

ПРОГРАММА
очно-заочных Республиканских курсов
по подготовке инструкторов детско-юношеского туризма

Пояснительная записка

Программа составлена в соответствии с «Положением об инструкторе детско-юношеского туризма», утвержденным Министерством общего и профессионального образования Российской Федерации от 23 марта 1998 г. №769 и адаптирована для условий Республики Коми.

Цели и задачи.

Целью очно-заочных Республиканских курсов по подготовке инструкторов детско-юношеского туризма (далее – Курсов) является подготовка и переподготовка инструкторов детско-юношеского туризма.

Задача - дать курсантам знания и умения, необходимые для работы в детских туристско-краеведческих объединениях, проводящих маршруты с активными способами передвижения в качестве инструктора детско-юношеского туризма.

Данные Курсы являются базовым в области знаний по туристско-краеведческой деятельности и закладывают основу для изучения других специальных дисциплин в сфере детско-юношеского туризма и краеведения. Курсы по подготовке «Инструктора детско-юношеского туризма» проводятся в очно и очно-заочной форме обучения. Курсы проводятся в форме лекций, практических, семинарских занятий и самостоятельной проработки обучаемыми программного материала, прохождения учебно-тренировочных занятий и походов, предусмотренных учебными планами программы «Инструктор детско-юношеского туризма».

В результате освоения дисциплины, курсанты должны овладеть следующими знаниями, умениями и навыками:

Знания:

- состояния и перспектив развития туризма;
- туристских возможностей родного края;
- правил организации и проведения туристско-краеведческих мероприятий с детьми;
- форм и методов патриотической и воспитательной работы в туризме;
- особенностей видов туризма;
- основ топографии и ориентирования на местности;
- особенностей проведения туристской работы на маршрутах;
- основ психофизических особенностей детей и подростков, взаимоотношений в малой группе;
- правил и инструкций по технике безопасности, основ выживания в экстремальных условиях;

- правил, приемов и последовательности выполнения поисково-спасательных работ (ПСР).

Умения:

- планировать туристско-краеведческую работу;
- обеспечить безопасность проводимого мероприятия;
- оказать доврачебную медицинскую помощь;
- организовать и провести учебное занятие;
- подбирать разнообразные формы занятий с учетом возрастных, психофизических особенностей занимающихся, уровня спортивной и туристской подготовленности;
- организовать работу по саморазвитию и самовоспитанию обучаемых, оказании необходимой помощи;
- обеспечить благоприятный психологический климат в туристской группе;
- организовать туристскую работу в ученическом коллективе;
- организовать и провести публичные лекции и беседы с целью популяризации детско-юношеского и спортивно-оздоровительного туризма;
- оформить маршрутную документацию.

Навыки:

- методами организации и проведения туристских походов, соревнований, лагерей, экспедиций и других мероприятий;
- техникой и тактикой видов туризма;
- современными формами и методами учебно-тренировочной работы;
- формами и методами руководства туристской группой;
- основными приемами организации и проведения поисково-спасательных работ.

Освоение курсантами программных материалов осуществляется в очной форме, а так же в процессе самостоятельного изучения отдельных тем и выполнения работ по заданиям (выполнение постоянных и временных обязанностей в группе, подготовка методических разработок к занятиям, составление текстов путевой информации и других домашних заданий, проведение отдельных учебных занятий в помещении и на местности, разработка маршрута похода, оформление документов для похода, и др.).

В результате освоения Курса, обучающиеся должны овладеть техникой и тактикой конкретного вида туризма.

Контроль знаний осуществляется путем выполнения заданий и требований (в объеме пройденной программы), в которые могут входить:

- устный зачет по теории и методике проведения туристско-краеведческой работы;
- стажировка-практика работы с группой в туристском походе;
- выполнение практических работ по программе учебного Курса;
- выпускные квалификационные экзамены;
- участие в категорийном учебно-тренировочном туристском походе.

Приложение
к Приложению 1 Положения об очно-заочных Республиканских курсах
по подготовке инструкторов детско-юношеского туризма

