ ПРОГРАММЫ**

#### ***1. Организационно – хозяйственный.***

Организационно – хозяйственный этап необходим для эффективного выполнения данной программы в летний период. Содержание данного этапа включает следующее:

- Составление программы, разработка плана маршрута.
- Подготовка туристического снаряжения, закупка продуктов и необходимых материалов для жизнедеятельности в палаточном лагере.
- Обеспечение материалов для культурной жизни лагеря.
- Организация дежурства по лагерю, контроль за его санитарным состоянием.
- Обеспечение контроля за соблюдением правил пожарной безопасности.
- Инструктаж участников экспедиции.
- Решение текущих хозяйственных вопросов.

#### ***2. Туристско – краеведческий и оздоровительный.***

- Передвижение по маршруту.
- Проведение спортивных и туристических соревнований и мероприятий согласно плану.
- Обеспечение безопасности во время проведения спортивно – туристических соревнований.
- Основы ориентирования
- Укрепления здоровья детей через закаливание, соблюдение режима, отдых и спортивные игры.

#### ***3. Общественно-полезный.***

- Очистка побережья рек от мусора, в местах дислокации палаточного лагеря.
- Соблюдение правил экологической культуры при обустройстве бивака

#### ***4. Культурно - массовый.***

- Подготовка и проведение конкурсов, костровых вечеров согласно плану.

#### ***5. Информационный.***

- Социологический опрос.
- Видео- и фотосъемки.
- Организация фотовыставки, выставки рисунков по окончании «творческих каникул»

#### IV. КАЛЕНДАРНЫЙ ПЛАН

*Чтобы день наш был прожит не зря,  
Чтоб работа в руках кипела,  
Девиз второй половины дня –  
«Ни дня без интересного дела».*

<p>1 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Организационный сбор.</li><li>2. Ознакомление с планом и маршрутом похода.</li><li>3.Распределение обязанностей.</li><li>4.Игра - знакомство</li></ol>	<p>6 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Марш – бросок Улькан-Гарбилак (устье реки Гарбилак)</li><li>2. Психологический тренинг (КПП).</li><li>3. Занятие по профилю:Курс юного рыбака (КЮР). Рыбалка.</li><li>4. «На земле и на воде с песней будем мы везде».</li></ol>
<p>2 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Марш-бросок Улькан – Тарасово (Устье рек Киренга и Улькан)</li><li>2.Открытие школы юного туриста (ШЮТ).</li><li>3. Занятие по профилю:Курс юного рыбака (КЮР). Рыбалка.</li><li>4.Вечер «Расскажи мне о себе».</li></ol>	<p>7 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1 Занятие по профилю: Курс юного повара (КЮП).</li><li>2.Спортивно-туристическое состязание «Тропа Маугли» (КАТ).</li><li>3. Рыбалка. (КЮР)</li></ol>
<p>3 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Азбука туризма, походная кухня.</li><li>2. Викторина «Травушки-муравушки».</li><li>3. Занятие по профилю: Курс юного рыбака (КЮР).Рыбалка.</li><li>4.Костровой вечер «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались».</li></ol>	<p>8 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Марш – бросок Улькан – Киренга (берег реки «Змеинка»)</li><li>2.«Колумбы собственного «Я» (психологическая игра – КПП)</li><li>3. Занятие по профилю: Курс юного рыбака (КЮР).Рыбалка.</li><li>4.Игра «Крутой поворот».</li></ol>
<p>4 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Марш – бросок Улькан – Юхта (устье реки Юхтинка)</li><li>2. Занятие по профилю: Курс азбуки туриста (КАТ).</li><li>3.Рыбалка.</li><li>4. Спортивные игры.</li></ol>	<p>9 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1.Заккрытие ШЮТ (школы юного туриста - сдача зачетов.)</li><li>2. Рыбалка.</li><li>3. Праздник «Клёво!»</li><li>4.Дискотека.</li></ol>
<p>5 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Занятие по профилю: Курс юного повара (КЮП).</li><li>2. День открытий «Хочу всё знать».</li><li>3. Рыбалка.</li><li>4.Конкурс «Самый, самый».</li></ol>	<p>10 ДЕНЬ</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. 2. Подведение итогов похода, вручение удостоверений «Юный турист».</li><li>2.Заккрытие лагеря.</li><li>3.Возвращение домой.</li></ol>

## **V. ПРИЛОЖЕНИЕ**

### **Приложение 1**

#### ***Режим дня***

- 8.00 – 8.15 – подъем, утренний туалет
- 8.15 – 8.30 – зарядка
- 8.30 – 9.00 – завтрак
- 9.00 – 11.00 – утренний лов
- 11.00 – 12.00- занятия в ШЮТ
- 12.00 – 13.00 - обед
- 13.00 – 14.30 – отдых
- 14.30 – 15.30 – купание в реке, солнечные ванны
- 15.30 – 16.00 – полдник
- 16.00 – 17.30 – спортивные мероприятия, подвижные игры
- 17.30 – 18.00 – подготовка снастей к рыбалке
- 18.00 – 19.00 – ужин
- 19.00 – 22 00- вечерний лов
- 22.00 – 22.30 – подготовка ко сну
- 22.30 - отбой

### **Приложение 2**

#### ***Ожидаемые результаты***

В результате туристической похода дети:

- углубят свои знания по туризму и основам рыбной ловли;
- получат знания по основам природоохранного законодательства;
- получат мощный эмоциональный заряд;
- научатся работать и отдыхать сообща;
- укрепят физическое и психологическое здоровье;
- сформируют первичные навыки успешного «выживания» в условиях палаточного лагеря;
- воспитают в себе чувство взаимопомощи, взаимопонимания;
- решат проблему отдыха в летний период.

