

Л. Ф. Кузнецова

ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ

ПУТЕШЕСТВУЕМ БЕЗ ОПАСНОСТИ

6
класс

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

**Пособие для учителей учреждений образования,
реализующих образовательные программы
общего среднего образования, с белорусским
и русским языками обучения и воспитания**

Л. Ф. Кузнецова

ФУНКЦИОНАЛЬНАЯ ГРАМОТНОСТЬ

ПУТЕШЕСТВУЕМ БЕЗ ОПАСНОСТИ

**6
класс**

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

**Пособие для учителей учреждений образования,
реализующих образовательные программы
общего среднего образования, с белорусским
и русским языками обучения и воспитания**

*Рекомендовано
научно-методическим учреждением
«Национальный институт образования»
Министерства образования
Республики Беларусь*

Учебное электронное издание



Минск
Национальный институт образования
2023

УДК 373.5.016:379.83/.84
ББК 74.267.58

Р е ц е н з е н т ы:

кафедра спортивного туризма и технологий в туристической индустрии факультета менеджмента спорта, туризма и гостеприимства учреждения образования «Белорусский государственный университет физической культуры» (кандидат исторических наук, доцент, заведующий кафедрой *А. Г. Гататуллин*);

заместитель директора по учебной работе государственного учреждения образования «Гимназия № 28 имени Владимира Короткевича г. Минска», учитель основ безопасности жизнедеятельности высшей квалификационной категории *Т. Ю. Аброськина*

Данное пособие входит в учебно-методический комплекс факультативных занятий по формированию функциональной грамотности «Путешествуем без опасности». 6 класс.

Учебно-методический комплекс факультативных занятий разработан в Национальном институте образования в рамках выполнения задания ОНТП «Функциональная грамотность» и включен в сводный план выпуска (внедрения) вновь освоенной продукции (инноваций) по ОНТП «Функциональная грамотность» на 2021–2025 гг., утвержденный Министерством образования от 17.02.2021. Язык издания — русский.

Нач. редакционно-издательского отдела *С. П. Малявко*
Редактор *Е. А. Логвинович*
Компьютерная вёрстка *Д. О. Бабенко*
Корректор *Е. А. Логвинович*

Подписано к использованию 2023
Размещено на сайте 2023

Объем издания 2,11 МБ
Системные требования: ПО для просмотра документов в формате pdf.

Научно-методическое учреждение «Национальный институт образования»
Министерства образования Республики Беларусь.
Свидетельство о государственной регистрации издателя, изготовителя,
распространителя печатных изданий № 1/263 от 02.04.2014.
Ул. Короля, 16, 220004, г. Минск

ISBN 978-985-893-577-1

© Кузнецова Л. Ф., 2023

© Оформление. НМУ «Национальный институт образования», 2023

Содержание

Введение.....	5
Особенности преподавания факультативных занятий «Путешествуем без опасности»	6
Организация учебно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся.....	8
Виды исследовательской деятельности, используемые на факультативных занятиях	8
Методические рекомендации при проведении факультативных занятий «Путешествуем без опасности»	10
Основы безопасности в туристическом походе.....	10
Занятие 1. Что такое проект? Этапы работы над проектом.....	10
Занятие 2. Туристские путешествия, история развития туризма	13
Занятие 3. Виды туризма. Профессии в сфере туризма.....	14
Занятие 4–6. Практическая работа. Исследовательский проект: «Современные виды туризма в Беларуси».....	14
Занятие 7–8. Природа и человек. Проект «Сохраним природу вместе».....	15
Занятие 9. Охрана природы. Поведение в природной среде.....	19
Занятие 10. Подготовка к безопасному походу на природу	21
Занятие 11–12. Личное, групповое туристское снаряжение	22
Занятие 13. Собираем рюкзак (практическое занятие).....	25
Занятие 14–16. Ориентирование на местности.....	27
Занятие 17–18. Организация туристского быта	30
Занятие 19. Разведение костра. Практическое занятие	33
Занятие 20. Виды костров. Практическое занятие	34
Занятие 21–22. Организация питания в походных условиях.....	36
Занятие 23. Личная гигиена туриста	38
Занятие 24. Опасные ситуации в природных условиях.....	39
Занятие 25. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.....	41
Занятие 26–28. Первая помощь при неотложных состояниях.....	44
Занятие 29–31. Здоровье человека и факторы, на него влияющие	46
Занятие 32. Вредные привычки	48
Занятие 33–35. Разработать проект: туристско-экскурсионный маршрут. «Моя малая родина».....	49
Приложения	50
Материал в помощь учителю.....	50
Список использованных источников.....	56

Введение

Методические рекомендации разработаны в целях оказания помощи педагогическим работникам для организации и проведения факультативных занятий «Путешествуем без опасности» в VI классе учреждений, реализующих образовательные программы общего среднего образования.

Педагогические работники познакомятся с современными подходами к преподаванию, развивающими технологиями обучения. Особое место отводится вопросам формирования функциональной грамотности обучающихся на факультативных занятиях в процессе проектной деятельности.

В занимательной форме, с использованием игровых методов (ребусы, кроссворды, конкурсы, интеллектуальные и дидактические игры) предлагается организовать изучение, проверку и закрепление материала на факультативных занятиях «Путешествуем без опасности».

Методические рекомендации подготовлены с опорой на содержание, которое изучается на учебных предметах в предыдущих классах «Основы безопасности жизнедеятельности», «Человек и мир», «Физическая культура и здоровье», иные.

В соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании основной формой организации образовательного процесса при реализации образовательных программ общего среднего образования является учебное занятие. К учебным занятиям относятся урок, наблюдение, учебное проектирование, экскурсия, учебно-полевые сборы и иные учебные занятия. К занятиям относятся дополнительно проводимые факультативные, стимулирующие, поддерживающие занятия, консультации, практические занятия, общественно полезный труд.

В соответствии с запросами учащихся, законных представителей несовершеннолетних учащихся и возможностями учреждения образования факультативные занятия могут быть естественно-математической, гуманитарной, обществоведческой, экологической, военно-патриотической, музыкальной, хореографической, художественной, театральной, профориентационной и иной направленности, должны способствовать физическому развитию учащихся, совершенствованию их двигательной активности.

Учебная программа факультативных занятий «Путешествуем без опасности» ставит целью формирование функциональной грамотности обучающихся в процессе проектной деятельности в VI классе учреждений, реализующих образовательные программы общего среднего образования.

В соответствии с Кодексом Республики Беларусь об образовании учебное проектирование — учебные занятия, предполагающие самостоятельную деятельность учащегося или группы учащихся для практического решения научной, технической, художественной, социальной или иной значимой проблемы с последующим публичным представлением и обсуждением результатов.

Особенности преподавания факультативных занятий «Путешествуем без опасности»

Специфика факультативных занятий «Путешествуем без опасности» определяет особенности методики его преподавания. Прежде всего методика должна отвечать на вопрос, для чего нужно изучать опасности и чрезвычайные ситуации окружающей действительности, способы их предупреждения и защиты от них. Иными словами, методика должна соответствовать целям обучения.

Для достижения результатов учитель строит учебный процесс в соответствии с принципами системно-деятельностного подхода, формируя активную личность, способную участвовать в процессе жизнедеятельности и воздействовать на него. Обучающийся собирает информацию, принимает решения, анализирует и делает выводы и тем самым приобретает новые знания. Учитель лишь управляет этим процессом. В соответствии с принципами системно-деятельностного подхода учитель использует активные формы учебной деятельности: обсуждение сообщений и презентаций, поиск информации, практикумы и другие формы.

Большое значение приобретают *групповые формы* работы. Групповые формы используются при изучении теоретического материала, работе с текстом, проведении исследования, общении учащихся, планировании деятельности, подготовке презентации, отстаивании своей позиции. При изучении содержания основ безопасности жизнедеятельности целесообразно использовать такую педагогическую форму, как развитие критического мышления. Это рассмотрение различных подходов, вариантов решения проблемной ситуации, формирование умения ставить вопросы, выдвигать аргументы. В результате из всего разнообразия решений обучающийся выбирает и отстаивает своё решение. В соответствии с принципами дидактики можно выделить три группы методов, которые используются в процессе факультативного занятия «Путешествуем без опасности»: словесные, наглядные и практические.

С помощью *словесных методов* учитель передаёт обучающимся информацию по новой теме на основе принципа преемственности с предыдущим изучением, пользуется примерами, наглядными пособиями, но основной формой всё-таки остаётся слово. Для поддержания интереса, эмоциональной увлечённости обучающихся объяснение учителя должно быть образным, насыщенным примерами и проблемными ситуациями. В процессе рассказа можно сделать ученика соучастником процесса обучения. Главное — добиваться внимания и заинтересованности подростков.

При использовании *наглядных методов* основной акцент делается на наблюдении. Именно на результатах наблюдения строится учебная деятельность. Учитель выступает в роли куратора, направляет внимание подростка и контролирует формирование учебных действий.

Практические методы становятся ведущими. Источником знаний выступают результаты выполнения практических заданий, исследовательской работы, поиск и использование источников информации, работа с родителями и другими взрослыми. Особое место занимает метод анализа конкретных ситуаций. В качестве конкретных ситуаций могут использоваться видеозапись события, отрывки из художественных фильмов, произведений литературы, фотографии, рассказы очевидцев, игровые ситуации.

Анализ ситуации может складываться из нескольких этапов: знакомство с ситуацией; анализ причин; возможные (реальные) последствия; принятие решения по выходу из ситуации.

Эффективный метод, применяемый на факультативных занятиях, — *ситуационные задачи*. Значительное место отводится *игровым* технологиям.

К числу активных методов воспитания и обучения, которые предполагается применять в ходе реализации задач факультативных занятий «Путешествуем без опасности», относится проблемный метод обучения. Основная форма его реализации заключается в создании *проектов*.

Организация учебно-исследовательской и проектной деятельности обучающихся

Одной из задач обучения в 6-м классе является приобретение учащимися умений и навыков *исследовательской и проектной деятельности*. В начальной школе у учащихся была возможность приобрести небольшой опыт в этих видах познавательной деятельности, но эта работа не была систематической, проходила при непосредственном участии и под контролем учителя или родителей и не носила самостоятельного характера. В 6-м классе есть возможность, используя содержание практически любого предмета, организовать систематическую самостоятельную исследовательскую и проектную деятельность.

Можно выделить несколько видов исследовательской деятельности, доступной для учащихся 6-го класса, которые целесообразно использовать на факультативных занятиях «Путешествуем без опасности». Они различаются приоритетной целью обучения.

Виды исследовательской деятельности, используемые на факультативных занятиях

1. Формирование мотива деятельности.
2. Осмысление теоретических знаний.
3. Применение знаний в практической деятельности.
4. Формирование рефлексии.

Исследовательская деятельность связана именно с мотивацией процесса учения.

В этом случае ее цель — ответ на вопросы:

- Почему мы не можем решить поставленные задачи?
- Каких знаний нам не хватает для их решения?
- Какие гипотезы могут быть выдвинуты?
- Какими способами мы будем добывать знания?

Проектная деятельность — это создание проблемных ситуаций, активизация познавательной деятельности учащихся в поиске и решении сложных вопросов, требующих актуализации знаний, построения гипотез. Применение проектного метода обучения возможно на любом материале и в любом школьном возрасте. Метод проектов всегда ориентирован на самостоятельную деятельность учащихся (индивидуальную, парную, групповую), которую они выполняют в отведенное для этой работы время (от нескольких минут на уроке до нескольких недель, а иногда и месяцев).

Учебный проект представляет собой самостоятельно разработанный и изготовленный продукт (материальный или интеллектуальный) от идеи до ее воплощения, выполненный под контролем учителя.

Наиболее просты в исполнении и не требуют глубокой проработки научной литературы *информационные и творческие* проекты. Так как в ходе реализации задач факультативных занятий «Путешествуем без опасности» предполагается применять метод проектов, есть смысл на первом занятии именно с них начать знакомство с работой над проектом.

Такая инновационная форма образовательной деятельности дает возможность всесторонне изучить и запомнить материал. Между уже традиционными методами и проектной деятельностью разница в том, что проектная деятельность повышает мотивацию в образовательном и учебном процессе. Она более интересна и творчески направлена, отличается нетрадиционной подачей материала. Благодаря этому методу учащийся выступает в роли добытчика знаний и заинтересован в интересной подаче материала. Он не только получает знания, но и старается донести их до своих слушателей. То есть активное сочетание в образовательном процессе как традиционных форм обучения, так и инновационных, так называемое партнерство в работе учителя и ученика, продуктивное сотрудничество в проектной деятельности позволит достичь высоких результатов при организации факультативного занятия «Путешествуем без опасности».

Планирование проектной деятельности ведется в строгом соответствии с содержанием учебной программы факультативных занятий «Путешествуем без опасности».

Примерные темы проектов факультативных занятий «Путешествуем без опасности» в 6-ом классе:

- «Правила поведения в походах, на экскурсиях в природу»;
- «Правила безопасности в походе»;
- «Как сделать поход интересным и безопасным?»;
- «Безопасность на дорогах во время передвижения группами»;
- «Что делать, если ты заблудился в походе?»;
- «Поведение при чрезвычайных ситуациях»;
- «Сохраним природу вместе», «Мы в природе только гости».

Метод проекта можно применять индивидуально, но предпочтительнее использовать его в группе, это позволит развить умения и навыки коллективного планирования и обсуждения, совершенствует умение взаимодействия и коммуникации с разными людьми.

Проектная работа поможет учащимся продемонстрировать умение анализировать и оценивать ситуацию, самостоятельно принимать решение и намечать план выхода из опасной ситуации. Самостоятельно выбирая тему, намечая план работы над проектом, формируя рабочую группу и демонстрируя результаты, обучающиеся реализуют практическую составляющую изучения факультативных занятий «Путешествуем без опасности», главная цель которых — сформировать умение применять полученные знания на практике.

При проведении факультативных занятий «Путешествуем без опасности» рекомендуется использовать дидактические материалы для учащихся. Практически к каждой теме разработаны практические задания. При подготовке к проведению факультативного занятия учитель из предложенных заданий выбирает задания на свое усмотрение в зависимости от подготовки учащихся класса, интереса, поставленных задач. Задания рекомендуется выполнять индивидуально, в группе, в паре.

Методические рекомендации при проведении факультативных занятий «Путешествуем без опасности»

Основы безопасности в туристическом походе

Занятие 1. Что такое проект? Этапы работы над проектом

Цель: познакомить учащихся с работой над проектом, с видами проектов, этапами работы над проектом;

развивать умения и навыки коллективного планирования и обсуждения, совершенствовать умение взаимодействия и коммуникации с разными людьми.

Задачи: научить учащихся определять основные этапы создания проекта.

Ход занятия

I. Организационный этап.

1. Актуализация опорных знаний учащихся.

Введение в тему учебного занятия через актуализацию опорных знаний и опыта обучающихся. Учитель рассказывает о методе проектов, о том, что такое проект, какие виды проектов бывают, как оформить результат работы над проектом.

2. Изучение нового материала.

Учащиеся слушают притчу и выделяют алгоритм и особенности создания проекта.

История о старце и лодке

(притча)

Однажды мудрец странствовал в поисках смыслов и добрал до реки...

Ни моста, ни лодки не было видно... Возникла **проблема** — надо переправиться, но как...

Задумался мудрец... **Что же сделать?** Как связать два берега реки? Мудрец закрыл глаза и представил, как он переправился на другой берег и радостно продолжает свой путь.

«Эврика» — сказал мудрец. — «Надо сделать лодку, которая приведет меня к моей мечте и решит проблему».

Сел мудрец, нарисовал **схему** лодки, расчеты произвел, план составил... Тут как раз ученики его подоспели, и они вместе начали **действовать**, периодически заглядывая в **план**, оценивая правильность и исправляя ошибки.