Учебный план

№	Наименование темы	Количество часов			
		Всего	Самоподготовка	Теория	Практика
1.	История туризма в России. Туризм и краеведение в системе образования.	1	<i>1</i>	-	-
2.	Нормативные документы по вопросам туристской и краеведческой работы с учащимися.	2	-	2	-
3.	Содержание и формы туристско-краеведческой работы в образовательной организации	23	<i>4</i>	6	13
3.1.	Планирование и проведение туристской и краеведческой работы в образовательной организации.	2	-	-	2
3.2.	Формы туристско-краеведческой деятельности	19	4	6	9
3.2.1	Работа туристско-краеведческих объединений	2	2	-	-
3.2.2.	Туристский лагерь	2	2	-	-
3.2.3.	Организация и проведение массовых туристских мероприятий с учащимися	10	-	2	8
3.2.4.	Психология малых групп. Взаимоотношения в туристской группе	3	-	2	1
3.2.5.	Школьный музей, туристско-краеведческое движение «Отечество-Земля Коми»	2	-	2	-
3.3.	Туристские маршруты и экскурсионные объекты родного края	2	-	-	2
4.	Организация, подготовка и проведение туристских походов с учащимися	74	<i>11</i>	12	51
4.1.	Подготовка похода	4	2	2	-
4.2.	Финансовое, продовольственное и материально-хозяйственное обеспечение похода	5	2	-	3
4.3.	Гигиена юного туриста. Медицинское обеспечение похода и доврачебная медицинская помощь в походе.	10	-	2	8
4.4.	Основы топографии и ориентирования	12	2	2	8
4.5.	Физическая и техническая подготовка юных туристов	10	2	-	8
4.6.	Меры по обеспечению безопасности в походах и на экскурсиях	10	-	2	8
4.7.	Содержание и методика выполнения краеведческих наблюдений и экспедиционных заданий. Общественно полезная работа юных туристов	6	2	-	4
4.8.	Организация и методика проведения экскурсий	5	1	-	4
4.9.	Снаряжение, применяемое в многодневных туристских походах	10	-	2	8
4.10.	Подведение итогов похода. Отчет о походе. Назначение и роль отчёта о походе. Походный дневник.	2	-	2	-
5.	Степенной учебный поход	24	-	-	24
6.	Особенности горных, лыжных, водных и велосипедных походов	15	-	4	11
7.	Учебная и воспитательная работа инструктора детско-юношеского туризма	2	-	2	-
8.	Зачетные занятия	3	-	-	3
	ВСЕГО	144	22	24	98
9.	Стажировка с группами учащихся (вне сетки часов)				
10.	Зачетный категорийный поход не менее	56		-	56

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. История туризма в России. Туризм и краеведение в системе образования. Роль туризма в патриотическом воспитании учащихся

История туризма в России. Роль туристских походов, путешествий, экспедиций, экскурсий, краеведческих поисков в формировании характера учащегося, его нравственных принципов, патриотизма, повышения знаний.

Туризм - многофункциональное средство познания своего края, физического и духовного развития, оздоровления учащихся, активного участия в общественно полезной деятельности, привитие самостоятельности, трудовых и прикладных навыков.

Организация туризма в России. Федерация спортивного туризма России.

Виды туризма: пешеходный, лыжный, горный, водный, велосипедный, характеристика каждого вида.

Понятие о спортивно-оздоровительном туризме. Экскурсионный и зарубежный туризм.

Туристские нормативы на значки "Юный турист России" и "Турист России". Разрядные требования по спортивному туризму.

Формы туристско-краеведческой работы с учащимися.

Туристско-краеведческое движение учащихся "Отечество". Основные направления движения.

Примеры качественной постановки туристско-краеведческой работы в школах. Условия успешного развития туризма в этих школах.

2. Нормативные документы по вопросам туристско-краеведческой работы с учащимися

Нормативные документы по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с учащимися Российской Федерации. Положение о значке "Юный турист России".

Примерный перечень продуктов питания, рекомендуемых при составлении суточного рациона юного туриста в походах и путешествиях.

Положение о маршрутно-квалификационных комиссиях образовательных учреждений (МКК ОУ). Кодекс путешественника.

Документы, регламентирующие порядок учета средств и составления отчетности по туристским многодневным походам, экскурсиям, экскурсиям и туристским лагерям учащихся.

Правила организации и проведения туристских соревнований с учащимися.

Разрядные требования по спортивному туризму дисциплин «Дистанция» и «Маршрут».

3. Содержание и формы туристской и краеведческой работы в образовательной организации

3.1. Планирование и проведение туристско-краеведческой работы в образовательной организации

План туристско-краеведческой работы - составная часть плана учебно-воспитательной работы образовательной организации. Массовая и кружковая форма работы. Туризм в планах работы классных руководителей. Планирование походов с учетом сезонности. Участие в районных, городских и областных туристских мероприятиях. Увязка планируемых маршрутов походов и экскурсий с учебной программой и нормативами на значки "Юный турист России" и "Турист России".

Зависимость планов туристско-краеведческой работы в образовательной организации от уровня развития, туристских традиций и степени подготовленности учителей.

Утверждение годового плана.

Особенности планирования работы в сельских и интернатных образовательных организациях.

Структура управления туристско-краеведческой работы образовательной организации. Работа туристского актива. Работа с классными руководителями.

Клуб юных туристов: состав, структура, обязанности членов клуба, содержание работы.

