

«Основы туризма»



Подготовил
Бикмуллин М.А.,
педагог
МБУ ДО ЦДП «Эдельвейс»

г. Серов, 2020г.

Что это – туризм?

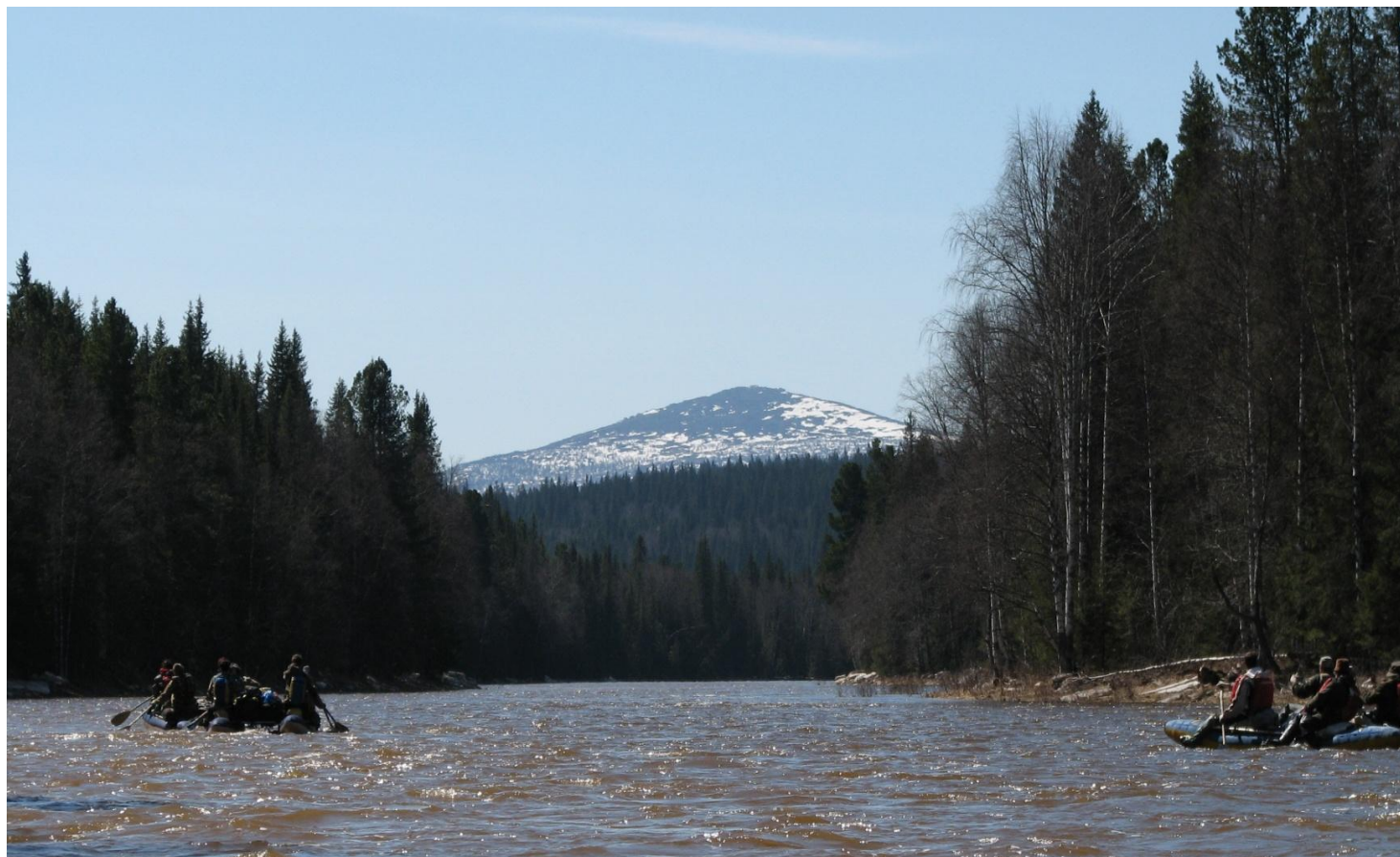
- Термин «туризм» встречается в античных источниках начала 19 века и обозначает экскурсии или путешествие, которое заканчивается возвращением к месту начала путешествия.
- Туризм- это экскурсии, походы, путешествия, в которых могут сочетаться активные действия с познавательными и образовательными целями.



Виды туризма



Водный туризм



Пеше-горный туризм



Что необходимо продумать:



- «Снаряжение». Что необходимо иметь с собой для успешного осуществления плана (мангал для пикника, спасжилет для сплава и т.д.)
- «Заброска-выброска» Как будете добираться до места и возвращаться.
- Как будете ориентироваться на местности.
- Что будете делать, если что-то случится (пожар, несчастный случай и т.д).
- Что необходимо знать и уметь для ответа на вышестоящие вопросы.