В команде дело шло быстро, и очень скоро лодка была **готова**! Со всех сторон осмотрели ее путники — нет ли где трещин, потом спустили лодку на воду — плывет! Можно переправляться! Ура!!!

Не прошло и 15 минут как мудрец и ученики были на другой стороне реки! Проблема решена и можно **далее** странствовать.

3. Обсуждение.

Исследовав притчу, предлагаем учащимся выделить алгоритм и особенности создания проекта, назвать основные этапы его реализации.

1 этап — **проблема** — поиск или формулирование проблемы, которую необходимо решить.

2 этап — **планирование** работы над проектом. — На данном этапе определяются:

- возможные источники информации;
- способы сбора и анализа информации;
- способы представления результатов (отчет, конкретный продукт);
- критерии оценки продукта;
- обязанности участников творческой группы.

3 этап — **действие** — поиск, сбор и анализ информации;

4 этап — **готовый продукт** — оформление проекта. — (Способы оформления результатов учебного проектирования зависят от его вида и могут быть разными: письменный отчет, издание практических рекомендаций (компьютерный вариант), видеофильм, изготовление макета, технического устройства и т. д.).

5 этап — **представление** (презентация) проекта. — (Отчет о работе представляется на занятии в группе, может быть также устроена открытая защита проекта с приглашением учащихся параллельных классов, законных представителей, иных);

6 этап — **анализ и оценка работы над проектом**. — (Данный этап обязательно должен включать в себя:

- групповую рефлексию авторов проекта, самоанализ процесса и результата своей деятельности;
- анализ и оценку качества проекта другими учащимися, экспертами, учителем).

4. Закрепление полученных знаний.

Предлагается учащимся, опираясь на притчу, назвать основные этапы реализации проекта.

Информация для учителя

Проектная работа по времени занимает несколько занятий, недель, месяцев, в зависимости от цели проекта. Имеют место и проекты, которые выполняются в течение одного занятия.

Преимущества проектных занятий:

- позволяют быстрее и эффективнее *формировать и развивать универсальные учебные действия (УУД) учащихся;*
- на основе УУД формируются проектные умения и *проектная деятельность* в целом. Пока она не будет сформирована, невозможно говорить о качественном ученическом проектировании;
- значительно повышается *мотивация учебной деятельности;* создаются необходимые условия для применения знаний на практике.

Виды деятельности на занятии — проекте (мини-проекты):

Занятия — путешествия (создать памятку для туристов, путешествующих по определенному маршруту).

Составить презентацию. Составить рекламу. Составить кластер. Составить таблицу. Создание иллюстраций (на определенное правило). Создание: постера, книги, газеты, интервью, поздравления, заданий к тексту.

Совместная работа педагога с учащимися над проектом проходит в несколько этапов:

1. Поиск и определение проблемы.
2. Составление плана работы.
3. Поиск и анализ необходимой информации.
4. Непосредственная работа над проектом.
5. Оформление и защита готового проекта.

Свой проект учащиеся оформляют иллюстрациями, как один из способов оформления предлагается электронная презентация. Учащиеся работают на компьютере, печатают текст, подбирают иллюстрации или картинки. Когда проекты готовы, назначается день защиты проектов, учащиеся представляют их, защищают проекты, вспоминают пройденный материал. Не все учащиеся сразу начинают создавать проект с использованием компьютера, многие работы могут быть выполнены вручную, вывешиваются в кабинете на всеобщее обозрение. Творческий труд каждого не должен остаться без внимания.

Учитель осуществляет непосредственное и внимательное руководство на всех этапах работы.

Примерная *технологическая карта* описания работы над проектом.

1	Описание будущего проекта	Определение темы проекта. Определить, когда будет проводиться проект, сроки работы над проектом.
2	Цель и задачи проекта	Определение цели проекта. Задачи могут включать следующие аспекты: — актуализация ЗУН, которые имеются у учащихся по данной теме проекта; — обучение планированию проекта, постановке цели, умение применять знания на практике; — обучение корректировке проекта для достижения наилучшего результата работы; — обнародование результатов своего исследования, публичная защита проекта.
3	Обязанности учителя при подготовке проекта	Организация групповой/индивидуальной работы над проектом. Учитель предлагает эффективные методы работы (сравнение, анализ, классификация, обобщение, системный метод, моделирование и т. д.) Разработка критерия оценивания работ учащихся: — активное участие учащихся при групповой работе над проектом; — навык коллективной работы школьников; — умение отстаивать и аргументировать свое мнение по заданной теме; — умение правильно отвечать на вопросы по теме проекта. Составление плана работы над проектом.
4	Работа над проектом	Учащиеся осуществляют работу над проектом, учитель проводит консультации, дает советы, направляет деятельность учащихся.
5	Защита готового проекта	Защита проекта может осуществляться в разных формах: традиционная демонстрация проекта, выполненная с помощью ИТ (презентация Microsoft PowerPoint); научный доклад, иллюстративный метод, инсценировка, деловая игра, отчет о проделанной работе, конкурс, иные.

6	Рефлексия	Учащимся предлагается ответить на следующие вопросы: Понравилось ли им работать над проектом? Было ли трудно работать над конкретной темой? Понравилось ли работать с другими ребятами в группе?
7	Выводы учителя о проделанной работе	Оценивается эффективность проектного метода на факультативном занятии

Критериями оценки проекта являются:

- Значимость и актуальность.
- Корректность методов.
- Активность участников.
- Глубина проникновения в проблему.
- Доказательность выводов.
- Оформление результатов.

Необходимо продумать **план презентации** проекта заранее. Обязательные разделы:

- Титульный слайд
- Введение
- Основная часть презентации (содержит несколько подразделов)
- Заключение

Занятие 2. Туристские путешествия, история развития туризма

Цель: ознакомить учащихся с историей туризма, знаменитыми путешественниками;

Задачи: учить умению логически излагать свои мысли, развивать умение выделять главное в изучаемом материале, развивать познавательный интерес.

Ход занятия

1. Организационный этап.

Организация занятия.

Постановка учебных и воспитательных целей.

Мотивация и обоснование необходимости изучения темы. Актуализация исходного уровня знаний, умений и навыков по теме.

2. Основной этап.

Изложение новой темы. Чтобы перейти к новой теме, предлагается решить кроссворд (задание 2, дидактический материал к теме «Туристские путешествия, история развития туризма»).

Рекомендуется строить учебное занятие с использованием дидактического материала к теме «Туристские путешествия, история развития туризма».

3. Закрепление материала.

Самостоятельная работа учащихся.

Выполнение заданий 1, 3, 4, 6.

4. Подведение итогов.

Выполнение и взаимопроверка задания 5.

5. Заключительный этап.

Контроль усвоения новой темы и закрепления новых знаний.

— Назвать основоположника и дату рождения туризма.

6. Рефлексия.

В завершении учитель предлагает узнать впечатление учащихся от занятия с помощью метода рефлексии «Острова».

Учащиеся располагают свой кораблик у того острова, который, по их мнению, отображает отношение к занятию.

Занятие было:

Т — творческое;

У — увлекательное;

Р — развивающее;

И — интересное;

З — занимательное;

М — методичное.

Занятие 3. Виды туризма. Профессии в сфере туризма

Цель: ознакомить с видами туризма в зависимости от цели путешествий, профессиями в сфере туризма, становлением современных форм туристической деятельности; содействовать воспитанию профориентации.

Задачи: дать понятие об основах туризма как вида активного отдыха и классифицировать виды туризма по различным признакам.

Методы обучения: словесные (объяснение, беседа), практические (самостоятельная работа), работа в «малых группах», метод проектов (работа в группах, сбор материала по теме занятия, защита проектов).

Оснащение: ПК, презентация по теме «Виды туризма».

Ход занятия

1. Организационный этап.

Организация занятия.

Постановка учебных и воспитательных целей.

Мотивация и обоснование необходимости изучения темы.

Актуализация исходного уровня знаний, умений и навыков по теме.

2. Основной этап.

Изложение новой темы (презентация). <https://urok.1sept.ru/articles/669998/pril4.mp4>

3. Самостоятельная работа. Выполнение задания 1–4 по теме «Виды туризма» (дидактический материал).

4. Заключительный этап.

Контроль усвоения новой темы и закрепление новых знаний.

— Каким бывает туризм по целям путешествий?

— Профессии в сфере туризма?

5. Подведение итогов. При подведении итогов подчеркнуть, что туризм дает возможность познакомиться с культурой других стран и регионов, удовлетворяет любознательность человека, обогащает его духовно, оздоравливает физически, способствует развитию личности. Он позволяет совмещать отдых с познанием нового.

Занятие 4–6. Практическая работа.

Исследовательский проект: «Современные виды туризма в Беларуси»

Цель: Разработать проект, направленный на создание привлекательного имиджа развития туризма в Республике Беларусь.

Постановка учебной проблемы. Целеполагание.

Учебная проблема: Какую информацию должны узнать туристы о нашей стране, с целью ознакомления и дальнейшего ее посещения.

Задачи проекта:

1. Как собрать информацию?
2. Где взять информацию?
3. Что представить?
4. Как оформить?
5. Что является продуктом проекта?

Ожидаемый продукт проекта: разработать **путеводитель** по Беларуси, учитывая виды туризма.

Работа в группах. Каждая группа будет работать над отдельным листом путеводителя формата А3.

1. Работа над проектом.

Работа над данным учебным проектом охватывает три занятия: на первом занятии — выполнение комплексной характеристики видов туризма в Беларуси, работа участников группы по своей теме. На втором занятии — продолжение работы по проектам.

2. Защита проектов. Каждая группа защищает свой проект — путеводитель.

3. Оценки проекта: жюри (учителя) оценивают разработанный продукт.

Занятие 7–8. Природа и человек. Проект «Сохраним природу вместе»

Цель: обсудить экологические проблемы, существующие в природе, и подумать, какие меры принять, чтобы их решить; вспомнить правила поведения в природе, воспитывать бережное отношение к природе.

Задачи: познакомить учащихся с тем, как человек влияет на природу, к чему приводит неразумное использование природных богатств; воспитывать бережное, чуткое отношение к природе, любовь к родному краю и учить правильному поведению в природе; работать над развитием внимания, логического мышления, речи, умением анализировать и делать выводы.

Оборудование: презентация, таблички с надписями «отделов», листы планирования, ватманы, фломастеры, краски, кисточки, иллюстративный материал, карточки с текстом, письма с жалобами, смайлики.

Ход занятия

1. Организационный этап.

Дети сидят группами за столами. На каждом столе таблички с надписями «Отдел охраны животных», «Отдел охраны воды», «Отдел охраны воздуха».

2. Постановка проблемы.

Актуальность: данная тема актуальна в наше время, так как от экологической обстановки зависит наше здоровье, качество и продолжительность жизни.

Гипотеза: выявить, какие из экологических проблем существуют в природе.

Проблема: планета Земля находится в опасности, и спасти её может только человек.

Природа — наш огромный дом, и всем найдётся место в нём:

Букашке, зверю и побегу, и дереву, и человеку.

Хоть дом большой, но хрупок он — ему всё хуже с каждым днём.

Не враг вредит из века в век, природу портит...человек.

Обсуждение. Предложить учащимся ответить на вопросы: как человек может навредить природе? Отражается ли это на жизни животных, растений, и самого человека? (*Грязная вода, воздух, питаемся растениями, выросшими на загрязнённой почве*).

3. Основной этап.

Предлагается учащимся на занятии-проекте обсудить одну из главнейших проблем, стоящих перед людьми: наша Земля находится в опасности и спасти её может только человек.

— Почему эта тема так важна сегодня для всех людей?

— Получается, что, отравляя окружающую природу, человек отравляет самого себя. Как вы это понимаете?

— Как вы думаете, какой важной проблеме будет посвящён проект?

— Мы создадим проект, посвящённый охране природы **«Сохраним природу вместе»**.

Создаются отделы: отдел «Охрана животных», отдел «Охрана воды», отдел «Охрана воздуха». Определили проблему проекта, поставили перед собой цель, заполнили лист планирования и распределили обязанности, кто за что будет отвечать при работе над мини-проектами (*руководитель, дизайнер-оформитель, инженер-технолог, специалист-изготовитель*).

Создание мини-проектов. (*Учащиеся вспоминают правила работы в группе*).

Правила работы в группе

1. Работать должен каждый на общий результат.
2. Свое несогласие высказывай вежливо.
3. Один говорит, другие — слушают.
4. Если не понял, переспроси.

Учитель сообщает, что поступили три жалобы.

Первая жалоба поступила в отдел «Охрана воды». Прочитайте, от кого поступила жалоба.

Вторая жалоба поступила в отдел «Охрана воздуха».

Третья жалоба поступила в отдел «Охрана животных».

Работа над проектом

Пути разрешения проблемы:

— А можно ли помочь природе, которая нас окружает, стать чище? Каждый отдел займётся решением вопросов, которые поступили. Внимательно изучите жалобу, обсудите, какие проблемы она затрагивает, подумайте, как вы оформите ответ, какие меры предпримете для решения данной проблемы. Выполняем информационный проект и коллективно создаем плакат-ответ. (Проблема — решение проблемы на листе ватмана). Помните, что общий проект называется **«Сохраним природу вместе»**.

Отдел «Охрана воды» — мини-проект «Защита воды»

Жалоба от Золотой рыбки.

«Добрый день»! Недавно я перебралась по совету своих подружек из синего моря в воды великой реки. Но и тут обстановка очень тревожная. Нет сил больше плавать с ржавыми банками, пластиковыми бутылками, пакетами и прочим мусором. Да ещё фабрики, заводы, фермы сливают свои нечистоты. Мы с подружками совсем задыхаемся. Заберите меня, пожалуйста, я готова жить даже в аквариуме или спасите нашу реку!».

С уважением, Золотая рыбка.

План по охране воды:

1. Не расходовать чистую воду напрасно.
2. Не мусорить на водоёмах, в местах отдыха. Установить плакаты по охране воды.
3. Запретить слив неочищенных стоков в водоёмы. Установить штрафы.
4. Сточные воды фабрик, заводов пропускать через очистные сооружения.
5. Создать волонтерские отряды по очистке берега и воды от мусора.

1. Пофантазируйте и добавьте свои детали. Помните, что общий проект называется «Сохраним природу вместе».
 2. Распределите обязанности. Оформите.
 3. Подготовьте рассказ — защиту о том, как проходила работа и что получилось.
- Начните словами: *наша цель была...*

Отдел «Охрана воздуха» — мини-проект «Защита воздуха»

Письмо от стайки воробьёв.

«Здравствуйте! Мы очень обеспокоены. Вчера мы услышали по телевизору очень тревожные факты. Оказывается, за последние 30 лет транспорт и заводы и фабрики взяли из атмосферы больше кислорода, чем всё человечество за предыдущие 2 миллиона лет! А ещё леса «лёгкие нашей планеты» вырубают быстрее, чем они растут. Ежегодно площадь лесов уменьшается. Мусор, если его не уничтожат, покроет нашу планету слоем толщиной 5 метров. И нас остаётся всё меньше и меньше. Помогите выжить!»

Ваши меньшие братья воробьи.

Правила по охране воздуха:

1. Наш класс собрал 210 кг макулатуры — это сохранит жизнь четырём взрослым деревьям.
2. Изготавливаем кормушки.
3. Создать волонтерские отряды и посадить как можно больше деревьев и кустарников.
4. Установить на предприятиях установки, которые улавливают пыль и сажу, ядовитые газы.
5. Группе учёных разработать новые автомобили, которые не будут загрязнять воздух.
6. Построить предприятие по переработке мусора.

1. Распределите обязанности. Оформите.
 2. Подготовьте рассказ — защиту о том, как проходила работа и что получилось.
- Начните словами: *наша цель была...*

Отдел «Защита животных» — мини-проект «Стань природе другом»

Письмо от воспитанников детского сада.

