Туристическая подготовка.

Поурочные планы.

Занятие 1

**Устройство лагеря. Установка палатки.**

***Место проведения:*** местность.

***Инвентарь:*** Палатки 4 шт.

Блокноты 4 шт.

Сапёрные лопатки 4 шт.

Ножи 4 шт..

***Содержание занятия***

1. *Инструктаж*

Устройство лагеря.

* + - 1. Выбор места для лагеря. Не в тени. На продуваемом месте от комаров и гнуса. В стороне от троп и дорог. План лагеря. Устройство мусорной ямы, места для костра, выбор отхожего места, наличие топлива, направление ветра, близость болота, место для забора воды и купания, место для построения и проведения зарядки.
      2. Устройство палатки. Показ и объяснение. Установка. Особенности ориентации палатки от местности. Выбор и подготовка места. Подкладка. Обводная канавка. Очерёдность установки. Соблюдение натяжения. Установка колышков. Размещение внутри палатки. Пожаробезопасность. Как складывается палатка. Демонстрация.

Выход в лесополосу или к озеру. Задание каждому отделению

Найти место для лагеря.

Поставить палатку.

Разместиться в ней.

Задание выполняется на скорость и правильность с объяснениями.

Во время следования из лагеря и в лагерь отделениям даётся задание внимательно осматривать окружающую обстановку. Необходимо заранее, выйдя на местность, определить некоторые особенности местности, например, что было написано на плакате, сколько больших камней лежало у дороги, видно-ли было дно у ручья, откуда дул ветер, с какой стороны было солнце, сколько машин пропустили, переходя дорогу, сколько шишек лежало на пне и т.д.

По возвращении в лагерь каждое отделение письменно отвечает на вопросы и сдаёт ответы.

* + - 1. Складывание палаток и следование в лагерь. Подведение итогов.

Занятие 2

**Разведение огня. Типы костров.**

***Место проведения:*** местность.

***Инвентарь:*** Пилы 4 шт.

Топор 4 шт.

Сапёрные лопатки 4 шт.

Ножи 4 шт.

Растопка бумага, сухое горючее, жидкое горючее

Верёвка (4 куска)

***Содержание занятия***

1. *Инструктаж*

Виды топлива.

**Трут.** Что это такое. Любой материал с низкой температурой возгорания. Виды трута. Имеет тонковолокнистую структуру и сух. Сухое и жидкое горючее. Демонстрация. Если искусственного горючего нет. Кора некоторых деревьев, сухие листья, мох, растёртая на волокна, сухая древесина, сухая трава, сухие тонкие стружки, смолистые опилки, подстилку из птичьих гнёзд, пух, ветошь, вата, натуральная шерсть, растёртая в порошок сосновая смола, бумага, пористая резина, тонкие веточки под кроной хвойных деревьев.

Объяснить, как пользоваться жидким горючим. Правила безопасности.

**Растопка** или щепа. Имеет более высокую температуру горения и используется для повышения температуры в костре для воспламенения горючего с более высокой температурой горения. Это береста, щепки, тонкие прутики, древесина, пропитанная горючими жидкостями.

**Топливо.** Не обязательно должно быть сухим. Но сырые дрова сильно дымят. Сырые использовать вместе с сухими в соотношении 1 к 3 или 1 к 4.

Лиственный валежник, в отличии от хвойного в основном всегда гнилой. Лучше отыскать сухостойное дерево. Как определить сухостой. По звуку, по стёсу, по веткам и листьям.

Объяснить, как определить наклон и направление падения дерева для безопасности и удобства транспортировки, как подрубать или подпиливать дерево.

**Место для костра.** Костёр необходим для тепла, освещения, сушки одежды и обуви, приготовления пищи и отпугивания хищников.

Правила разведения костра.

1. Выбирайте защищённое от ветра место, небольшую поляну, окружённую деревьями
2. Не разводите костёр вблизи кустарника или под кроной дерева
3. Не разводите костёр на торфяниках
4. Расчистите место до почвы от сухих листьев или хвои на радиус не меньше метра
5. Если почва мокрая, сделайте подстилку из жердин, поверх которых положен грунт и камни.
6. При сильном ветре разжигайте огонь в углублении
7. При ветре обложите очаг камнями
8. Не кладите в костёр мокрых или пористых камней. Они могут взорваться.

