

#вместекуспехукаждого

Занимательный привал

Методические рекомендации
по организации и проведению
туристских прогулок
и ПОХОДОВ ВЫХОДНОГО ДНЯ



г. Хабаровск, 2024 г.

Печатается по решению
научно-методического совета
КГАОУ ДО РМЦ
протокол № 01 от 01.02 2024 г.

«Занимательный привал». Методические рекомендации по организации и проведению туристских прогулок и походов выходного дня. / сост. О.А. Карпенко, Е.Г. Ланина, В.В. Шевченко – Хабаровск: КГАОУ ДО РМЦ, 2024. – 36 стр.

Ответственный редактор: В.В. Шевченко
Ответственный за выпуск: В.В. Плюснин
Дизайн обложки: Ю.А. Лубашова

Данные методические рекомендации направлены на развитие интереса учащихся к туристско-краеведческой деятельности, здоровому образу жизни, физкультуре и спорту, познанию родного края.

Материалы адресованы педагогам дополнительного образования, учителям общеобразовательных организаций, работающим по туристско-краеведческой направленности, для организации туристских прогулок и походов выходного дня. Элементы игр также можно использовать при проведении внеклассных мероприятий.

Данные материалы могут быть использованы педагогами общеобразовательных организаций в рамках реализации проекта «Школа Минпросвещения России» по направлению «Воспитание».

© КГАОУ ДО РМЦ, 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	2
ЧАСТЬ I. ОРГАНИЗАЦИЯ ПОХОДНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ	
Цели и задачи похода	3
Классификация туристских походов	4–5
Туристская прогулка, походы выходного дня и многодневные	6
Подготовка к походу	
Комплектование группы	7
Выбор маршрута	7–8
Оформление документации	8
Обязанности участников похода	
Обязанности руководителя похода	9–10
Обязанности координатора похода	11
Взаимодействие с родителями и родственниками.	
Обязанности сопровождающих взрослых	12
Обязанности обучающихся	13–14
Безопасность жизнедеятельности участников похода	
Личное снаряжение туриста	15–16
Основы безопасности в походе	17–18
Подведение итогов похода	19
ЧАСТЬ II. ЗАНИМАТЕЛЬНЫЙ ПРИВАЛ	
Игры в походе	20
Игры на знакомство	21–23
Игры на сплочение коллектива	24–28
Игры на развитие лидерских качеств	29
Игры на экологические темы	30–31
Игры на закрепление туристских навыков	32–33
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	34
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ	35
ДЛЯ ЗАМЕТОК	36

ВВЕДЕНИЕ

Туристско-краеведческая работа — неотъемлемая часть гражданско-патриотического воспитания детей. Практическое изучение родного края, окружающей нас природы в походах и экскурсиях расширяет кругозор, воспитывает любовь к Родине.

Туристский поход — это передвижение группы туристов по маршруту в течение определённого времени из пункта «А» в пункт «Б». Также это автономное существование группы в природе, где участники всё делают сами, преодолевают все препятствия и терпят капризы погоды. К походу обязательно надо туристов подготовить заранее: познакомить с правилами поведения, научить подбирать одежду и снаряжение. Руководителям походов в процессе движения важно уметь правильно организовывать привалы, ночлеги и, конечно же, отдых детей. В свободное время естественное стремление детей к познанию окружающего мира может обернуться неприятностями, поэтому ещё на стадии подготовки к походу следует продумать, какие игры, развлечения можно будет организовать на привалах.

Данные методические рекомендации направлены на развитие интереса учащихся к туристско-краеведческой деятельности, здоровому образу жизни, физкультуре и спорту, познанию родного края. В них представлены основные правила организации и проведения краткосрочных походов: требования к руководителям туристских групп, координаторам мероприятия, к сопровождающим походов и обязанности самих участников. Кроме того, педагогам предлагаются различные тематические игры, которые можно использовать в походе. Они не только увлекательны и интересны, но помогают учащимся приобрести полезные навыки, развивают наблюдательность, ловкость, глазомер, слух, способствуют экологическому, гуманистическому и патриотическому воспитанию учащихся путём непосредственного общения с миром природы.

Материалы будут полезны педагогам дополнительного образования, учителям общеобразовательных организаций, работающим по туристско-краеведческой направленности, при организации туристских прогулок и походов выходного дня. Элементы игр также можно использовать при проведении внеклассных мероприятий.

ЧАСТЬ I. ОРГАНИЗАЦИЯ ПОХОДНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПОХОДА

Во время похода ребята получают новые знания, приобретают умения передвигаться, преодолевать естественные препятствия. Также предполагается активный отдых участников, направленный на укрепление здоровья. Исходя из этого, у похода определяются свои цели и задачи. Ниже приведены примеры.

Цели

При организации похода важно обозначить конкретную цель, например:

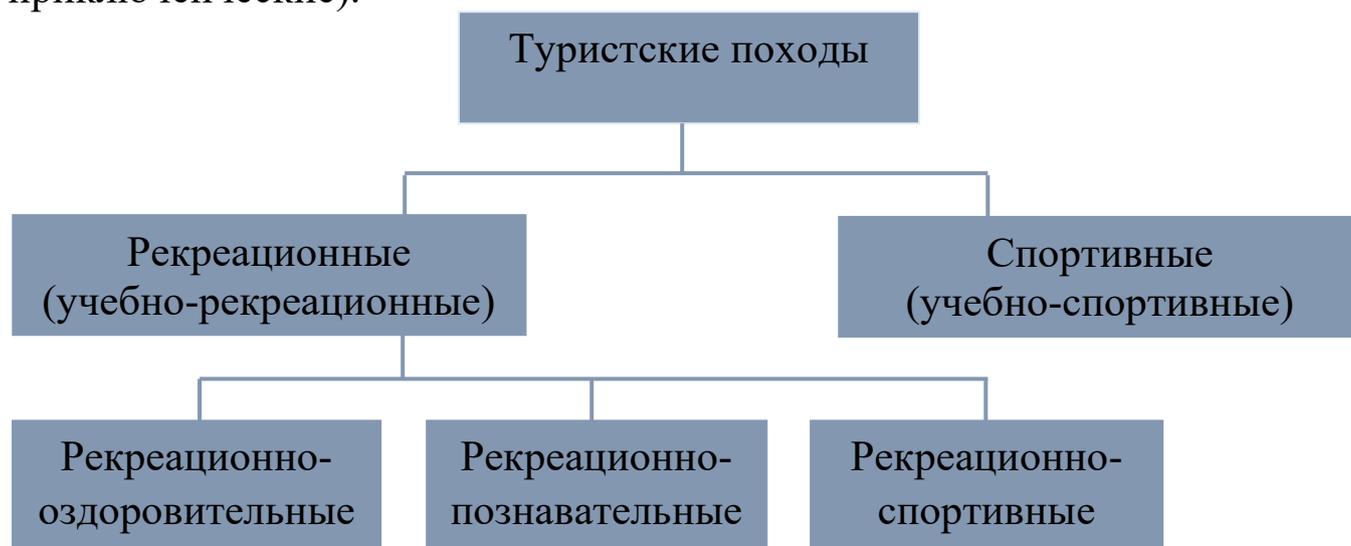
- экологические исследования;
- ориентирование на местности;
- знакомство с какими-либо объектами промышленного хозяйства;
- физическая тренировка для более сложных и длительных путешествий.