«Здравствуйте! К вам обращаются воспитанники детского сада. Сегодня мы гуляли в лесу и очень расстроились. Птички не поют, некоторые деревья высохли, много мусора, пепелищ от костров. Мы не увидели в лесу ни одного

животного и спросили Веру Петровну: «Почему так»? Она ответила: «Давайте обратимся за помощью в отдел «Защиты животных» и попросим их составить для нас правила «Как вести себя в лесу», прийти в детский сад и познакомить нас с этими правилами».

Воспитанники детского сада

1. На экскурсиях, во время походов и прогулок не ломайте ветви деревьев и кустарников! Растение — живое существо и ветви вместе с листьями помогают ему дышать, выделяют в воздух кислород, задерживают пыль. Там, где много растений, легко дышится!

2. Не повреждайте кору деревьев. Поймите, им больно! Они перестают расти и долго мучительно умирают, только сказать об этом не могут.

3. Не рви цветов в лесу и на лугу! Пусть это чудо радует глаз, омолаживает сердце, душу тех, кто придёт следом за нами. Именно привычка рвать цветы привела к исчезновению многих видов растений.

4. В лесу старайся ходить по тропинкам, чтобы не вытаптывать траву и почву. Народная мудрость гласит: «Один человек оставляет в лесу след, сто человек — тропу, а тысячи — пустырь».

5. Нельзя брать яйца из гнёзд, разорять муравейники, раскапывать норы и тревожить лесных обитателей.

6. Не разводите костёр в лесу, если в этом нет необходимости! Кострища — это раны в надпочвенном покрове леса. Для их заживления требуется 15–20 лет. От костра может возникнуть пожар!

7. Не сбивайте грибы, даже несъедобные. Тот, кто сшибает палкой мухоморы, не уважает лес, не понимает его. Мухоморы помогают расти деревьям, ими питаются белки, лоси, сороки.

8. В лесу запрещается включать на полную мощность магнитофоны, поднимать крик и шум. От этого звери и птицы покидают свои норы и гнёзда. Нужно ценить, охранять извечную мудрую тишину, уметь слушать волшебные звуки леса.

9. Не оставляйте после себя в лесу беспорядок. Помните! Брошенная бумага разлагается два года, консервная банка не менее 70 лет, полиэтиленовый пакет будет лежать очень долго, так как нет на Земле бактерий, которые могут его разрушить, а осколок стекла в солнечную погоду способен сыграть роль линзы и вызвать лесной пожар.

1. Пофантазируйте и добавьте свои детали. Помните, что общий проект называется «Сохраним природу вместе!»

2. Распределите обязанности. Оформите.

3. Подготовьте рассказ — защиту о том, как проходила работа и что в результате получилось. Начните словами: *наша цель была...*

4. Защита проектов.

5. Обобщение. Общий проект называется «Сохраним природу вместе».

— Что должен сделать человек, чтобы сохранить природу?

6. Рефлексия.

— Перед вами дерево, но на нем нет листочков, сейчас мы с вами преобразим наше дерево: если на занятии вы все поняли, занятие понравилось, прикрепляем

к веточке дерева *зеленый* листочек, *желтый* листочек — на занятии не все получалось, но я старался, *красный* листочек — мне надо быть внимательнее.

Занятие 9. Охрана природы. Поведение в природной среде

Цель: дать представление о взаимосвязи человека с окружающей средой, об ответственности человека за состояние природы.

Задачи: донести до учащихся, что человек находится в единстве с природой, поэтому ее нужно беречь; объяснить, почему так важны леса и моря, какие функции они выполняют; сформировать мотивацию корректного экологического поведения и природоохранной деятельности; рассказать, как учащиеся могут поспособствовать охране окружающей среды и позаботиться об экологии самостоятельно; продолжить развивать литературную речь и обогащать словарный запас учащихся; формировать умение работать в группе; развивать активность и логическое мышление.

Оборудование: доска (обычная или интерактивная), ноутбук, толковый словарь, раздаточный материал, аудио- и видеофайлы по теме урока, заранее подготовленная презентация.

Презентация: содержит в себе схему экосистемы Земли (адаптированную для соответствующего возраста), фотографии чистых и загрязненных морей и океанов, лесов — нетронутых и в процессе вырубki, статистические данные об уровне загрязнения в мире, стране, регионе проживания учащихся, информацию об экологических инициативах, как всемирных, так и местных (от раздельного сбора мусора до отказа использования пластиковых пакетов).

Ход занятия

1. Организация класса. Актуализация опорных знаний учащихся, мотивационный момент.

Учитель приветствует учащихся, предлагает обратить внимание на доску или проектор. В это время на проекторе отображает первый слайд презентации — изображение Земли из космоса.

Учитель сообщает, что занятие будет не совсем обычным, объектом изучения будут не строгие числа, не буквы и слова, не стихи и история, а окружающий мир. Спрашивает у учащихся, что они знают об окружающем мире: на какой планете живут, чего на ней больше — суши или воды, в каком полушарии находятся. Чего много в их родном регионе — лесов, полей, водоемов?

Сообщается тема урока. На занятии предлагается говорить о природе и роли человека в природе, а также определить проблемы нашей планеты.

2. Изучение нового материала.

Знакомство с экосистемой

Учитель переключает презентацию на слайд, где в упрощенном виде изображена экологическая система. Рассказывает, что экологическая система — это единое образование живой и неживой природы, в котором разные организмы, действуя сообща, поддерживают жизнь и климат. Приводит примеры.

Учащиеся получают листы с напечатанными словами «экология», «природные ресурсы», «охрана природы». В течение занятия они должны будут заполнить пустое место под каждым из слов результатами своих исследований. Первый пункт исследований — работа со словарем. Учащиеся должны найти в нем слово «экология», прочитать, от каких греческих терминов оно образовано и выписать значение на листок.

Важность экологии

Учитель демонстрирует презентацию: сократившееся количество лесов и загрязненные водоемы, рассказывает, что экология — понятие хоть и не новое, но ставшее особенно важным именно в современном мире. Спрашивает у детей, почему? (*Потому что технологии развиваются, больше машин, больше людей, сильнее влияние человека на природу.*)

Объясняет, что растения, дикие животные, морские обитатели и люди спокойно могут существовать вместе — мир большой, и хватит его всем. Но для этого все должно находиться в равновесии, должен соблюдаться баланс. Люди не должны пытаться забрать себе все природные богатства и уничтожить их, потому что природным ресурсам нужно время на восстановление.

Учащиеся ищут в словарях или учебниках определение понятия «природные ресурсы», выписывают его на лист.

Учитель задает вопрос: можно соблюсти баланс между потребностями человека и нуждами природы? (*Меньше вырубать лес, сажать новые деревья взамен срубленных, аккуратней расходовать воду...*).

Ответственное природопользование

Учитель рассказывает, насколько сильно современный человек влияет на природу. Не только прямым действием — вырубкой деревьев, например, но и опосредованно. От производства и неправильной утилизации мусора загрязняется вода и почва, пластиковые бутылки и пакеты, которые есть сейчас у каждого, очень долго не разлагаются, а выброшенные в неположенное место батарейки или аккумуляторы смартфонов отравляют землю надолго.

Необходимо обсудить с учащимися важность ответственного природопользования, рассказав, что на отдыхе за собой всегда нужно убирать мусор, не кидать куда попало пластиковые пакеты и коробки, стараться аккуратно расходовать бумагу — ведь для ее изготовления рубят деревья; выключать воду, пока чистишь зубы.

Правила ответственного природопользования фиксируются на доске и повторяются с учащимися вслух.

3. Закрепление материала.

Работа в группах.

Учитель предлагает детям разбиться на группы по 3–5 человек, затем раздает заранее подготовленные загадки или мини-сценки на экологическую тематику. Дети должны выразительно прочитать загадки другим группам, чтобы те их отгадывали, или разыграть сценку, читая с листа.

Важность лесов и водоемов для поддержания жизни на Земле

Учитель вызывает нескольких учащихся, которым были даны индивидуальные задания. Те читают короткие доклады-рефераты о том, что лес — это легкие планеты, о важности пресной воды. Остальные учащиеся слушают и после окончания выступления задают вопросы.

Учитель просит нескольких слушателей кратко резюмировать, что они услышали и узнали, рассказывает, что имеющиеся природные богатства можно сохранить, организовывая естественные заповедники. В это время можно включить слайды презентации с национальными заповедниками Беларуси (*Беловежская пуща, Нарочанский заповедник, Браславские озера, Припятский заповедник*).

4. Самостоятельная работа.

Выполнение заданий 1–4 (*дидактические материалы «Правила безопасного поведения в природной среде»*).

5. Практическая работа.

Работа в группах (группа детей из четырех человек). Учащимся предлагается на листочках, выданных заранее, нарисовать знак, который отразит то, что реально в ваших силах сделать для защиты природы. Как нам жить дальше в согласии с природой? На работу — 5–7 минут. По окончании работы каждая группа ознакомит со своим решением весь класс. В классе по итогам оформляется выставка получившихся знаков.

Учитель выражает надежду, что если все будут придерживаться ваших правил, то мы сможем сохранить мир таким красивым.

6. Подведение итогов.

При подведении итогов необходимо подчеркнуть тесную взаимосвязь человека и природы. Предлагается учащимся ответить на вопрос: может ли человек справиться с такими серьёзными экологическими проблемами? (Да, охрана окружающей среды — задача всего человечества). Созданы международные организации по охране природы. Это «Гринпис», «Международный союз охраны природы», Всемирный фонд дикой природы. Основная цель этих организаций — не только привлечь внимание к экологическим проблемам, но и добиться их решения.

Итогом занятия предлагается вспомнить слова писателя Михаила Пришвина «Рыбе — вода, птице — воздух, зверю — лес, степи, горы. А человеку нужна Родина. А охранять природу — значит охранять Родину!».

Занятие 10. Подготовка к безопасному походу на природу

Цель: ознакомить учащихся с основными этапами подготовки к безопасному выходу на природу.

Задачи: содействовать усвоению знаний о взаимодействии природы и человека, о способах ориентирования, о порядке подготовки к выходу на природу, выборе необходимого снаряжения и правил безопасного поведения при активном отдыхе на природе; создать условия для подготовки учащихся к действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях, в условиях чрезвычайной ситуации, используя работу с картами, приборами для ориентирования; способствовать воспитанию коллективизма.

Оборудование: Презентация на тему: «Правила безопасного поведения на природе»; компьютер; проектор; экран, карта местности, бумага, карандаши.

Виды деятельности: беседа, проверка знаний учащихся, ответы на вопросы, выполнение практического задания.

1. Организационный момент.

Создать условия для возникновения внутренней потребности включения в учебную деятельность.

2. Актуализация знаний учащихся по теме занятия.

Предлагается учащимся ответить на вопросы:

Каковы основные трудности, с которыми может встретиться неподготовленный человек в природных условиях?

Почему в настоящее время стал так привлекателен активный отдых на природе?

Предлагается учащимся придумать различные ситуации, которые случаются с человеком в природных условиях. Факты можно взять из прочитанных книг (например, из романов Ж. Верна «Таинственный остров» и Д. Дефо «Жизнь и удивительные

приключения Робинзона Крузо»), сети Интернет, газет, журналов, из личного опыта. Кроме краткого описания ситуации, дать оценку поведения в ней героя рассказа или поведения самого учащегося и сделать вывод: что было сделано верно, а что неправильно.

3. Постановка учебной задачи.

Наиболее доступным и эффективным способом приобретения умений и навыков безопасного пребывания в природных условиях можно считать подготовку и проведение туристских походов. (Учащиеся ставят цели, формулируют (уточняют) тему занятия).

4. Изучение нового учебного материала.

Учитель сообщает, что самой распространённой и доступной формой туристских походов являются однодневные походы с родителями или учителем.

Чтобы любой выход на природу прошёл успешно, к нему **необходимо хорошо подготовиться**.

На теоретических занятиях рассказывается о комплектовании группы, составе участников, роли руководителя, постоянных и временных должностях в группе, об особенностях выбора района похода, остановок.

При проведении практических занятий рекомендуется **разработать маршрут однодневного похода** с определением графика движения, интересных краеведческих объектов. Работу можно организовать по подгруппам с последующей защитой разработанных маршрутов.

5. Закрепление.

Выполнение заданий 1–2 (*дидактические материалы «Подготовка к безопасному походу на природу»*).

Ответы на вопросы:

1. Для чего нужна подготовка к походу на природу и что она включает?
2. Какие организационные вопросы должны решать участники похода при подготовке к нему?

6. Итог занятия.

Ответы на вопросы.

1. Как выбирают маршрут похода и определяют основные его этапы?
2. Какие организационные вопросы должны решить участники похода при подготовке к нему?

Занятие 11–12. Личное, групповое туристское снаряжение

Цель: Обобщить и закрепить знания учащихся о личном и групповом туристском снаряжении, умения и навыки пользования снаряжением; формировать у обучающихся бережное отношение к снаряжению.

Задачи: закреплять знания о туристском снаряжении; формировать умение применять знания на практике; использовать снаряжение по назначению; развивать память, внимание, логическое мышление; воспитывать умение работать в коллективе; уважать мнение товарищей.

Оборудование: личное, групповое, специальное туристское снаряжение. Два комплекта снаряжения (рюкзак, палатка, спальник, аптечка, котелки, миска, ложка, кружка, умывальные принадлежности, топографическая карта, компас, одежда).

Ход занятия

1. Актуализация знаний учащихся.

Предлагается отгадать загадку:

На себе он тяжесть носит,
А устанет — наземь бросит,
По лесам и по полям
Тащит больше, чем весит сам.

— Кто это? (*Турист.*)

— Дайте определение, кто такой, по-вашему, турист?

ТУРИСТ — человек, занимающийся туризмом, путешествующий для отдыха, развлечения и удовлетворения своей любознательности.

ТУРИСТ — человек, который занимается туризмом, совершает туристические путешествия.

ТУРИСТ — тот, кто занимается туризмом; участник похода.

— Сформулируйте тему и цели занятия.

2. Основной этап.

Изучение нового материала.

Предлагается учащимся рассмотреть такие понятия, как личное, групповое и специальное снаряжение, какое оно должно быть. Используемое снаряжение в туристском походе подбирается с учетом маршрута и времени проведения похода и делится на личное, групповое и специальное.

Личное снаряжение — все то, что необходимо лично каждому туристу. Прежде всего хороший рюкзак, спальный мешок, вещи и предметы личной гигиены и личного пользования.

Групповое снаряжение — это снаряжение всей группы. Палатки, костровые принадлежности, котлы, картографические материалы и другие предметы коллективного пользования.

Специальное снаряжение — предметы и личного и группового снаряжения, используемые в специальных целях или вызванные спецификой похода или соревнований. Это могут быть спасательные жилеты в водном походе; веревки, страховочные системы, карабины и т. д.

Личное снаряжение

Рюкзак. Существует много модификаций рюкзаков. Главное, чтобы рюкзак соответствовал размеру и был прочным. Выбирая рюкзак, необходимо обратить внимание: его спинка должна быть мягкой с «анатомическим» каркасом; лямки должны быть скругленными и мягкими и легко регулируемы.

Спальный мешок. Комфортность сна в полевых условиях зависит от спального мешка. Существует два основных типа спальников: спальники-одеяла, которые могут быть разложены как одеяло, и спальники-коконы, имеющие анатомическую форму, суженную к ногам. Кроме того, спальники различаются и по наполнителю — они бывают пуховые и синтепоновые.

Обувь. Важная часть личного снаряжения туристов. Обувь должна быть удобной по форме, плотно сидеть на ноге, но не жать стопу. Тесная обувь может стать причиной потертостей, в холодное время будут замерзать ноги. Кроме походной обуви необходимо иметь бивачную сменную обувь, чтобы на привале отдыхали ноги. В несложных походах это могут быть кроссовки, кеды, легкие туристские ботинки или другая обувь на низком каблуке. В осенне-весенний период, а также на маршруте с многочисленными неглубокими ручьями и сырыми местами целесообразно использовать резиновые сапоги со стельками. Передвижение в этом виде обуви требует запаса носков и портянок.

