

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Центр детского и юношеского туризма и экскурсий» г. Брянска

Муниципальный этап областного конкурса методических материалов
среди педагогических работников учреждений дополнительного
образования

Номинация:

***«Методическая разработка» туристско-краеведческой
направленности***

Тема: Конспект занятия

«Знакомство с новым видом деятельности «Спортивный туризм,
дистанции пешеходными»

Автор:

Шувалов Евгений Валерьевич,
педагог дополнительного образования
МБУДО «ЦДиЮТиЭ» г. Брянска
год разработки 2017

г. Брянск

2020 г.



Данная методическая разработка предназначена для тренеров-преподавателей, педагогов дополнительного образования, преподавателей профильных классов (спасатель, кадетов, туристов), имеющих необходимую педагогическую и туристско-спортивную подготовку (средняя туристская подготовка, опыт участия в категорийных походах).

При подготовке разработки учтены следующие разделы образовательной программы «Спортивный туризм, дистанции пешеходные»: специальная подготовка (спортивный туризм, дистанции пешеходные), подготовка к походу (туристский быт), спортивное ориентирование, общая физическая подготовка. Использовались материалы программ «Спортивное ориентирование», «Пешеходный туризм».

Содержание

| | |
|--|----|
| Введение | 4 |
| Конспект занятия | 6 |
| Заключение..... | 12 |
| Список литературы и интернет – источников..... | 13 |

Введение

Новизна. Туризм как один из популярных видов отдыха является важным фактором оздоровления человека, повышения его творческой активности.

Детско-юношеский туризм в России – это массовое движение учащихся. История за многие годы накопила опыт, позволяющий эффективно использовать различные формы туристско-краеведческой деятельности с целью развития интеллекта, укрепления здоровья, развития коммуникативных способностей учащихся. Туристские слеты и соревнования предоставляют детям возможность свободного общения со сверстниками, приобретению навыков самостоятельной деятельности, способствуют изучению Родины.

С развитием спортивного туризма в силу специфичности содержания этой деятельности возникла потребность в программно-методическом обеспечении воспитательно-образовательного процесса, отборе эффективных технологий и процессов подготовки спортсменов и команд туристского многоборья, и вместе с тем гармоничного развития личности учащегося.

Направленность программы на адаптацию ребенка к процессам, протекающим в современном обществе, его социализацию в условиях современной жизни; дает профориентационные знания по профессии спасатель, пожарный, высотник, что может стать определяющим в выборе обучающимся своей будущей профессии. Юношей готовит к службе в рядах вооруженных сил России.

Целью данной программы является создание условий для обучения, воспитания, развития и оздоровления детей, в процессе занятий спортивным туризмом, характерным компонентом которого является учебно-тренировочное занятие, путешествие, соревнование, учебно-познавательные игры с элементами туризма.

Данная цель, прежде всего, отражает то, что в туристской деятельности должны интегрироваться такие основные аспекты воспитания, как нравственный, трудовой, физический, патриотический, интеллектуальный, эстетический, экологический.

Программа направлена на решения следующих задач:

предметные:

- развитие технического и тактического мастерства участников соревнований по спортивному туризму, спортивному ориентированию, поисково-спасательным работам;
- обучение обеспечению безопасности в спортивных туристских походах и соревнованиях;
- обучение практическим навыкам спортивного туризма.

метапредметные:

- развить коммуникативные умения и навыки, обеспечивающие совместную деятельность в группе, микрогруппе;
- обучение жизненно важным умениям и навыкам, необходимым для выживания в экстремальных условиях;

личностные:

- воспитание волевых качеств: целеустремленности, настойчивости и инициативы, ответственности, товарищества и взаимовыручки;
- создание условий для формирования у обучающихся устойчивого интереса к систематическим занятиям спортивным туризмом;
- социального и профессионального самоопределения;
- формирование бережного отношения к природе.