Задачи

- *Учебные:*
 - приобретение умений и навыков туризма;
 - изучение и освоение новых территорий;
 - пополнение знаний по истории родного края;
 - посещение и изучение видового состава растений лесов и лугов;
 - обучение ребят разводить костёр, ставить палатку, ориентироваться на местности и т. д.
- *Воспитательные:*
 - развитие интереса к занятиям физкультурой, спортом и туризмом;
 - воспитание чувства ответственности за бережное отношение к природе (экологическое воспитание);
 - формирование межличностных отношений, умения взаимодействовать в группе.
- *Оздоровительные:*
 - повышение физических и моральных качеств участников похода;
 - укрепление здоровья, закаливание организма.

КЛАССИФИКАЦИЯ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ

Туристские походы, согласно своей цели, подразделяются на походы рекреационные (учебно-рекреационные) и походы спортивные (учебно-спортивные). Рекреационные походы можно подразделить на походы рекреационно-оздоровительные (их принято называть оздоровительными), рекреационно-познавательные (например, экологические походы), рекреационно-спортивные (например, приключенческие).



В *учебно-рекреационных* походах главной целью является обучение участников необходимой туристской технике, овладение методикой проведения рекреационных походов (подготовка в походных условиях будущих туристских специалистов).

Доминирующими целями *рекреационно-оздоровительных* походов являются полноценный отдых и оздоровление их участников.

Перед *рекреационно-познавательными* походами ставятся познавательные (образовательные) цели и задачи.

В *рекреационно-спортивных* походах активный отдых участников реализуется при преодолении сложного маршрута, содержащего естественные препятствия (спортивный компонент). При этом участники похода не ставят для себя далеко идущие спортивные цели, не стремятся получить спортивное звание, участвовать в соревнованиях. Их цель — «впрыснуть» в кровь адреналин средствами спортивного туризма, «круто» изменить на время размеренное течение жизни.

Доминирующей целью *спортивных походов* является совершенствование возможностей участников в преодолении классифицированных маршрутов и повышение их спортивного мастерства, квалификации. Кроме того, в них участники обучаются

разнообразной туристской технике (технике преодоления естественных препятствий) и методике проведения спортивных походов (подготовка в походных условиях инструкторов спортивного туризма).

В Российской Федерации в Единую всероссийскую спортивную классификацию (ЕВСК) включены нормативы по 10 видам туризма:

- *пешеходному;*
- *лыжному;*
- *горному;*
- *водному;*
- *велосипедному;*
- *авто-мототуризму;*
- *спелеотуризму (путешествия в пещеры);*
- *парусному (разборные суда);*
- *конному;*
- *комбинированному.*

По результатам соответствующих походов присваиваются спортивные разряды и звания.



Туристская прогулка, походы выходного дня и многодневные

Туристская прогулка — форма организации туристской деятельности, непродолжительный по времени (1–4 часа) групповой выход с активным способом передвижения по территории населённого пункта или в его окрестностях с целью отдыха и познания, общения с природой, смены обстановки, психологической разгрузки и физической активности. Часто туристская прогулка рассматривается как групповое посещение одного или нескольких экскурсионных объектов в учебно-познавательных целях.

Для кратковременной туристской прогулки не нужно много специального инвентаря.

Туристская прогулка походом не является.

В зависимости от продолжительности (в днях) все походы можно разделить на походы выходного дня и многодневные походы.

Поход выходного дня — более протяжённое по времени путешествие (обычно длится от 1 до 3 дней). Он обычно осуществляется в выходные дни и предусматривает организацию одного-двух ночлегов.

В подавляющем большинстве случаев походы выходного дня организуются с целью оздоровления и отдыха участников. Также у них могут быть учебные цели (как в случае походов с изучающими туризм студентами) и тренировочные цели (как часть программы подготовительного периода перед осуществлением спортивных походов).

Многодневные походы могут быть как рекреационными походами, так и спортивными.

Начинать нужно с малого: чтобы увлечь детей туристской деятельностью лучше начать с туристских прогулок и походов выходного дня.

Походы развивают коллективизм, дисциплинированность, упорство, настойчивость, смелость, самостоятельность, взаимопонимание, укрепляют волю, помогают расширить знания о природных и погодных явлениях. У детей закладываются навыки экологической культуры, совершенствуются естественные виды движения, обогащается двигательный опыт (ориентирование в пространстве), развиваются координационные способности и выносливость, как основа физической подготовки ребёнка.

ПОДГОТОВКА К ПОХОДУ

На подготовительном этапе похода:

- составляется перечень участников и проводится их инструктаж;
- определяется маршрут;
- выбирается дата и время;
- оформляется необходимая документация.

Комплектование группы

Общее число участников туристской группы не должно превышать 15 человек, в противном случае резко снижается управляемость группы.

Если стоят учебные цели, то оптимальный состав группы 4–6 человек, иначе обучать будет трудно. Необходимое количество участников для походов I–III категорий сложности установлено 4 человека, для походов IV–V категорий — 6 человек.

Немалое значение при подборе группы имеет возрастной фактор. Желательно, чтобы разница в возрасте ребят не превышала 1–2 года, так как у школьников 5–6 классов и 9–10 классов совершенно разные физические возможности, да и интересы тоже очень разные.

Также надо стремиться обеспечить однородность состава группы в отношении физической подготовленности участников.

Что касается туристского опыта участников похода, то здесь всё зависит от целей, стоящих перед походом.

Выбор маршрута

- Необходимо изучить карты района, подобрать картографический материал;
- оценить возможность проложить маршрут требуемой сложности;
- нанести на обзорную карту пункты (объекты, препятствия), присутствующие в данном районе и удовлетворяющие категории сложности маршрута;
- ознакомиться с особенностями климатических условий в период совершения путешествия в данном районе с помощью Интернета, специальной литературы;
- определить возможные пути подъезда и отъезда к району путешествия, аварийных выходов, пункты медицинской помощи, возможность пополнения продуктов на маршруте;

- тщательно подготовить запасные и аварийные варианты маршрута. Запасной вариант должен быть проще основного, так как он используется в случае, если выбранный маршрут не соответствует физическим возможностям группы. Аварийный маршрут необходим для чрезвычайных ситуаций: травма участника, потеря части снаряжения. Аварийные выходы должны быть максимально простые и короткие.

Если планируется поход группы новичков, то рекомендуется начинать с более простых маршрутов, постепенно наращивая физические нагрузки.

Оформление документации

Перед походом (вне зависимости входит поход в образовательную программу или нет) необходимо оформлять следующую документацию:

Маршрутный лист туристской группы

Маршрутный лист является основным документом похода. В нём содержатся:

- сведения об участниках, в том числе телефоны всех участников похода и их родителей;
- сведения об инструктаже по технике безопасности:
 - в графе «Инструктаж по ТБ» ставится подпись проинструктированного;
 - подпись о проведении инструктажа ставит руководитель туристской группы;
- схема маршрута;
- точка и время начала похода;
- точка и время завершения похода.

Письменное разрешение родителей (законных представителей)

Оформляется один раз в год перед началом первого похода. В нём указываются особенности детей, которые необходимо учесть в походе.

Приказ о проведении мероприятия

Руководитель образовательной организации на основании маршрутного листа туристской группы и письменного разрешения родителей (законных представителей) издаёт приказ о проведении мероприятия с указанием планируемого маршрута, сроков проведения, состава туристской группы.

ОБЯЗАННОСТИ УЧАСТНИКОВ ПОХОДА

Организация и проведение похода может рассматриваться как меры по обеспечению безопасности туристской группы в походе. Игнорирование любого из элементов подготовки к походу, как и нарушение непосредственно при прохождении маршрута, может либо привести к аварийной ситуации, либо затруднить благополучное разрешение уже возникшей аварийной ситуации. Поэтому крайне важно чтобы и руководитель туристской группы, и координатор похода, и сопровождающие взрослые, и родители на местах, и обучающиеся знали свои обязанности при подготовке и проведении похода и сознавали меру своей ответственности.

