

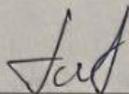
МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение

"Герасимовская средняя общеобразовательная школа"

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО  
учителей естественного  
цикла

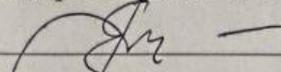


Бражкин Д.В.

Протокол №1 от «30» 08  
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам директора по УВР



Жолотухина Е.А.

Приказ №1 от «30» 08  
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Голикова Т.И.

Приказ №-111-ОД от «30»  
08 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По курсу внеурочной деятельности «Проектный островок»

*Направление программы: общеинтеллектуальное*

Возраст обучающихся: 11-14 лет

Класс: 5-9 класс

Срок реализации: 1 год

Составитель: Сергушкина Татьяна Евгеньевна

Учитель: начальных классов,

Первой квалификационной категории

с.Герасимовка 2024



## Содержание

Пояснительная записка .....	3-5
1. Планируемые результаты освоения курса «Проектный островок» .....	6-8
2. Содержание программы курса «Проектный островок».....	9
3. Тематическое планирование курса «Проектный островок».....	10
Приложения к программе .....	11-13
Приложение 1. Календарно-тематическое планирование курса «Проектный островок».....	
.....	11
Приложение 2. Методическая рекомендация «Взаимодействие руководителя группы и ребят при работе над проектом.....	12
Приложение 3. Памятка по обеспечению безопасности во время экскурсии и походов.....	
13	

## Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности «Проектный островок» составлена для обучающихся 5-6 классов общеобразовательной школы, с учетом специфики образовательной организации и контингента обучающихся.

Программа внеурочной деятельности «Проектный островок» предназначена для обучающихся 6 класса, желающих заниматься проектной деятельностью. Приобщение учащихся к основам научного познания и творчества обеспечивает широкий интеллектуальный фон, на котором может развиваться процесс самообразования, развитие познавательной активности и профессиональной ориентации.

Содержание программы позволяет учащимся по мере изучения курса выполнять проектирование по выбранной на первых занятиях теме.

В результате освоения умений и навыков исследовательской деятельности на уроках проектно-исследовательской деятельности, во внеурочной деятельности к окончанию основной школы у учащихся происходит:

\*усвоение алгоритма научного исследования, что способствует формированию научного мировоззрения учащихся; значительно расширяется кругозор учащихся в предметных областях;

\*овладение универсальными способами учебной деятельности, что дает импульс к саморазвитию, способности к анализу, целеполаганию, организации, контролю и самооценке;

\*формирование разнообразных умений и навыков работы с книгой и другими источниками информации;

\*формирование умений и навыков, связанных с культурой устной и письменной речи, культурой оппонирования и ведения дискуссий, публичных выступлений;

\*формирование социального опыта учащихся в труде и общении, повышении социального статуса;

\*возможность профессионального самоопределения, опираясь на тот социальный опыт, что приобретен во время исследовательской работы в школе.

**Цель курса:** оказать методическую поддержку учащимся при проведении проектно-исследовательских работ и подготовке выступлений на различных научно-практических конференциях и защите проектов.

**Проектная деятельность** — деятельность по проектированию собственного исследования, предполагающая выделение целей и задач, выделение принципов отбора методик, планирование хода исследования, определение ожидаемых результатов, выбор конечного (итогового) продукта, оценка реализуемости проекта, определение необходимых ресурсов. Главным смыслом проектирования в сфере образования есть то, что оно является учебным. Это означает, что его главной целью является развитие личности, а не получение объективно нового результата, как в науке, а также цель проектной деятельности — в приобретении учащимися функционального навыка проектирования как универсального способа освоения действительности, развитии способности к исследовательскому типу мышления, активизации личностной позиции учащегося в образовательном процессе на основе приобретения субъективно новых знаний (т.е. самостоятельно получаемых знаний, являющихся новыми и лично значимыми для конкретного ученика).

### Задачи:

- знакомство с технологией проектной деятельности;
- формирование готовности к работе над проектами;
- развитие навыков проектно-исследовательской деятельности;
- формирование навыков поиска и работы с различными информационными источниками;
- формирование универсальных учебных действий в процессе проектной деятельности учащихся;

При работе над проектом используются исследовательские **методы**, что предполагает:

- определение проблемы, вытекающих из неё задач исследования;
- выдвижение гипотезы их решения;
- обсуждение методов исследования;
- оформление конечных результатов;
- анализ полученных данных;

- подведение итогов;
- корректировка;
- получение выводов

### **Связь с предметной деятельностью**

Работа над темой и проектная деятельность позволяют связывать урочную и внеурочную деятельность детей в единое целое.