Работа с педагогическим коллективом, проведение семинаров, учебно-тренировочных походов, соревнований, пропаганда туризма среди учителей, анализ работы.

Роль администрации образовательной организации, родителей, общественных организаций. Контакты с организациями и учреждениями, содействующими проведению туристско-краеведческой работы: центры и станции детско-юношеского туризма, Дворцы и дома творчества, маршрутно-квалификационные комиссии, клубы и объединения по месту жительства, клубы туристов, общества охраны природы, охраны памятников истории и культуры, музеи и другие.

Пропаганда туризма среди родителей. Туристская стенгазета и радиопередачи.

Финансирование и материальная база туристско-краеведческой работы в образовательной организации. Составление смет, источники финансирования, финансовая отчетность. Пополнение фондов туристского инвентаря и снаряжения, методических материалов, литературы, учебных пособий.

Учет туристско-краеведческой работы в школе. Формы отчетной документации.

Практическая работа N1: Составление перспективного плана туристско-краеведческой работы или календарный план спортивно-туристских мероприятий на учебный год.

3.2. Формы туристско-краеведческой деятельности

Формы туристско-краеведческой работы: поход, путешествие, экскурсия, прогулка, слет, соревнования, кружки и клубы, туристский лагерь, работа поисковых групп, школьный музей, туристский вечер и другие.

3.2.1. Работа туристско-краеведческих объединений

Цели и задачи создания туристско-краеведческих объединений в образовательных организациях. Профиль объединения. Подготовка туристского актива - одна из главных задач работы объединения.

Типовые программы туристско-краеведческих объединений. Учебные планы и режим работы, наполняемость, состав. Учет работы. Оплата педагогов дополнительного образования.

Соблюдение принципа последовательности в накоплении знаний и опыта походов, в усложнении требований и задач.

Учет возрастных особенностей и интересов детей при организации и планировании работы объединений. Соблюдение принципа увлекательности в работе объединения.

Особенности объединений второго и третьего года работы. Примерный план работы кружка пешеходного туризма на учебный год. Организация занятий. Методические рекомендации к проведению занятий по основным разделам учебного плана.

Школьный туристский клуб: задачи, положение о клубе, устав, структура, клубная символика, клубное самоуправление.

Формы работы актива в своей образовательной организации.

3.2.2. Туристский лагерь

Педагогический смысл создания школьного туристского лагеря образовательной организации. Профиль, задачи работы лагеря. Реализация принципов самоуправления и самообслуживания.

Подбор состава лагеря. Педагогический коллектив лагеря. Вопросы финансирования, снабжения продуктами, топливом.

Содержание работы лагеря: режим дня, система самообслуживания (виды трудовой деятельности и организация трудового процесса), учебная работа в лагере, графики походов, досуг в лагере, общественно полезная работа членов туристского лагеря, система самоуправления (работа совета командиров).

Требования к месту расположения и планировки территории лагеря. Получение разрешения на открытие лагеря в местных органах власти и санэпидемнадзора, согласование вопросов с лесхозом и другими организациями.

Подбор и подготовка инструкторов и воспитателей.

Документация лагеря.

Оборудование и стройматериалы.

3.2.3. Организация и проведение массовых туристских мероприятий с учащимися

Виды массовых мероприятий, их характеристика по целям и форме проведения.

Документация (положение, условия проведения, смета, план подготовки и проведения, отчет), ее составление, обсуждение и утверждение.

Вопросы финансирования массовых мероприятий. Согласование вопросов проведения массовых мероприятий с местными органами власти.

Роль туристского актива учащихся и учителей в подготовке и проведении массовых мероприятий. Участие родительского актива, бывших воспитанников, работников организаций дополнительного образования в проведении мероприятий. Привлечение спонсоров.

Тематический звездный поход-слет, проведение зачетных маршрутов: положение, состав участников, выбор места, прокладка маршрутов, подготовка карт и заданий, обеспечение безопасности, игр и развлечений на поляне слета, подведение итогов.

Туристские соревнования школьников: цели и задачи, положение, программа и виды соревнований, судейская коллегия, состав участников, подготовка полигонов и маршрутов, согласование мест проведения соревнований с местными органами власти. Обеспечение безопасности проведения соревнований. Материальное обеспечение соревнований, водоснабжение, обеспечение дровами, подведение итогов и награждение.

"Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации"- основной документ при проведении туристских соревнований. Регламент по спортивному туризму.

Содержание, вопросы организации и проведения соревнований по отдельным видам.

Практическая работа N2: Личное участие в проведении одного из массовых мероприятий, организованного школой или организацией дополнительного образования - представить письменный отчет о проведенном мероприятии, заверенный образовательной организацией.