Если предстоит ночёвка у костра, то хорошо сделать отражатель. Если есть скала или большой камень, то лежанку лучше сделать между костром и скалой или камнем.

**Разжигание костра.**

Вначале подготавливается настил, затем укладывается растопка, на неё «запальные» дрова, тонкие прутики, шалашиком, затем, более толстые и затем ещё более толстые.

В сырую погоду на дровах необходимо сделать зарубки до сухих слоёв древесины.

Поджигать растопку необходимо с подветренной стороны.

Главный принцип – постепенность. Пока не разгорятся предыдущие слои, не надо «наваливать» следующие.

**Поддержание костра.**

Поджигать костёр только при наличии достаточного запаса дров. Следить и поддерживать костёр должен ответственный костровой, с которым надо провести отдельный практический инструктаж.

**Типы костров.**

1. Шалаш. Даёт много света, но мало тепла. Используется для освещения, сигнализации или для приготовления пищи в 1 – 2 котлах. Требует большого запаса дров. Растопку надо положить внутрь, сверху тонкие прутики, затем потолще. Со стороны ветра необходимо устроить поддув, раздвинув ветки. Подкладывать дрова надо с наветренной стороны.
2. Колодец или сруб. Он шире и поэтому даёт больше тепла. Имеет квадратную форму. Горит ярко, но быстро прогорает. Хорошо использовать в виде сигнального или для быстрого приготовления пищи.
3. Звезда. Для этого типа требуются дрова твердых пород дерева, т.к. дрова занимаются по всей поверхности. Экономичный. Можно готовить пищу. Дрова должны быть сухими, иначе гаснут.
4. Крыша или скат. Для разведения под дождём. Размещать дрова надо плотно. Тогда он дольше горит. Сверху два тяжёлых сырых бревна. Ночью рядом с этим костром спать безопасно.
5. Камин. Для сырых грунтов. По мере прогорания дрова подкатываются.
6. Пушка. Таёжный костёр. Горит долго. Выкладывают из толстых брёвен. Может долго гореть. Даёт тепло. Мало света. Для ночёвок, обогрева, сушки.
7. Два бревна. Тоже, таёжный костёр.
8. Крест. Таёжный костёр.
9. Нодья. Таёжный костёр
10. Длинный.
11. Пирамидка. Несколько слоёв дров складываются крест-накрест. Внизу для притока кислорода кладутся толстые дрова. Не очень сухие. Верхние дрова кладутся вплотную, а средние с промежутками для притока воздуха. В верхние слои можно класть сырые дрова, чтобы они просыхали.

***Практическая часть.***

Дать задания отделениям соорудить и разжечь один из типов костра. На правильность.

Либо, развести любой тип костра и пережечь, натянутую на равной высоте, верёвку. Кто быстрее.

Занятие 3

**Ориентирование на местности.**

***Место проведения:*** Открытая местность у лагеря в зоне видимости построек. Рядом с лесом.

***Инвентарь:*** Компасы 4 шт.

Банки прозрачные 4 шт.

Сачки 4 шт.

Ножи 4 шт.

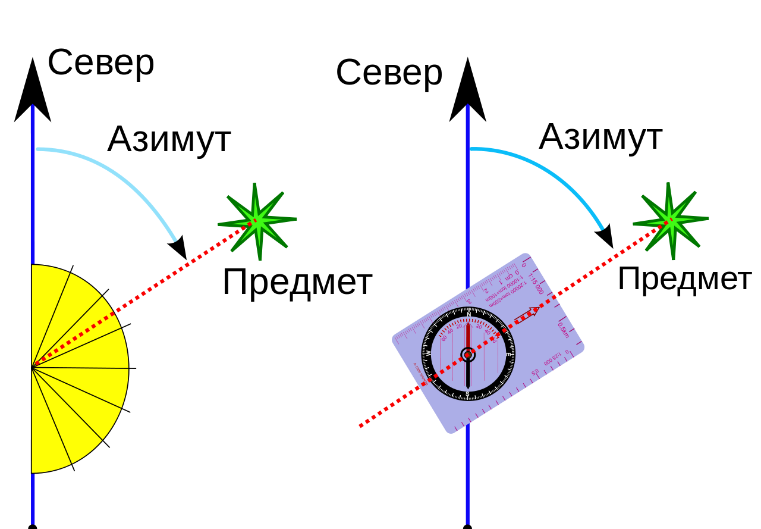
Рулетка 50 м.