### **Основные принципы программы:**

#### *Принцип системности*

- Реализация задач через связь внеурочной деятельности с учебным процессом.

#### *Принцип гуманизации*

• Уважение к личности ребёнка. Создание благоприятных условий для развития способностей детей.

#### *Принцип опоры*

- Учёт интересов и потребностей учащихся; опора на них.

#### *Принцип совместной деятельности детей и взрослых*

• Привлечение родителей и детей на всех этапах исследовательской деятельности: планировании, обсуждении, проведении.

#### *Принцип обратной связи*

• Каждое занятие должно заканчиваться рефлексией. Совместно с учащимися необходимо обсудить, что получилось и что не получилось, изучить их мнение, определить их настроение и перспективу.

#### *Принцип успешности*

• Степень успешности определяет самочувствие человека, его отношение к окружающим его людям, окружающему миру. Если ученик будет видеть, что его вклад в общее дело оценен, то в последующих делах он будет еще более активен и успешен. Очень важно, чтобы оценка успешности ученика была искренней и неформальной, она должна отмечать реальный успех и реальное достижение.

#### *Принцип стимулирования*

- Включает в себя приёмы поощрения и вознаграждения.

### **Общая характеристика курса**

Работа по программе строится с учетом ближних и дальних перспектив.

Поскольку целью курса является обучение основам проектно-исследовательской деятельности, то должны использоваться активные виды занятий, а именно: выступления с предложениями, идеями; обсуждение; самостоятельная работа.

В процессе работы предполагается осуществление промежуточного контроля (индивидуальная работа с учащимися и группами учащихся, оказание помощи) и итогового (презентация).

Особенности работы с детьми, осваивающими основы проектной деятельности, заключаются в том, что

- выбранная область исследования отражает круг интересов учащегося;
- процесс обучения развивается произвольно, носит неформальный характер;
- руководитель не может оказывать давление на учащегося, вовлекая в ту или иную деятельность, он должен уметь воодушевить учащегося и поддержать его интерес;
- интерес учащихся к творческой и целенаправленной деятельности поддерживается предоставлением им возможности распоряжаться результатами своего труда;
- учащиеся могут принимать активное участие, как в постановке проблемы исследования, так и в определении методов ее решения;
- не существует стандартных методов решения поставленной проблемы и однозначных ответов, имеется лишь определенная техника исследования, на которую можно опереться, и критерии, по которым можно судить о результатах.

В процессе работы формируются следующие умения и навыки для ведения исследовательской деятельности:

- освоение формы научного поиска работы;
- сбор информации;
- визуальная демонстрация информации;
- умение делать выводы;
- умение участвовать в дискуссии;
- способность оценивать различные точки зрения.

Программа курса предполагает как теоретические, так и практические занятия.

#### **Описание места курса в плане внеурочной деятельности**

Курс внеурочной деятельности «Проектный островок» входит в общеинтеллектуальное направление плана внеурочной деятельности МОБУ «Герасимовская СОШ».

Данная рабочая программа рассчитана на учащихся 6 класса и предусматривает приобретение ими основных знаний о создании рефератов, подготовке проектов и работы над исследованиями.

Программа предназначена для организации внеурочной деятельности обучающихся образовательных учреждений. Она рассчитана на 1 год обучения, но в случае необходимости может быть использована в течение более длительного срока. Время, отведенное на обучение, составляет 34 часа в год, причем практические занятия составляют большую часть программы.

#### **Формы контроля и выход на результат.**

Контроль текущий, промежуточный, итоговый. Результаты работы и контроль осуществляется как на занятиях кружка, так и на различных конкурсах, олимпиадах. Презентацией некоторых проектов будет являться спектакль или концерт, живая газета и т.д. Возможно представление наиболее успешных проектов на конкурсах различных уровней, научном обществе среди учеников основной школы.

