

Муниципальное казенное учреждение  
«Управление образования Шебекинского городского округа»

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Детско-юношеский центр «Развитие»  
Шебекинского городского округа белгородской области

«Формирование коммуникативных способностей учащихся,  
посредством занятий туризмом»

Автор опыта:  
**Борисов Александр Борисович**  
педагог дополнительного образования  
МБУ ДО «ДЮЦ «Развитие»  
Шебекинского городского округа  
Белгородской области

г.Шебекино, 2020

Борисов Александр Борисович

## СОДЕРЖАНИЕ

Информация об опыте	3
Технология опыта	7
Результативность опыта	14
Вывод	17
Библиографический список	18
Приложения	20

## РАЗДЕЛ I ИНФОРМАЦИЯ ОБ ОПЫТЕ

### **Условия возникновения и становления опыта**

В современном мире умение общаться становится всё более ценным навыком. Коммуникативные навыки помогают успешно вести переговоры, выступать перед публикой, понимать собеседника и быть понятым им. Коммуникативные навыки очень важны для личностного развития вообще, так как определяют успешность взаимодействия с миром, окружающими людьми, самим собой, а также позволяют самовыражаться через творчество

Традиционно на уроке физической культуры решение задач акцентировано на развитии физических качеств, затем на обучении двигательным действиям, и, наконец, на формировании коммуникативных навыков, как побочном процессе решения приоритетных задач. Это объясняется тем, что по программе результатом учителя физической культуры, в первую очередь, является обучение и развитие образовательных и функциональных возможностей учащихся.

Многолетний опыт работы в объединении туристско-краеведческой направленности «Темп» в МБУ ДО «ДЮОЦ «Развитие» педагогом дополнительного образования позволяет утверждать, что, используя традиционные методы занятий туризмом, не имеют возможности формировать коммуникативные навыки. Для этого необходимы специальные задания, игры, упражнения. Учитывая, что в последнее время в средствах массовой информации культивируются виды «экстремального» спорта с элементами выживания в естественной среде, у учащихся значительно повышается интерес к туристской деятельности.

Однако, всех учащихся в рамках секционных внеурочных занятий охватить невозможно, поэтому выход автор опыта видит в организации спортивных праздников, включающих туристские задания, где школьники смогли бы решить ряд коммуникативных задач, оценить эффективность командного и индивидуального поведения.

Становление настоящего опыта происходило на базе муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Масловопристанская средняя общеобразовательная школа Шебекинского района Белгородской области». Общеобразовательная организация расположена в центре поселка. Это трехэтажное здание с примыкающими к нему спортивным залом и столовой. Рядом находятся мастерская, гараж, современная спортивная площадка, стадион..

Опыт начался с проведения туристских испытаний, которые включали специальные задания по оценке командного взаимодействия на специальных препятствиях. Диагностика проводилась по тестам из программы «Юные туристы многоборцы» и оценки коммуникативных навыков для учащихся с 5 по 10 классы по методике И.А Здановича

Анализ испытаний показал, что во всех предложенных заданиях, где необходимо было учащимся проявить командное взаимодействие на

специальных препятствиях, классы испытывали сложности, в среднем более 50 % учащихся 3-5 классов не выполнили задание, в 6-8 и 9-10 классах испытывали сложности более 25% школьников.

Кроме того, эксперты не раз отмечали отсутствие коммуникативного взаимодействия. На специальных заданиях по проверке коммуникативных навыков (Приложение 4) недопонимания и, как следствие, - провал при прохождении теста, было выявлено более чем у половины школьников, которые вместе проучились не один год.

Это и послужило началом работы над темой опыта «Формирование коммуникативных способностей учащихся, посредством занятий туризмом»

### **Актуальность опыта**

В настоящее время большой популярностью пользуются Дни здоровья, спортивные праздники с элементами туристских соревнований, которые можно провести в форме туристского похода и полосы препятствий. Такие соревнования позволяют не только сформировать прикладные умения у ребят по преодолению естественных и искусственных препятствий, но и формируют коммуникативные навыки. Однако для организации не просто туристских соревнований, а праздника, на котором учащиеся будут работать в коллективе, договариваться, приходить к общему мнению потребуются специальные задания и иная подготовка педагога.

### **Противоречие.**

Возникает противоречие между необходимостью организации спортивных праздников с элементами туристских соревнований, направленных на формирование у учащихся коммуникативных навыков и отсутствием соответствующих методических разработок для учителей физической культуры, не имеющих специальной туристской подготовки.