Практическая работа N3: Участие в подготовке учебных трасс для соревнований в составе слушателей семинара.

3.2.4. Психология малых групп. Взаимоотношения в туристской группе

Туристский коллектив, особенности его формирования, связанные с возрастом, социальным статусом, уровнем физической, технической, спортивной подготовки.

Мотивации к походу, путешествию, как фактор формирования туристской группы. Определённость ролей, которые используют отдельные индивиды.

Лидерство: авторитарное, демократическое, теневое. Особенности лидеров, влияющих на остальных.

Коллективизм как фактор безопасности туристского похода. Общность целей, деятельности и организации. Наличие у членов группы чувства "мы", единства группы. Сплоченность.

Особенности фактора обособленности в автономном путешествии, локализация туристской группы в пространстве и времени. Причины конфликта, фактор психологической усталости

Практическая работа N4 Решение ситуационных задач (очное – деловая игра, мозговой штурм; заочное – WEB семинар).

3.2.5. Школьный музей. Туристско-краеведческое движение «Отечеств-Земля Коми»

Положение о школьном музее. Определение основного содержания музея. Создание тематико-экспозиционного плана школьного музея.

Методика сбора и обработки материалов. Учет и хранение экспонатов. Музейные фонды.

Использование материалов музея в учебной и воспитательной работе. Планирование работы. Формы массовой работы музея.

Работа совета музея. Связь с государственными музеями.

Туристские, краеведческие выставки: тема и задачи выставки, положение, экспозиционный план, отбор экспонатов, подбор жюри, план работы выставки, подготовка экскурсоводов, подведение итогов, награждение.

Республиканская конференция участников туристско-краеведческого движения «Отечество - Земля Коми». Развитие туристско-краеведческой, исследовательской работы с обучающимися по изучению истории, культуры и природы родного края.

Совершенствование организации и содержания обучения и воспитания подрастающего поколения средствами туризма и краеведения. Активизация работы туристско-краеведческих объединений в рамках движения «Отечество – Земля Коми». Совершенствование методики исследовательской и поисковой работы в области краеведения. Выявление и поддержка талантливых детей и молодежи в области краеведения и исследовательской деятельности. Подведение итогов исследовательской деятельности. Обмен опытом работы в рамках туристско-краеведческого движения «Отечество – Земля Коми». Выявление и отбор наиболее подготовленных участников и материалов их исследований для представления на Всероссийский конкурс исследовательских краеведческих работ учащихся «Отечество».

3.3. Туристские маршруты и экскурсионные объекты родного края

Разделы программ образовательных организаций с изучением материалов о своем крае. Перечень экскурсий по учебным программам.

Физико-географический обзор края. Природные особенности. Растительный и животный мир, полезные ископаемые. Рельеф. Главные реки и озера. Административное деление края. Транспортные магистрали. Промышленность.

Сведения о прошлом края. Памятники истории и культуры.

Экономика и культура края, перспективы его развития.

Рекомендуемые объекты экскурсий, однодневные и степенные маршруты. Наиболее интересные многодневные маршруты, в том числе маршруты I и II категорий сложности по родному краю.

Создание картотеки маршрутов и экскурсионных объектов края.

Практическая работа N5: паспорт туристского объекта; паспорт туристского маршрута.

4. Организация, подготовка и проведение туристских походов с учащимися

4.1. Подготовка похода

Исходные условия: определение целей похода, допустимая продолжительность, протяженность, сложность и стоимость похода для группы.

Комплектование туристской группы, предварительный медицинский осмотр участников. Требования руководителя к участникам. Взаимодействие руководителя похода с родителями.

Принципы самоуправления и самообслуживания: распределение обязанностей в группе (должностей), подготовка ответственных за участки работ. Составление плана подготовки похода.

Выбор и изучение района похода, разработка маршрута. Главные требования к построению "нитки" маршрута и плана-графика похода. Линейная, кольцевая, радиальная схемы построения маршрута, их сочетание в плане движения.

Понятие о тактике и технике в туризме.

Разработка календарного плана-графика похода.

Оформление походной документации, утверждение похода.

Обязанности администрации образовательной организации, участие организаций дополнительного образования, родителей в подготовке похода.

Работа маршрутно-квалификационных комиссий образовательных организаций.

Оформление категорийных путешествий в маршрутно-квалификационной комиссии.

4.2. Финансовое, продовольственное и материально-хозяйственное обеспечение похода

Общие положения финансирования туристских походов с учащимися. Виды расходов. Источники финансирования. Система оплаты через путевки. Родительские средства, дотации, привлеченные средства. Денежные операции в походе, ведение учетной документации.

Составление и утверждение сметы расходов на поход.

Работа казначея в группе.

Составление финансового отчета о походе.