Теплоизоляционный коврик относится к спальным принадлежностям и укладывается под спальник, на дно палатки. Пенополиуритановый коврик практически не имеет веса, не мокнет и не проводит тепло.

Личные вещи туриста должны иметь небольшой вес и объем. Желательно, чтобы верхняя одежда была ветро- и влагонепроницаемой и прочной. Белье должно быть гигроскопичным, удобным, не стесняющим движения. С недавнего времени для любителей активного отдыха стало использоваться термобелье.

Личные мелочи. Это кружка, ложка, миска, индивидуальные средства гигиены, туалетные принадлежности.

Необходимой принадлежностью снаряжения туриста является **аптечка первой помощи**, которая комплектуется с учётом численности группы, сложности похода, удалённости маршрута от населённых пунктов и времени года.

В типовую аптечку могут входить: бинты стерильные (узкие и широкие) из расчёта две пачки на человека, бактерицидный и обычный лейкопластырь, термометр, жгут резиновый, ножницы, пинцет, пипетка, вата стерильная, йодная настойка, спирт медицинский, марганцовокислый калий (марганцовка), перекись водорода, раствор бриллиантовой зелени (зелёнка), набор жаропонижающих, болеутоляющих и применяемых при пищевых отравлениях лекарственных препаратов с описанием их дозировки и способов применения. Укладывать аптечку в рюкзак нужно так, чтобы обеспечить её сохранность и возможность легко достать в случае необходимости.

При подготовке снаряжения к походу необходимо учесть одно правило: каждый турист должен иметь спички. Кроме того, два-три тщательно упакованных коробка спичек берут в качестве группового неприкосновенного запаса.

Таким образом, подготовка к выходу на природу для активного отдыха требует не только определения места и цели похода, разработки маршрута и изучения района похода, но и продуманного подбора и подготовки туристского снаряжения. Выбор туристского снаряжения зависит от вида и особенностей похода (пеший, водный, велосипедный, однодневный или многодневный и т. д.), от времени года и погоды. Перечень личного снаряжения туриста должен включать в себя самые необходимые вещи с учетом сложности и вида похода, климатических условий данной местности.

При проведении практических занятий учащиеся усваивают правила укладки рюкзака, составляют перечень личного и группового снаряжения для однодневного и двухдневного туристского похода.

Для поддержания туристского снаряжения в исправном состоянии **требуется постоянный уход за ним**. Уход за снаряжением в пути заключается в периодическом его осмотре, текущем ремонте и просушивании.

4. Закрепление.

Предлагается учащимся ответить на вопросы:

- Какие предметы включает в себя личное, групповое и специальное туристское снаряжение?
- От каких факторов зависит подбор предметов туристского снаряжения?
- Перечислите основные требования, предъявляемые к туристскому снаряжению.
- Как следует подбирать обувь и одежду для выхода на природу?

5. Работа в группах.

Задание. Составьте три перечня личного снаряжения в зависимости от времени года, когда вы собираетесь пойти с группой в поход (осень, лето, весна). Содержание перечня обоснуйте.

6. Рефлексия.

Предлагается учащимся поиграть (дети делятся на три команды) — перед вами карточки с названием снаряжения и два конверта, вам необходимо разложить карточки так, чтоб личное и групповое снаряжение оказалось в разных конвертах. Победит та команда, которая быстрее и правильнее разложит карточки.

Занятие 13. Собираем рюкзак (практическое занятие)

Цель: формировать представления о снаряжении для пешего похода; развивать навыки самостоятельного сбора в поход, выполнять упаковку вещей и укладку рюкзака; обучать навыкам установки палатки, индивидуально и в группе; развивать познавательный интерес к здоровому образу жизни, занятиям туризмом; воспитать чувства коллективизма, коммуникабельности, ответственности, самодисциплины; потребность в применении полученных знаний.

Задачи: формировать представления о снаряжении для пешего похода; развивать практические навыки самостоятельно собираться в поход и выполнять упаковку вещей и укладку рюкзака.

Место проведения: беседа — учебный кабинет; практическое занятие — выход в лес, парк.

Форма проведения: теоретическое занятие с практической частью.

Методы: словесный с демонстрацией наглядного материала, практическая работа обучающихся.

Оборудование и материалы: мультимедийный проектор, экран, презентация Microsoft Office Power Point «Снаряжение».

Личное снаряжение:

- Рюкзак
- Туристский коврик.
- Спальник
- Посуда: миска, кружка, ложка, нож.
- Туалетные принадлежности: мыло, полотенце, зубная паста, зубная щётка, туалетная бумага, расчёска.
- Фонарь с запасным комплектом батареек.
- Фляжка для воды.
- Спички в термоупаковке.
- Одежда: основной комплект; запасной комплект

Групповое снаряжение:

- Палатка.
- Костровое снаряжение: костровой набор, рукавица, котелок, половник, костровой тент, сапёрная лопата, сухое горючее, сковорода, средства для мытья посуды.
- Пила.
- Топор.
- Верёвка или парашютная стропа — 20 м.
- Аптечка групповая.
- Компас и карты района путешествия.
- Газовая горелка с запасными баллонами.
- Канистра складная.

Ход занятия

1. Организационный этап.

Учитель сообщает, что самое важное для туриста — собрать рюкзак, надо **ничего не забыть** и, желательно, **не брать лишнего**, а ведь все вещи надо еще и **правильно уложить**. Нужно правильно соединить правую и левую части.

2. Изучение нового материала.

Рассказ педагога с демонстрацией презентации «Виды туристского снаряжения». Классификация туристского снаряжения на групповое и личное.

Примерный список личного снаряжения для однодневного туристического похода:

- рюкзак большой с широкими лямками и поясным ремнём;
- запасная обувь (кроссовки);
- куртка с капюшоном (штормовка);
- лёгкий головной убор (шапочка);
- две пары носков;
- полиэтиленовая накидка от дождя;
- кружка, ложка, миска, складной нож;
- фляжка для питьевой воды.

Основные правила укладки рюкзака (с демонстрацией):

- рюкзак укладывается накануне похода — вечером, собирать вещи нужно обязательно по списку, который составляется за день-два до похода;
- к спине располагаются мягкие вещи;
- тяжелые вещи класть вниз, а не сверху и ближе к спине;
- рюкзак должен «расти» вверх, широко прилегать к спине, но не должен быть похож на шар;
- не бойтесь туго набивать рюкзак, неплотно уложенные вещи при ходьбе начинают смещаться;
- укладывая рюкзак, учитывайте, какие из вещей понадобятся в первую очередь, тогда нет смысла убирать их далеко в глубь рюкзака;
- наружные карманы рюкзака используются как для мелких вещей, так и вещей, которые понадобятся в пути;
- под клапан удобно положить куртку, полиэтиленовую накидку на случай дождя (зонтиком туристы не пользуются), палатку.

К групповому снаряжению относятся палатки, топоры, посуда для варки пищи, маршрутные материалы (карты, компасы) и другие предметы коллективного пользования.

Требования к проведению практических занятий:

Для проведения практических занятий в учебном классе и на местности необходимо собрать полный комплект группового и личного снаряжения. Желательно, чтобы снаряжение соответствовало современным требованиям к туристскому снаряжению и одежде туриста.

Необходимо, чтобы каждый обучающийся самостоятельно попробовал уложить вещи в рюкзак.

Выход в лес может быть однодневным и двухдневным. Для выхода в поход также необходимо взять продукты питания с учётом количества дней пребывания в лесу. У руководителя рюкзака должен быть укомплектован снаряжением для возможного автономного пребывания в лесу. Он должен показать, как правильно подобранное снаряжение помогает автономно выживать в экстремальных условиях.

Обучать приёмам установки палатки следует образцовым показом с кратким пояснением. Не переходить к изучению (отработке) следующего вопроса, пока обучаемые не усвоят предыдущий материал. Выбатывать у учащихся самостоятельность в действиях и уверенность в себе. Объяснить, что в походе главное — уметь работать в группе. Необходимо отработать навыки установки палатки в группе несколько раз.

При подготовке к каждому занятию для успешного усвоения учащимися материала преподавателю необходимо:

Уяснить основные вопросы занятия. В ходе изучения материала необходимо продумать организацию и материальное обеспечение занятий. Всесторонне продумать порядок проведения занятия. Подготовить материальную часть к занятию.

При проведении практических занятий на природе, по прибытии на место, педагог распаковывает свой рюкзак, объясняет и показывает, как организовать бивак для 1–2 человек.

Сначала устанавливается палатка, затем размещаются вещи в палатке, после педагог разводит небольшой костёр. Далее педагог показывает, как можно приготовить пищу, используя газовую горелку или костёр.

После этого педагог разбивает обучающихся на небольшие группы — 2–4 человека и предлагает попробовать им самостоятельно установить палатку.

В установке палатки должны поучаствовать все. Далее можно предложить обучающимся попробовать установить палатку индивидуально.

В результате учащиеся научатся осуществлять подбор снаряжения для похода, получат возможность приобрести навыки самостоятельного сбора в поход, укладки рюкзака, установки палатки; умения работать самостоятельно и в группе.

Контроль усвоения знаний обучающимися:

Уровень знаний учащихся проверяется с помощью выполнения практических задач по составлению **списка необходимого личного и группового снаряжения** для однодневного и многодневного пешего похода; по укладке рюкзака, установке палатки, размещению вещей в палатке.

Занятие 14–16. Ориентирование на местности

Цель: сформировать умение ориентироваться на местности. Научиться определять стороны горизонта.

Задачи: создать условия для овладения учащимися знаниями о способах ориентирования на местности; развивать мышление и способность применять имеющиеся знания на практике; формировать у учащихся познавательный интерес к занятиям, положительную учебную мотивацию, внимательность, наблюдательность.

Оборудование: компасы, демонстрационная модель компаса, мультимедийное оборудование, компьютер, экран, презентация занятия.

Ход занятия

1. Организационный момент.

2. Мотивационный этап.

Представьте себе, что вы пошли в лес и заблудились.

Что вы чувствуете, оказавшись в данной ситуации?

Есть ли выход из данного положения?

А только ли важно уметь ориентироваться в данной ситуации?

Что нужно знать для того, чтобы ориентироваться?

Как вы думаете, какая тема занятия будет сегодня?

3. Актуализация знаний.

Для чего нам нужно уметь ориентироваться?

Что такое ориентирование? (*Ориентирование — это умение находить стороны горизонта*).

Для ориентирования на местности необходимо знать стороны горизонта.

Что такое горизонт? (*Часть земной поверхности, наблюдаемая на открытой местности.*)

Назовите основные стороны горизонта.

Учитель обобщает ответы учащихся, подчеркивая, что умение ориентироваться на местности — это первое условие безопасного пребывания человека в природных условиях. Ориентироваться на местности — это значит уметь:

- определять стороны горизонта и представлять себе, где находится юг, север, восток и запад;
- определять своё местонахождение на местности относительно местных предметов, а также форм рельефа (холм, овраг, берег реки и др.);
- выбрать нужное направление движения, чтобы выйти в намеченное место;
- выдерживать во время движения выбранное направление, чтобы не сбиться с намеченного пути.

4. Обсуждение.

Что положить в рюкзак для ориентирования?

Обязательно нужно взять с собой компас, можно самый простой, и карту. С картой лучше познакомиться до похода, при необходимости следует обратиться к знающему человеку для объяснения объектов на карте.

Неоценимую помощь окажут механические часы со стрелками и средство мобильной связи с полной зарядкой, куда внесен номер спасателей — 112.

При ориентировании в природных условиях необходимо хорошо знать наиболее характерные местные предметы по маршруту движения (развилка дорог, характерный изгиб реки, отдельное дерево, лесная поляна и др.), их можно использовать как маяки, указывающие ваше местоположение и нужное направление движения.

Для определения сторон горизонта необходимо уметь пользоваться компасом и картой, часами, определять стороны горизонта по Полярной звезде и положению Солнца.

Ориентирование по карте

Нужно найти на карте и местности хорошо заметный предмет (башню, карьер, дорогу, излучину реки) и повернуть карту так, чтобы совпали изображение и объект. Если на карте озеро слева, оно должно быть слева на местности.

Отметим, что для определения сторон горизонта достаточно знать направление на север. Если оно известно, и вы встанете лицом к северу, то справа будет восток, слева — запад, а сзади — юг.

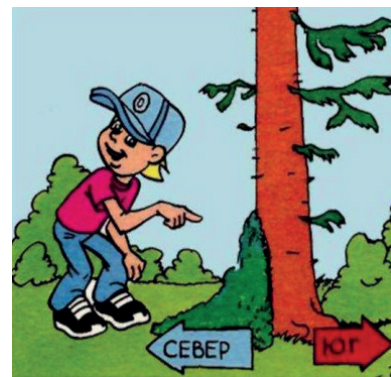
Самым простым и надёжным прибором для определения сторон горизонта является **компас**. (*Практическое занятие по определению сторон горизонта по компасу*).

Для определения сторон горизонта необходимо положить компас горизонтально, отпустить тормоз



магнитной стрелки и повернуть коробку компаса так, чтобы северный конец магнитной стрелки совпал с нулевым делением шкалы. При таком положении стрелка компаса показывает направление «север — юг» и буквы С, Ю, В, З на шкале компаса будут соответственно обращены на север, юг, восток и запад.

Предложить учащимся вспомнить ориентирование **по местным признакам**. Например, мох и лишайники нарастают с северной стороны. С северной стороны кора одиночно стоящих деревьев грубее, чем с южной; стволы сосен после дождя чернеют с севера; мхи и лишайники обильнее покрывают северную сторону деревьев, камней, пней; смола на хвойных деревьях сильнее выступает с южной стороны; северная часть муравейника располагается с южной стороны деревьев.



Определение сторон горизонта ночью

Самый простой способ определения сторон горизонта ночью — определение по Полярной звезде, которая указывает направление на север. Для ориентирования по Полярной звезде сначала нужно найти на небе созвездие Большой Медведицы — это семь ярких звёзд, расположенных на небосклоне в виде большого ковша.

Через две крайние звезды ковша созвездия Большой Медведицы мысленно проведите прямую линию, на которой мысленно отложите от конца ковша отрезок, равный пяти расстояниям между этими звёздами. В конце отрезка вы увидите яркую звезду, которая расположена в созвездии (тоже ковша) Малой Медведицы. Это Полярная звезда. Если вы встанете к ней лицом, то впереди будет направление на север, сзади — на юг, справа — на восток, слева — на запад. Однако и ночью самый надёжный способ определения сторон горизонта — при помощи компаса. При определении сторон горизонта лучше использовать несколько способов, чтобы избежать ошибки.

Надо заметить, что даже и в наши дни, когда существуют новейшие технические приспособления для ориентирования, умение обходиться без приборов не утратило своего значения. Для ориентировки во времени и пространстве можно использовать самые разнообразные предметы и явления природы — от звезд на небе до камня на земле.

5. Приготовить карточки с «Сигналами международного кода», которые, при необходимости подачи сигнала о помощи, вытапываются на снегу, выкладываются из камней, веток, дёрна и других подручных средств:

I — нужен врач, серьёзные телесные повреждения

II — нужны медикаменты

X — не имеем возможности в передвижении

F — нужна вода и пища

LL — все в порядке

У — да

N — нет

Квадрат — требуется карта и компас

Треугольник — здесь можно приземлиться.

6. Закрепление материала.

Предложить учащимся выбрать правильный ответ (*карточки*).

1. Когда я ориентируюсь по местным признакам, то...

А. Полностью доверяю одному из них.

Б. Стараюсь использовать несколько местных признаков, ведь они не всегда точны, как компас.

В. Использую два признака.

2. Вставить пропущенные слова.