### **Ведущая педагогическая идея опыта**

Ведущая педагогическая идея опыта заключается в том, что введение во внеурочную деятельность занятиями туризмом, состоящих из специально разработанных заданий, игр и препятствий позволит приобрести учащимся новые прикладные коммуникативные навыки.

### **Длительность работы над опытом**

I этап – начальный (констатирующий) 2017/2018 учебный год: постановка проблемы, сбор первичной информации по проблематике, проведение первичных испытаний включающие задания проверки коммуникативных навыков, подбор арсенала заданий для организации праздников.

II этап – основной (формирующий) 2018/2019г учебный год: основное содержание работы составляет поэтапное проведение праздников и соревнований с включением специальных упражнений, в ходе которых реализовывался опыт.

III этап – заключительный (контрольный) 2019/2020 учебный год. (заключительный этап) подведены итоги, подготовка материалов.

### **Теоретическая база опыта**

В основе педагогического опыта лежат идеи:

Формирование коммуникативных навыков школьников представлены в работах А.Е. Дмитриева [3], А.П. Панфиловой [19].

Анализ литературы показал, что в настоящее время существуют исследования различных аспектов формирования коммуникативных навыков в образовательном процессе как с позиций психологии (О.И. Максимкина и др.), так и педагогики (В.А.Сластенин и др.). Учеными выявлена сущность коммуникативных умений, определены критерии их развития, предложены способы формирования этой группы умений.

Следует выделить публикации, освещающие вопросы формирования и развития коммуникативных способностей (И.А Здановича), эффективности коммуникативного взаимодействия.

В основе педагогического опыта лежат следующие идеи:

- о сущности, специфике образования в детско-юношеском туризме, А.А. Остапца-Свешникова, Ю.С.Константинова, В.М. Куликова. По мнению авторов, уникальность деятельности в детско-юношеском туризме в её уникальной походной специфике.

А.А. Остапца-Свешникова так описывает в своей книге «Современные школьники постоянно находятся в положении опекаемых. К сожалению, весьма распространено мнение, что чем сытнее, чем беззаботнее жизнь человека, тем лучше для него. А наукой доказано обратное: для полноценного развития человеку обязательно необходим дефицит жизненных благ, некоторая некомфортность условий жизни, все это есть в туристском походе...»

По мнению В.М. Куликова только в туризме отправившись в поход, дети фактически вступают в некое новое социально-экономическое образование - временное сообщество семейного типа, у которого большое и сложное хозяйство. Здесь каждый быстро уясняет: чтобы жить, надо работать. И здесь результаты труда не растворяются в каком-то абстрактном понятии - «для пользы общества», они нужны конкретному Сереже, конкретной Тане

Именно при такой деятельности у детей, как никогда, формируются специально-прикладные умения, которые так нужны современным школьникам и так полезны будут им и в дальнейшей жизни.

Данную идею, а именно, «идея о воспитании прикладных способностей через походную деятельность», можно встретить у многих авторов: Е.М. Ильина, Ю.В. Байковский.

По мнению Е.М. Байковского, «Важным преимуществом активных форм туристской деятельности является преодоление разрыва между теоретическими знаниями и практикой применения их в условиях общежития»

Когда в многодневном походе группа уходит далеко от обжитых мест, приходит понимание, что теперь можно надеяться только на себя и на свои заранее сформированные умения и навыки работать как индивидуально, так и в коллективе. Это сознание, по мнению Е.М. Ильина, «роднит ребят,

учит ценить дружбу, воспитывает ответственность, бережливость. Рождается серьезное отношение к жизни».

Кроме перечисленных идей в данном педагогическом опыте лежит идея Ю.С. Константинова, В.М. Куликова и И.А. Дрогов, - интеграция отдельных туристских элементов из дополнительного образования в школьную среду.

Авторы рассматривают туристско-краеведческую деятельность как «образовательное и воспитательное средство», выделяя, в первую очередь, ее обучающую функцию. Организуя со школьниками туристско-краеведческую работу, педагог создает такую воспитательную среду, которая уже независимо от учителя (объективно) воздействует на детей в нужном направлении. Когда сама обстановка стимулирует выработку необходимых качеств, прикладных знаний, умений и умений. При этом воспитание юных туристов происходит на живых конкретных делах, а не на отвлеченных беседах.

