

Министерство просвещения Российской Федерации
Омский государственный педагогический университет

И. В. Крайнов

**СПОРТИВНЫЙ ТУРИЗМ
В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЯХ:
Настольная игра «В поход! На своих двоих»
как элемент теоретической подготовки
к туристическому походу**

Учебно-методическое пособие

Омск
Издательство ОмГПУ
2020

УДК 796.5
ББК 75.81
К77

Печатается по решению редакционно-издательского совета Омского государственного педагогического университета

Рецензенты:

В. Н. Демешко, канд. геогр. наук, доцент
Омского государственного университета путей сообщения;
С. В. Писаренко, канд. геогр. наук, доцент Ленинградского
государственного университета им. А. С. Пушкина

Крайнов, И. В.

К77 Спортивный туризм в образовательных организациях: Настольная игра «В поход! На своих двоих» как элемент теоретической подготовки к туристическому походу : учеб.-метод. пособие / И. В. Крайнов ; под ред. Л. В. Азаровой. — Омск : Изд-во ОмГПУ, 2020. — 76 с.

ISBN 978-5-8268-2272-2

Пособие включает теоретический и методический материал по дисциплине «Спортивный туризм в образовательных организациях», тематику вопросов и практических заданий для самостоятельной работы студентов. Также предлагаются контрольные вопросы и даются рекомендации по развитию навыков самостоятельной работы у студентов, обучающихся по направлению «Педагогическое образование» (профили: «Географическое образование», «География и Безопасность жизнедеятельности», «География и Биология»).

Данное пособие также может быть полезно педагогам дополнительного образования, преподавателям физического воспитания, инструкторам по спортивно-оздоровительному туризму, воспитателям дошкольных учреждений, студентам географических и негеографических специальностей.

УДК 796.5
ББК 75.81

ISBN 978-5-8268-2272-2

© Крайнов И. В., 2020
© Омский государственный
педагогический университет, 2020

ПРЕДИСЛОВИЕ

Дисциплина «Спортивный туризм в образовательных организациях» является курсом по выбору, относящимся к вариативной части программы бакалавриата 44.03.05 «Педагогическое образование» — «Географическое образование», «География и Безопасность жизнедеятельности», «География и Биология».

Цель дисциплины по выбору — сформировать общее представление о спортивном туризме и дать специальные знания в области спортивного туризма.

Предметом изучения являются терминологическая и методологическая составляющие теоретической подготовки студентов по спортивному туризму.

Исходя из цели, предмета изучения перед обучаемыми ставятся следующие задачи:

- знать теоретическое содержание дисциплины;
- уметь организовывать бивак;
- уметь осуществлять передвижение на местности в условиях туристического похода, используя методы ориентирования;
- освоить методы работы с компасом и картой, а также методы измерения расстояний, необходимых для определения местоположения или передвижения в желаемую точку местности.

В результате изучения дисциплины студент должен овладеть знаниями, умениями и навыками в рамках формирующихся компетенций ОК2 и ПК-9.

Представленное учебно-методическое пособие позволяет реализовать поставленные цель и задачи дисциплины, овладеть вышеуказанными компетенциями в процессе теоретической подготовки туриста.

Изучать туризм в вузе, школе и детском саду непросто. Ощущается недостаток актуальных комплексных учебных пособий. Данная систематизированная информационная база необходима на семинарах, практикумах, на аудиторных и внеаудиторных занятиях.

В 2018 году методистом БОУ ДО г. Омска «Станция юных туристов» и ассистентом кафедры географии и методики обучения географии Омского государственного педагогического университета Иваном Владимировичем Крайновым была разработана настольная игра «В поход! На своих двоих».

Игра представляет собой модель пешеходного туристического похода продолжительностью 7 дней с заброской, преодолением двух перевалов, реки, бурелома, зарослей, болота, выполнением заданий и биваками по окончании каждого ходового дня, а также форс-мажорами, находками и бонусами — всего 26 событий.