Обязанности руководителя похода

Руководитель туристской группы несёт полную ответственность за:

- жизнь, здоровье обучающихся;
- безопасное проведение похода;
- выполнение плана мероприятия;
- содержание образовательной, оздоровительной, воспитательной и познавательной работы;
- выполнение правил пожарной безопасности;
- охрану природы, памятников истории и культуры.

Обязанности руководителя на подготовительном этапе

До начала похода руководитель обязан:

- в соответствии со сложностью и целями прохождения маршрута обеспечить комплектование группы с учётом интересов, интеллектуальной, физической и технической подготовленности обучающихся;
- подготовить документы, необходимые для проведения похода;
- провести инструктаж по безопасному поведению участников в походе, организовать всестороннюю подготовку, проверить наличие необходимых навыков и знаний, обеспечивающих безопасность;
- организовать подготовку и подбор необходимого снаряжения и продуктов питания, при необходимости составить смету расходов;
- ознакомиться с условиями похода, изучить сложные участки маршрута и наметить способы их преодоления;
- подготовить график похода и план мероприятий, проводимых группой на маршруте;

- ознакомиться с информацией о состоянии здоровья каждого участника похода;
- подготовить аптечку первой помощи с необходимыми медикаментами и перевязочными материалами, провести инструктаж по оказанию первой помощи.

Очень важная задача руководителя на подготовительном этапе — провести оценку уровня психологического развития обучающихся с целью выявления вызывающих опасение детей, так как неуправляемость и неадекватное поведение неизбежно влечёт за собой нарушение техники безопасности, а потому является основанием для недопуска к участию в походе.

Обязанности руководителя во время похода

Перед отправкой в путь руководитель проверяет списочный состав участников похода, осматривает снаряжение, справляется о состоянии здоровья ребят. Руководитель напоминает о возможных препятствиях на пути, указывает темп и порядок передвижения группы. Назначает направляющего и замыкающего: вначале колонны идёт взрослый, хорошо знающий маршрут; в конце замыкает тоже взрослый. Руководитель обращает внимание на соблюдение дисциплины в походе.



Во время похода руководитель обязан:

- соблюдать утверждённые маршрут и график движения;
- принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников, вплоть до изменения маршрута в сторону упрощения или прекращения похода в связи с возникшими опасными природными, техногенными явлениями и другими обстоятельствами, а также в случае необходимости оказания помощи пострадавшему или заболевшему участнику похода;
- оказывать первую помощь и принимать срочные меры по доставке травмированных или заболевших участников похода в ближайшее медицинское учреждение, информировать при необходимости родителей ребёнка и координатора похода;
- организовывать в случае необходимости оперативную помощь другой туристской группе, находящейся в данном районе (по возможности).

Обязанности координатора похода

Роль координатора похода чрезвычайно важна. Он является связующим звеном между руководителем группы, находящейся в походе, и внешним миром. Это должен быть выдержанный и ответственный человек, готовый к оперативному реагированию в случае ЧС.

Координатор должен иметь всю актуальную информацию о подготовке и проведении похода. Поэтому ему необходимо контролировать своевременность и корректность оформления и утверждения документации. У него должна находиться копия маршрутного листа с составом группы и телефонами всех участников похода и их родителей, так как в случае необходимости именно координатор доводит оперативную информацию о положении группы до родителей участников. В свою очередь, и у родителей, наряду с телефоном руководителя группы, должен быть телефон координатора похода.

Координатор должен оперативно получать от руководителя похода:

- актуальную информацию о составе группы при выходе на маршрут, т. к. всегда существует вероятность того, что по той или иной причине группа выйдет на маршрут в неполном составе: ребёнок проспал, опоздал на автобус, заболел и т. д.;
- сообщения об успешном выходе группы с маршрута;
- предупреждения о непредвиденной задержке, приведшей к превышению контрольного времени, или об аварийной ситуации на маршруте.

В походе существует такое понятие, как *контрольное время возвращения* — под ним подразумевается момент, после которого, в случае отсутствия актуальных сведений о группе, координатор похода должен организовать поиск участников. Между запланированным выходом группы с маршрута и контрольным временем должен быть определён некоторый промежуток времени на случайности. В то же время этот промежуток не должен быть чрезмерным, чтобы в случае ЧС оставалась возможность для организации поиска и проведения спасательных работ.

Координатор должен чётко представлять себе район проведения похода и нитку маршрута, понимать возможные сложности при его прохождении и обладать достаточными навыками, чтобы обоснованно и оперативно в случае необходимости принимать решение об организации поисков группы.

Взаимодействие с родителями и родственниками. Обязанности сопровождающих взрослых

Важнейшим элементом подготовки и проведения похода является взаимодействие с родителями и родственниками.

Перед включением обучающегося в состав группы руководитель связывается с его родителями и объективно информирует их о дате и маршруте похода, контрольном времени его окончания, необходимом снаряжении и сложностях прохождения. Очень важно руководителю получить от родителей информацию о хронических заболеваниях ребёнка, пусть не препятствующих ему участвовать в походе, но требующих регулярного принятия лекарственных препаратов или исключения из рациона каких-либо продуктов. По итогам беседы родители должны подписать письменное разрешение на участие ребёнка в походе (оно подписывается один раз в год перед началом первого похода).

Родители и родственники обучающихся могут оказать существенное содействие по доставке участников похода к месту начала маршрута и их вывозе с места окончания, т. к. нередко ограниченные возможности городской транспортной сети затрудняют своевременное прибытие участников к месту начала маршрута и их отправление с точки финиша.

Работу по привлечению родственников к участию в походе необходимо начинать заранее.

Часто в первых ознакомительных походах группы состоят из детей разного уровня физической подготовки, что неизбежно влечёт опасность растягивания группы и утраты руководителем контроля над нею. Поэтому для начальных походов особенно важно наличие не менее двух взрослых в группе (в «голове» и «хвосте» колонны) — это позволяет выбирать направление и скорость движения и контролировать отстающих. Привлечение в качестве сопровождающих взрослых родственников детей повышает управляемость группы и снижает риск ЧС.

Сопровождающие взрослые должны чётко сознавать, что во время прохождения маршрута руководитель обладает единоначалием: все решения об изменении маршрута, графике движения и т. п. принимаются именно руководителем. Мнение сопровождающих может учитываться, но не является определяющим.

В обязанности сопровождающих входит содействие руководителю группы в контроле за детьми в ходе движения и на привалах. Во время длительной остановки нагрузка на сопровождающих возрастает, т. к. внимание руководителя неизбежно распределяется между необходимостью организации бивуака и контроля за детьми. Здесь задача сопровождающих — взять на себя выполнение посильных работ.

Обязанности обучающихся

С первых походов обязательно надо привлекать детей к их подготовке. Поручения должны иметь все, в противном случае дети не будут считать себя причастными к общему делу. Пусть это будут несложные задания, но дети должны сами участвовать в их выполнении. С течением времени можно давать более сложные задания.

В процессе подготовки похода дети знакомятся со всеми возможными «должностями» в группе. Руководитель распределяет обязанности среди ребят, учитывая их отдельные способности.

Из сформированного состава группы выбирается её *командир*. Руководитель с командиром составляют план подготовки к походу и определяют «должности» каждого члена группы.

Фотограф нужный человек в походе. Фотографии интересных моментов помогут сделать ярким отчёт о походе или при оформлении туристской газеты, или для пополнения музейных фондов.