Муравейники, как правило располагаются с _____ стороны от дерева, пня, куста — там, где теплее. Лишайники, как правило, растут на стволе деревьев на _____ стороне. Кора деревьев грубее с _____ стороны, потому что там холоднее.

Весной трава растет гуще на _____ окраинах полей, потому что лес образует экран, от которого отражаются солнечные лучи, и там теплее.

3. Выполнение заданий 1–7 (дидактический материал «Ориентирование на местности»).

Сигнал «SOS»

Это сигнал бедствия. Представьте, что вы заблудились. Самое главное в такой ситуации — не волноваться, не паниковать, не впадать в уныние, нужно сесть, расслабиться, обдумать ситуацию. Есть много простых и верных способов ориентироваться на незнакомой местности.

— Какие способы ориентирования в незнакомой местности знакомы вам? (ответы учащихся).

Учебный диалог. Без компаса можно ориентироваться по ряду предметов:

- На березах кора с южной стороны светлее, чем с северной.
- Ягоды и плоды начинают краснеть с южной, солнечной стороны.
- Муравьи устраивают свои жилища к югу от ближайших деревьев или кустов и делают южный склон муравейника более пологим, чем северный.
- Цветы старого подсолнечника всегда обращены к югу. Молодые цветы в течение дня поворачиваются за солнцем, но в пасмурную погоду они никогда не смотрят на север.
- В первой половине лета трава вокруг дерева выше с юга, во второй — она желтеет с южной стороны дерева.
- Стволы сосен только вверху покрыты светлой корой, нижняя часть стволов покрыта грубой, более темной, вторичной коркой. На северной стороне эта корка заходит выше на 1–2 метра.
- У лопуха и обычного сорняка листья всегда располагаются с севера на юг.

Практическое занятие. В школьном дворе или на прогулке определить стороны горизонта по признакам местных предметов, а затем сверить полученные результаты с показаниями компаса и определить погрешности первых двух способов.

Занятие 17–18. Организация туристского быта

Цель: изучить требования к месту размещения бивака и действия по организации бивака; развивать туристские умения и навыки; воспитывать чувство товарищества, коллективизма, любовь к природе.

Задачи: сформировать представление о критериях выбора места бивака и его организации; продолжить формировать навыки самостоятельной работы по изучению нового материала; способствовать развитию логического, аналитического мышления, умения принимать правильные решения; формировать умение работать в коллективе, чувство ответственности за принятое решение.

Оборудование: проектор, компьютер, экран, дидактические карточки, палатки, спальники, котелок.

Ход занятия

1. Организационный момент.

Приветствие.

2. Изучение нового материала. (Беседа)

Предложить учащимся ответить на вопросы: — Как вы думаете, что такое «бивак»? (ответы учащихся). (*Бивак — это место, где остановились туристы и разбили свой лагерь*).

Тема занятия: «Туристский бивак. Организация бивачных работ».

Цель нашего занятия — изучить требования к месту выбора бивака и последовательность действий при организации бивачных работ. Попробуем не получать знания в готовом виде, а совместно находить нужную и правильную информацию по теме.

Бивак — место размещения (стоянка) туристской группы для ночлега или отдыха. Бивак — это дом, в котором туристы живут во время похода.

— Как вы думаете, за сколько времени до наступления темноты необходимо выбирать место бивака?

— *За 2–3 часа.*

— Еще до выхода на маршрут приблизительное место ночлега определяются по карте. А непосредственно на местности выбирается за 2–3 часа до наступления темноты.

Существуют определенные критерии, требования к выбору места бивака.

3. Работа в двух группах.

Работа с текстом (*карточки*). Задача первой группы: отмечать верные высказывания, другой — неверные.

Текст:

Недалеко от реки виднеется поселок. **Внизу по течению реки за поселком** можно и остановиться. Утром пойдем в местный магазин. Возле поселка, на опушке леса стоит **высокая раскидистая сосна**, как раз то, что надо, если что можно укрыться от дождя. **Станем с восточной стороны от сосны**, чтобы солнце утром рано нас не разбудило. Хоть выспимся! Место здесь живописное. Как хорошо там возле сосны **понижение** — то, что надо: место ровное, палатки можно расставить. Придем, палатки поставим, **а потом решим, где будет костер ...**

(Каждая группа по очереди высказывает свои предложения о верности или неверности суждений участника похода).

Предлагается подытожить все сказанное и выделить три основных требования предъявляемых к месту бивака.

Основные требования к месту бивака

1. Безопасность.

2. Наличие дров.

3. Наличие воды.

— Какова последовательность действий при установке бивака?

Необходимо:

1. Заготовить дрова (для приготовления пищи и обогрева), сложив их на расстоянии 5–6 м от костра.

2. Обеспечить наличие воды.

3. Установить палатки компактно входом к костру на расстоянии 5–6 м.

4. Развести костер.

5. Оборудовать место возле костра для приема пищи.

6. Приготовить пищу.

— Какую работу надо выполнять в первую очередь, какую во вторую?

(Желательно все бивачные работы проводить параллельно).

Распределять работу на биваке надо сразу же по приходу на место. Каждую из работ на биваке выполняют участники, которым это поручено. В многодневных походах лучше заранее распределить работы так, чтобы все участники выполнили все виды работ, т. е. участники проходят полный курс обучения. При хорошей организации бивачных работ они заканчиваются к моменту, когда готов ужин. В целом на бивачные работы уходит от 1,5 до 2 часов.

В группе не сидят без дела, когда другие работают, помогают друг другу пока не закончатся все работы.

Дежурные, которые готовят пищу, утром встают за 1 час. С вечера они все готовят. (Воду, дрова, продукты укрывают от росы и дождя).

Важно освоить не только, как ставить правильно лагерь, но и как его снимать.

— С чего, по-вашему, нужно начинать снятие лагеря? *(Ответы учащихся).*

Со сбора личных рюкзаков.

Палатку, спальники выворачивают, вытряхивают, но вначале дают просушиться скатам палатки на солнце, затем просушивают дно. Складывают в рюкзак.

— Остатки пищи оставляют в стороне — для лесных зверей. Остатки дров аккуратно складывают под деревом. Мусор сжигают. Несгораемый мусор берут с собой. Костер гасят. Кострище заложить снятым дёрном и полить водой.

Место стоянки нужно оставлять лучше, чем оно было. Пришедшим после вас это место должно понравиться. Природа не должна пострадать от вашего вторжения.

4. Закрепление материала. Если вы считаете высказывание верным, поднимаете правую руку, если неверным — левую.

«Верно — неверно»

1. Костер должен располагаться не ближе, чем на 5–6 м, от деревьев и кустов (+)

2. Можно разводить костер в хвойных молодняках, густых кустах (–)

3. Можно разводить костер на завале сухих сучьев, вблизи сена, соломы (–)

4. Нельзя разводить костер вблизи строений и торфяников (+)

5. Место для костра должно быть защищено от ветра (+)

6. Лучшее топливо для костра — засохшие ель и сосна (+)

7. Можно оставлять у костра без присмотра обувь, одежду (–)

8. Сначала ставят палатки, а затем выбирают место для костра. (–)

9. Место для складывания и рубки дров должно быть удалено от костра на 5–6 метров (+)

10. Дежурные у костра работают в обуви, в одежде с длинными рукавами, в головных уборах и обязательно в рукавицах (+)

11. Палатки устанавливают ближе 10–15 м от костра (–)

12. Палатки ставятся на влажном, плохо продуваемом месте (–)

13. Для разжигания костра на новом месте необходимо убрать дерн (+)

14. Хорошо расположить палатку под раскидистым дубом (–)

Практические занятия рекомендуется провести во дворе школы, парке, лесу, отрабатываются навыки установки палаток.

Занятие 19. Разведение костра. Практическое занятие

Цели: познакомить учащихся с разными видами костров.

Задачи: научить учащихся правильно разводить костры с учетом соблюдения правил безопасности; развивать умение работать в группах; воспитывать бережное отношение к природе.

Ход занятия

1. Организационный момент

Тема занятия — на экране «Разведение костра. Типы костров».

2. Изучение нового материала.

Функции костра.

Порой бывает очень важно вовремя развести костер.

— Для чего нужен костер?

Посмотрим, правильно ли вы предполагали? *(Ответы учащихся сверяются с ответами на экране.)*

Функции костра многогранны:

- приготовление пищи;
- сушка одежды;
- освещение;
- обогрев;
- отпугивание насекомых и зверей;
- подача сигнала.

Место для костра. *(Учащиеся высказывают предположения.)*

Итак, вы собираетесь разжечь костер.

Для этого надо:

- найти поляну, защищенную от ветра (если не удастся, соорудить заслон);
- очистить место для костра от сухой травы, листвы и обложить его камнями;
- на глубоком снегу, болоте сделать настил.

Разведение костра

— Чтобы развести костер, что понадобится? *(Ответы учащихся.)*

Перед тем как разжечь костер, надо заготовить растопку из мелких сухих еловых веточек, бересты, смолы хвойных деревьев, сухого мха, травы, лишайника, стружек, лучины. Подготовленную растопку укладывают под сложенный шалашиком или колодцем мелкий сухой хворост и поджигают, а сверху, по мере разгорания, аккуратно кладут более толстые дрова. В дождливую погоду костер разводят под прикрытием накидки или плаща. Чем сильнее ветер и дождь, тем плотнее укладывают растопку и дрова на костре.

— А вы знаете, какие дрова используют для приготовления пищи? При заготовке топлива следует знать, что сырые и гнилые дрова дают много дыма, но мало тепла; мелкий хворост прогорает в первые две–три минуты; осиновые и пихтовые дрова плохи тем, что слишком сильно стреляют искрами.

3. Закрепление.

Работа с текстом *(текст на карточках).* Найдите в тексте ошибочно вписанные слова, подчеркните их и пронумеруйте. Замените их на правильные. Запишите в ответе правильные слова, соблюдая нумерацию.

Место для костра

Для приготовления жилища (1), сушки одежды, освещения, отпугивания насекомых и зверей необходим костер. Место для костра нужно выбрать сухое, открытое,

но защищенное от солнца (2) и расположенное неподалеку от воды. Площадкой под костер могут служить заостренные (3) камни или плотно уложенные сучья. Место для костра должно быть расчищено. Для надежности можно обложить костер рюкзаками (4). Не разводите костер возле стройных (5) деревьев: они могут загореться. Зимой не следует разжигать костер под большими деревьями: пар (6), скопившийся на них, может капать (7) вниз и погасить его.

Ответы: Пищи. Дождя. Плоские. Камнями. Сухих. Снег. Обрушиться.

За каждое обнаруженное неправильное слово — 1 балл.

Разведение костра

Чтение: *Советы по разведению костра*

- Заготовить растопку (мелкие сухие веточки, сухая трава, березовая кора)
- Положить растопку на землю;
- Поджечь костер 2–3 спичками;
- Положить на растопку ветки потолще;
- Соблюдать правила пожарной безопасности.

ЗАПОМНИТЕ!

Это нельзя делать, разводя костер!

Не разводить костер возле деревьев!

Не использовать для костра живые деревья!

Не разводить костер на торфяных болотах!

Не оставлять без присмотра горящий костер!

Синквейн (Рефлексия)

Правила составления синквейна:

- Одно существительное
- Два прилагательных
- Три глагола
- Четыре слова — твое отношение к теме
- Одно слово — синоним к первому слову

Костер

Жаркий, огненный

Греет, дымит, освещает

Нужно уметь разжигать костер

Огонь

Правила чтения синквейна:

Выступающий выходит перед классом, представляется, садится на стул, читает синквейн, после чего все должны ему похлопать.

Занятие 20. Виды костров. Практическое занятие

Цели: обучение учащихся практическим навыкам разведения разных видов костров;

Задачи: научить последовательности работы по разведению костров разных видов; развивать умение работать в группах; воспитывать бережное отношение к природе.

Оборудование: презентация с видами костров, палочки.

Ход занятия

1. Актуализация знаний:

Вопросы (фронтальный опрос):

- Как правильно выбрать и подготовить место для костра?

- Что надо приготовить перед разжиганием костра?
- Для чего предназначена зажигательная палочка?

Рассказать правила разжигания костра.

2. Изучение нового материала.

Без чего нельзя решить проблему обогрева и сушки одежды, приготовления пищи и освещения во время автономного существования в природных условиях, например когда вы заблудились в лесу или ваше транспортное средство потерпело крушение в безлюдной местности? (*Ответы учащихся.*) Ну конечно же, без костра. Но костер костру рознь. Один из видов костра хорош для сушки одежды, другой — для приготовления пищи. Чем же они различаются? Какие виды и типы костров бывают?

Большинству людей кажется, что разжигание костра не представляет особого труда. Но даже в хорошую погоду не каждый сможет сделать это быстро, а уж разжечь костер в дождь превратится в проблему для многих. Не все знают, что существует разные виды костров. Как выбрать тот, который будет наиболее полезен в данной ситуации?

Итак, что же вы знаете о костре? С чем ассоциируется у вас это слово?

Объявление темы и цели урока:

Чтобы подать сигнал бедствия или отогнать мошек, комаров, чего должно быть в костре больше? (*Дыма.*)

А чтобы согреться и просушить одежду, приготовить пищу? (*Жара.*)

Учитель знакомит учащихся с типами костров (*Презентация*).

Шалаш: короткие сухие дрова укладывают наклонно к центру.

Дает высокое жаркое пламя, удобен для приготовления пищи, кипячения воды.

Колодец: два полена укладывают параллельно, на них два поперек и т. д.

Удобен для приготовления пищи, когда посуда не одна. Очень хорош в сырую погоду.

Звёздный: поленья укладывают в виде звезды.

Звёздный костёр пожаробезопасен, требует постоянного присмотра, иначе погаснет (по мере сгорания поленья надо двигать к центру)

Таёжный: несколько брёвен укладывают под углом друг к другу.

Не требует частого подкладывания дров.

Нодья: два толстых бревна кладут плотно друг к другу, между ними кладут растопку. После того как растопка разгорится, сверху кладут третье бревно.

Нодья может гореть несколько часов.

3. Закрепление нового материала.

Ответы на вопросы:

1. Какой костер дает высокое и жаркое пламя? (*Шалаш.*)
2. Какой костер лучше всего разжечь на ночь? (*Таежный или нодья.*)
3. Какой костер лучше подойдет в сырую погоду? (*Колодец.*)
4. Какой костер самый пожаробезопасный? (*Звездный.*)
5. Учащиеся по рисункам называют тип костра.

Практическое занятие.

Предлагается учащимся по заданию учителя складывать типы костров из палочек, лежащих на столах, представив, что палочки — это поленья. (*Взаимопроверка.*)

4. Работа в группах.

Предложите учащимся провести исследование и определить, какой тип костра лучше использовать при определенной практической ситуации.

1 группа. Изучить типы костров и их функции, определить, какие виды костров лучше использовать для приготовления пищи.

2 группа. Выбрать типы костров, чтобы обогреться и просушить одежду.

3 группа. Костры, которые используются для подачи сигналов, отпугивания насекомых и освещения бивака. *(На задание отводится 5 минут).* Проверка по группам.

Рекомендуется выполнение заданий 1–6 (всех или на выбор). *(Дидактический материал «Организация туристского быта».)*

5. Итог занятия. Беседа с классом по вопросам:

- Что из того, что вы слышали, вам было уже знакомо?
- Что оказалось новой информацией?
- Что вызвало у вас сомнение или с чем вы были несогласны?
- В какой жизненной ситуации могут пригодиться навыки, полученные сегодня на занятии?

Занятие 21–22. Организация питания в походных условиях

Цель: ознакомить учащихся с требованиями к продуктам питания для похода, дневным рационом питания; научить правильно упаковывать, хранить и транспортировать продукты в походе; воспитывать бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.

Задачи: дать знания о режиме и рационе питания в походе; объяснить важность водно-солевого режима в походе.

Ход занятия

1. Организационный момент.

На доске записана тема занятия: «Питание в походных условиях».