Рейка или копьё, конусы или фишки 4 шт.

***Содержание занятия***

1. *Инструктаж*

**Азимут.** Азимут от арабского Аль-сумут (направление). [Угол](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A3%D0%B3%D0%BE%D0%BB) между направлением на [север](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%A1%D0%B5%D0%B2%D0%B5%D1%80) и направлением на какой-либо заданный предмет. Азимут измеряется в [градусах](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D1%80%D0%B0%D0%B4%D1%83%D1%81_(%D0%B3%D0%B5%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D1%82%D1%80%D0%B8%D1%8F)) от 0° до 360°. Если за исходное направление принимается [географический меридиан](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%93%D0%B5%D0%BE%D0%B3%D1%80%D0%B0%D1%84%D0%B8%D1%87%D0%B5%D1%81%D0%BA%D0%B8%D0%B9_%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%BD), азимут называется истинным; если за исходное направление принимается [магнитный меридиан](https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9C%D0%B0%D0%B3%D0%BD%D0%B8%D1%82%D0%BD%D1%8B%D0%B9_%D0%BC%D0%B5%D1%80%D0%B8%D0%B4%D0%B8%D0%B0%D0%BD), азимут называется магнитным.



Определение сторон света без компаса.

1. По тени.
2. Деревья, обычно, имеют более развитую крону на тёплой и солнечной (южной) стороне.
3. На спиле древесных стволов толщина годичных колец шире на южной стороне.
4. Ивы и хвойные деревья, обычно, склоняются в более солнечную сторону.
5. Мох, обычно, растёт на северной стороне деревьев.
6. Деревья с толстой корой имеют более толстую и грубую кору на северной стороне.
7. По солнцу. Если в полдень встать спиной к солнцу, то тень укажет на север.
8. Натёки смолы на хвойных деревьях больше с южной стороны.
9. Муравейники с северной стороны, обычно, прикрыты стволом дерева или пнём. И с южной стороны более пологие.
10. Алтари православных церквей всегда обращены на восток, а колокольни на запад так, что опущенный конец креста обращён к югу.

**Выбор ориентира по компасу.** Почему ходят по кругу… Для точности следования по маршруту необходимо постоянно выбирать ориентиры. Если этого не делать, то уже через километр пути отклонение может достигнуть 100 м. А после прохождения 10 км, вы отклонитесь от курса на 1 км. Для выбора ориентира компас устанавливают, совместив магнитную стрелку с обозначением севера, и мушку визира направляют на ориентир. На всякий случай заметив азимут. Дойдя до ориентира, намечают следующий.

На небольших расстояниях и не долго можно войдя, например, в лес запомнить положение солнца или ветра, движения облаков, направление тени.

**Примерное измерение расстояний по шагам.** Длина шага подростка составляем 0.5-0.6 м. Взрослого 0.75-0.8 м. По утоптанной дороге 60-62 парных шага соответствуют 100 м. пути.

Практика.

Поделить всех на отряды. ***1 задание.*** Юный энтомолог. Каждый отряд, вооружившись сачком и банкой, должен набрать как можно больше насекомых (разных) и сообщить, где было добыто каждое. За отрезок времени, отряд набравший большее к-во насекомых, побеждает.

***2 задание.*** Заранее метрах в 200 прячется клад. Также, заранее составляются маршруты для каждого отряда, включающие направления по азимуту и расстояния до следующей точки. Отряд, первый нашедший клад, получает его в подарок.

***3 задание.*** Каждый отряд за определённое время по приметам должен определить стороны света. Давать задание (особенно инструктировать) надо в местах, где эти приметы отсутствуют. Например, дети могут сразу увидеть купол церкви.

***4 задание.*** Определить расстояние до предмета (заранее точно определить расстояние при помощи рулетки). Рекомендуется сложить мнения всех участников отряда и определить среднее арифметическое. Отряд, значение которого будет ближе к истинному, побеждает.

Можно все задания давать для каждого отряда. В этом случае экономится инвентарь.

Занятие 4

**Подготовка к походу. Инвентарь. Горная подготовка.**

***Место проведения:*** Холмистая местность

***Инвентарь*** Блокноты, ручки 4 шт.

Обвязка 2 шт.

