

Департамент по физической культуре и спорту
администрации города Липецка
Муниципальное образовательное учреждение дополнительного образования
«Городской детско-юношеский центр «Спортивный»



Методическая разработка
Туристско-игровая программа
«Веселый рюкзачок»

(в помощь педагогам дополнительного образования)

Составитель:
Мезенцева Людмила Дмитриевна,
методист

Липецк, 2016

Пояснительная записка

Детский туризм является одной из наиболее эффективных оздоровительных технологий, способствующих формированию у подрастающего поколения потребности в здоровом образе жизни.

Цель программы: оздоровление детей и подростков, раскрытие и проявление их физических и творческих способностей; формирование у участников навыков организации оздоровительно-познавательного досуга с использованием основ туризма.

Задачи:

- познакомить с понятием «туризм», видами туризма;
- познакомить с правилами укладки рюкзака;
- познакомить с правилами установки бивака;
- дать элементарное представление о типах костра, научить выкладывать костры различных типов;
- познакомить со специальным туристским снаряжением

Данное мероприятие рассчитано на детей в возрасте 7-15 лет. Задействованное туристское снаряжение позволяет выбрать любое место для проведения данного мероприятия, будь то спортивный зал, дворовая площадка или парковый (лесной) массив. Мероприятие может быть организовано в форме эстафеты на отдельных этапах (станциях). Если предусмотрено прохождение по этапам (станциям), то необходимо составить маршрутные листы, в которых указаны названия этапов и порядок их прохождения.

На каждом этапе устанавливается контрольное время.

Оборудование

на 1 команду из 8 человек (если на этапе будут работать 2 команды)

1. Этап «Рюкзачок»

- рюкзак – 1 шт.
- коврик- 1 шт.
- спальник-1 шт.
- каска -1 шт.
- стаховочная система- 1шт.
- котелок – 1шт.
- кружка -1 шт.
- фонарь – 1 шт.

2. Этап «Палатка» (дуговая) – 1 шт.

3. Этап «Лассо»

- Веревка- 10 м
- конус

4. Этап «Карабинчик»

- Веревка- 5 м.
- Карабин- 8 шт.

5. Этап «Веселое ориентирование»

Набор для ориентирования (призмы, компостеры, колы, номер контрольных пунктов)

Или фломастеры, призма из ватмана, номер контрольного пункта.

6. Этап «Костры»

Образцы костров

Дрова

7. Этап «Крокодил»

Рюкзак

Спальник

Аптечка

Левый ботинок

Рукавицы

Карточка с заданием

Примерное задание

«Возьмите рюкзак, положите в него спальник, аптечку, левый ботинок (кроссовок), правую рукавицу. Отдайте рюкзак с вещами своему судье. Встаньте по росту и поднимите правую руку».

8. Этап «Напутствие»

Вырезать листочки кленовые дубовые на некоторых надо написать словосочетания

Добрым быть совсем не просто,

Но для тех, кто не велик,

И для тех, кто выше ростом,

Сердце добрым

быть

велит

Ход мероприятия

Ведущий 1: Добрый день участникам и всем гостям! Сегодня мы предлагаем совершить вам увлекательнейшее путешествие в мир туризма. Туризм – это походы по родному краю, увлекательные путешествия и экскурсии по стране. В походе люди учатся преодолевать препятствия различной сложности, готовить пищу, разбивать лагерь, оказывать помощь товарищу. Походная жизнь сближает людей. Говорят, туристы живут лет на десять больше тех, кто мир видит только с экрана телевизора.

Ведущий 2: Слово «туризм произошло от французского «путешествие», а путешествовать можно по-разному. На территории нашего края можно заниматься различными видами туризма: водным туризмом, вело-, мото- и автотуризмом, горным туризм, лыжным, пешеходным.

Ведущий 1: Туристы – это самые дружные и общительные люди. Они легко знакомятся и принимают в свой круг новичков. А поскольку, вы, ребята, новички, давайте познакомимся.

Представление команд (название, девиз)

Ведущий 1: Ребята, без какого важного предмета туристского снаряжения поход не состоится? Правильно без рюкзака. Рюкзак — это верный друг любого туриста. Походный дом, который всегда рядом. Туристу приходится несколько раз в день собирать и разбирать его. Укладка рюкзака — это целая наука. Постичь некоторые ее азы мы попробуем сейчас.

Ведущий 2: И для начала, поиграем.