Конспект занятия

«Знакомство с новым видом деятельности «Спортивный туризм, дистанции пешеходными»

Цель занятия: Познакомить с новым видом деятельности - «Спортивным туризмом, дистанциями пешеходными».

Задачи занятия:

- Дать представления о новом виде деятельности, новых умениях и навыках;
- Формирование интереса к данному виду деятельности
- Способствовать сплочению детской группы, формирование потребностей во взаимовыручке, ответственности за принятые решения.

Необходимое оборудование: проектор, слайды, экран, (шторы затемнения). Школьная доска. Магниты.

Специальное снаряжение: страховочная система, блокировка, веревка основная (3 штуки), карабины, каска, жумар, спусковое устройство «восьмёрка».

Заготовки на листах – название разделов:

«Специальная подготовка по спортивному туризму», «Походная подготовка. Турбыт», «Спортивное ориентирование», «Общая и специальная физическая подготовка».

Рисунки на ватмане: рюкзак, компас, карабин.

Заготовки на листах – перечень умений (для вывешивания на доске):

1. Организация турбыта, Оказание доврачебной помощи, Движение на маршруте.
2. Чтение карты, Ориентирование по сторонам горизонта, Работа с компасом.
3. Надевать систему, работать с веревкой, вязать узлы, преодолевать естественные и искусственные препятствия.

Раздаточный материал: разрезанные карта–схемы класса 6 шт., карточки с буквами слова «Компас», конверты – 6 шт., подставки (каждому), стилизованные поленья (сделаны из цветной самоклеющейся бумаги).

Тип занятия: объяснение нового материала.

Литература:

План урока

| | |
|--|----------------------------------|
| <p>I Организационный момент. П: Здравствуйте ребята. Мы с вами видимся впервые и для того чтобы познакомиться, узнать друг друга давайте поиграем в игру «Расскажу вам о себе». Но в начале посмотрите, перед вами лежат полоски бумаги, в виде поленьев. Вам необходимо написать свое имя и приклеить это «полено» на подставку, которая стоит у вас на столе. А теперь я объясню правила игры. Каждый можно не вставать по очереди отвечает на вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none">1. Как тебя зовут? | <p>Продолжительность игры 3-</p> |
|--|----------------------------------|

| | |
|---|--|
| <div style="text-align: center; border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> Спортивный туризм, дистанции пешеходные. </div> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; width: 20%;"> Походная подготовка Турбыт. </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; width: 20%;"> Спортивное ориентирование </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; width: 20%;"> Специальная подготовка по спортивному туризму </div> </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-top: 10px;"> Общая и специальная физическая подготовка </div> | <p>Педагог наклеивать название на доску названия разделов программы. Мелом вычерчивает стрелки</p> <p>Краткий ответ 2-3 учащихся</p> <p>Педагог обобщает ответы и вывешивает на доске рюкзак (нарисованный на бумаге) под разделом «походная практика». На рюкзак вывешивает основные навыки «походной подготовки».</p> <p>Педагог раздает конверты с фрагментами карты.</p> <p>Педагог ходит и помогает ребятам работать</p> <p>Ребята ищут условный клад</p> |
| <p>П: Где как не в походе с нами может произойти любая экстремальная ситуация, которая в повседневной жизни никогда не случится.</p> <p>- Как вы думаете, почему люди ходят в походы, для чего они нужны?</p> <p>П: Походы – это школы жизни, где в концентрированном виде собраны многие жизненные ситуации. Путешествуя, мы наблюдаем, открываем что-то новое, познаем природу и себя. Именно условия туристского похода создают обстановку для проявления человеком многих нравственных и волевых качеств личности: дружбы, взаимовыручки, организованности, дисциплинированности, смелости, стойкости, ответственности, и чувства долга</p> <p>Хочу вам показать и рассказать о своем походном опыте.</p> <p>П: И вообще главное в туризме преодолеть себя - свои страхи, свои сомнения. Но чтобы их преодолеть необходимо пополнять «багаж знаний»</p> <p>- как вы думаете, чему можно научиться в походе?</p> <p>Ответы учащихся.</p> <ul style="list-style-type: none"> - организовывать туристский быт - двигаться по маршруту - оказывать доврачебную помощь - ориентироваться на местности <p>П: Одно из выше перечисленных умений для туриста является ключевым, основным – это умение ориентироваться на местности. Без этого умения не будет успешен не один поход.</p> <p>Итак, для того чтобы вы немного познакомились с этим «ключевым» навыком, я предлагаю вам путешествие за кладом. Путешествовать мы будем, не выходя из класса.</p> <p>- любое путешествие бессмысленно без чего?</p> <p>Ответ учащихся.</p> <p>П: Да, ребята, без карты. В розданных вам конвертах лежат фрагменты карт, вам необходимо собрать ее (это как игра в</p> | |