План занятия:

1. Продукты для похода.
2. Рацион питания.
3. Упаковка, хранение и транспортировка продуктов.
4. Закрепление новой темы.

2. Сообщение учителя и учащихся.

Для жизнедеятельности нашего организма необходима пища. Цель и задачи нашего занятия — рассмотреть — как правильно питаться в туристском походе. Как улучшить аппетит и сохранить здоровье? Также мы рассмотрим, когда, как и чем питается турист в походе. Вспомните: — Что значит туризм?

*Учащийся (подготовленный заранее): — **Туризм** — слово, известное каждому, на протяжении всего периода развития человечества люди путешествуют, получают знания, делают интересные открытия, приобретают навыки походного труда. Чтобы идти по маршруту, нести рюкзак, рубить дрова, думать и любоваться природой, человеку постоянно приходится расходовать энергию. Получает ее наш организм из пищи. Тут неизбежно возникает вопрос: сколько, и каких продуктов взять на маршрут?*

Какие продукты можно брать с собой в поход?

Учащийся (подготовленный заранее): — Для походов выходного дня годятся любые продукты, которые не испортятся до конца маршрута, главное не брать консервы в стеклянных банках, иначе придётся извлекать осколки из вещей. Собираясь в несложные многодневные походы летом, надо выбирать прежде всего те продукты, которые не испортятся на жаре. Творог, сметана, варёная колбаса не подойдут. Лучше взять тушёнку, рыбные консервы, овощи.

В ходе занятия учитель знакомит учащихся с:

- **Продуктами для похода**

Туристы предъявляют к продуктам достаточно жесткие требования.

1. Легкость и калорийность
2. Быстрота и несложность приготовления
3. Пригодность в течение всего похода и транспортабельность
4. Вкусовые качества

- **Рационом питания**

Рацион — порция пищи на определенное время.

Меню — набор продуктов или блюд.

- **Режим питания** — распорядок приёма пищи.

На завтрак обычно рекомендуют давать около 30 % калорийности суточного рациона. Составляя меню на завтрак, надо помнить, что он должен обеспечить работоспособность в первой половине дня.

На обед или перекус должно приходиться 30–35 % суточной калорийности питания. Предпочтительна высококалорийная жирная и сладкая пища. Легкоусвояемые углеводородсодержащие продукты (сахар, конфеты, вафли и т. д.) должны сочетаться с трудноусвояемыми продуктами с большим количеством жиров (колбаса, мясные и рыбные консервы).

На ужин остается 25 % калорийности. Он должен компенсировать дневные энергозатраты и подготовить нас к следующему дню. Для этого хороши блюда, богатые белками и углеводами: супы, каши, мясо, макароны. Не надо забывать про лук, чеснок, томат и другие приправы.

Вечернее чаепитие — настоящий обряд, снимающий эмоциональные перегрузки. Поэтому чая должно быть много, и к нему хорошо припасти что-нибудь вкусное.

- **Упаковкой, хранением продуктов**

Прежде чем разместить продукты по рюкзакам, их надо правильно упаковать. Упаковка должна обеспечить сохранность продуктов в течении всего похода. А ещё она должна удобно ложиться в рюкзак и быть лёгкой. Если фасованные продукты бояться сырости, их кладут в полиэтилен, сыпучие продукты удобнее всего пересыпать в пластиковые бутылки.

- **Каким требованиям должна удовлетворять упаковка?**

Упаковка должна защищать продукты от воздействия влаги и прямых солнечных лучей (герметичность).

Быть устойчивой к физическим воздействиям (прочность).

Занимать по возможности меньше места в рюкзаке (компактность).

3. Обсуждение.

Хранение продуктов. Распределение продуктов в туристской группе. Завхоз по питанию туристской группы и его обязанности. Дежурные повара, их обязанности и организация дежурства.

4. Практические занятия.

Составление меню для однодневного туристского похода с расчетом требуемых продуктов.

Приготовление пищи в полевых условиях на костре (при участии и при контроле взрослых: родителей, педагога).

Примерный образец походного меню.

***Завтрак:** Утром часто варится сладкая каша (овсяная, рисовая, гречневая) со сгущёнкой и сухофруктами, с которой организм получит должное количество углеводов и глюкозы.*

Обед: Делается в виде перекуса на очередном привале. В употребление идут консервы (паштет, шпроты), бутерброды с колбасой, сыром или ветчиной. Хорошим дополнением к обеду является шоколад, а также различные соусы типа кетчупа, горчицы и майонеза.

Ужин: Готовится на костре в лагере, организованном для ночлега. Тут туристы проявляют настоящие сверхспособности в области кулинарного искусства... В котле обычно готовится каша с тушёнкой (из гречки, риса, пшена, гороха), варится походный суп с картошкой, мясом и овощами, или идут в ход макароны с сыром или тушенкой. В качестве питья заваривается душистый чай.

5. Закрепление новой темы.

Какие продукты можно брать с собой в поход?

Что такое меню?

Что такое режим питания?

Какие требования к упаковке продуктов предъявляют туристы?

6. Итог занятия.

Ответы на вопросы. Что нового вы узнали на занятии? Как это может пригодиться в жизни?

Занятие 23. Личная гигиена туриста

Цель: познакомить с правилами личной гигиены туриста в походе.

Задачи: ввести понятие гигиены, личной гигиены, гигиены туриста; развивать заботливое отношение к собственному здоровью; воспитывать дисциплинированность, трудолюбие.

1. Организационный момент. Сообщение темы и цели занятия.

В процессе теоретических занятий учащиеся знакомятся с правилами личной гигиены в туристических походах, в том числе на привалах, во время приготовления и приема пищи. Учитель рассказывает о важности соблюдения гигиены ног в походе, способах закаливания организма.

Практические занятия предусматривают (в условиях туристской прогулки, на привале, при организации перекусов) отработку навыков личной гигиены. Учащимся показывают простейшие приемы самомассажа.

2. Изучение нового материала.

Работа с текстом. (Текст на листах распечатывается каждому учащемуся). После ознакомления с текстом выполняется задание 1 (дидактические материалы «Личная гигиена»).

Личная гигиена — это комплекс гигиенических правил, их выполнение способствует сохранению и укреплению здоровья человека. К личной гигиене относится уход за своим телом, зубами и волосами, за одеждой и обувью.

В походных условиях важно постоянно следить за чистотой кожи. Кожа предохраняет внутренние органы и мышцы человека от ушибов, от солнечной радиации, от проникновения в организм различных микроорганизмов, возбудителей болезней.

Особое внимание в походе следует уделять уходу за ногами, и в первую очередь тщательно следить за их чистотой.

Ноги нужно мыть каждый вечер после дневного перехода. При этом нужно осматривать кожу ног, обрабатывать имеющиеся на ней трещины, царапины, потёртости йодом или зелёнойкой. На следующий день перед выходом на маршрут необходимо вновь смазать травмированные места и заклеить их лейкопластырем.

Если позволяют условия, на больших и малых привалах целесообразно снимать ботинки и носки, чтобы дать ногам отдохнуть.

Чтобы не натирать ноги в походе, важно следить за состоянием обуви. В походах желательно пользоваться шерстяными или хлопчатобумажными носками, которые следует стирать каждый день вечером.

Сапоги и другую кожаную обувь следует по мере необходимости просушивать и смазывать. Нельзя сушить обувь у костра, так как она от этого твердеет, теряет гибкость и будет натирать ноги. Для просушки обуви на ночь её можно плотно набить сухим сеном, мхом или колосьями дикорастущих злаков. К утру она будет сухой.

В походе следует регулярно чистить зубы. После каждого приёма пищи необходимо полоскать рот водой.

Проверка выполнения задания 1.

3. Итог занятия.

Ответы на вопросы.

Какую тему сегодня проходили?

Что такое гигиена?

Какие правила гигиены необходимо соблюдать в туристском походе?

Занятие 24. Опасные ситуации в природных условиях

Цель: сформировать представления об основных опасных ситуациях в природных условиях, характерных для Республики Беларусь;

Задачи: учить соблюдать правила личной безопасности в опасных ситуациях природного характера и действовать, обеспечивая личную безопасность; учить обеспечивать личную безопасность в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Ход занятия

1. Организационный момент.

Актуализация знаний учащихся:

- Какими знаниями и умениями должен обладать человек, чтобы чувствовать себя безопасно в природной среде?
- Перечислите, какие временные укрытия из подручных средств можно соорудить в природной среде для защиты от ветра, холода, дождя.
- Для чего нужно иметь с собой спички, если вы отправляетесь на отдых в природных условиях?
- Какую воду можно пить, когда находишься в природных условиях?
- Для чего нужно знать сигналы бедствия и правила их подачи?

2. Основная часть.

Сообщение темы и цели занятия.

Объяснение нового материала.

Работа с текстом. Прочитайте текст, выполните задания. (*Текст на карточках.*)

Погода — основной фактор, от которого зависит безопасность человека в природных условиях. Некоторые погодные явления существенно осложняют пребывание человека в природной среде. Собираясь в поход, необходимо узнать, как меняется погода в местах планируемого отдыха в различное время года.

В природной среде человек чаще всего встречается с такими погодными явлениями, как атмосферные осадки (дождь, снег, град). В природной среде надо суметь обеспечить защиту от неблагоприятной погоды, используя снаряжение и естественные укрытия.

Опытные туристы советуют при кратковременных интенсивных осадках (сильный дождь) остановиться в первом же удобном месте и переждать непогоду в укрытии, под тентом или накидкой.

Продолжать движение в дождь и снег можно на технически несложном участке, по тропам, по равнинной местности, укрывшись накидкой. Сразу же после перехода под дождем (или в снег) необходимо организовать бивак, лучше всего в укрытии, где можно развести костер, переодеться, высушить намокшую одежду и обувь.

Задание. Найдите в тексте советы опытных туристов.

1. Что делать во время грозы.

Особенную осторожность нужно проявлять во время грозы. Это погодное явление связано с развитием кучево-дождевых облаков и скоплением в них больших электрических зарядов. Наибольшую опасность для человека представляет прямое попадание молнии. Молния — это гигантский электрический разряд, возникающий между грозовыми облаками или между облаками и землей.

Предвестники грозы — мощные кучево-дождевые облака, многократные вспышки молний, раскаты грома.

Если вы при приближении грозы находитесь на возвышенности (на хребте, холме, крутом склоне), необходимо как можно быстрее спуститься вниз, чтобы избежать попадания молнии.

Если вы находитесь в воде, необходимо быстро выйти на берег.

В лесу лучше всего укрыться среди невысоких деревьев с густым подлеском.

Помните, что среди деревьев прямому попаданию молнии менее подвержены береза и клен, наиболее — дуб и тополь.

Рассмотрите картинки (на экране) и сформулируйте, что нельзя делать во время грозы. (Учащиеся, опираясь на информацию из текста, формулируют ответ.)



Во время грозы нельзя...

2. Что делать во время метели?

В метель, при сильном ветре и холоде, у человека нарушается нормальное дыхание, теплозащитные свойства одежды снижаются, из-за плохой видимости он теряет ориентировку, может заблудиться, выбиться из сил и погибнуть.

Лучше всего переждать метель в лагере на биваке. Если группа при приближении метели находится в движении на маршруте, необходимо немедленно остановиться, поставить лагерь и ждать, когда она кончится. Если при приближении метели есть возможность укрыться в лесу, необходимо двигаться, предварительно надев ветровки, пуховики, рукавицы. Первоочередная задача, стоящая перед группой туристов до или после наступления метели, — устройство бивака.

Метель опасна тем, что ... (Учащиеся, опираясь на информацию из текста, формулируют и находят ответ.)

Меры безопасности во время метели:

1. Не допускать намокания одежды.
2. Шевелить пальцами рук и ног.
3. Руки греть на груди под одеждой или подмышками.
4. Спрятаться в укрытие, например, из снега.

3. Закрепление. Выполнение заданий 1–7. *(Дидактические материалы «Опасные ситуации в природных условиях».)*

4. Проверка выполнения заданий.
5. Итог занятия.

Занятие 25. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Цель: усвоить знания о правилах поведения при встрече с дикими животными.

Задачи: обеспечить учащихся необходимой информацией для решения ситуационных задач при встрече с дикими животными; формировать навыки оказания первой помощи при укусах дикими животными, змеями; формировать способности конструктивного взаимодействия с членами группы по достижению общей цели; обучать осознанно находить решение в сложной ситуации; работать в группе над поставленной задачей и вместе находить решение проблемы.

Ход занятия

1. Актуализация знаний учащихся. Введение в проблему.

Представим себе ситуацию:

В июне группа ребят с учителем отправилась в лес в турпоход. Однажды во время движения ребята случайно наткнулись на лису: она пряталась под сваленным деревом, скалилась и готовилась к нападению. Руководитель группы оттолкнул ребят, схватил толстую палку и, громко закричав, начал стучать по дереву. Лисица скрылась в кустарниках шиповника и убежала.

Через день, когда ребята проходили через густой залесок, с ними произошла еще одна очень неприятная история: во время пешего хода один из ребят громко закричал и упал на колени. Когда все подбежали, он жаловался на сильную боль в ноге. Руководитель группы закатал штанину мальчика и все увидели две красные точки, похожие на укусы, вокруг которых кожа опухла и покраснела.

- Что произошло с мальчиком?
- Как вы думаете, кто укусил мальчика?
- А вы знаете, что необходимо предпринять в случае укуса змеи?
- А зачем руководитель группы при встрече с лисой стал громко кричать и стучать палкой?

Учитель предлагает учащимся определить тему и поставить цели занятия.

2. Изучение нового материала.

Поставим проблемный вопрос, ответ на который будет результатом нашего эффективного занятия.

Серьезную опасность для человека могут представлять **животные:**

- в брачный период;
- во время кормежки;
- когда зверь ранен;
- когда он находится с детенышем.

— Как вы думаете, каких диких зверей мы можем встретить в белорусских лесах? (Ответы учащихся.)

Встреча с дикими животными.

Место лежки диких животных можно определить по следующим признакам:

- следы;
- остатки пищи (кости, перья);
- комки шерсти;
- помет;
- резкий запах зверя.

Если встречи с диким животным не избежать:

- не паниковать;
- не делать резких движений;
- не поворачиваться спиной;
- не пытаться убежать;
- замереть на месте;
- пятясь, отступать;
- удалившись на 10–15 метров, продолжать отходить боком.

Изучение рекомендаций. **Как избежать встречи с дикими животными в природных условиях?**

- Изучить места обитания диких животных.
- Своевременно обнаружить присутствие диких животных (по следам, ободранной коре, наличию помёта и т. д.).
- Продвигаясь по лесу, предупреждать животных о своём присутствии (громко разговаривать).
- В зимнее время, находясь на волчьей территории, держаться кучно.
- При устройстве на ночлег лагерь разбить на открытом месте, поддерживать большой костёр всю ночь.
- Встреча с медведем-шатуном очень опасна, немедленно покиньте опасную территорию.

Оказание первой помощи при укусе насекомого сводится к тому, чтобы уменьшить общую реакцию организма на действие ядовитого вещества:

- аккуратно удалить жало (пинцетом);
- промыть ранку спиртом или слабым раствором марганцовки;
- положить холод;
- дать пострадавшему 1–2 таблетки димедрола или супрастина и 1–2 таблетки глюконата кальция;
- если состояние пострадавшего продолжает ухудшаться, его нужно доставить в медицинское учреждение (рекомендуется обильное питье).

Одним из опасных насекомых, которые водятся у нас в Беларуси, является клещ.

Фронтальный опрос.

Какую опасную для человека болезнь переносят клещи?

Место обитания клещей.

Чем может закончиться клещевой энцефалит?

В какое время года наибольшая вероятность заразиться клещевым энцефалитом?

Объяснение с иллюстрацией.

Меры предосторожности от укуса клеща.



3. Закрепление.

Выполните задания.

1. Заполните пропуски в тексте.