«*Врач*» изучает технику оказания первой помощи и комплектует походную аптечку необходимым содержанием.

Завхоз решает вопросы денежных расходов и делает расчёты рациона питания (просчитывается среднее потребление пищи одним участником похода и умножается на количество ребят, при этом учитывается повышенный аппетит и большой расход энергии). Исходя из походного меню, закупает продукты. Завхозу надо взять с собой клеёнку для общего стола, соль, нож, открывалку, спички.

Костровые разводят и поддерживают огонь. Для костра выкапывают яму с траншеей, закрывают его от ветра. Для розжига вначале используют сухой спирт, бумагу, бересту.

Повара отвечают за еду (их обычно двое-трое).



Простое перечисление обязанностей по должностям принесёт немного пользы. Только в процессе их выполнения дети усвоят необходимый функционал и последовательность действий. Выполнение обязанностей способствует выработке таких важных качеств личности, как самостоятельность действий, ответственность перед коллективом за порученное дело.

От того, как каждый выполнит свои обязанности до похода, зависит благополучие всей группы в походе. Важно показать детям, что только добросовестная подготовка к походу приведёт к успеху. Руководителю важно не только поручить, но и проконтролировать, вовремя подсказать участнику его промахи и совместно их устранить.



БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ УЧАСТНИКОВ ПОХОДА

Безопасность во всех сферах туристской жизни — основное требование, которому подчинены все действия, начиная от подготовительного этапа до составления отчёта о походе, в котором даются рекомендации по правильному, безопасному его прохождению другими группами.

Личное снаряжение туриста

Для первых несложных походов обычно не приходится покупать ничего нового, чаще всего используется то, что есть. Но следует быть готовым к тому, что в походе вещи быстрее изнашиваются и загрязняются.

Одежда

- Кроссовки/ботинки со шнуровкой и крепкой рифлёной подошвой;
- штаны из плотной ткани (например, джинсы);
- свитер с высоким горлом;
- рабочие тканевые перчатки;
- куртка с капюшоном;
- вязаная шапочка;
- полиэтиленовые пакеты в случае форсирования водных преград;
- запасные носки.

Снаряжение

- Рюкзак;
- кружка;
- миска;
- ложка;
- свисток;
- сидушка;
- репеллент;
- необходимые медикаменты;
- деньги на проезд на транспорте туда/обратно.

Общие требования к туристскому снаряжению

- безопасность эксплуатации;
- прочность;
- минимальный вес;
- простота в использовании;
- возможность использования в условиях холода, жары и повышенной влажности;
- небольшие габариты;
- комфортность;
- гигиеничность;
- эстетичность.

В походе недопустимы:

- «городская» обувь, неприспособленная для передвижения по каменистой местности;
- спортивные штаны из гигроскопичной или, наоборот, болоньевой ткани;
- наушники, т. к. слушая музыку, ребёнок «выключается», не слышит команды руководителя, предупреждения об опасных участках маршрута от впереди идущих товарищей;
- пакеты, сумки.

Информировать участников о требованиях к снаряжению следует с позиции обеспечения безопасности туристов на маршруте, так как, например, натёртые в походе ноги и постоянная боль — это замедленный темп движения, рассеянное внимание пострадавшего и все, вытекающие отсюда последствия.

При ходьбе, да ещё с рюкзаком, теплоотдача организма существенно увеличивается, соответственно увеличивается и потоотделение (как реакция организма, способствующая охлаждению кожи). С одной стороны, это хорошо. Но при остановках даже незначительный ветер может вызвать простудные заболевания. Это определяет выбор нижнего белья — оно должно хорошо впитывать пот, т. е. состоять из хлопчатобумажных или шерстяных тканей.

С целью предупреждения простудных заболеваний на привале даже при незначительном ветре необходимо надевать свитер или лёгкую куртку.

Следует обратить внимание детей на тот факт, что каждая лишняя, ненужная вещь в походе в конечном счёте принесёт огорчения, а не радость.

После прохождения инструктажа участники ставят подписи в маршрутном листе в графе «Инструктаж по ТБ». Юридической силы такая подпись не имеет, но обладает определённым психологическим внушением. Также подпись о проведении инструктажа ставит руководитель туристской группы.

В случае, если походы совершаются регулярно, на основании утверждённых образовательных программ детских объединений, помимо инструктажа перед конкретным походом, регулярно (в начале и середине учебного года) с обучающимися проводится общий инструктаж по ТБ.

Основы безопасности в походе

Дети должны усвоить с первого занятия, что поход — это не только радость общения с природой, возможность пожить самостоятельно без опеки родителей, но и подчас тяжёлый труд переноски рюкзака по сложному рельефу, полное самообслуживание, испытание на себе всех капризов погоды. Они должны осознать, что дисциплина — основа безопасного прохождения маршрута, а дисциплинарные нарушения в походе могут стать не только основанием для недопуска к дальнейшим походам, но и для прекращения текущего.

Большую часть времени в походе участники проводят в движении. Меры безопасности при этом элементарны:

- всегда находиться в поле зрения руководителя, не отставать и не забегать вперёд;
- соблюдать порядок движения и дистанцию. При передвижении по лесистой местности отводить ветки таким образом, чтобы они не хлестнули идущего позади;
- не бежать, не прыгать, не сходить с маршрута.

Следует обратить внимание на правила поведения на биваке, ведь большое количество травм происходит, как это ни странно, не при преодолении препятствий, а во время оборудования бивака и во время отдыха, когда внимание детей ослабевает.

Педагог с первых походов должен внушать детям, что они являются частью окружающей природы. Поэтому наносить ей вред — значит вредить самому себе и окружающим людям. Зелёные порубки, разведение костра на траве — распространённые нарушения, которые нельзя допускать. Надо неукоснительно выполнять правило, что поляна после ухода туристов должна быть чище, чем до прихода. Этим показывается уважение к окружающей природе, людям, которые придут после, и в конечном итоге — это уважение к самому себе.

Решая воспитательные задачи (в частности, воспитание чувства коллективизма и сплочение коллектива), при проведении походов лучше организовать общий стол, а не жевать каждому свои бутерброды. Дети, осознавая себя членами единой группы, редко не соглашаются с руководителем.

Всего предусмотреть невозможно. Далеко не всегда оправдывается прогноз погоды. Невозможно предугадать все препятствия на маршруте. Как бы мы не старались быть аккуратными и дисциплинированными, аварийные ситуации возможны. Кроме того, даже на простейших маршрутах существуют участки, где мобильная связь недоступна, а также возможна поломка или утеря телефона участника группы. Поэтому, выходя на маршрут, группа должна быть готова к любым непредвиденным трудностям: к движению в палящий зной или под проливным дождём, ремонту снаряжения, оказанию помощи пострадавшему участнику и, возможно, транспортировке его на значительное расстояние, и т. д. Всё это надо делать быстро и слаженно. Следовательно, группа должна быть подготовлена значительно лучше, чем этого требует данный маршрут, т. е. иметь «запас прочности».



ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПОХОДА

Подведение итогов проводится непосредственно сразу после похода. Обычно при разборе похода даётся оценка его содержательности, степени сложности. Участники высказывают своё мнение о целесообразности проведённых мероприятий, пожелания о возможных новых мероприятиях, которые могли бы сделать путешествие более насыщенным. Руководитель отмечает положительные или отрицательные моменты в действиях участников, как при подготовке похода, так и во время его проведения. Составляется отчёт о походе — документ, по которому маршрутно-квалификационная комиссия (МКК) оценивает реальный опыт группы, действия туристов на маршруте и грамотность тактических решений. Он нужен для того, чтобы подтвердить прохождение группой заявленного маршрута. На основании отчёта (письменного или устного) определяется правильность действий и решений группы во время похода, решается вопрос о зачёте похода и выдаче справок о нём. А главное, для чего делается отчёт, — это возможность дать максимум информации другим туристским группам, которые захотят пойти по этому или сходному маршруту. Вместе с отчётом в МКК представляется маршрутная книжка и документы, подтверждающие прохождение маршрута, заполненные справки о зачёте путешествия установленного образца на всех участников группы.

Устный отчёт даётся руководителем и участниками группы на заседании МКК. При этом представляются фото и видеоматериалы.



ЧАСТЬ II. ЗАНИМАТЕЛЬНЫЙ ПРИВАЛ

Игры в походе

Игры — незаменимый атрибут туристского похода с детьми. Они помогают познакомиться, сплотиться, отдохнуть и расслабиться после напряжённого дня. Игры непродолжительны по времени и не требуют подготовки.

С местом проведения игры руководитель обязан предварительно внимательно ознакомиться, чтобы избежать непредвиденных трудностей или случайностей.

Цель: всестороннее социально-коммуникативное и физическое развитие учащихся, смекалки, восприятия и понимания мира природы.

Задачи:

- расширить представления и знания детей о природе;
- развивать умение вести себя правильно в общении с природой;
- развивать эмоциональную сферу детей посредством художественного и звукового восприятия природы;
- совершенствовать навыки ориентировки в пространстве.

Адресат: дети младшего и среднего школьного возраста.



Игры на знакомство

Для того чтобы игры на знакомство не превратились в механическую зубрёжку, попросите ребят в момент произношения имени участника смотреть на этого человека. Также игры будут малоэффективными, если количество участников будет слишком большим.

Снежный ком

Игра должна проводиться в первый день.

Игру начинает руководитель группы, называя своё имя и предпочтение. Например: меня зовут Евгений, я люблю лес. Сидящий слева от него должен назвать имя руководителя, его предпочтение, затем своё имя и предпочтение. Следующий участник дальше по часовой стрелке должен назвать два предыдущих имени и их предпочтения, затем свои. И так дальше по кругу.

Десять «Я»

Участники на своих листах бумаги в столбик пишут 10 раз букву «Я». Затем за определённое время каждый пишет 10 качеств, присущих ему, например: я — честный, я — сильный и т. д. После этого подходят друг к другу, знакомятся и показывают то, что написали. В конце можно спросить, кому что запомнилось.

Дружба

Определяется водящий. Он подходит к одному из участников — водящий и участник знакомятся. Затем водящий встаёт на место участника. Освободившийся игрок становится водящим, и игра продолжается. Если игроков много, то водящих может быть несколько.

Повтори за мной

Участники становятся по кругу. Первый игрок делает шаг к центру круга, называет своё имя и показывает какой-нибудь жест. Остальные должны также сделать шаг вперёд, повторить его имя и жест. После этого делают шаг назад. Так по очереди показывают все.

Что ты любишь?

Ведущий даёт участникам лист бумаги, разделённый на 9–16 клеточек. В каждой клеточке записано, что могут любить игроки: любит петь, рисовать, играть на гитаре, ходить в походы, любит свою собаку и т. д. Чем неожиданней фраза, тем лучше. Каждый должен записать в клеточку (если он согласен с данной фразой) своё имя. В конце ведущий называет фразу и имена участников, которые это любят.

Граница

Чертится (определяется) линия — граница. Все участники становятся с одной стороны от границы. Ведущий предлагает перейти через границу тем участникам, кого объединяет какой-то общий признак. Устанавливаются простые критерии, например:

- кто любит мороженое;
- у кого дома есть собака (кошка);
- кто любит смотреть мультики;
- кто любит петь;
- кто любит танцевать.

Назовись

Участники выстраиваются по кругу, держат вытянутые руки перед собой. Начинаящий игру бросает мяч через центр круга одному из участников и называет своё имя. После броска он опускает руки. Когда все бросят мяч и опустят руки, игра начинается по второму кругу: каждый из участников бросает мяч тому игроку, которому он бросал в первый раз, но называет и своё имя, и его имя (например: я, Марина, бросаю Анне).

Хлопушки

Играющие встают по кругу и разучивают ритм: два удара по коленям, затем дважды выбрасываются руки с жестом «Во!» (кисти рук сжаты в кулаки, большой палец каждой руки поднят). Освоив ритм, приступают к самой игре. После первых двух хлопков по коленям, начинающий называет своё имя (одновременно с выбрасыванием жеста «Во!»), после вторых двух хлопков — имя того, кому он передаёт голос и т. д. Если есть повторяющиеся имена, можно заменить жест «Во!» на указывающий.

Это я!

Ведущий говорит быстро некоторые утверждения: «любитель кино», «любитель покушать», «лентяй» и т. д. Если играющие согласны, то хором и быстро отвечают: «Это я!».

Взаимовыбор

Игру можно провести на «Огоньке знакомств».

Все играющие разбиваются по парам. По сигналу ведущего в течение одной минуты один участник рассказывает другому про себя, а в течение следующей минуты — наоборот. Все пары делают это одновременно, стараясь не мешать друг другу. После этого все садятся в круг, где по очереди каждая пара рассказывает то, что они узнали друг о друге.

Невербальное знакомство

Игрокам предлагается молча (без слов) познакомиться с каждым участником, дотронувшись руками, спинами, ногами и т. д.

У кого как у меня?

На листке бумаги изображается таблица, состоящая из двух столбцов. В левой части пишутся определённые критерии (характеристики), например: цвет волос, глаз, первая буква имени, любимое блюдо, хобби и другие. Правая часть — пустая.

Каждый игрок должен найти человека, с которым у него совпадает тот или иной критерий, например: меня зовут Паша, а её — Полина (совпадает первая буква в наших именах). Нашедшие друг друга люди обмениваются листками и в правой части таблицы напротив схожего критерия пишут своё имя, после чего возвращают листок обратно. Таким способом заполняется вся правая часть таблицы.

Побеждает тот, кто первый обойдёт всех игроков.

Вариант игры. На листке добавляется третья колонка «Другое». Игрок (назовём его Димой) подходит к одному из участников (назовём его Сашей). Дима должен выбрать лишь один критерий, который будет сравнивать со своим критерием (например, хобби). Если ответ совпадает, то Саша пишет своё имя в листке Димы. Если не совпадает, то в третьей колонке Дима записывает «хобби» Саши. После этого идёт к другому человеку. Игрок может подойти к каждому участнику только один раз.

Я и мои соседи

Участники садятся на стулья по кругу. Ведущий предлагает нарисовать на листах таблицу с тремя колонками. В первой колонке записывается имя игрока, сидящего через одного человека слева, во второй — своё имя, в третьей — имя игрока, сидящего через одного человека справа (это для того, чтобы у игроков не возникало желание подглядеть, что пишет сосед). Ведущий задаёт вопросы, а игроки отвечают на них письменно на своих листочках за себя и за вписанных участников, пытаясь угадать правильный ответ.

В ходе игры любые разговоры между игроками запрещены. Количество вопросов — 8–10. Вопросы могут быть любые, например:

- Любимый цвет?
- Любимый киногерой?
- Любимое домашнее животное?
- Умеет ли хорошо петь?
- Любит ли смотреть телесериалы?
- Любимый вид спорта.

По окончании игры участникам предоставляется время, чтобы оценить насколько их ответы совпали.