#### **Список литературы**

1. Исследовательская деятельность // Практика административной работы в школе, 2005. № 4. С. 52.
2. Лебедева С.А., Тарасов С.В., Викторов Ю.М. Экспериментальная и инновационная деятельность // Научно-практический журнал «Завуч», 2000. № 2. С. 103–112.
3. Леонтович А.В. Исследовательская деятельность учащихся. Сборник статей. – М.: Издание МГДД(Ю)Т, 2003.
4. Стратегия модернизации российского школьного образования С:/Documents andSettings/User/LocalSettings/TemporaryInternetFiles/Content.IE5/7W9U59AS/Стратегия модернизации российского школьного образования[1].htm
5. Файн Т.А. Исследовательский подход в обучении // Лучшие страницы педагогической прессы, 2004. № 3.
6. Худин А.Н., Белова С.Н. Проектная и исследовательская деятельность в профильном обучении // Завуч. Управление современной школой, 2006. № 4. С. 116–124.
7. Чечель И.Д. Исследовательские проекты в практике обучения. Исследовательская деятельность [www/direktor.ru](http://www/direktor.ru)

## **1. Планируемые результаты освоения курса «Проектный островок»**

В результате прохождения курса «Проектный островок» учащиеся получают опыт:

- анализа проблемы;
- анализа способов решения проблемы;
- анализа выбора итогового продукта.

*Учащиеся научатся:*

- описывать и анализировать ситуацию, в которой возникает проблема, выделять объект исследования;
- разделять учебно-исследовательскую деятельность на этапы;
- выдвигать гипотезы и осуществлять их проверку;
- ставить задачи, адекватные цели;
- выстраивать шаги (действия);
- использовать способы познания окружающего мира (наблюдения, эксперименты);
- использовать источники информации (книга, старшие товарищи и родственники, видео курсы, ресурсы Интернета);
- работать в группе;
- пользоваться словарями, энциклопедиями, другими учебными пособиями, Интернет ресурсами ;
- вести наблюдения окружающего мира;
- рассчитывать время, необходимое для их выполнения

*Учащиеся получат возможность научиться:*

- планировать и организовывать исследовательскую деятельность;
- выступать в группе лидером;
- у разрабатывать собственные проекты

### **Личностные универсальные учебные действия**

**У выпускника будут сформированы:**

- учебно-познавательный интерес к новому учебному материалу и способам решения новой задачи;
- ориентация на понимание причин успеха во внеучебной деятельности, в том числе на самоанализ и самоконтроль результата, на анализ соответствия результатов требованиям конкретной задачи;
- способность к самооценке на основе критериев успешности внеучебной деятельности;
- основы гражданской идентичности личности в форме осознания «Я» как гражданина России, чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознание ответственности человека за общее благополучие, осознание своей этнической принадлежности;
- чувство прекрасного и эстетические чувства на основе знакомства с мировой и отечественной художественной культурой.

**Выпускник получит возможность для формирования:**

- внутренней позиции школьника на уровне положительного отношения к школе, понимания необходимости учения, выраженного в преобладании учебно-познавательных мотивов и предпочтении социального способа оценки знаний;
- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации учения;
- устойчивого учебно-познавательного интереса к новым общим способам решения задач;
- адекватного понимания причин успешности/неуспешности внеучебной деятельности;
- осознанных устойчивых эстетических предпочтений и ориентации на искусство как значимую сферу человеческой жизни;
- эмпатии как осознанного понимания чувств других людей и сопереживания им, выражающихся в поступках, направленных на помощь и обеспечение благополучия.

## **Регулятивные универсальные учебные действия**

### ***Выпускник научится:***

- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, в том числе во внутреннем плане;
- учитывать установленные правила в планировании и контроле способа решения; · осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату;
- оценивать правильность выполнения действия на уровне адекватной ретроспективной оценки соответствия результатов требованиям данной задачи и задачной области;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- различать способ и результат действия.

### ***Выпускник получит возможность научиться:***

- *в сотрудничестве с учителем ставить новые учебные задачи;*
- *проявлять познавательную инициативу в учебном сотрудничестве;*
- *самостоятельно адекватно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как по ходу его реализации, так и в конце действия.*

## **Познавательные универсальные учебные действия**

### ***Выпускник научится:***

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения внеучебных заданий с использованием учебной литературы и в открытом информационном пространстве, энциклопедий, справочников (включая электронные, цифровые), контролируемом пространстве Интернета;
- осуществлять запись (фиксацию) выборочной информации об окружающем мире и о себе самом, в том числе с помощью инструментов ИКТ;
- строить сообщения, проекты в устной и письменной форме;
- проводить сравнение и классификацию по заданным критериям;
- устанавливать причинно-следственные связи в изучаемом круге явлений;
- строить рассуждения в форме связи простых суждений об объекте, его строении, свойствах и связях;