| | |
|---|--|
| <p>пазлы)</p> <p>П: Карта собрана – это карта нашего класса обратите внимание у каждого на карте нарисован крестик. Крестик указывает, то место где спрятан условный клад. Ваша задача как можно быстрее найти его. Найденный клад «положить на мой стол»</p> <p>П: Вы собрали свой клад – букву теперь надо собрать слово из букв.</p> <p>П: Какое слово получилось? КОМПАС</p> <p>П: Компас - это основной прибор с помощью, которого турист ориентируется на местности. И мы с вами научимся им пользоваться.</p> <p>Давайте сформулируем вместе с вами ответы на вопросы (игра наша, я думаю, была вам подсказка).</p> <p>- что нужно знать, для того, чтобы уметь ориентироваться?</p> <p>Перечень основных умений</p> <ul style="list-style-type: none"> - читать карту - ориентироваться по сторонам горизонта - работать с компасом <p>П: Все эти знания умения мы с вами освоим, пройдя раздел «Спортивное ориентирование».</p> <p>Остался последний раздел «Специальная подготовка». Эти самый сложный интересный раздел программы.</p> <p>Познакомимся с ним мы следующим образом я для вас подготовил вы ставку специального туристского снаряжения. Некоторые вещи вам знакомы, некоторые вы увидите впервые. Но знакомится с «экспонатами выставки» мы будем не обычным способом.</p> <p>П: Я называю характеристики, какого-либо предмета, лежащего на столе, зачитываю по одному предложению, если никто не догадался, продолжаю далее давать характеристику. Кто догадался, что это за предмет должен поднять руку (не называя предмет и не выкрикивая с места). После участник подходит к столу и берет указанный предмет в руки, демонстрируя его всем.</p> <p>Мне необходим помощник, поскольку все угаданное снаряжение мы оденем на него, и вы посмотрите, что из этого получится</p> <p>Перечень экспонатов:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Страховочная система. 2. Карабин. 3. Каска. 4. Жумар. 5. Спусковое устройство «восьмёрка». 6. Веревка. <p>- страховочная система</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Индивидуальное снаряжение туриста. 2. Позволяет в случае срыва спортсмена зависнуть ему на веревке. 3. Служит для быстрого и надежного присоединения спортсмена к веревке. 4. Изготавливается из плетеной ленты или капроновых | <p>Ребята у стола педагога собирают слово</p> <p>Педагог вывешивает под разделом спортивное ориентирование название основных умений.</p> <p>Педагог заранее выкладывает снаряжения, которые накрывает материей. После материя убирает</p> <p>Педагог выбирает помощника. По мере угадывания предметов надевает снаряжения на участника (ТЕМП).</p> <p>Педагог демонстрирует экипировку участника.</p> <p>Подсказывает, что участники команды могут друг другу помогать в закреплении снаряжения.</p> |
|---|--|

ремней.

5. Подразделяется на грудную обвязку, «беседку» и блокировку основной веревки.