В каждом событии предусмотрено шесть вариантов развития ситуации, что в свою очередь позволяет сделать игру более разнообразной и неповторимой при каждом следующем прохождении «похода».

Настольная игра объединяет теоретические знания об организации бивака, преодолении перевалов, рек, болот, буреломов, проведении дневки, использовании компаса и топографической карты, применении международных сигналов бедствия и оказания доврачебной помощи.

Игра прошла успешную апробацию в 2018/19 учебном году на занятиях с детьми 5–7 лет по программе дополнительно образования «Академия дошкольного туризма», с детьми 11–14 лет по программе «Пешеходный туризм» в БОУ ДО г. Омска «Станция юных туристов», а также со студентами 3-го курса естественно-научного факультета Омского государственного педагогического университета при освоении учебной дисциплины «Спортивный туризм в образовательных организациях».

Для проверки знаний и умений в пособие включены вопросы, которые могут быть использованы для текущего и итогового самоконтроля по представленным темам. Учителям, воспитателям, педагогам и студентам для выполнения самостоятельной работы предложен список рекомендуемой литературы.

Основным критерием оценки уровня освоения дисциплины может служить успешное применение полученных знаний на практике в период проведения походов выходного дня, туристических

слетов, экстрим-походов и других спортивно-туристических мероприятий.

Все критические замечания и предложения по данному учебно-методическому пособию просим высылать по адресу: kivsib@mail.ru или milazar55@yandex.ru

По вопросу приобретения настольной игры «В поход! На своих двоих» обращаться по адресу: kivsib@mail.ru.

*Л. В. Азарова, канд. геогр. наук, доцент,
зав. кафедрой географии и методики обучения географии
Омского государственного педагогического университета*

ТЕРМИНОЛОГИЧЕСКИЙ СЛОВАРЬ

Азимут — угол между направлением на север и направлением на какой-либо заданный предмет.

Аптечка — набор перевязочных материалов, инструментов и приспособлений, предназначенных для оказания первой помощи. Может также содержать лекарственные средства для оказания медикаментозной помощи и медицинской помощи.

Бивак — оборудованное место расположения людей на отдых (дневку, ночевку и т. д.) в условиях естественной природной среды.

Болото — участок ландшафта, характеризующийся избыточным увлажнением, повышенной кислотностью и низкой плодородностью почвы, выходом на поверхность стоячих или проточных грунтовых вод, но без постоянного слоя воды на поверхности.

Брод — мелкое место поперек реки или озера, удобное для перехода.

Бурелом — деревья, поврежденные после бури.

Валежник — упавшие на землю в лесу стволы деревьев или их части: сучья, ветви, сухие и гниющие.

Веревка страховочная — специальная веревка с особыми динамическими и прочностными качествами, применяемая в туризме для страховки туриста.

Горелка газовая — устройство, обеспечивающее устойчивое сгорание топлива и возможность регулирования процесса горения. Используется для приготовления пищи в походных условиях.

Днёвка — остановка во время похода на целый день на одном месте для отдыха.

Заброска на маршрут — это способ доставки в определенную географическую точку туристов или их снаряжения, оборудования и продуктов в случае, если это невозможно сделать с помощью обычных рейсовых транспортных средств.

Заросли — густо разросшиеся растения.

Жумар — элемент снаряжения альпинистов, спелеологов, спасателей и скалолазов, применяемый в веревочной технике для

подъема по вертикальным перилам. Жумар представляет собой механический зажим кулачкового типа для подъема по веревке.

Каньон — глубокая речная долина с очень крутыми, нередко отвесными склонами и узким дном, обычно полностью занятым руслом реки.

Карабин альпинистский — быстродействующее соединительное звено между двумя предметами, имеющими петли. Карабин имеет форму скобы с пружинной защелкой.