Что в поход с собой возьмём,
Если мы туда пойдём?
Очень быстро отвечайте,
Но смотрите, не зевайте!
Называю я предмет,
Он подходит или нет?
Если "да" - в ладоши хлопни,
Если "нет" - ногою топни,
Только сильно не пыли.
Все понятно? раз, два, три...

Котелок, ~~утюг~~, расчёска,
~~Пылесос~~, верёвка, ~~ежека~~.
~~Вездеход~~, бинокль, ~~духи~~,
~~Две заезженных блохи~~,
Носовой платок, подушка,
~~Дасты~~, мяч, ~~коньки и клюшка~~,
Молоток, кусачки, нож,
Ну, а соль с собой возьмёшь?
Спички, гвозди, сала шмат -

Вот и собран наш отряд.

Молодцы!

Ведущий 1: Для того чтобы отправиться в поход, нам нужно собрать необходимое снаряжение в рюкзаки. Рюкзаки в дальнейшем при прохождении других этапов будут служить вам эстафетными палочками.

Этап «Рюкзачок». Первый участник с пустым рюкзаком бежит к обручу, в котором рассыпаны разные предметы. Его задача: взять только один предмет, который может пригодиться в походе, положить его в рюкзак, вернуться к команде и передать рюкзак следующему игроку, который выполняет такое же задание. Внимание, в обруче есть лишние предметы, которые не понадобятся нам в походе, проявите мышление и смекалку.

Или другой вариант

Этап «Рюкзачок». Задача команды - собрать рюкзак из предложенных предметов снаряжения. От линии старта до фишки участники команды переносят по одному предмету и складывают в рюкзак. В конце рюкзак должен быть собран, застегнут. Последний участник приносит собранный рюкзак на место финиша.

Ведущий 1: Рюкзаки наши собраны, можно теперь отправиться в увлекательное путешествие. В походе на маршруте встречаются различные препятствия, которые туристы учатся преодолевать.

Ведущий 2: Первое препятствие на нашем пути – это болото. Необходимо переправиться через него при помощи туристских ковриков.

Этап «Переправа». Команда должна преодолеть обозначенный маршрут с помощью туристских ковриков. При заступе за коврик любого участника команда начинает прохождение маршрута сначала. За прохождения всего маршрута (туда-обратно) команда получает 8 баллов.

Ведущий 1: А вы знаете, что для того, чтобы их преодолеть овраги, ручьи требуется веревка и специальное снаряжение (страховочные системы, карабины). Предлагаем вам пройти этап «Карабинчик» и познакомиться с этим снаряжением.

Этап «Карабинчик». Участники команды от линии старта до фишки по очереди переносят по одному карабину и пристегивают их к веревке. Затем в том же порядке они возвращают карабины на место старта.

Ведущий 2: В походе для организации перехода через естественные препятствия (овраг, промоины требуются навыки закрепления веревки за опору (дерево). В связи с этим предлагаем пройти следующий этап.

Этап «Лассо».

Каждому участнику команды необходимо набросить лассо (петлю из веревки) (3 попытки) на условную цель.

Ведущий 1: Владеть навыками ориентирования важно для каждого человека, а для туриста особенно необходимы в походе. Предлагаем вашему вниманию

Этап «Веселое ориентирование». На данном этапе команде необходимо войти в ограниченный квадрат. Из букв, прикрепленных к стойкам или стульям, либо деревьям с компостерами или фломастерами, в уме составить слово. Отметить в личной карточке компостерами или фломастерами все буквы слова по порядку. Отдать карточку судьбе на выходе с этапа.

Ведущий 2 Туристы часто употребляют слово-бивак. Что же это такое? Бивак -это место расположения людей на отдых и ночёвку в условиях природной среды. Следующий этап связан с одним из элементов обустройства бивака - палаткой.

Этап «Палатка».

Команда складывает и устанавливает палатку типа « дуговая» и оборуудует два спальных места.

Ведущий 1 До места стоянки мы с вами, благополучно добрались, бивак обустроили, а что нам поможет согреться и вкусно поужинать? Отгадайте загадку.

На привале нам помог
Суп сварил, картошку испек,
Для похода он хорош
Да с собою не возьмешь.
(костер)

Ведущий 2: Как правило, на природе туристы разводят костер либо для приготовления еды, либо для освещения, в редких случаях для того, чтобы подать знак. Различают следующие типы костров: пламенные, жаровые и дымовые. Наиболее часто используемые туристами –это такие , как «шалаш», «звезда», «нодья», «колодец», «таежный», каждый из них имеет свое назначение. Теперь вам предстоит научиться выкладывать различные типы костров, используя поленья. В этом вам поможет рисунок-образец.