Проработка маршрута

Как
добраться,
как
вернуться

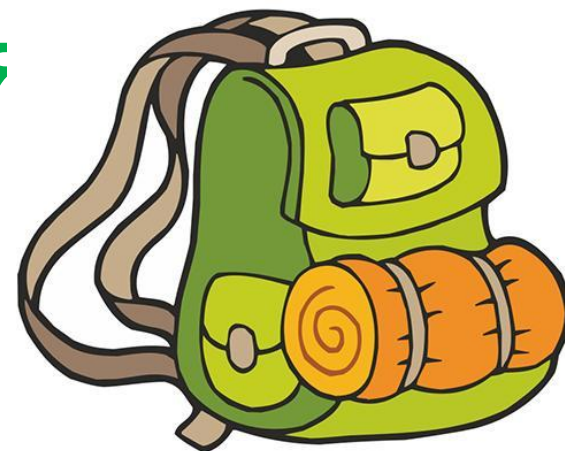
Цель:
Сплав по р. Малый Инзер
с преодолением порога «Айгир»



Поезд,
автобус
(заказной)

Необходимое снаряжение:
Катамаран, весла, спасжилеты, палатка,
СОБ, еда, вода (по желанию), средства связи
(идеал- спутниковый телефон или мощная
рация) на случай ЧП на «Айгире» (самое
опасное место сплава). Рядом ж/д станция.

Виды снаряжения



● **Общественное:**

Костровое (мангал, тренога, котлы, и т.п.)

Тент, палатка.

Еда, вода.

Аптечка (если у вас есть особые потребности :
руководитель должен об этом знать)

Сплавсредства (для водного туризма либо пикника у водоема),
верёвки.

● **Личное:**

Снаряжение обеспечения безопасности (СОБ): (обязательное) (спас жилет,
каска, «обвязка», и т.д)

Спальник, коврик, КЛМН (кружка, ложка, миска, нож)

Одежда +запасной комплект

Рюкзак

Рюкзаки

Что нужно знать, чтобы выбрать удачно:

- Цель- где и что вы будете носить.
- Объём (измеряется в литрах)- сколько всего в нём поместиться (для города:20-30л, для похода – 50-150л).
- Примерка - проверка правильного расположения на спине.
- «Развесовка»- укладка вещей для более комфортного переноса (самое тяжёлое –наверх!)

В зависимости от цели может подойти один из данных типов:

- Рюкзак имеет жёсткий каркас рекомендуется для учащихся младших классов.
- Городской рюкзак небольшого объёма (до 30 л), может быть жёстким.
- Штурмовой отличается от городского более сложной системой крепления (минимум, наличие пояса) и системами наружного крепления.
- Туристический рюкзак имеет в современном варианте анатомическое крепление (пояс, минимум), объём от 50 до 150л. Предназначен для длительных переносов груза.
- Транспортный - любой мешок с двумя лямками, не вошедший в один из выше приведённых типов.





HAGLOFS ROC RESCUE 40L



Примерка рюкзака

Примерять рюкзак следует только в наполненном состоянии, (хоть бумагой) если будет реальный вес - идеально.

Обратить внимание: лямки и рюкзак не давят и не мешают шее, пояс при фиксации садится на тазобедренную кость.

Верх рюкзака не должен начинаться ниже лопаток!