Обязанности завхоза по питанию в туристской группе. Разработка типовых меню и режима питания с учетом сезона и вида туризма. Закупка, расфасовка и упаковка продуктов. Хранение и учет расхода продуктов в походе. Пополнение продовольствия в пути. Работа дежурных поваров. График дежурств.

Снаряжение для пешеходного похода: личное, групповое, специальное. Требование к снаряжению. Хранение и укладка снаряжения. Обязанности завхоза по снаряжению. Работа ремонтного мастера в группе. Подготовка и ремонт снаряжения. Проверка личного снаряжения участников похода. Распределение общественного снаряжения. Нормы весовых нагрузок юных туристов.

Практическая работа №6: Составление сметы расходов на поход. Рацион и организация питания в походе. Примерный перечень продуктов питания. Нормы расхода продуктов.

Составление типового меню питания в походе.

Составление списков личного, группового снаряжения и ремонтного набора.

4.3. Гигиена юного туриста. Доврачебная помощь в походе.

Соблюдение гигиенических требований в походе. Походный травматизм. Заболевания в походе. Профилактика травматизма и заболеваний. Работа руководителя с группой по воспитанию самоконтроля и привитию гигиенических навыков.

Помощь при различных травмах. Тепловой и солнечный удар, ожоги, помощь утопающему, обмороженному, пораженному электрическим током. Искусственное

дыхание. Непрямой массаж сердца. Респираторные и простудные заболевания. Укусы насекомых и пресмыкающихся. Пищевые отравления и желудочные заболевания.

Транспортировка пострадавшего.

Санитар походной группы, его обязанности при подготовке и во время похода. Санитарный контроль за посудой, чистотой тела, состоянием участников.

Состав, хранение, учет и использование походной аптечки в пути.

Врачебный контроль и самоконтроль. Особенности медицинского обеспечения похода. Комплекс мер. Необходимость и недостаточность каждого мероприятия в отдельности. Противопоказания к сложным походам и пребыванию на высоте, необходимость физкультурно диспансерного обследования перед походом. Организация медицинского самообслуживания в группе. Обязанности участника, ответственного за медобслуживание. Личная гигиена туриста в походе. Уход за телом. Закаливание организма. Другие меры профилактики. Гигиенические требования к обуви, одежде, снаряжению. Правильный режим работы и отдыха в походах.

Причины, признаки, первая помощь (лечение) при кровопотере, асфиксии, травматическом шоке, поражении молнией, ожогах, снежной слепоте, обморожениях, охлаждениях (замерзаниях), закрытых и открытых повреждениях черепа, переломах, повреждениях позвоночника, живота, таза, ранения внутренних органов растяжениях, разрывов связок, вывихах, ранах солнечных и тепловых ударах, горной болезни острой сердечно-сосудистой недостаточности воспалении легких и ангине, острых гастритах отравлениях, кишечных расстройствах, острых хирургических заболеваниях органов брюшной полости. Проведение искусственного дыхания способами «рот-рот» и «рот-нос». Остановка кровотечения жгутом. Наружный массаж сердца. Техника подкожного впрыскивания (инъекции) лекарственных препаратов. Организация транспортировки пострадавшего на длительные расстояния.

Практическая работа N7: Доврачебная помощь, транспортировка пострадавшего (очная – зачет во время практических занятий; заочное – фото или видео отчет о проведении занятий с привлечением специалистов врачей, работников МЧС и т.п.)

4.4. Основы топографии и ориентирования

Определение топографии и топографических карт.

Значение топографических карт в народном хозяйстве и обороне государства, значение топокарт для туристов.

Масштаб. Виды масштабов. Масштабы топографических карт. Понятие о генерализации.

Понятие о местных предметах и топографических знаках. Изучение то познаков по группам. Масштабные и немасштабные знаки, площадные (заполняющие) и контурные знаки. Сочетание знаков. Пояснительные цифровые и буквенные характеристики.

Что такое рельеф. Способы изображения рельефа на картах. Сущность способа горизонталей. Сечение. Заложение. Горизонтали основные, утолщенные и полгоризонталей. Берг штрих. Подписи горизонталей. Отметки высот, урезы вод.

Типичные формы рельефа и их изображение на топографической карте. Характеристика местности по рельефу.

Измерение расстояний на карте. Курвиметр.

Три отличительных свойства карт: возраст, масштаб, нагрузка (специализация). Старение карт. Какие карты пригодны для разработки маршрутов и для ориентирования в пути.

Рамка топографической карты. Номенклатура. Географические и прямоугольные координаты (километровая сетка карты). Определение координат точек на карте.

Что такое азимут. Азимут истинный и магнитный. Магнитное склонение. Азимутальное кольцо. Дирекционный угол. Измерение и построение углов (направлений) на карте.

