

***Аннотация***  
***основных методических разработок***  
***к дополнительной общеразвивающей программе туристско-***  
***краеведческой направленности «Юный турист».***

***Методическая разработка «Основные правила организации***  
***туристического быта»***

Представляет собой основные правила организации туристического быта и включает в себя такие вопросы как, выбор места и снятие бивака, уборка места стоянки, типы костров, организация питания в походе (набор продуктов и их хранение, примерное меню), элементы личной гигиены и техника безопасности в походе. Так же в методической разработке предусмотрена игра соревновательного типа по установке палатки и укладке рюкзака (практическая отработка навыка).

**Цель занятия:** дать учащимся понятия: «бивак», «привал», продемонстрировать типы костров, рассказать о питании в походе, дать примерное меню на день и примерный рацион питания на сутки на 1 человека.

Обучающиеся ознакомятся с основными требованиями организации туристического похода. Соблюдение туристического быта является не отъемлемой частью похода, от которого зависит как в целом сложится поход. Выполнения предписания по быту во многом дисциплинирует и сплачивает коллектив участников похода. Вырабатывается навыки самостоятельности, умение брать ответственность на себя, быстро реагировать на все обстоятельства, которые возникают в период похода. Соблюдение бытовых навыков должно быть направленно на выполнение основной задачи похода.

Поход - это не только отдых, но и активная трудовая деятельность, начиная от установки палатки, разжигания костра до помывки посуды и уборки территории вокруг палаток. Все участники похода должны участвовать в организации туристического быта.

Участник похода должен знать, организация ночлега или дневки во многом напоминает организацию обеденного перерыва. Останавливаясь летом на реке, вдоль которой имеются населенные пункты, туристский лагерь следует разбивать выше по течению от деревни, водопоев, бродов. Рекомендуется выбирать места с удобными спусками к воде, спокойными плесами, песчаным дном без корчей, коряг. Обязательно так же наличие достаточного количества дров.

Чтобы не подвергать себя риску поражения электричеством, нельзя останавливаться при надвигающейся грозе на вершинах холмов, у отдельно стоящих деревьев. Соблюдать меры безопасности при работе с инструментами (топор, пила, ножи). Выполнять распорядок дня, соблюдать меры безопасности с открытым огнем и правильное размещение костра от палаток и деревьев.

### *Методическая разработка «Попробуй завяжи»*

В данной методической разработке предлагаем вашему вниманию некоторые варианты проведения туристского конкурса вязания узлов. Включение этих упражнений в традиционные учебные занятия помогут поддерживать заинтересованность обучающихся. При желании можно организовать как командное, так и личное первенство.

**Цель заданий** – способствовать формированию у обучающихся туристских навыков, развитию коммуникативных качеств через решение нестандартных задач.

#### **Задачи:**

- закрепить умение правильного выполнения узлов, различать виды узлов в соответствии с их назначением;
- формировать навыки ответственного взаимодействия в коллективе, принятия быстрых решений;

- развитие аналитического мышления.

### **Форма проведения – конкурс.**

**Общие условия приближены к традиционным конкурсам по вязке узлов:** за неправильное выполнение какого-либо элемента предусмотрены штрафные баллы, каждый балл равен 15 секундам.

#### 1 вариант

(личные или командные конкурсы)

Каждый участник вытягивает карточку с названием узла и по команде судьи вяжет свой узел. Контрольное время – 1 минута. Допускается только устное оказание помощи.

#### 2 вариант

Состав команды - 6 человек. Возможно проводить и личное первенство при условии, что участники одновременно получат задачу. Для командных конкурсов контрольное время - 2 минуты. Задача участников - каждому связать узел, который достался по жеребьевке, из двух веревок, чтобы в результате командной работы получилось общее кольцо. Учитывается назначение узла (для связывания веревок разного или одинакового диаметра). Допускается только устное оказание помощи. Задание для семи участников можно усложнить, например, добавив карточку с повторяющимся узлом грейпвайн и третьим концом основной веревки (диаметр 10 мм).

#### 3 вариант

(Проводится в форме эстафеты. Развиваются скоростные качества, совершенствуется техника вязки узлов, быстрота принятия решений, командное согласие).

Команда должна завязать 10 узлов за кратчайшее время. На расстоянии 15 – 20 метров от старта натянута горизонтальная веревка, на которой висят

веревки для завязывания узлов. По команде судьи участники по очереди добегают до верёвок и вяжут по одному узлу, возвращаются к команде и касанием руки передают эстафету следующему участнику. Если участник не может завязать узел, он все равно обязан добежать до горизонтальной веревки и передать эстафету другому. Этот вариант можно усложнить, поставив условие, чтобы узлы закреплялись на горизонтальной веревке. Допускается только устное оказание помощи.

#### 4 вариант

(Командные конкурсы)

Контрольное время – 1 минута. По команде судьи каждый участник команды завязывает максимальное количество разных узлов. При оценке учитывается количество *разных* узлов (2 балла за название, максимум 20 баллов), общее количество безошибочно завязанных узлов (1 балл за каждый узел). Победитель определяется по наибольшей сумме набранных баллов. Рекомендуем начинать с проверки правильного завязывания, затем по списку наличие 10-ти наименований.

#### 5 вариант

(Можно организовать как командное (от 2 до 6 человек), так и личное первенство).

Состав команды – от 2 до 6 человек.

Задание: команда наводит перила между двумя опорами узлами «штыковой» и «булинь», крепит с двух сторон веревку сопровождения узлами «карабинная удавка» и «стремя», на веревке сопровождения вяжется «австрийский проводник», который должен быть закреплен на перилах. Один участник из репшнуря вяжет «петлю Прусика» («заячий уши», «грейпвайн»). Участники вытягивают карточки с названиями узлов и расходятся по рабочим местам. Результат складывается из времени выполнения работы и штрафного времени за неправильно завязанные узлы.

## 6 вариант

Командные конкурсы. Участникам необходимо принимать решения, работая в команде и проявлять такие качества, как скорость и техника вязки узлов, командное взаимодействие, быстрота принятия решений.

Состав команды – 3 человека, один из которых исполняет роль «пострадавшего». Задача: «пострадавшего» необходимо зафиксировать на носилках «прямым» и «встречным» узлом. Навести перила с помощью узлов «удавка» и «стремя». Организовать страховку пострадавшего, прикрепив его к перилам, используя «булинь» и «проводник» одним концом. Результат складывается из времени выполнения работы и штрафного времени за неправильно завязанные узлы. Интереснее, когда соревнуются две команды одновременно на равнозначных «ветках». Конкурсы проходят в 3 тура. Во второй тур конкурсов выходят 4 лучшие команды, в финал – 2 команды.

## 7 вариант

Рекомендуется проводить на этапе разучивания и запоминания названий узлов. Оборудование: готовые завязанные узлы, бумага для ответов, карандаши.

По кругу пускаются готовые узлы, среди которых есть и неправильно завязанные (например, «бабий» или «воровской» вместо «прямого»). Участник должен записать названия только правильных узлов, прошедших через него. Каждый правильный ответ – 1 балл. Победитель определяется по наибольшей сумме набранных баллов.