Чтобы уберечься от укуса клеща, нужно выбирать место стоянки _____, место вдалеке от _____ и деревьев. Обнаруженных на одежде клещей нужно сразу _____.

Ответ: сухое, кустарников, сжечь.

2. Выпишите буквы в правильной последовательности.

При укусе ядовитого насекомого нужно:

- А) Дать пострадавшему демидрол.
- Б) Аккуратно вынуть жало.
- В) Приложить холод.
- Г) Промыть ранку спиртом или слабым раствором марганцовки.
- Д) Доставить пострадавшего в больницу.

Ответ: БГВАД

3. Назовите буквы утверждения, которое вы считаете верными.

А) Ягоды и грибы нужно собирать голыми руками, чтобы не травмировать окружающую среду

Б) Ходите в лес в высокой обуви, по возможности надевайте шерстяные носки

В) При встрече со змеей смотрите ей прямо в глаза, чтобы ее напугать

Ответ: Б

4. Выполнение задания 1–2. (Дидактические материалы «Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях».)

5. Контроль знаний

Упражнение для контроля знаний «Верно — неверно».

Если вы считаете утверждение верным, необходимо отметить знаком «+», если ложным — знаком «-». (Выполняют на заранее заготовленных листочках).

1. Что может служить местом ночлега дикого животного? (Пещера, дупло, яма, сваленное дерево, густой кустарник.)

2. Какие признаки указывают на присутствие зверя? (Остатки пищи, перья, клочки шерсти, помет, резкий запах зверя.)

3. При каких условиях животные становятся опасными для человека?

4. Кто такой медведь-шатун? Какую опасность он представляет?

5. Как снизить вероятность встречи с опасными дикими животными? *(Продвигаясь по лесу, необходимо звуками и голосом обнаружить свое присутствие, давая возможность животным уйти.)*

6. Бешенство — это... *(Тяжелое инфекционное заболевание, поражающее головной мозг и нервную систему.)*

7. Почему не следует разорять убежища (норы) мелких диких животных?

8. Какие правила безопасности следует выполнять при движении по тем местам, где водятся ядовитые змеи? *(Избегать густо заросших территорий, ходить в высокой плотной и закрытой обуви.)*

9. Как обеспечить безопасность при устройстве на ночлег в районе, где есть волки. *(Развести большой костер, поддерживать горение костра.)*

6. Взаимопроверка. *(Учащиеся обмениваются с товарищем листочками с ответами, осуществляют взаимопроверку.)*

7. Подведение итогов занятия.

Что нового узнали сегодня на занятии? Чему научились?

Какова была проблема нашего занятия?

Узнали ли вы о способах решения проблемы?

Ваши выводы?

8. Рефлексия.

Чему вы научились?

Где вам пригодятся знания, полученные на уроке?

Занятие 26–28. Первая помощь при неотложных состояниях

Цель: формировать навыки оказания первой помощи в природных условиях.

Задачи: научить оказывать первую помощь (самопомощь) при различных видах травм; познакомить со стандартными средствами первой помощи; воспитывать ответственное отношение к здоровью, своему и окружающих.

Рекомендуется проводить занятия с участием медицинского работника.

Ход занятия

1. Организационный момент.

Введение в тему занятия.

— Травмы, что это такое? *(Ответы учащихся.)*

— Какие бывают виды травм?

— Как оказать первую помощь пострадавшему? Этому посвящается занятие.

Сообщение учителя.

Первая помощь — набор простейших и срочных действий, направленных на временное устранение причин, угрожающих здоровью и жизни пострадавшего (внезапно заболевшего), и предупреждение развития тяжёлых осложнений.

Для обеспечения личной безопасности во время активного отдыха каждый человек должен владеть элементарными, доступными каждому человеку знаниями и умениями в оказании первой помощи.

Из опыта организации активного отдыха на природе установлено, что в пеших путешествиях чаще всего страдают ноги — из-за потёртостей кожи и различных повреждений голеностопного сустава. Во время путешествий возможны травмы рук — ссадины, растяжения связок, а также ушибы.

Турист должен быть готов в случае необходимости оказать самопомощь и взаимопомощь в походных условиях.

2. Изучение нового материала.

По ходу объяснения нового материала учащиеся изучают таблицу

Вид травмы	Оказание первой медицинской помощи
Ссадина — это нарушение целостности поверхностных слоёв кожи, сопровождающееся точечным кровотечением. Ссадины наиболее часто возникают в походах. В большинстве случаев ссадины бывают небольшими и быстро заживают.	Промыть ссадину перекисью водорода или водой с мылом; смазать рану раствором бриллиантовой зелени (зелёной); наложить стерильную повязку, или приложить лист подорожника, или наклеить бактерицидный пластырь.
Потёртость — это повреждение верхнего слоя кожи, которое возникает под влиянием трения кожи. Основной причиной возникновения потёртости в туристических походах является плохо подогнанная обувь или нижнее бельё (трусы, плавки).	Промыть поверхность потёртости перекисью водорода; смазать зелёной или детским кремом; наклеить бактерицидный пластырь.
Ушиб — это механическое повреждение мягких тканей тела человека.	Для уменьшения кровоизлияния и боли к ушибленному месту прикладывают холод. Делают также холодные примочки, которые меняют через 1–2 мин.
Вывих — это смещение кости по отношению к её нормальному положению в суставе. Вывихи обычно происходят при сильном воздействии на сустав, когда головка кости выходит за пределы своего нормального положения. Так, вывих бедра возможен при падении на согнутую ногу, вывих плеча — при падении на вытянутую руку.	Зафиксировать конечность в том положении, которое она приняла (на руку наложить бинтовую повязку, на ногу — шину); положить холод (пузырь, целлофановый пакет с холодной водой) на область повреждённого сустава для уменьшения боли, отёка и кровоподтёка. Во время оказания первой помощи вывих не следует вправлять. Это сделают в больнице после рентгенологического обследования.
Растяжение. Признаки растяжения: боль при малейшем движении в суставе или мышце, невозможность выполнения обычных движений, появление припухлости.	Наложить на повреждённую часть тела тугую повязку и обеспечить повреждённой руке или ноге неподвижность и покой. Постараться не причинять пострадавшему дополнительной боли; на повреждённое место положить целлофановый пакет с холодной водой для снижения боли; придать повреждённой части тела (руке или ноге) приподнятое положение. Если травма серьёзная и требует вмешательства врача, необходимо принять все возможные меры по доставке пострадавшего в населённый пункт, где ему смогут оказать врачебную помощь.

Каждому человеку, который любит активный отдых на природе, необходимо знать некоторые лекарственные растения, их целебные свойства и правила применения. В пути встречается много растений, ягод и грибов. Одни из них будут полезны, а другие даже вредны и опасны для здоровья.

3. Выполнение заданий 1–4 (*дидактические материалы «Оказание первой помощи в природных условиях»*). С помощью интернета, других источников информации определить полезные и опасные растения для здоровья.

Составление синквейна на темы: «Травма», «Здоровье».

1-я строка — одно существительное, выражающее главную тему синквейна.

2-я строка — два прилагательных, которые выражают главную мысль.

3-я строка — три глагола, описывающие действия в рамках темы.

4-я строка — фраза, несущая определенный смысл.

5-я строка — заключение в форме существительного (ассоциация с первым словом).

4. Выполнение заданий 1–10 (*дидактические материалы «Оказание первой помощи при травмах»*).

5. Практическая работа (выполняется совместно с медицинским работником).

Оказание первой помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Первая помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая помощь при ожогах.

Оказание первой помощи при укусе ядовитой змеи. Первая помощь при укусах насекомых.

Учащимся предлагается:

- забинтовать после ссадины руку товарищу;
- наложить шину из подручного материала;
- остановить кровотечение из носа.

6. Подведение итогов. Подводя итоги, подчеркивается, как важно знать и уметь оказывать первую помощь. Рефлексия учащихся.

Занятие 29–31. Здоровье человека и факторы, на него влияющие

Цель: сформировать понятие о здоровье человека, дать представление о составляющих здорового образа жизни; создать условия для изучения составляющих здорового образа жизни и их роли в сохранении здоровья человека; воспитывать у учащихся бережное отношение к своему здоровью.

Задачи: сформировать понимание, что здоровье — главная ценность человека; рекомендовать учащимся задуматься о необходимости быть здоровым, приобщить к ведению здорового образа жизни.

1. Организационный момент.

Объявление темы занятия — «Здоровый образ жизни».

— Как вы понимаете, что такое здоровье? (*Ответы учащихся*).

2. Изучение нового материала.

3. Выполнение заданий 1–16. (*На выбор учителя можно организовать индивидуальную работу, групповую, работу в парах; дидактические материалы «Здоровье человека и факторы, на него влияющие».*)

4. Коллективная работа. Составление правил здоровья.

Правила здоровья.

1. Соблюдать режим дня.
2. Жить в ладу с людьми.
3. Управлять своими чувствами.
4. Правильно питаться.
5. Не иметь вредных привычек.
6. Соблюдать правила гигиены.
7. Заниматься спортом.
8. Закаляться.

5. Закрепление изученного.

Игра «Согласны ли вы, что...?».

Согласны ли вы, что зарядка — источник бодрости и здоровья?

Согласны ли вы, что есть безвредные наркотики?

Согласны ли вы, что летом можно запастись витаминами на целый год?

Согласны ли вы, что для сохранения зубов здоровыми необходимо есть много сладкого?

Согласны ли вы, что для сохранения зубов здоровыми надо чистить их два раза в день?

Согласны ли вы, что питье ледяной воды в жаркий день способствует закаливанию?

Согласны ли вы, что контрастный душ способствует закаливанию?

Согласны ли вы, что для того, чтобы сберечь глаза, надо смотреть телевизор сколько хочется?

Согласны ли вы, что для защиты от микробов нужно всегда мыть руки с мылом?

6. Работа в группах.

Каждой группе предлагают прочитать диалог двух ребят и выбрать реплику, которая отражает образ жизни, полезный для здоровья.

1-я группа

— Чтобы быть здоровым, необходимо закаляться, обливаться холодной водой, принимать солнечные и воздушные ванны, заниматься спортом.

— Обливаться холодной водой, да еще зимой, очень вредно — можно простудиться, заболеть. А заниматься спортом мне некогда, я люблю играть в компьютерные игры до вечера!

2-я группа

— Каждый день я делаю утреннюю зарядку и водные процедуры.

— Умываться, делать по утрам зарядку и водные процедуры мне некогда, да и неохота.

3-я группа

— В течение дня необходимо как можно чаще мыть руки, особенно после посещения туалета и перед едой. Это помогает защититься от инфекционных болезней.

— Мыть руки перед едой я иногда забываю, да и зачем? Ведь я никуда не выходил, и кошка, которую очень люблю гладить, у нас домашняя.

4-я группа

— Два раза в день я чищу зубы, ухаживаю за полостью рта. Один раз в полгода прохожу профилактический осмотр у стоматолога.

— Я не посещаю стоматолога — это очень страшно, да и зачем?

Чищу зубы один раз в день. Я считаю, что этого достаточно.

5-я группа

— При чтении я лежу на диване. Телевизор смотрю много, пока не заболят глаза.

— Придя из школы, я отдыхаю, потом выполняю домашние задания. Делаю перерыв для отдыха. Потом иду гулять.

6-я группа

— При письме и чтении я сижу за столом правильно. Телевизор смотрю не больше часа в день. Делаю гимнастику для глаз, чтобы снять напряжение.

— Придя из школы, я ложусь на диван и листаю свой любимый журнал, читаю всю интересную мне информацию. А когда выучу уроки, люблю долго смотреть телевизор или играть в компьютерные игры.

Учитель выслушивает все ответы.

7. Подведение итогов занятия.

Ответы на вопросы:

В чем секрет здорового образа жизни? *(Ответы учащихся.)* Что мешает человеку быть здоровым? *(Ответы учащихся. Составить список вредных привычек.)*

Что можно пожелать человеку, который не заботится о своем здоровье? *(Учащиеся составляют пожелания.)*

Занятие 32. Вредные привычки

Цели: способствовать овладению учащимися объективными, соответствующими возрасту знаниями о правильном образе жизни и здоровье как самой главной ценности; формировать здоровые установки и навыки ответственного поведения, снижающие вероятность приобщения к вредным привычкам.

Задачи: формировать компетенции личностного самосовершенствования учащихся через формирование культуры здорового образа жизни; формировать коммуникативные компетенции через проведение занятий и распространение подготовленной информации о здоровом образе жизни; формировать информационные компетенции через создание наглядной мультимедийной продукции по теме занятия.

Структура занятий, основные методы и приёмы

Встреча и беседа с врачом о вредных привычках и причинах их появления у учащихся.

Ход занятия

1. Приветствие. Объявление темы.

2. Основной этап.

Учебный диалог: почему привыкание к негативному поведению особенно опасно для детей подросткового возраста.

Вопросы для обсуждения.

1. Что такое привычка?
2. Какие полезные и вредные привычки вы знаете? Приведите примеры.
3. Зачем нужны полезные привычки?
4. Каковы возможные последствия вредных привычек?
5. Почему привычку курить считают большим злом не только для самого курильщика, но и для окружающих?
6. Как относились к курению и курильщикам наши предки?
7. Почему табачный дым так вреден женщинам — будущим матерям?

3. Выполнение заданий 17–21. (Дидактические материалы «Здоровый образ жизни» на выбор учителя.)

4. Итог занятия.

- Какие привычки называют полезными?
- Какие вредными?
- К чему приводят вредные привычки?
- Может ли человек сам избавиться от вредной привычки? Что для этого необходимо сделать?
- Какие основные выводы можем сделать?

5. Выводы

Существуют разные привычки: полезные и вредные.

Хорошие привычки можно в себе развить.

Надо стараться вести себя так, чтобы не приобретать плохих привычек.

Не иметь вредной привычки помогает сила воли.

Занятие 33–35. Разработать проект: туристско-экскурсионный маршрут. «Моя малая родина».

Цель проекта: приобщать учащихся к изучению истории малой родины, пробуждать интерес и бережное отношение к историческим и культурным ценностям; воспитать интерес и любовь к малой родине; разработать экскурсионный маршрут, способствующий формированию внутренних экскурсионных маршрутов на территории малой родины.

Задачи проекта: выявить достопримечательности населенного пункта; разработать экскурсионный маршрут по данным достопримечательностям; привлечь внимание общественности к сохранению исторического наследия.

При проектировании познавательного, эколого-туристского маршрута, необходимо учесть все известные экологические, историко-культурные, этнографические и водоохранные особенности родного края, метеорологические явления, обычные для данной местности, а также опасные участки.

При создании проекта рекомендуется использовать основные *исследовательские методы*:

- Теоретический (изучение литературных источников).
- Метод опроса (беседы с жителями села, родственниками).
- Метод изучения документов.

Выполнение проекта

Изучение имеющейся литературы по поставленной проблеме.

Сбор фактического материала на основе опроса земляков.

Изучение документов, периодических изданий.

Просмотр и отбор фотографий.

Формулирование выводов, оценка полученных результатов.

Подготовка и оформление результатов в виде фотоальбома и презентации.

Презентация проектов для учащихся школы и их родителей с использованием презентации и фотографий.

Приложения

Материал в помощь учителю

История туризма

Туризмом люди занимались с давних времен: путешествия в целях торговли, завоеваний, распространение религиозных учений и т. п. Почти все крупные древнегреческие мыслители часто путешествовали. В VI в. до н. э. древние греки и римляне путешествовали в Египет, где интересовались историей, культурой, природой, своеобразными египетскими сооружениями.

Долину Нила для получения знаний посещали философ и математик Пифагор, который первым описал свои многочисленные путешествия. Римский философ и писатель Сенека в «Письмах к Луцилию» выразил важнейший принцип путешествий, который не потерял своей актуальности и сегодня. Он писал, что для путешествий надо «выбирать места здоровые не только для тела, но и для натуры».