Верёвка длинная 1 шт.

***Содержание занятия***

1. *Инструктаж*

Объяснение назначения инвентаря. Общий набор. Индивидуальный набор.

**Индивидуальный список:**

1. спальник (одеяло) не объёмный;
2. рюкзак (достаточно вместительн.);
3. миски, ложки, кружки;
4. фонарик (по желанию);
5. документы (копия св. о рожден.);
6. фляга;
7. свисток;
8. сотовый т. (по желанию);
9. аккумуляторы и сим.карты;
10. деньги (на дорогу и питание)
11. зубная паста;
12. зубная щётка;
13. мыло;
14. медикаменты (индивидуальные);
15. расчёска;
16. обувь походная;
17. сапоги резиновые;
18. носки 2 пр. и 1 шерст.;
19. костюм походный;
20. штаны спортивные (тр.);
21. накидка от дождя;
22. свитер (с выс. воротником);
23. шапка на ночь (вязаная);
24. кепка от солнца (или бандана);
25. плавки для купания;
26. футболки, трусы (и на смену.);
27. полотенце;
28. ремень;
29. бумага туалетная;
30. салфетки, нос. платки;

*Практика:* раздать командам блокноты и ручки и в течение определённого времени написать, как можно больше необходимых в походе вещей.

**Горная подготовка.**

Показать, как правильно обвязываться. Заранее закрепить верёвку между деревьями. Разметить трассу. Переправляться и далее проходить трассу по очереди. Всё отделение должно переправиться и пройти трассу на время. Либо, если не позволяет время, то по одному человеку от отделения. Лучше командир. Все остальные помогают.

**ЧТО БРАТЬ С СОБОЙ В ЛЕТНИЙ ПОХОД**

Снаряжение

1. палатка
2. *спальники* \*
3. *рюкзак*
4. коврик тур.
5. котелок, ведро
6. чайник
7. *миски, ложки, кружки*
8. топор
9. пила
10. *нож*
11. *фонарик*
12. спички
13. растопка, бумага
14. сухое горючее
15. тряпка
16. крюк для котла
17. брусок
18. *документы*
19. камера
20. фотоаппарат
21. приёмник, магнитофон
22. аккумуляторы
23. батарейки
24. диски, кассеты, плёнки
25. бинокль
26. гвозди
27. мыло, щётка, ножницы
28. компас
29. рации
30. тент полиэт.
31. *фляга*
32. верёвка
33. иголка с ниткой
34. от комаров и клещей
35. рукавицы
36. *свисток*
37. *сотовый т.*
38. *аккумуляторы* *и симки*
39. *деньги*
40. расписание
41. карта
42. *ключи*
43. очки
44. удочки, снасти
45. булавки

Утварь

1. поварёжка
2. большая ложка
3. консервный нож
4. нож

Продукты

1. хлеб
2. булка
3. крупа
4. макароны
5. тушёнка
6. сухие супы
7. сахар
8. соль
9. кофейный напиток
10. чай
11. сгущёнка
12. масло слив. топ.
13. лавровый лист
14. чеснок
15. лук
16. варенье, джем
17. специи
18. лимоны
19. картофель

*Одежда*

1. *обувь походная*
2. *сапоги рез.*
3. *носки 2 пр. и 1 шер.*
4. *куртка походная*
5. *штаны спорт.*
6. *накидка от дож.*
7. *свитер*
8. *шапка на ночь*
9. *нижнее бельё*
10. *кепка от солнца*
11. *плавки запасные*
12. *полотенце*
13. *расчёска*
14. *ремень*

Аптечка

1. аппарат давл.
2. градусник
3. траумель (или др.)
4. пластырь
5. вата
6. бинты
7. перекись водорода
8. йод
9. жгут рез.
10. корвалол
11. нашатырь
12. ношпа
13. валериана капли
14. вит.»С»
15. називин
16. цитрамон
17. анальгин
18. уголь актив.
19. папазол
20. парацетамол
21. аспирин
22. УПСА, колдрекс
23. фестал
24. от кашля
25. от горла
26. валидол
27. нитрогл.
28. визин
29. *бумага туалетная*
30. *салфетки, нос платки*

\* курсивом брать каждому