### ***Выпускник получит возможность научиться:***

- *осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;*
- *записывать, фиксировать информацию об окружающем мире с помощью инструментов ИКТ;*
- *осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме;*
- *осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;*
- *осуществлять синтез как составление целого из частей, самостоятельно достраивая и восполняя недостающие компоненты;*
- *осуществлять сравнение, сериацию и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;*
- *строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.*

## **Коммуникативные универсальные учебные действия**

### ***Выпускник научится:***

- адекватно использовать коммуникативные, прежде всего – речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое сообщение, владеть диалогической формой коммуникации, используя, в том числе средства и инструменты ИКТ и дистанционного общения;
- допускать возможность существования у людей различных точек зрения, в том числе не совпадающих с его собственной, и ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; · учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
- формулировать собственное мнение и позицию; · договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов;
- задавать вопросы;

- использовать речь для регуляции своего действия;
- адекватно использовать речевые средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание, владеть диалогической формой речи.

***Выпускник получит возможность научиться:***

- *учитывать и координировать в сотрудничестве отличные от собственной позиции других людей;*
- *учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;*
- *понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;*
- *аргументировать свою позицию и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;*
- *задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнером;*
- *осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;*
- *адекватно использовать речь для планирования и регуляции своей деятельности;*
- *адекватно использовать речевые средства для эффективного решения разнообразных коммуникативных задач*

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в проектной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета:

-сформированность умения к самостоятельному приобретению знаний и решению проблем, проявляющаяся в умении поставить проблему и выбрать адекватные способы её решения, включая поиск и обработку информации, формулировку выводов и/или обоснование и реализацию/апробацию принятого решения, обоснование и создание прогноза, модели, макета, объекта, творческого решения и т. п.

-сформированность предметных знаний и способов действий, проявляющаяся в умении раскрыть содержание работы, грамотно и обоснованно в соответствии с рассматриваемой проблемой/темой использовать имеющиеся знания и способы действий;

-сформированность регулятивных действий, проявляющаяся в умении самостоятельно планировать и управлять своей познавательной деятельностью во времени, использовать ресурсные возможности для достижения целей, осуществлять выбор конструктивных стратегий в трудных ситуациях;

-сформированность коммуникативных действий, проявляющаяся в умении ясно изложить и оформить выполненную работу, представить её результаты, аргументировано ответить на вопросы.

## Содержание курса «Проектный островок»

### 1. Введение (1 ч.)

Роль науки в развитии общества.

### 2. Типы и характеристика проектов (9 ч.)

Основные признаки проектов. Исследовательские проекты. Бизнес-проекты. Творческие проекты.

Игровые проекты.

*Практические работы:*

Составление игровых проектов. Составление творческих проектов. Составление исследовательских проектов

### 3. Формулирование цели и задач (2 ч.)

Формулировка цели и конкретных задач

*Практические работы:*

Формулирование цели и определение задач своей проектно-исследовательской работы

### 4. Учимся задавать вопросы (2 ч.)

Репродуктивные вопросы. Продуктивно-познавательные и проблемные вопросы.

### 5. Как работать вместе (12 ч.)

Подготовка проектов. Что такое команда. Правила групповой работы. Воспитание культуры проектной деятельности, чувства ответственности за принимаемое решение. Установки на позитивную социальную деятельность в информационном обществе – формирование компетентности в сфере социальной деятельности, коммуникативной компетентности.

### 6. Подготовка к публичной защите проекта (4 ч.)

Основные виды презентации итогов проектной деятельности.

*Практические работы:*

Систематизация, обработка информации в электронном виде по своей теме проектной работы.

### 7. Защита проекта (2 ч.)

Защита проекта

*Практические работы:*

Защита проекта

### 8. Экспертиза деятельности (2 ч.)

*Практические работы:*

Подведение итогов. Конструктивный анализ выполненной работы.