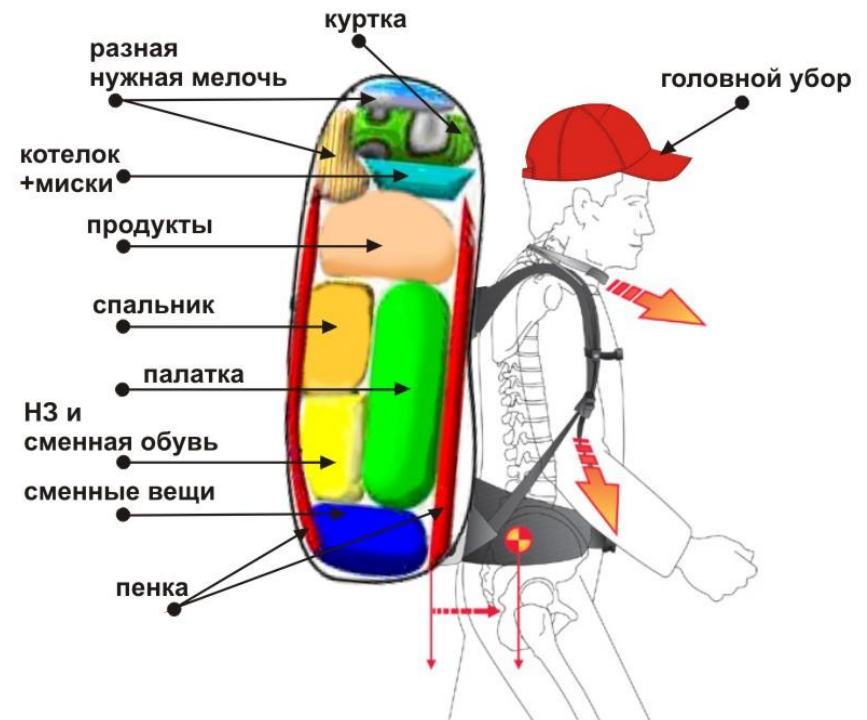


Развесовка

- На картинке слева обозначена правильная развесовка: гири обозначают тяжелые предметы, пёрышко, соответственно, лёгкие.
- На второй – вариант укладки



ТУРИСТ В РАЗРЕЗЕ



Чтобы поход был удачным, он
должен быть безопасным!
Не заблудиться в лесу помогут
здравый смысл и компас!))

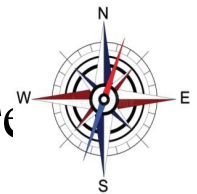




Компас



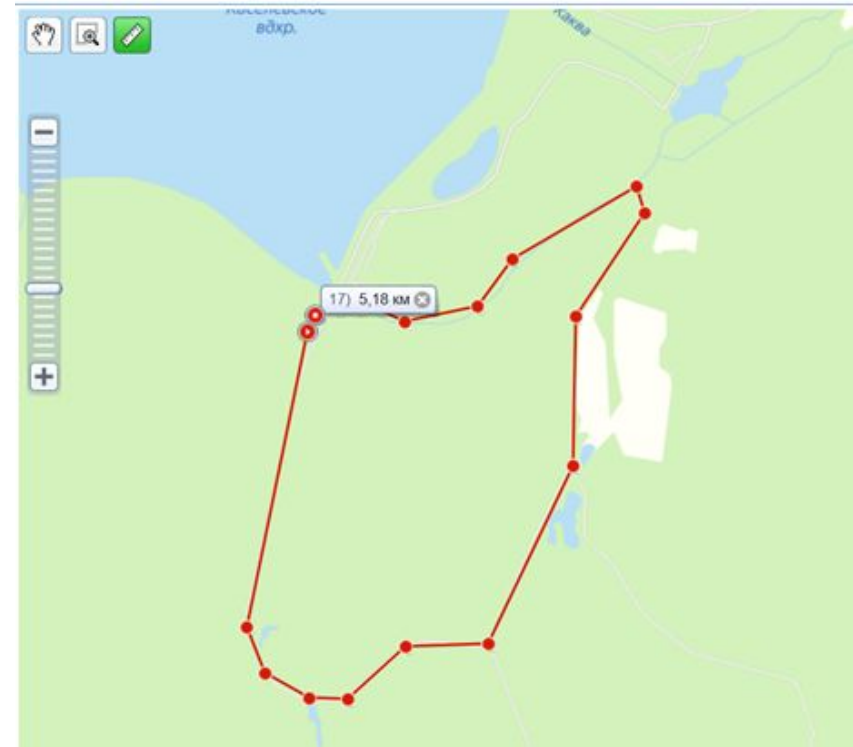
- Стрелка компаса всегда показывает на север.
- **Как пользоваться** : перед тем, как войти в лес, положите компас горизонтально, подальше от железных вещей, запомните соотношение направления предполагаемого маршрута к северу. Если при попытке вернуться, чувствуете, что идете не туда, то снова воспользовавшись компасом, вы сможете определить верное направление - противоположное первоначальному маршруту. Сверяясь каждые 15 мин с компасом можно выйти на один из линейных ориентиров на карте которыми мы сейчас познакомимся.



Карта местности.