Компас. Типы компасов. Устройство компаса. Поверки компаса. Правила обращения с компасом.

Четыре действия с компасом. Что такое визирование. Порядок действий при прямой и обратной засечках.

Способы и правила копирования карт.

Некоторые приемы обучения юных туристов основам топографии: наглядные пособия, упражнения, задачи, конкурсы, игры и соревнования по топографии.

Определение сторон горизонта по небесным светилам. Угловая скорость Солнца. Нахождение Полярной звезды. Приближенное определение сторон горизонта по местным предметам.

Способы измерения расстояния на местности. Значение и способы тренировки глазомера. Средний шаг, его измерения. Измерение расстояний шагами и по времени движения.

Практическая работа N8: участие в соревнованиях по ориентированию, туризму (Контрольно туристский маршрут). Протокол соревнований, справка о судействе и др.

4.5. Физическая и техническая подготовка юных туристов

Физиологические особенности детского организма.

Значение физической и морально-волевой подготовки туриста. Противопоказания к участию в туристском походе.

Программа физических тренировок. Комплекс упражнений. Спортивные игры, беговые тренировки. Система тренировок, постепенное возрастание нагрузок.

Закаливание организма. Гигиена при тренировках.

Понятие о технике пешеходного туризма.

Обучение правилам и техническим приемам движения в нормальных и усложненных метеоусловиях, на подъемах и спусках, на бродах, по болоту, в густом лесу и кустарнике, через завалы, по осыпям.

Обеспечение страховки при преодолении естественных препятствий. Альпеншток, веревки, репшнур, карабин. Вязка узлов, применяемых в туризме, их прочность, назначение, использование.

Обычный режим движения в походе. Отклонения от обычного режима. Движение на маршруте строем, обязанности проводника и замыкающего. Темп движения в разных условиях.

Определение ориентирования. Значение умения ориентирования на марше.

Обучение ориентированию на маршруте. Движение по карте, по азимуту. Учет магнитного склонения, магнитных аномалий. Определения направления ночью, в условиях ограниченной видимости.

Обязанности проводника и топографа группы. График дежурств проводников. Разведка маршрута. Расчет движения на участке. Контрольные ориентиры. Хронометраж движения.

Практическая работа N9: Урок - конспект по теме «Физическая и техническая подготовка юных туристов»

4.6. Меры по обеспечению безопасности в походах и на экскурсиях

Определение контрольных пунктов и сроков сообщения с маршрута. Установление связи с поисково-спасательной службой МЧС России.

Правила пользования транспортом. Правила движения по дорогам и улицам городов.

Обеспечение безопасности при преодолении естественных препятствий в походе. Меры безопасности при купании, обустройстве бивака. Противопожарные мероприятия на биваке. Правила обращения с режущим инструментом, костровым оборудованием.

Гигиенические требования при приготовлении пищи. Использование в походе грибов и ягод. Ядовитые грибы и растения.

Питьевой режим в походе. Обеззараживание воды.

Меры предосторожности при грозе, сильном ветре. Приемы самоконтроля. Воспитание у юных туристов сознательной дисциплины, умение оценивать свои силы и возможности.

Страховка и самостраховка. Безопасность по каждому виду туризма основное требование к походам. Опасности явные и мнимые. Возрастание роли неблагоприятных факторов с увеличением сложности похода. Причины, вызывающие аварии: зависящие от самого человека, от его промахов и заблуждений (недостаточная дисциплина, пренебрежение правилами путешествий, низкое общественное сознание, незнание или неправильное применение приемов техники передвижения и страховки, границ применения этих приемов, тактические ошибки и недостаточный тактический опыт, индивидуальная предрасположенность к авариям в зависимости от уровня психологической, физической подготовки и состояния здоровья участников); непосредственно не зависящие от воли человека и создающие объективные условия для аварий (маршрут как источник опасности, нехватка или отсутствие снаряжения).

Примеры накопленного опыта обеспечения безопасности в походах по каждому виду туризма. Основные принципы организации страховки. Значение страховки и самостраховки в походе. Комплектование страховочного снаряжения в зависимости от нитки маршрута, сезона и района путешествия.

Инструктаж по технике безопасности с росписью в журнале. Памятка по безопасности. Памятка о действиях в ЧС и при возникновении несчастного случая. Особые требования по обеспечению безопасности практических занятий. Моделирование аварийных ситуаций.

Практическая работа N10: Заполнение маршрутного листа и маршрутной книжки.

4.7. Содержание и методика выполнения краеведческих наблюдений и экспедиционных заданий. Общественно полезная работа юных туристов

Содержание и методика краеведческих наблюдений по истории, географии, биологии, экологии, литературе и другим школьным предметам в соответствии с местными условиями.