Игры на сплочение коллектива

Сплочённый коллектив — это сила и поддержка команды. Ребятам, особенно в подростковом возрасте, бывает трудно сдружиться, найти точки соприкосновения. В игровой форме найти общий язык можно намного быстрее.

«Тёзки» и «Винегрет»

Участники делятся на группы с одинаковыми именами — «Тёзки» и группу с разными именами — «Винегрет».

Тёзки стараются найти что-то общее, что характерно для них, кроме имени. Игроки из группы «Винегрет» называют свои отличительные особенности.

Стенка

Участники делятся на 2–3 команды. Первые игроки команд добегают до стенки (или определённого места) и останавливаются. Команды должны хором назвать имя своего игрока. Затем игроки возвращаются обратно. Бегут вторые игроки. И так все участники команд. Побеждает та команда, которая первой справится с заданием.

Билетики и пассажиры

Участники встают парами, образуя два круга: внутренний и внешний. Внутренний круг — билетики, внешний — пассажиры. В центре безбилетник — «заяц». По команде ведущего: «Поехали!» круги начинают вращаться в противоположные стороны. Ведущий кричит: «Контролёр!». Билетики останавливаются, а пассажиры должны найти свою пару. За это время «заяц» старается быстро занять любое свободное место. Пассажир без своего билетика занимает место «зайца».

Да — нет

Ведущий произносит утверждение, например: «Я люблю смотреть футбол». Все вытягивают руку и, если согласны, поднимают большой палец вверх, если не согласны — вниз. Постепенно характер утверждений становится более серьёзным, например: «Мне иногда бывает одиноко». Игру можно использовать для перехода к работе над серьёзными темами.

Вариант игры: утверждения может произносить любой участник группы по очереди.

Доверяющее падение

Один из участников падает спиной на подставленные руки остальных, задача которых — его не уронить. Ведущий спрашивает: «Страхающие готовы?», на что те отвечают: «Готовы!». Затем «падающий» спрашивает ведущего: «Падать?», на что ведущий отвечает: «Падать!». Падение производится с прижатыми к груди руками, с абсолютно прямым телом.

Ответственность ведущего — обеспечить безопасность участников, жёстко следить за соблюдением правил. После проведения надо обязательно обсудить игру.

Плот

Легенда: «После кораблекрушения команда корабля оказалась посередине океана на плоту». Участники должны поместиться на «плоту» (большом листе ватмана или газете), не заступая на пол. На нём нужно продержаться 30 секунд. Затем «подплывает акула и откусывает небольшой кусочек плота» (от ватмана отрезается приблизительно 1/8 куска). Ситуация повторяется до тех пор, пока не останется 1/4 исходного листа ватмана.

Выполнять задание могут одновременно несколько групп, что вносит соревновательный элемент в игру.

Паровозики

Участники разбиваются на команды по 5–6 человек и встают «паровозиком». Первые игроки — «паровозы», все остальные — «вагоны». Паровозики двигаются, не задевая друг друга. Ведущий дотрагивается до последнего «вагона», и тот переходит на место «паровоза».

Парный поединок

Участники разбиваются на пары. Находясь в разных исходных положениях, стараются сдвинуть друг друга с места. Вариантов может быть много, например: касаясь друг друга правыми (или левыми) плечами, боками, ступнями, спинами, контактируя только ладонями (находясь лицом друг к другу, ноги вместе, руки чуть согнуты в локтях), и т. д.

Дорогою добра

Игроки разбиваются на несколько групп по 4–5 человек. Каждой группе даётся листочек с названием отрицательного героя из различных сказок (например: Кощей Бессмертный, Баба Яга, Змей Горыныч и др.). За 2–3 минуты группе надо дать положительную характеристику этому отрицательному герою. Остальные группы должны догадаться, о ком идёт речь.

Поделись добротой

Участники становятся в круг и берутся за руки. По кругу надо передать друг другу добрый взгляд, мысленно желая добра, и сказать добрые слова и пожелания.

После выполнения задания участникам надо ответить на вопросы:

– Что было труднее делать: смотреть на человека, общаться с ним жестами или словесно?

– Можете ли вы представить себе на месте своего партнёра человека, который вам неприятен, и пожелать ему добра?

Хищники и жертвы

Игра проводится на ограниченной территории. Потребуется повязки на головы участников трёх цветов: «синие», «зелёные» и «красные».

Игроки делятся на 3 команды, каждая из них имеет свой цвет повязок. Ведущий называет, кто кого догоняет (например: «красные» – «зелёных», «зелёные» – «синих», «синие» – «красных»), и задаёт начальные направления, по которым разбегаются команды. Затем ведущий считает до 20–30 и игра начинается. Игроки одной команды пытаются догнать и осалить игроков той команды, за которой они назначены, и убегают от игроков третьей команды, так как те ловят их. Если «хищник» осалил свою «жертву», то «жертва» без сопротивления отдаёт свою повязку ведущему и выбывает из игры.

Можно воспользоваться выжидательной тактикой игры: нельзя сразу «убивать» всех своих «жертв», так как они гонятся за «врагами».

Первый вариант: побеждает команда, которая быстрее переловит всех своих «жертв».

Второй вариант: побеждает команда, которая останется «в живых». Это случается, когда у команды не осталось врагов.

Горящий лес

Игра проводится на ограниченной территории. В центре поля находятся 3–4 водящих, которые салят тех, кто убегает. Осаленные останавливаются там, где их осалили, расставляют руки по сторонам, изображая горящее дерево (сходить с места нельзя). Остальные убегающие не должны касаться «горящих деревьев» — тот, кто коснулся, останавливается и «загорается». Игра продолжается, пока не останется один «несгоревший» участник — он будет победителем.

Голова дракона

Игроки цепляются друг за друга «паровозиком» — это дракон. По команде ведущего первый игрок (голова дракона) пытается поймать последнего человека (свой хвост). Тот в свою очередь должен увернуться. Когда последний участник пойман, он переходит в начало цепочки.

Тайный друг

Напишите имена участников на бумажках и предложите каждому участнику группы вытянуть одну из них. Человек, имя которого вытянувший увидит на листке, и станет его тайным другом.

Примечание: если кто-либо вытянет своё имя, процедуру нужно будет повторить.

Итак, у каждого участника похода будет человек, о котором ему нужно будет заботиться. Эта забота может проявляться в незначительной помощи своему тайному другу или в приятных мелочах. Главная цель — поднять человеку настроение.

Условие: всё должно осуществляться как можно более незаметно.

В конце путешествия каждый должен высказать свои предположения о том, кто мог бы быть его тайным другом. После этого секреты раскрываются.

Шарады

Участники разбиваются на две команды. Игрок одной команды загадывает слово и шёпотом говорит его игроку другой команды, который должен показать задуманное слово своей команде при помощи жестов.

Вариант игры: сложность игре можно придать, если загадывать не слова, а целые словосочетания, строчки из песен, героев рекламы или фильмов. Проявив фантазию, игру можно превратить в настоящее представление.

Слова

Один из игроков загадывает слово и называет его первую букву. Остальные участники должны отгадать слово, задавая вопросы. Например: игрок загадал слово на букву «л» (ложка). Вопрос можно поставить так: это приспособление для потребления пищи?

Чем оригинальнее слово, тем сложнее будет его отгадать. Если отгадывающие затрудняются с ответом, то загадавший называет следующую букву слова.

Побеждает человек, отгадавший слово целиком.