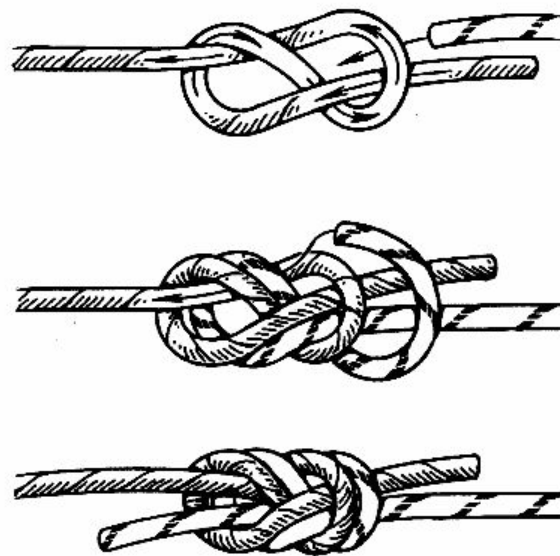
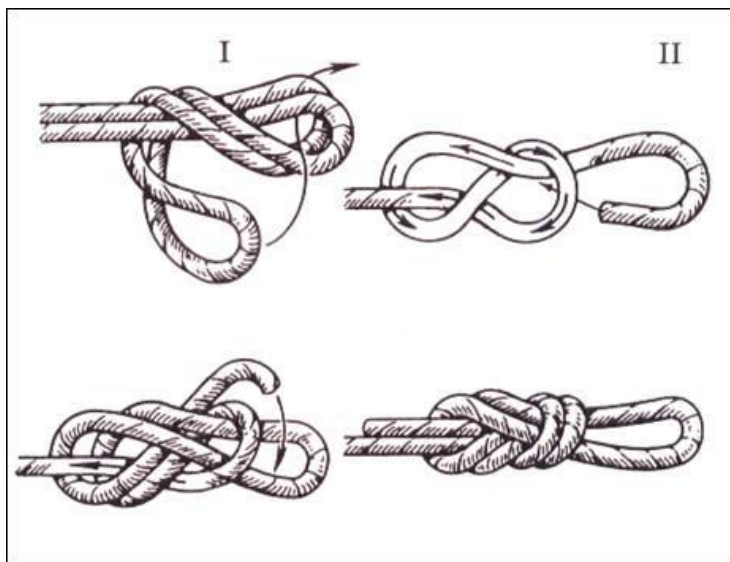
- Необходимый минимум для работы с картой. Север всегда находится сверху карты, дороги, ЛЭП и реки - отличные линейные ориентиры. Линейный ориентир имеет значительную протяжённость, что облегчает ориентацию на местности.
- **Как пользоваться:** перед выходом на местность очень хорошо изучить район путешествия и определить значимые линейные ориентиры, которые также могут быть границами места нахождения (например, места где собираем грибы). Определив, например, по карте, что на севере имеется река, в случае, если заблудились, можно выйти к ней и далее — к людям.

Пример. красным цветом выделены
линейные ориентиры - река,
дороги.



Узлы.

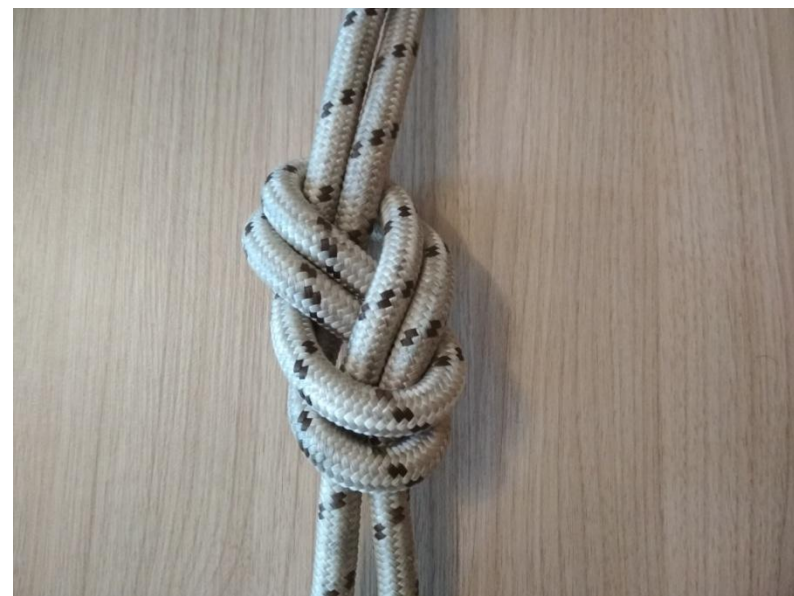
Многие считают, что туризм обязательно связан с верёвками. Значит пора познакомиться с узлом на все случаи жизни. Он пригодится для соединения верёвок, присоединения к опоре, - проводник (незатягивающаяся петля).



Задание!

А теперь – внимание!
На видео вы посмотрите,
**как правильно завязывать
такой простой и нужный
узел!**

Завяжите его,
сфотографируйте и
прикрепляйте фото
в комментариях
к этому посту!



Удачных вам путешествий!