### 3. Тематическое планирование

<i>№</i>	<i>Раздел</i>	<i>Кол-во часов</i>	<i>Основные характеристики деятельности учащихся</i>
1	<b>Введение</b>	1	Знакомятся с понятиями: Образование, научное познание, научная деятельность. Образование как ценность. Выбор образовательного пути. Роль науки в развитии общества.
2	<b>Типы и характеристика проектов</b>	9	Знакомятся с понятием проект, основными типами проектов, характеризуют основные типы проектов
3	<b>Формулирование цели и задач</b>	2	Знакомятся с понятиями <i>Практическая работа</i> . Выбор тематики исследования. Планирование общего хода исследования.
4	<b>Учимся задавать вопросы</b>	2	Знакомятся с основными типами вопросов, учатся задавать вопросы и отвечать на них
5	<b>Как работать вместе</b>	12	Учатся работать над проектами в парах и группах
6	<b>Подготовка к публичной защите проекта</b>	4	Устраняют последние недочеты в проектной работе, репетируют выступление
7	<b>Защита проекта</b>	2	Защищают подготовленные проекты
8	<b>Экспертиза деятельности</b>	2	Дают оценку проделанной работы за весь год, анализирует свое выступление и выступление других на защите проектов

## Календарно-тематическое планирование курса «Проектный островок»

<i>Дата</i>	<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Кол-во часов</i>
		<b>Введение</b>	<b>1</b>
	1	Роль науки в развитии общества	
		<b>Типы и характеристика проектов</b>	<b>9</b>
	2	Основные признаки проектов	
	3	Исследовательские проекты	
	4	Бизнес-проекты	
	5	Игровые проекты	
	6	Творческие проекты	
	7	<i>Составление игровых проектов.</i>	
	8	<i>Составление творческих проектов</i>	
	9	<i>Составление исследовательских проектов</i>	
	10	<i>Составление исследовательских проектов</i>	
		<b>Формулирование цели и задач</b>	<b>2</b>
	11	Формулировка цели и конкретных задач	
	12	<i>Практическая работа. Формулирование цели и определение задач своей проектно-исследовательской работы</i>	
		<b>Учимся задавать вопросы</b>	<b>2</b>
	13	Репродуктивные вопросы.	
	14	Продуктивно-познавательные и проблемные вопросы	
		<b>Как работать вместе</b>	<b>12</b>
	15	Подготовка проектов	
	16	Что такое команда.	
	17	Правила групповой работы	
	18	Воспитание культуры проектной деятельности	
	19	Воспитание чувства ответственности за принимаемое решение.	
	20	Установки на позитивную социальную деятельность в информационном обществе.	
	21	Формирование компетентности в сфере социальной деятельности	
	22	Формирование коммуникативной компетентности	
	23	Подготовка проекта	
	24	Подготовка проекта	
	25	Подготовка проекта	
	26	Подготовка проекта	
		<b>Подготовка к публичной защите проекта</b>	<b>4</b>
	27	Основные виды проектной деятельности	
	28	Основные виды презентации итогов проектной деятельности	

		29-30	Систематизация, обработка информации в электронном виде по своей теме проектной работы.		
		<b>Защита проекта</b>			<b>3</b>
		31	Защита проекта		
		32	Защита проекта	П	
		33	Защита проекта		
		<b>Экспертиза деятельности</b>			<b>1</b>
		34	<i>Подведение итогов</i>	П	

## Приложение 2

### **Методическая рекомендация «Взаимодействие руководителя группы и ребят при работе над проектом»**

Для успешной работы над проектом или исследовательской работы все участники процесса должны знать, в чем состоит их задача.

#### **1. Роль руководителя при работе над исследовательской работой:**

- Консультирует. Руководитель провоцирует вопросы, размышления, самостоятельную оценку деятельности. Направляет деятельность ребят в решение поставленных задач.
- Мотивирует. Во время работы над проектом руководитель должен придерживаться принципов, раскрывающих перед школьниками ситуацию проектной деятельности как ситуацию выбора и свободы самоопределения, не навязывая своих волевых решений.
- Наблюдает. Во время наблюдения ,руководитель получает информацию, которая ему необходима во время консультации, он умело направляет деятельность ребят, формирует компетентность в работе над проектом.