Испорченный телефон

Всем знакомая с детства игра. Участники садятся по кругу. Начинаящий игру должен очень тихо сказать какое-либо слово на ухо своему соседу, тот должен незамедлительно передать его на ухо следующему, второй — третьему и так по кругу пока слово не возвратится к тому, кто его загадал. Будет интересно узнать, какое слово вернулось.

Чей прыжок дальше?

Игра проводится между командами. Первый участник команды прыгает в длину с места от намеченной линии. На его следы становится следующий игрок и прыгает дальше и т. д.

Выигрывает команда, длина коллективного прыжка которой больше.

Кто быстрее?

Дети распределяются на две команды. У каждой команды свои опознавательные знаки: ленточки разного цвета, фантики от конфет, пробки от бутылок и т. п. Знаки каждой команды вперемешку размещаются по всему маршруту на деревьях, кустах, камнях и т. п. Надо как можно быстрее прийти в установленное место (к финишу), собрав свои отличительные знаки.

Побеждает та команда, которая соберёт больше знаков и придёт к финишу первая.

Кулинарная эстафета

Можно совместить приятное с полезным и устроить эстафету на приготовление обеда. Участники похода делятся на команды. Каждой даётся набор продуктов. Первый участник должен их помыть, второй — почистить, третий — порезать и так до тех пор, пока все ингредиенты не отправятся в котелок. Чья команда быстрее справится с заданием, та и выиграла.

Вечерний огонёк

В завершение дня рекомендуется проводить «Вечерний огонёк» — это форма общения, позволяющая каждому участнику высказаться, выслушать других, понять причину тех или иных действий, научиться понимать и принимать.

Правила просты: участники по кругу передают свечку (или фонарь), высказываются, рассказывают, что понравилось, что не понравилось и пр. Участвуют все, руководитель говорит в последнюю очередь.

Игры на развитие лидерских качеств

Фигуры

Участники становятся по кругу. Внутри круга натягивается верёвка, за которую все держатся руками. Педагог говорит, что необходимо, закрыв глаза, построиться квадратом, треугольником, используя только устные переговоры. Педагог наблюдает, кто из ребят становится организатором перемещений, и делает выводы о лидере группы.

Большая семейная фотография

Ребятам предлагается представить, что они большая семья и нужно всем вместе сфотографироваться для семейного альбома. Выбирается «фотограф», который должен расположить всю семью для фотографирования. Можно также выбрать членов семьи (по старшинству). Расставив «членов семьи», фотограф считает до трёх. На счёт «три» все дружно и громко кричат: «Сыр!» и делают одновременно хлопок в ладоши. Педагог наблюдает и делает вывод о лидере группы.

Актёрское мастерство лидера

Упражнение 1. Прочитать любой текст (например, прогноз погоды) шёпотом, очень громко, как будто замёрз, как будто во рту горячая каша.

Упражнение 2. Посидеть: как пчела на цветке; невеста на свадьбе.

Упражнение 3. За 30 секунд найти и запомнить все предметы в окружающем пространстве, названия которых начинаются на букву «с» (стул, стол, салфетка и т. д.). Чем больше, тем лучше.

Шишки, жёлуди, орехи

Игроки встают в колонны по 3 человека (число колонн до 10), один игрок должен остаться лишним (он будет водящим). Первые игроки в колоннах — «шишки», вторые — «жёлуди», третьи — «орехи». По команде водящего: «Шишки!» все «шишки» перебегают со своих мест на места других игроков с таким же названием. Аналогично для «жёлудей» и «орехов». Водящий старается занять пустое место быстрее игрока. Тот игрок, которому места не досталось, становится водящим.

Игры на экологические темы

Мусору — бой!

Чтобы детям не было в тягость убирать за собой полянку на привале, можно дать им задание: найти то, что не принадлежит природе и собрать в одну кучу (мешок). Кто больше?

Лес, болото, озеро

Чертится круг. От него на одинаковом расстоянии чертятся ещё 3 круга: «Лес», «Болото», «Озеро». Все круги должны быть такого размера, чтобы в них поместились все играющие. Участники становятся в первый круг. Ведущий называет зверя, птицу, рыбу, растение. Игроки бегут к тому кругу, который, по их мнению, соответствует месту обитания названного животного, растения, потом возвращаются. Слово «лягушка» позволяет встать в любой круг. Побеждают те, кто ни разу не ошибся.

Узнай растения

Играющие распределяются на две команды и получают порядковые номера. Между командами кладут объекты природы (листья растений, грибы, камни и т. д.). Ведущий называет растение и порядковый номер игроков, которые должны как можно быстрее взять в руки названное растение или другой природный объект. Игра продолжается до тех пор, пока не закончатся растения и предметы.

Выигрывает та команда, у которой окажется большее количество растений и предметов.

Угадай растение

Ведущий внимательно смотрит вокруг и даёт подробное описание любого растения, имеющегося на данной территории (не называя само растение) по схеме:

- жизненная форма растения;
- примерная высота;
- размер и примерная форма листьев;
- форма и окраска цветов (можно назвать соцветие);
- плоды, семена и способ их распространения.

Угадавший растение становится ведущим.

Найди растение по названию

Ведущий называет растение. Остальные игроки должны найти его (но не срывать!) и доказать по внешним признакам, что это именно оно. Чтобы усложнить игру, ведущий может требовать больше убедительных признаков. Иногда ведущий специально называет такое растение, которого нет на данной местности.

Пёстрый мир

В начале похода можно разделить детей на группы и каждой дать задание: среди всех объектов живой и неживой природы найдите как можно больше предметов белого цвета, зелёного, чёрного, синего, красного. Можно за каждый найденный предмет давать по кусочку бумаги соответствующего цвета. Затем на привале обсудить наблюдения.

Зоологическое перевоплощение

Участникам предлагается выбрать себе любое животное и на 20 минут «стать им», повторив его форму, движения, повадки, звуки и т. п. Выразать надо не только внешние черты, но и «внутренний мир» избранного животного. Другим участникам игрок не говорит, какое животное он изображает. При выполнении задания можно ползать, прыгать, «летать», «расти», шуметь, активно выражать чувства, будь то страх, гнев или любовь, взаимодействуя при этом с другими «животными». В заключение участникам целесообразно поделиться своими ощущениями.

Примечание: случается, что несколько участников выбирают одно и то же животное. Эффективность упражнения от этого не снижается, скорее наоборот: обсуждение получается более интересным.

Рецепт фито-чая

Участники игры разбиваются на команды по 3–4 человека. Командам предлагается в течение 5 минут составить рецепт чая из лесных растений. Затем каждая команда зачитывает рецепт своего чая и рассказывает о его достоинствах.

Жюри, подобранное из знатоков фито-чая, определяет победителя.

Последняя буква

Игроки образуют круг. Ведущий называет растение и указывает на кого-либо из игроков. Тот должен назвать другое растение, начинающееся с последней буквы предыдущего растения. Стоящий далее в кругу участник называет следующее растение, начинающееся с последней буквы второго и т. д. по кругу. Кто не сможет назвать очередное растение — выбывает из игры.

Победит тот, кто один останется в кругу.

Экологический кодекс жителя Земли

Участникам предлагается провести «мозговой штурм» и совместно выработать «Экологический кодекс жителя Земли». Участники вносят различные предложения, которые затем коллективно рассматриваются, выстраивается порядок положений кодекса, «шлифуются» формулировки. В конце кодекс обсуждается участниками и дополняется.

Примечание: этим упражнением целесообразно закончить игровой цикл.