Путешествия в Древней Греции имели познавательно-развлекательный характер: в стране проводили Олимпийские игры, фестивали и т. д.

Особая роль в развитии туристско-краеведческой деятельности относится к географическим открытиям XV — нач. XVI в. Васко да Гамы, Христофора Колумба, Фернана Магеллана, они позволили узнать новые земли, народы, которые населяли, их жизнь, быт, культуру, религию.

Цели путешествий в древнем мире:

- поиск благоприятных условий для проживания;
- познание межкультурных коммуникаций;
- поиск путей и контактов с другими народами.

Известные путешественники:

- **Христофор Колумб** — первооткрыватель Америки.
- **Васко да Гама** — первооткрыватель морского пути в Индию.
- **Миклухо-Маклай** — прожив больше года в Новой Гвинее, он не только открыл новые земли, но и научил туземцев выращивать кукурузу, тыкву, бобы и плодовые деревья.
- **Афанасий Никитин** — первый русский путешественник, побывавший в Индии и Персии. Возвращаясь обратно, он посетил Самоли, Турцию и Маскат. Его записки «Хождение за три моря» стали ценными исторически-литературными пособиями.
- **Федор Конюхов** на сегодняшний день является самым известным российским путешественником.
- **Жак-Ив Кусто** — знаменитый французский океанограф, путешественник и «пионер» подводных киносъемок и исследований, изобретатель акваланга и автор многих книг.

Один из самых доходных видов бизнеса, с помощью которого богатеют не только фирмы, но и целые государства — туризм и все с ним связанное: маршруты, билеты, гостиницы, путеводители, дорожные чеки придумал один человек — английский предприниматель Томас Кук — он и является основоположником туризма.

Первая туристическая фирма называлась: «*Thomas Cook & Son*».

5 июля 1841 г. под звуки оркестра и приветственные крики толпы 570 человек организованно отбыли в Лафборо (город в графстве Лестершир, Англия). Эту дату можно смело считать днем рождения туризма.

Слово «**туризм**» происходит от французского «*tour*», что означает прогулка, поездка, путешествие. *Tour* — путешествие куда-то с обязательным возвращением обратно.

Туризм — это путешествие, организованное в свободное от занятий, работы время в целях активного отдыха и культурного досуга на лоне природы, укрепления здоровья и т. п.

В зависимости от цели путешествия туризм подразделяется на:

- Познавательный;
- Оздоровительный;
- Спортивный;
- Паломнический;
- Деловой;
- Гостевой, ностальгический.

Познавательный туризм — это посещение интересных мест и объектов и получение информации о них. Это поездки в другие города, другие страны, посещение уникальных природных территорий, наблюдения за птицами в природе. Туристы получают новые впечатления, расширяют кругозор.

Оздоровительный туризм — это туристские путешествия, поездки и походы в какой-либо местности с благоприятными для здоровья природно-климатическими условиями и пребывание там с целью отдыха. Этот вид туризма связан с пребыванием на курортах практически здоровых лиц, которым не обязателен медицинский уход, наблюдение врача и лечение.

Спортивный туризм — вид спорта, в основе которого лежат соревнования на маршрутах, включающих преодоление препятствий в природной среде (дорог и троп с различным покрытием и бездорожья, переправ, перевалов, вершин, порогов, каньонов, пещер и пр.), и на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе.

Паломнический туризм — это деятельность по организации посещений туристами объектов, связанных с историко-культурным и природным наследием. Знакомство представителей различных религий и слоев населения не только с религиозными, но и с историческими, культурными и художественными ценностями посещаемых мест дает возможность им получить новые знания, по-новому оценивать окружающую действительность.

Деловой туризм — поездки внутри страны или за ее пределы, связанные с бизнесом, в том числе участие в выставках, конференциях, форумах и т. д.

Гостевой, ностальгический туризм — вид туризма, связанный с посещением родственников, родителей или мест исторического проживания.

Каучсерфинг — отпуск по обмену. Каучсёрферы — люди, которые путешествуют по миру, останавливаясь не в отелях, а у знакомых, с которыми предварительно познакомились через интернет.

Знакомство с видами туризма

Ролик «Виды туризма». (Приложение 4)

Сегодня туризм развит настолько хорошо, что профессий, связанных с ним, достаточно много. Это прибыльный бизнес, ведь для некоторых стран туристы — это основной источник дохода.

В Беларуси туристические услуги тоже очень востребованы.

27 сентября — всемирный день туризма.

Профессии в сфере туризма

Туроператор — занимается организацией как групповых, так и индивидуальных путешествий, а также является посредниками в предоставлении путешествий, организуемых другими туристическими организациями. Туроператоры продают билеты, делают предложения о путешествиях, бронируют места в отелях, занимаются оформлением виз, оформляют рейсовые страховки, сообщают клиентам об изменениях, касающихся заказов или аннулирования рейсов, а также об их правах, обязанностях и ответственности.

Турагент — консультирует клиентов на предмет туристических услуг, которые предлагает компания. В его обязанности входит оформление договоров и продажа путевок.

Экскурсовод — специалист по проведению экскурсий. Они проводят экскурсии по достопримечательным местам, выставкам, экспозициям, музеям, заповедникам, архитектурным сооружениям или садово-парковым ансамблям.

Гид — тот, кто сопровождает туристов и показывает им достопримечательности страны, города и т. п.; экскурсовод, проводник-профессионал. Гид знакомит туристов и экскурсантов с достопримечательностями местности. Он может работать с приезжими туристами или сопровождать туристическую группу в поездках в другие города и страны.

Менеджер по туризму — это специалист в отрасли туризма, который занимается организацией туристических поездок клиентов.

Специалист по туристическим услугам — работает в туристических агентствах, в гостиницах, в музеях. Оказывает услуги в сфере туризма: планирование турпоездок, подготовка документов, информирование клиентов о туристических предложениях, туристическое сопровождение, экскурсии. Специалист по туристским услугам должен быть коммуникабельным, знать иностранный язык, уметь работать с офисной техникой и владеть навыками работы в интернете.

Материал для учителя

Как организовать питание в походе?

У группы должен быть человек, который примет на себя организацию питания в походе. Он получит почетную должность завхоза, неограниченную власть при распределении еды и огромную ответственность за правильное выполнение своих обязанностей. Ему предстоит составить меню на все время путешествия, учитывая при этом следующие факторы:

- уровень и характер похода (пеший, горный, водный, и т. п.), сложность маршрута в целом и его отрезков по дням, длительность похода и число участников, место проведения и местный климат;
- сбалансированность питания (все участники должны получить необходимые калории и нужное количество жиров, углеводов и белков);
- сытность, быстроту приготовления, легкость усвоения блюд;
- человеческий фактор (аллергия у какого-либо участника, пищевая непереносимость);
- экономия места внутри рюкзаков и учет веса.

Еще до начала путешествия завхоз назначает дежурных на каждый день похода и для каждого дня заранее планирует отдельное меню. Дежурные (для большой группы — три человека) закупают и переносят продукты согласно полученному списку.

Во время путешествия в их обязанности входит разжигание костра, приготовление пищи, уборка территории и мытье посуды. Обычно группа приходит на стоянку к вечеру, и сразу назначают дежурных на сутки, они и отвечают за приготовление ужина, завтрака и обеда. На следующий день все повторяется уже для следующих поваров.

Дежурные отвечают за свой список продуктов, а кухонные принадлежности для приготовления пищи распределяются на всех членов группы. Как правило, это котлы из сплава алюминия и нержавеющей стали (два котла, для супа, второго и чая), в которые должно поместиться столько готового блюда, сколько нужно для всех участников, кроме того еще одна–две порции про запас. Для перемешивания и раскладывания пищи нужны половник или вместительная ложка с длинной ручкой. Также понадобятся 1–2 ножа, нож для консервов, одна–две разделочные доски, большой кусок полиэтилена или полиэтиленовая скатерть. Дежурным поварам пригодятся рукавицы для снятия котлов с огня, металлическая щетка и губка для их мытья. Личную посуду (миску, ложку, кружку, свой нож) каждый участник несет и моет сам.

Какие продукты брать с собой?

Все меню продумывается заранее, необходимый запас уменьшать нельзя, например, рассчитывая на охоту, рыбалку, сбор грибов и ягод. Современная промышленность обеспечивает разнообразный ассортимент для любого похода, и при этом позволяет снизить стоимость питания. Нужно только знать, что стоит заготавливать.

Ни один поход не обойдется без мяса, которое обычно употребляется в консервированном виде.

Хорошо транспортируется и хранится сушеное мясо. Что касается рыбных консервов, лучше отдать предпочтение консервации в томатном соусе, при этом стоит смотреть на этикетках, как долго хранится продукт.

Все жестяные банки нужно подписывать, этикетки в походных условиях нередко слетают. Многие берут с собой колбасу — тогда она должна быть сырокопченой, — не вареной, которая быстро портится.

Хлеб при теплой погоде хранится только 3–5 дней, долго держится промерзший хлеб зимой.

Из масло-молочных продуктов берут топленое и растительное масло, разлитое в пластиковые бутылки, сгущенку (в жестяной банке или в мягкой упаковке), плавленые сырки, твердые сорта сыра, сухое молоко.

Из круп подходит и овсяная, и гречневая, и рисовая, и пшеничная. Кашу можно вскипятить, накрыть крышкой и отставить (можно обернуть в ветошь).

Хороши рожки или спагетти, брикетированный горох, пригодятся супы-концентраты и концентраты-пюре, каши быстрого приготовления, разнообразные приправы и специи, рекомендуются и готовые смеси для приготовления супов.

Из свежих овощей несут с собой лук и чеснок, остальные сушат (хорош в походе сушеный картофель). Сахар-песок и соль засыпают в водонепроницаемую упаковку (например в пластиковую баночку), для чая, кофе и какао желательны пластиковые контейнеры.

Не обойтись в походе без воды. Каждый участник несет с собой от литра до двух, дневки и ночевки зависят от того, где находятся источники воды. Если это родник, воду можно пить сырой, в остальных случаях она обязательно подлежит кипячению или фильтрации. На одного туриста в среднем приходится до трех литров в день, включая приготовление пищи.

Рекомендации по упаковке продуктов

Всю еду нужно распределить на всех участников похода; нельзя, чтобы у одного человека оказался весь сахар или весь хлеб. Если его рюкзак потеряется, без этих продуктов останется вся группа. Разместить их нужно так, чтобы они занимали мало места и при этом удобно вынимались при необходимости.

Лучше всего заранее распределить все продукты по порциям в мешочки и подписать, фабричная упаковка для транспортировки и хранения не подходит.

Практически все продукты нужно защищать от влаги, и группе лучше заранее об этом позаботиться. Все сыпучее (крупы, рожки) отлично хранятся в пластиковых бутылках, колбасу и сыр лучше перевозить целыми.

Питание в походах выходного дня (одно- и двухдневных)

Продукты для однодневного похода необходимо подготовить в домашних условиях. В отдельных случаях можно даже приготовить дома первое блюдо и взять его с собой в термосе. Надо исходить прежде всего из фактического числа участников похода и количества приемов пищи. В этом случае удобно заранее составить меню, которым руководствуются при подготовке к походу.

Обычно в таких случаях принято брать с собой бутерброды, сваренные вкрутую яйца, сыр, колбасу и различные напитки (чай, кофе, компоты и т.п.). При этом надо учесть, что колбаса должна быть только копченая. Вареная колбаса быстро портится.

Для разнообразия в походы выходного дня рекомендуется брать с собой сырые овощи и фрукты, холодное отварное мясо, печенье, вафли, домашние пироги.

Овощи перед походом необходимо тщательно промыть, обдать кипятком, затем сполоснуть холодной водой и обсушить. После чего положить в полиэтиленовый мешочек. Хлеб либо предварительно нарезанные батоны также положить в отдельный полиэтиленовый мешочек.

Первые блюда (горячие и холодные) можно брать с собой только в термосе. Во избежание порчи первое блюдо надо наливать в заранее помытый термос горячим, свежеприготовленным. Если наливают холодное блюдо, термос надо предварительно охладить. Хранить горячую пищу в термосах следует не более 24 часов.

Эта система организации меню идеальна для простых выездов на природу, ее же можно взять за основу при выездах на машине.

Профилактика укусов клещей

Клещи обычно поджидают жертву, сидя на траве или ветке кустарника. Обычно они цепляются к ногам человека и потом «ползут» вверх в поисках удобного места для присасывания. Правильно одевшись, вы сможете периодически снимать клещей с одежды, не давая им «добраться до тела»

Как правильно одеться, чтобы не стать жертвой клеща. Находясь в местах обитания клещей, избегайте темных тонов в одежде, т. к. клещей труднее заметить на темном фоне. Заправляйте верхнюю одежду в штаны, а штаны в носки. Если нет капюшона — наденьте головной убор.

Проводите профилактический осмотр своей одежды каждые 15 минут, а на привалах по возможности делайте более тщательную проверку, осматривая голову и тело, в особенности выше пояса, клещи чаще всего присасываются именно там.

Пользуйтесь средствами химической защиты от клещей.

Отдых и ночлег. Клещей всегда больше на тропках, там им проще найти жертву. Поэтому не стоит отдыхать, «завалившись» на траву в метре от тропы. На солнечных, сухих полянах клещей меньше, чем в тени.

После того, как придете домой, снимите одежду вне жилого помещения и тщательно ее осмотрите, обратив особое внимание на складки, швы, карманы.

Оказание первой помощи

При обнаружении клеща на теле необходимо:

- удалить его пинцетом, ухватитесь за него как можно ближе к коже и медленно вытягивайте;
- если под рукой нет пинцета, используйте перчатки, целлофановую обертку или кусок бумаги, чтобы защитить ваши пальцы.
- удалив клеща, сразу же вымойте руки;
- не пытайтесь выжечь клеща из кожи, не смазывайте его бензином или лаком для ногтей и не старайтесь проколоть его булавкой;
- если вам не удалось вытащить клеща, или его челюсти застряли в коже, обратитесь к врачу;
- вытащив клеща из кожи, поместите его в чистый пенициллиновый пузырек и отправьте на анализ в лабораторию;
- промойте поврежденное место укуса на коже водой с мылом.

Список использованных источников

Абрамов, В. В. О периодизации развития мирового и отечественного туризма // Вестник академии детско-юношеского туризма и краеведения. — 2013.

Зорин, И. В. «Профессиональное образование и карьера в туризме». Серия «Профессиональное туристское образование». — М.: Советский спорт, 2005.

«Туризм и краеведение: образовательные программы для системы дополнительного образования детей», под ред. Ю. С. Константинова, А. Г. Маслова; Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения. — М.: «Советский спорт», 2005.

Константинов Ю. С., Митрахович С. С. «Туристско-краеведческая деятельность в школе: учеб.-метод. пособие. — М.: ФЦДЮТК, ИСВ РАО, 2011.

<https://president.gov.by/ru/belarus/tourism>

https://multisport48.ru/stati/turizmvse_o_turizmepohodahsnaryazhenii_i_td2/vidy_turizma

<https://www.prodlenka.org/metodicheskie-razrabotki/23149-urok-po-fgos-5-klass-po-teme-obespechenie-be>

<https://novainfo.ru/article/16743>

<https://multiurok.ru/files/organizatsiia-pitaniia-v-turistskom-pokhode.html>

https://tepka.ru/OBZh_6/23.html

<https://infourok.ru/plan-konspekt-uroka-obzh-po-teme-opasnie-zhivotnie-pervaya-pomosch-pri-ukusah-nasekomih-i-zmey-3838057.html>

<https://infourok.ru/prezentaciya-po-obzh-na-temu-aptechka-i-pravila-ee-ispolzovaniya-klass-2148080.html>

<http://www.myshared.ru/slide/598246/>

<http://www.myshared.ru/slide/1161017/>

<https://infourok.ru/poyasnitelnaya-zapiska-po-obzh-klass-3372576.html>