#### **2. Роль ребят при работе над проектом, он:**

- Выбирает. Право выбора предоставленное ребятам в выборе темы исследовательской и проектной работы, формирует чувство причастности. Выбор должен закрепиться в сознание ребят, и как процесс принятия на себя ответственности.
- Выстраивает систему взаимоотношения с ребятами. Речь не только о ролевом участие в командной работе. Взаимодействие с руководителем позволяет освоить еще одну ролевую позицию. Работа на маршрутах и во время экскурсии, заставляет вступать во взаимоотношения со взрослыми и сверстниками с новых позиции. Со взрослыми они вступают в сотрудничество, со сверстниками в дружеские отношения, так как без единой команды ( группы) выполнить исследовательскую работу намного сложнее.
- Оценивание. На каждом этапе работы возникают различные объекты оценки. Ребята оценивают свою работу: информацию со стороны её полезности для проекта. В тоже время они оценивают продукт своей деятельности и себя в процессе этой деятельности. Даже не самый удавшийся проект имеет большое педагогическое значение. Анализ (самоанализ) объективных и субъективных причин неудач, понимание ошибок усиливает мотивацию для дальнейшей работы, формирует личный интерес к новому знанию, если провал проекта обусловлен неверно подобранной информацией или непроверенными данными.

#### **Этапы работы над проектом.**

##### **1.Выбор темы проекта.**

2. Планирование работы
3. Выполнение исследовательской работы
4. Анализ достижения цели и задач.
5. Оформление материалов проекта
6. Защита проекта. Презентация

Приложение 3

### **Памятка по обеспечению безопасности во время экскурсии и походов.**

#### **При подготовке к походу (экскурсии в природу) руководитель должен:**

- обеспечить подбор членов группы по их квалификации, физической и технической подготовленности, а также психологической совместимости;
- изучить с участниками группы район похода, сложные участки маршрута и способы их преодоления; подготовить картографический материал;
- провести необходимые тренировки группы;
- провести инструктаж с участниками по мерам безопасности в походе (экскурсии), а также по вопросам охраны природы.

#### **Перечень снаряжения для похода (экскурсии).**

##### **Личное снаряжение:**

1. Рюкзак (или ранец, заплечная сумка);
2. Спортивный костюм, шорты. В жаркую солнечную погоду – светлая рубашка х/б с длинным рукавом и брюки х/б (не шорты);
3. Ботинки туристские или кроссовки, кеды – удобные (разношенные, не тесные), с нескользкой подошвой, на низком каблучке;
4. Головной убор (панама, бейсболка);
5. Носки – х/б, без грубых швов. Колготки надевать в походы не рекомендуется (создают проблемы при их передевании в случае намокания, а также при оказании медицинской помощи при потертостях и травмах ног);
6. Накидка (плащ) от дождя, ветра (из полиэтилена, ткани с водоотталкивающей пропиткой); коврик для сидения (около 30х20см, из пенополиуретана);
7. Запасные вещи (в рюкзаке, в отдельном пакете): куртка легкая (штормовка) свитер п/шерст., шапочка спортивная, носки, платок носовой;
8. Чай, напитки, питьевая вода в термосе с металлической колбой или в пластиковой бутылке (очень холодные напитки в поход не брать!), еда на один – два раза (в зависимости от программы мероприятия): бутерброды, фрукты, овощи. Скоропортящиеся продукты (вареная колбаса, молочные продукты, мясные и рыбные консервы в открытых ранее банках) не употреблять!
9. Очки солнцезащитные;
10. Кружка, миска (металлическая, пластик), ложка, нож (в чехле), спички (в гермоупаковке);
11. Часы, индивидуальная медаптечка, реперенты – от комаров, клещей; блокнот, карандаши, фломастеры;
12. Фото-видео-аппаратура, бинокль, лупа и др. – с предварительного разрешения руководителя.

##### **На маршруте:**

- на первом же привале устранить все неудобства в одежде, обуви, подогнать рюкзак, снять лишнюю одежду;
- при движении по дороге идти по обочине навстречу транспорту;
- неумеренное питье вредно для организма. Досыта пить можно только на обеденном привале. В пути – ополаскивать рот. Вода дезинфицируется марганцем, йодом

- не употреблять неизвестных грибов и ягод, незрелых и собранных рядом с дорогой ягод и плодов;
  - иметь всегда при себе нож, герметически упакованные спички, сухое горючее;
  - при необходимости движения в дождь -укрыться специальной накидкой от дождя, не становиться на мокрые камни и корни деревьев, предохранять от влаги рюкзак;
  - остерегаться укусов клещей.
- С инструкцией по обеспечению безопасности при проведении похода (экскурсии) ознакомлены

№п/п	ФИО участника	Дата проведения инструктажа	Цель инструктажа	ФИО руководителя
1				