Содержание заданий туристским группам от школы, от организаций и учреждений.

Деятельность по охране природы в условиях похода.

Изучение и охрана памятников истории и культуры. Виды памятников. Использование памятников истории и культуры в учебной и воспитательной работе.

Техника проведения краеведческих наблюдений и фиксации их: составление описаний, сбор образцов для коллекций, видео и фотосъемка, зарисовки в походе, составление схем участков маршрута, нанесение отсутствующих подробностей и исправлений на карту маршрута.

Правила сбора и хранение реликтовых и других материалов. Редкие и охраняемые растения и животные.

Практическая работа N11: рекомендации по проведению краеведческих наблюдений и фиксации их.

4.8. Организация и методика проведения экскурсий

Методика организации и проведения экскурсий на предприятия, к памятникам, на природу. Составление плана экскурсий.

Характеристика некоторых экскурсионных объектов области, города, района.

Создание методических разработок, экскурсий при самостоятельном проведении экскурсий учителем - руководителем похода. Подведение итогов экскурсии.

Работа местных экскурсионных организаций.

Практическая работа N12: рекомендации по организации и методике проведения экскурсий.

4.9. Снаряжение, применяемое в многодневных туристских походах.

Основные общие требования к снаряжению: малый вес и объем, хорошая теплоизоляция, прочность, непромокаемость, удобство пользования, эргономичность, гигиеничность, надежность в работе. Главные эксплуатационные качества. Выбор снаряжения в зависимости от характера маршрута. Пути совершенствования всех видов снаряжения. Подгонка снаряжения, укладка и носка. Ремонт, ремонтный набор, уход за снаряжением и его хранение. Основные виды снаряжения: групповое, личное, бивачное и специальное (для обеспечения страховки и самостраховки, основное, характерное для каждого вида туризма и типа препятствия).

Практическая работа N13: письменная работа на тему снаряжение, применяемое в многодневных туристских походах(по виду туризма).

4.10. Подведение итогов похода. Отчет о походе. Назначение и роль отчета о походе. Походный дневник.

Обсуждение итогов похода в группе, отчеты ответственных по участкам работы, родительское собрание. Отчет руководителя.

Обработка собранных материалов. Составление отчета о походе, составление иллюстрированной схемы, маршрутной ленты, фотографий, видеofilmа, коллекций и пособий. Выполнение творческих работ участниками похода. Составление отчета для организации, давшей задание.

Ремонт и сдача инвентаря взятого на прокат.

Отчетные вечера, выставки по итогам походов.

Составление педагогического и финансового отчета.

Основные разделы отчета. Приложения к нему. Требование к оформлению отчета. Характерные недостатки отчетов. Классификация и хранение отчетов. Современные методы оформления отчетов, использования компьютерных технологий. Дискеты, СП диски, Интернет, сайты, WEB странички и библиотеки в Интернете.

5. Степенной учебный поход.

Проводится учебно-тренировочный поход - I степени сложности со слушателями курса.

Перед походом производится индивидуальная или коллективная разработка маршрута и его вариантов, планов экскурсий и краеведческих наблюдений, составление сметы, списков снаряжения, меню и набора продуктов.

Во время похода: практика организации движения группы по маршруту, работа с картой и компасом, устройство бивака, костровища, приготовление пищи; тренировки в преодолении препятствий, практика ведения краеведческих наблюдений, выполнения заданий, сбор и хранение материалов.

Практика (стажировка) слушателей курсов в руководстве группой - выполнение обязанностей руководителя, командира, проводника, краеведа, завхозов, санитаря, казначея и т.д.

Анализ действий группы.

При подведении итогов похода производится коллективное обсуждение его итогов по различным аспектам - спортивно-техническая часть, краеведческое содержание похода, финансовый отчет, материальное обеспечение и т.п.

Слушатели индивидуально по итогам похода должны выполнить одну из практических работ: составить паспорт маршрута, паспорт экскурсионного объекта, отчет по выполненному краеведческому заданию, маршрутную топографическую ленту, видеofilm, отчет по должности, которую занимал слушатель при проведении похода.

6. Особенности горных, лыжных, пеших, водных и велосипедных походов.

Горный туризм. Составление маршрута горного путешествия. Акклиматизация участников. Приемы страховки. Передвижение в горах. Применение различных узлов и специального снаряжения.

Особенности лыжных походов. Расчет переходов в лыжном походе с учетом препятствий, погодных условий, наличия населенных пунктов. Обеспечение мест ночлегов. Организация привалов в пути. Требования к снаряжению.

Особенности проведения водных путешествий на нескольких судах. Правила хождения по внутренним водам России. Снаряжение для водного похода.