**Информация о маршруте следования  
и организации безопасности**

**Маршрут следования:**

- 1 день – Организационный сбор. Игра – знакомство.
- 2 день - п. Улькан – Тарасово (устье рек Киренга и Улькан)
- 4 день – п. Улькан - Юхта (устье реки Юхтинки)
- 6 день - п. Улькан – Гарбилак (устье реки Гарбилак)
- 8 день - п. Улькан – Киренга (берег реки «Змеинка»)
- 10 день – выезд на автобусе в п. Улькан

**Размещение лагеря на ночлег:**

Палатки будут располагаться на сухих горизонтальных площадках с твёрдым грунтом, на возвышенном месте.

Палатки прочные, непромокаемые, ветроустойчивые. Площадь спального места на одного человека соответствует по санитарно-гигиеническим нормам, поэтому, для 20 человек приготовлено:

- 5 четырёхместных палаток;
- полиэтиленовая плёнка на дно каждой палатки;
- теплоизоляционные коврики для каждого участника;
- спальные мешки для каждого участника.

**Организация безопасности:**

1. Безопасность детей во время похода будет обеспечена кадровым составом в количестве 4 взрослых, отвечающих за жизнь и здоровье 20 детей и сопровождением родительской группы из 3 человек (7 взрослых на 20 детей)

2. Участники многодневного похода пройдут инструктаж по ТБ и пожарной безопасности.

**План оздоровительных мероприятий**

- |  |           |
|--|-----------|
| 1. Воздушные и солнечные ванны                     | ежедневно |
| 2. Витаминизация                                   | ежедневно |
| 3. Зарядка   | ежедневно |
| 4. Спортивные игры, соревнования на свежем воздухе | ежедневно |
| 5. Пешие переходы                                  |           |
| 6. Беседы на темы:                                 |           |
| - личная гигиена                                   |           |
| - профилактика клещевого энцефалита                |           |
| - тепловой удар, профилактика                      |           |
| - лекарственные и ядовитые растения                |           |



**Информация  
многодневного похода «По заветным местам»  
по организации питания и питьевого режима**

**Организация питания:**

Будет организовано 5-ти разовое питание по режиму:

**8.30 – 9.00 – завтрак**

**12.00 – 13.00 - обед**

**15.30 – 16.00 – полдник**

**18.00 – 19.00 – ужин**

**22.00 – 22.30 – вечерний чай**

На основании норм питания составлено 10-дневное меню.  
Для приёма пищи будет использоваться индивидуальная эмалированная посуда.

**Организация питьевого режима:**

Питьевой режим для детей во время многодневного похода «По заветным местам» будет осуществляться через охлаждённую кипячёную воду. Время кипячения воды не менее 10 минут. Кипячение будет производиться на костре в пятнадцатилитровом ведре. Охлаждённая вода будет храниться во флягах. Смена кипячёной воды будет производиться каждые 8 часов.

*Должностные обязанности сотрудников  
многодневного похода «По заветным местам»*

**Руководитель лагеря** – осуществляет подбор кадров, комплектуется смену, несет полную ответственность за выполнение программы похода. Осуществляет общее руководство. Отвечает за хозяйственную и финансовую деятельность, за организацию питания детей.

**Воспитатель - организатор** – работает непосредственно с детьми, отвечает за соблюдение режима дня, за организацию досуга, культурных мероприятий, индивидуальных работ.

**Повар** - отвечает за качественное и своевременное приготовление пищи.

**Инструктор по туризму и спорту** – проводит мероприятия, связанные с изучением природы родного края, организует практические и теоретические занятия по туризму, проводит инструктажи по безопасному поведению в природных условиях, осуществляют контроль за выполнением правил безопасности.

## VI. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Протасов В.Ф. Экология, здоровье и охрана окружающей среды в России. Москва: издательство «Финансы и статистика» 2011 г.
2. Игольница А.М. Сборник экологических заданий, деловых игр, лабораторной и полевой экопрактикумы. Изд. Иркутский университет 1997 г.
3. Кобырин В. Все лето вместе. Программа фестиваля семейных палаточных лагерей . Народное образование № 3 2012 г.
4. Камакин О. Как организовать палаточный лагерь .Народное образование № 3 2016г.
5. Охрана окружающей среды в Российской Федерации (статистический сборник). М., Госкомстат России, 2013 г.