- **карабин**

1. Используется, как элемент крепления для быстрого соединения веревок с другими элементами туристского снаряжения.
2. Изготавливается из высокопрочных титановых и дюралюминиевых сплавов, стали.
3. Разъемное металлическое звено, овальное, треугольной и другой формы.
4. Они снабжены специальными замками – муфтами

- **каска**

1. Предмет, обеспечивающий безопасность каждого участника соревнований, сложных походов.
2. Участник обязан находиться в ней при прохождении этапов соревнований.
3. Обязательно оборудовано амортизирующим устройством и подбородочным крепежом.

- **жумар**

1. Используется, для подключения к перилам во время подъёма по склону.
2. Изготавливается из высокопрочных сплавов, стали.
3. Предотвращает от проскальзывания по верёвке и падения туриста.
4. Они снабжены специальными кулачками с зубцами.

- **спусковое устройство «восьмёрка»**

1. Используется, как элемент крепления к верёвке для спуска по верёвке.
2. Изготавливается из высокопрочных титановых и дюралюминиевых сплавов, стали.
3. Неразъёмное металлическое звено, по форме напоминающее восьмёрку.
4. Крепится к страховочной системе посредством карабина.

- **верёвка**

1. Является основным техническим средством для страховки в туристском походе или на соревнованиях.
2. Используются для наведения искусственных переправ через реки овраги, перил при прохождении бревна.
3. Их транспортируют смотанными в кольца для переноски через плечо или в рюкзаке.
4. Изготавливаются из синтетических пряжей, волокон.

П: Вот так будет выглядеть ваша «рабочая форма» для участия в тренировке, соревнованиях.

П: Вы с вами не только поближе познакомимся с вами туристским снаряжением, но и научимся его правильно и грамотно использовать при преодолении естественных и искусственных препятствий. Поэтому, для того чтобы нам освоить раздел «Специальная подготовка» необходимо научиться:

Перечень основных умений

- Надевать систему и работать в ней

- работать с веревками, карабинами и т.д.
- преодолевать естественные препятствия

III Подведение итогов

П: Вот мы с вами и познакомились с содержанием программы «Спортивный туризм, дистанции пешеходные». И хочу задать вам вопрос:

- как вы думаете, что является символом дружбы, единения у туристов

Ответы учащихся.

П: Символом единения и дружбы у туристов – костер и я хочу закончить наше сегодняшнее занятие сооружением символического костра, который будет является символом единения нашей группы и главное нашей совместной деятельности это то, что все что мы с вами будем делать, приносило вам удовольствие, радость, желание жить именно так, а не иначе.

П: У вас на подставках приклеены «поленца», на которых наклеены ваши имена. Давайте выйдем к доске по очереди и «соорудим» из них костер.

Зажечь этот костер помогу вам я.

Но подпитывать пламя этого костра, чтобы оно не погасло, поможет мне ваши стремления, ваше творчество, ваша любознательность, ваше желание познать все не изведенное, в том числе самого себя.

Всем спасибо. Занятие закончено. До свидания.

Педагог вывешивает под разделом «Специальная подготовка» название основных умений

Участники выходят и наклеивают поленья на доску
Педагог наклеивает «пламя» над поленьями

Заключение:

Данная методическая разработка позволит педагогу, тренеру, максимально подробно ознакомить с новым видом деятельности, для желающих заниматься спортивным туризмом в объединениях учреждений дополнительного образования. Ознакомившись рамках одного занятия со спортивным туризмом, ребёнок сможет иметь представление о том, чем он будет заниматься в объединении нескольких лет.

Список литературы и интернет – источников:

1. Дрогов И.А. Программа для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-спасатели 2004 г.
2. Под ред. Ю.С. Константинова, автор И.И. Махов. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные туристы-многоборцы, 2007 г.
3. Константинов Ю.С. Программы для системы дополнительного образования детей. Юные судьи туристских соревнований, 2001 г.
4. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие – 2-е изд., стереотип. – М.: ФЦДЮТиК, 2008 г. - 600 с., ил.
5. Кошельков С.А. «Обеспечение безопасности при проведении слетов и туристских соревнований учащихся» - М.: ЦДЮТ МО РФ, 1997.