Игры на закрепление туристских навыков

Собери рюкзак

Детям зачитывается список из 15–20 предметов, которые они могут взять в поход. Также в списке может быть от 2 до 5 предметов, без которых можно обойтись в походе. В список можно включить, например: котелок, фонарь, лыжи, накомарник, зеркало, шоколад, панама, компас, карта и т. д., а можно и такие, как кирпич, стул... Затем каждый называет предметы, которые ему необходимы и объясняет, почему именно эти предметы он должен взять с собой.

Букеты

Ведущий сообщает тихо каждому игроку названия разных цветов с периодическим повторением. Затем все игроки выстраиваются в колонну, которая начинает двигаться и танцевать под музыку. Как только музыка прекращает звучать, все должны собраться в «букеты», в которых будут игроки с одинаковым названием цветов. Затем каждому «букету» ведущий даёт задание: набрать дров, разжечь костер, приготовить инвентарь, накрыть стол, поставить палатку и т. д.

Географические названия

Оборудование: контурная карта-схема местности, на которой проводится поход, карандаши.

В начале похода участникам предлагается запоминать свои впечатления от пребывания на тех или иных участках местности (на берегу озера, на поляне, на лесной тропинке и т. д.). В конце дня на основе этих впечатлений участники заполняют контурную карту, давая всем знакомым объектам собственные названия, связанные с какими-то событиями. В местах интересных находок или встреч с животными можно сделать на карте соответствующие рисунки. Затем, используя карту, участники рассказывают о своих впечатлениях.

Примечание: важно, чтобы названия участков местности носили эмоционально окрашенный, лично значимый, романтический, лирический характер, например: «Берег ночных следов», «Враг шуршащих ящериц», «Поляна сладкой земляники», «Тропинка барсучьей норы» и т. д.

Лучший следопыт

Ведущий прячет какой-либо предмет (флажок, бейсболку, пакет с чипсами и т. п.) в лесу на ограниченном, хорошо просматриваемом участке. Называет один-два признака, указывающих на местонахождение предмета (раздвоенная берёза, пенёк и т. п.). Участникам нужно по названным признакам найти спрятанный предмет. Тому, кто первым найдёт предмет, присваивается звание «Лучший следопыт».

Стороны света

По компасу определяются стороны света и обозначаются по краям поляны яркими предметами (кепкой, косынкой, мячом, футболкой и т. п.). Участники собираются в центре поляны и по сигналу «восток», «юг», «запад», «север» должны как можно быстрее достичь обозначенного места. Игрок, который ошибся, выбывает из игры.

Игра длится до тех пор, пока останутся два самых быстрых и внимательных участника.

Не сверни

Дети распределяются на две команды. Каждой команде даются два кодовых слова: «синее» — правильно идёшь, «красное» — неправильно идёшь. Команды размещаются на противоположных краях поляны. Каждый участник поочерёдно с завязанными глазами переходит на противоположную сторону, а команда направляет его кодовыми словами. Выигрывает та команда, которая быстрее и безошибочно доберётся до места.

Найди и запомни

На маршруте длиной 200 метров на одинаковом расстоянии располагаются 10 предметов (книга, мяч, блокнот и т. п.). Участники игры стартуют по одному с интервалом 30 секунд.

Выигрывает тот, кто преодолет трассу в кратчайший промежуток времени и назовёт все предметы.

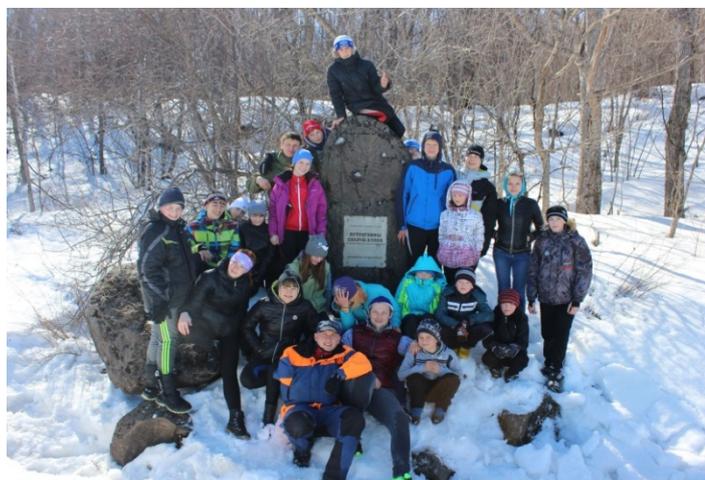


ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Туристские прогулки и походы выходного дня являются хорошей подготовкой к более серьёзным, длительным по времени спортивным путешествиям. В процессе подготовки и прохождения дистанции появляется возможность научиться походным премудростям (ставить палатку, готовить на костре или горелке) и справляться со всевозможными трудностями. Дети приучаются самостоятельно ориентироваться на местности, пользоваться компасом. Новичок сможет более ясно представить, что такое поход и что можно в нём ожидать.

Интересные познавательные маршруты, разработанные педагогами Регионального центра детско-юношеского туризма и представленные на методическом портале центра, рекомендуются для использования при проведении туристских прогулок и походов выходного дня по территориям муниципальных образований Хабаровского края.

[Познавательные маршруты Хабаровского края \(http://method-portal-ctkis.tilda.ws/page27125200.html \)](http://method-portal-ctkis.tilda.ws/page27125200.html)



СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Виноградов Ю., Митрухова Т. Воскресные путешествия пешком. – Л.: Лениздат, 1988. – 144 с.
2. Ганопольский В.И. Уроки туризма: Пособие для учителей. – Мн.: НМЦентр, 1998. – 216 с.
3. Заикина Е.А. Игра в экологическом образовании младших школьников.//Дополнительное образование. – 2004.–№ 2.– стр. 19–22.
4. Комогорцева Н.А. Мы идём в поход.//Читаем, учимся, играем. – 2003. – № 8. – стр. 79–82.
5. Константинов Ю.С., Орлов С.В. Туризм и учитель.//Дополнительное образование. – 2003. – № 5. – стр. 45–47.
6. Некрасов И.Б. Ура, мы на природе!!! Читаем, учимся, играем. – 2003. – № 8.– стр. 86–90, 94–96.
7. Остапец, А.А. Педагогика и психология туристско-краеведческой деятельности учащихся: методические рекомендации / А.А. Остапец. – М., РМАТ, 2001. – 87 с.
8. Попчиковский В.Ю. Организация и проведение туристских походов. – М.: Профиздат, 1987.– 223 с.
9. Туризм в школе: Книга руководителя путешествия / И.А. Верба, С.М. Голицин, В.М. Куликов, Е.Г. Рябов. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 160 с.
10. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: Учебник / Под общ. ред. Ю.Н. Федотова. – М.: Советский спорт, 2002. – 364 с.
11. Ясвин В.Я. Мир природы в мире игр.//Экологическое образование. – 2000. – № 4. – стр. 45–52.

ДЛЯ ЗАМЕТОК



«Занимательный привал».
Методические рекомендации по организации и проведению
туристских прогулок и походов выходного дня

Краевое государственное автономное образовательное учреждение
дополнительного образования «Центр развития творчества детей
(Региональный модельный центр дополнительного образования детей
Хабаровского края)»

680000, г. Хабаровск, ул. Комсомольская, 87
тел. / факс: (4212) 30-57-13
Телеграм: @dopobrazovanie27
ВКонтакте: @dop.obrazovanie27
e-mail: rmc@rhc.27.ru
<http://www.kcdod.khb.ru>

Подписано в печать: 18.03.2024
Тираж: 30 экз.

Методические материалы размещены на сайте КГАОУ ДО РМЦ



физкультурно-спортивная



туристско-краеведческая



художественная



естественнонаучная



техническая



социально-гуманитарная