Возможности велосипедных путешествий, связанных с использованием сети дорог. Знание материальной части велосипеда, умение произвести ремонт, владение техникой езды с грузом, правила дорожного движения.

Требования по профилактике и оказанию первой доврачебной помощи для каждого из видов походов.

Практическая работа N14: Письменная работа на тему «Особенности горных, лыжных, пеших, водных и велосипедных походов» (по виду туризма).

7. Учебная и воспитательная работа инструктора детско-юношеского туризма

Обязанности и права инструктора детско-юношеского туризма.

Воспитательные возможности туризма - действия в коллективе, воспитание чувства ответственности за порученное дело перед коллективом, развитие инициативы и самостоятельности.

Работа по подготовке младших инструкторов: учебные планы и программы, основные приемы обучения, составление планов отдельных занятий, организация практики - стажировки младших инструкторов.

Проведение семинаров по подготовке учителей к руководству походами. Семинары для классных руководителей, общественного актива.

Совместная работа с учителем физкультуры по подготовке значкистов "Юный турист России" и "Турист России".

Роль инструктора детско-юношеского туризма в вовлечении учащихся в походы и путешествия, проведение массовых туристских и краеведческих мероприятий, участие в городских, районных, областных, краевых, республиканских слетах, конференциях, соревнованиях.

Повышение квалификации инструктора детско-юношеского туризма.

Обзор литературы, необходимый инструктору.

8. Стажировка со школьными группами

Вне сетки учебных часов, каждый слушатель курсов проводит в своей, или в другой образовательной организации, в полном объеме подготовку степенного похода, сам поход и обработку материалов по его итогам.

Практическая работа N15: К зачетным занятиям каждый слушатель представляет копию педагогического отчета, принятого директором образовательной организации проводившей поход, паспорт или отчет о маршруте и маршрутную ленту похода.

9. Зачетный поход

Зачетный поход 1 категории сложности проводится в объеме не менее 56 учебных часов. Практические умения слушателей, оцениваются при выполнении тех или иных обязанностей в группе во время похода.

После похода группа составляет отчет, в котором каждый участник отчитывается о проделанной им работе во время похода. Защита отчета, является основанием для выдачи справок о совершении категорийного похода.

10. Зачетные занятия

Зачетные занятия со слушателями проводятся в виде защиты рефератов по основным вопросам туристско-краеведческой и экскурсионной работы с учащимися, в виде зачетов по отдельным темам (контрольная работа) в период учебы, ответов по экзаменационным билетам.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе - М.: ЦДЮТур России 1996.
2. Багаутдинова Ф.Г. Туристско-краеведческая деятельность в начальной школе - М.: ЦДЮТур России, 1997.
3. Берман А.Е. Юный турист - М.: ФиС, 1977.
4. Дрогов И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма: учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2008.
5. Дрогов И.А. Организационное и программно-методическое обеспечение учебно-тренировочной работы в спортивно-оздоровительном туризме /Монография/ - М.: ООО «Радуга-ПРЕСС», 2014.
6. Константинов Ю.С.Туристские слеты и соревнования учащихся - М.: ЦДЮТиК России, 2000.
7. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. – М.: ФЦДЮТиК, 2006.
8. Константинов Ю.С., Глаголева О.Л. Уроки ориентирования. – М.: ФЦДЮТиК, 2005.
9. Константинов Ю.С. Теория и практика спортивно-оздоровительного туризма: Учебное пособие. – М.: Советский спорт, 2009.
10. Константинов Ю.С., Слесарева Л.П. Туристско-краеведческая деятельность в школе: Учебно-методическое пособие – М.: МосгорСЮТур, 2011.
11. Коструб А.А. Медицинский справочник туриста - М.: Профиздат 1990 г.
12. Куликов В.М., Константинов Ю.С. Топография и ориентирование в туристском путешествии - М.: ЦДЮТур России 1997.
13. Куликов В.М., Ротштейн Л.М. Школа туристских вожаков - М.: ЦДЮТур России 1997.
14. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря - М.: «Владос», 2000.
15. Остапец А.А. На маршруте туристы-следопыты М.: Просвещение 1987.
16. Пospelов Е.М. Туристу о географических названиях - М.: Профиздат, 1988.
17. Рыжавский Г.Я. Биваки - М.: ЦДЮТур России, 1996.
18. Сборник официальных документов по детско-юношескому туризму, краеведению и летнему отдыху детей - М.: ЦДЮТур России, 2006.
19. Шибаетов А.С. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени - М.: ЦДЮТур России, 1996.
20. Штюрмер Ю.А. Краткий справочник туриста - М.: ФиС, 1985.
21. Штюрмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные. – М.: ФиС, 1983.
22. Энциклопедия туриста - М.: БРЭ, 1993.