Карта — изображение модели земной поверхности в уменьшенном виде, содержащее координатную сетку с условными знаками на плоскости.

Каска — шлем для защиты головы.

Коврик туристический — коврик, используемый для теплоизоляции между телом лежащего человека и почвой, а также для повышения комфорта сна туриста и предохранения спального мешка от влаги и повреждений.

Компас — устройство, облегчающее ориентирование на местности путем указания на магнитные полюса Земли и стороны света.

Котелок — небольшой металлический сосуд для еды, для варки пищи над огнем.

Маршрут туристический — путь перемещения туристов, определяющий последовательность посещения исторических и природных памятников, а также других мест, например остановок на привал.

Масштаб — отношение длины линий на карте или чертеже к действительной длине линий на местности.

Мешок спальный (спальник) — предмет походного быта, предназначенный для отдыха и сна.

Оборудование костровое — это котелки, хознабор и тротик.

Осыпь — нанос, образовавшийся путем осыпания горной породы, разрушающейся от выветривания.

Оттяжка на палатке — веревка диаметром 2–3 мм, необходимая для надежного закрепления палатки.

Палатка — временное жилище из ткани, быстро возводимая сборно-разборная конструкция, предназначенная для защиты от

неблагоприятных погодных условий и временного размещения и проживания людей.

Перевал — понижение в гребне горного хребта или массива. Перевалы служат местами наиболее легкого и удобного перехода из одной горной долины в другую.

Переправа навесная — метод преодоления протяженных препятствий (рек, каньонов, ущелий) при помощи веревки, каната или троса, закрепленного между двумя опорами по разные стороны от препятствия.

Перила туристические — основная веревка с закрепленными концами, часто применяется на опасных и труднопроходимых участках рельефа как средство групповой страховки.

Поляна заданий — поляна с заданиями для проверки теоретических и практических знаний на слете туристов.

Поход туристический — групповое или индивидуальное мероприятие, связанное с перемещением по туристскому маршруту в рекреационных, спортивных, познавательных целях.

Река — природный водный поток (водоток) значительных размеров с естественным течением по руслу (выработанному им естественному углублению) от истока вниз до устья, питающийся за счет поверхностного и подземного стока с его бассейна.

Ремонтный набор — это комплект инструментов и предметов, предназначенный для ремонта с целью поддержания или восстановления исправности или работоспособности изделия.

Решнур — статическая веревка диаметром 6–8 мм круглого сечения с защитной оплеткой.

Рюкзак туристический — специализированная сумка для длительной переноски на спине различных грузов.

Сигнал бедствия международный — международно признанное средство запроса помощи. Сигнал бедствия сообщает, что человеку, группе людей или транспортному средству угрожает смертельная опасность и требуется срочное оказание помощи.

Система страховочная — элемент скалолазного и альпинистского снаряжения, который спортсмен надевает на себя и к которому с помощью узла «восьмерка» или карабина крепится веревка.

Скала — каменная глыба с крутыми склонами и острыми выступами; выход каменных горных пород с крутыми или отвесными склонами и обычно остроконечными вершинами.

Снасть рыболовная — набор предметов, необходимых для ловли рыбы.

Тамбур в палатке — небольшое проходное помещение между дверями.

Тент — навес для защиты от солнца или непогоды.

Туризм — выезды (путешествия) посетителей в другую страну или местность, отличную от места постоянного жительства, на срок менее года с любой главной целью, кроме трудоустройства.

Узел туристический — способ соединения веревок, лент и другого перевязочного материала, в основе которого лежит их связывание или переплетение.

Условный топографический знак — система знаковых графических обозначений (знаков), применяемая для изображения на картах различных объектов и явлений, их качественных и количественных характеристик.

Устройство спусковое — специальное приспособление для спуска (дюльфера) по верёвке, применяемое в альпинизме и туризме.

Штаны ходовые — элемент одежды, используемый во время преодоления туристического маршрута.