Этап «Костры». Участники команды складывают типы костров по образцу. Каждый участник по очереди имеет право отнести и «уложить в костер» только одно полено.

Ведущий 1 Туристы – это команда дисциплинированных и организованных людей. Каждый член коллектива отвечает за определенный круг обязанностей. Взаимопонимание среди туристов – главный критерий успеха любого похода. Давайте проверим, как вы понимаете друг друга. Представьте себе, что вы стоите на берегу бурлящей горной реки, а на другом берегу стоит ваш капитан. Ему нужно вам сообщить важную информацию, но вы его не слышите. Тогда он при помощи жестов вам пытается передать эту информацию. И сейчас мы вам предлагаем поиграть в игру «Крокодил».

Этап «Крокодил». Участвует все команда. За установленное время один участник команды, находящийся на расстоянии от остальных участников, должен передать информацию, предложенную судьей, при помощи жестов (без использования голоса) своей команде.

Ведущий 2. Наше путешествие подходит к концу, и нам пора отправляться домой. Но мы с вами должны помнить правила поведения на природе и знать, что, уходя, туристы должны навести вокруг себя порядок.

Этап «Напутствие».

Команде нужно собрать листочки со словосочетаниями и составить напутствие всем, кто отправляется в поход.

Добрым быть совсем не просто,
Но для тех, кто не велик,
И для тех, кто выше ростом,
Сердце добрым быть велит.

(Капитаны сдают маршрутные листы. Подводятся итогов.)

(В данный момент можно провести музыкальную разминку или игру со зрителями.)

Игра со зрителями «Дождь»

Когда я скажу: «Упала одна капля» вы хлопаете в ладоши один раз;

«Упало две капли» - два раза;

«Упало три капли» - три раза;

«Пошёл дождь» - просто хлопаете в ладоши

«Дождь усиливается, усиливается, усиливается, пошёл сильный ливень».

Вот такими аплодисментами встречайте наших участников.

Жюри объявляет итоги путешествия, подчеркивая старания детей и болельщиков. Проводится награждение.

Ведущий1. Сегодня, ребята, вы немного окунулись в многогранный, интересный, полный впечатлений мир туризма. Конечно же, мы с вами прикоснулись только лишь к тысячной доле этого необыкновенного увлечения. Пусть сегодняшний день запомнится вам и для многих из вас станет точкой отсчета к активному, здоровому образу жизни. После того как вы прошли все наши испытания, вы вправе называться туристами. В знак этого мы вам дарим веселые рюкзаки! (картинки).

Ведущий2:

Всем спасибо за вниманье,

За задор и звонкий смех,

За азарт соревнования,

Обеспечивший успех.

Вот настал момент прощанья,

Будет краткой моя речь.

Говорю всем «до свидания»,

До счастливых новых встреч!

Список использованной литературы

1. *Козлова Ю.В., Ярошенко В.В.* Полевой туристский лагерь школьников: Для организаторов школьного туризма и краеведения. - М.: Издат-Школа, 1997.

2. *Константинов Ю.С.* Туристские слеты и соревнования учащихся. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2000.

3. *Константинов Ю.С., Куликов В.М.* Педагогика школьного туризма. - М.: ЦДЮТК МО РФ, 2002.

4. *Куликов В.М.* Походная туристская игротка. - Сб. 2. - М., 1991.

5. *Куликов В.М., Ротштейн Л.М.* Школа туристских вожаков. - М.: Владос, 1999.

<http://www.prodlenka.org/scenarii-prazdnikov.html> (образовательный портал)

Образец

МАРШРУТНЫЙ ЛИСТ

Команда _____

Порядок прохождения этапов	Названия этапов	1 участник	2 участник	3 участник	4 участник	5 участник	6 участник	7 участник	8 участник	Всего баллов на этапе	Роспись судьи
1	«Рюкзачок»										
2	«Костры»	1	2	3	4	5					
3	«Веселое ориентирование»										
4	«Палатка»										
5	«Карабин»										
6	« Лассо»										
7	«Переправа»										
8.	«Напутствие»										

«Веселое ориентирование»

Маршрут будет зависеть от количества поставленных контрольных пунктов.

Маршрут №1

2 → 6 → 10 → 8 → 7 → 3

--	--	--	--	--	--

Маршрут №2

1 → 4 → 12 → 10 → 2 → 5

--	--	--	--	--	--

Маршрут №3

4 → 1 → 11 → 9 → 3 → 6

--	--	--	--	--	--

Типы костров