### **Новизна опыта**

Новизной опыта является то, что в опыте представлена система организации занятий туризмом, которая предполагает охват всех учащихся образовательного учреждения (на разных уровнях. Кроме того, представленный материал подготовлен с учетом теоретических и практических возможностей учителей, не имеющих специальной туристской подготовки, но желающих заниматься этим видом деятельности, а также (в случае необходимости) позволит подготовить команды для участия в городском слёте школьников, организовать походы, туристско-краеведческую деятельность в школе.

**Характеристика условий, в которых возможно применение данного опыта.** Данный опыт может быть использован в любых общеобразовательных учреждениях с обучающимися 5-10 классов, не имеющих специальной туристской подготовки, при наличии специально подготовленного соревновательного полигона для организации праздников.

## РАЗДЕЛ II ТЕХНОЛОГИЯ ОПЫТА

**Цель данного педагогического опыта** – формирование путём внедрения специальных туристских заданий коммуникативных навыков у школьников с 5 по 10 классы на школьных спортивных праздниках.

### **Задачи:**

- познакомить учащихся школы с приёмами и техникой преодоления туристских препятствий, правилам безопасного поведения при организации туристских мероприятий;
- развивать коммуникативные навыки взаимоотношения в коллективе, посредством туристских игр
- способствовать формированию личностных качеств: взаимопомощь, взаимопонимание средствами туризма на уроках физической культуры;
- воспитывать познавательный интерес к туристской деятельности.

Преимуществом спортивных праздников является то, что школьники в безопасных условиях соревновательного полигона могут отрабатывать различные ситуации, встречающиеся в жизни и в походе, а именно:

- устанавливать быстрый контакт;
- убедительно аргументировать свою позицию;
- успешно отстаивать свои интересы;
- безболезненно преодолевать конфликты;
- создавать атмосферу доверия и сплочённости, как в рабочем коллективе, так и в кругу родных и близких.

Поэтому проведение спортивного праздника потребует серьёзной подготовки. Лучше начинать с планирования дистанции и подготовки положения праздника. (Приложении 1).

При этом важно учитывать не только возраст занимающихся, но и их спортивную подготовленность. Дистанция должна быть безопасна для прохождения как школьников 5-7 классов, так и 9-10 классов. Поэтому следует начинать с дистанции на спортивной пришкольной площадке, а затем уже проводить в лесу. Когда соревнования станут традиционными, их можно будет усложнять, добавляя новые препятствия и задания, тем самым, повышая и поддерживая интерес к туризму.

Организация мероприятия начинается с технической подготовки учителя к походу.

Вывешивается объявление (плакат). В нем сообщается о предстоящем школьном туристском походе, приводится список необходимых вещей, а также, что нужно подготовить учащимся для него.

Данному объявлению отводится особая роль, поэтому оно должно содержать следующие параметры:

1. Время и место проведения. Например: *Поход состоится 24 мая в 10:00. Старт на школьном стадионе.*
2. Участники похода: команды 5-10 классов. Состав команды – весь класс.
3. Программа похода: 10:00-13:00 – туристский маршрут, 13:30 –

финиш, закрытие, награждение.

4. Встречающиеся препятствия и задания в ходе похода: висячий город (лабиринт), гать по болоту, маятник через овраг, установка палатки на ночь, «шумная» река, спасение упавшего в овраг, туристский обед, «Темная пещера», «Следопыт» и т.д. (Приложение 1, 2).

Конечно, праздник можно разбавить и не туристскими заданиями, например, добавить задание «Подтягивание», «Кросс», «Удары по воротам», «Лапта», «Прыжки на скакалке» и др. Так как данные тесты учащиеся проходят по школьной программе, организационных сложностей для учителя и для учеников возникнуть не должны.

5. Список необходимого снаряжения для похода: спортивный костюм по погоде, медицинская аптечка, компас, часы, продукты питания (сухой паёк), пакеты для мусора.

6. Подведение итогов (результаты похода подводятся по наименьшей сумме допущенных ошибок (штрафных баллов), полученных на туристских препятствиях).

На плакате также вывешивается образец карты маршрута похода и стартовый протокол.

Следующий этап - подготовка карт или схемы маршрута. Если нет возможности подготовить комплект карт или праздник проходит по школьной площадке можно ограничиться распечатанной на принтере простой или более сложной схемой передвижения (рис. 1., рис. 2).

Если схемы праздника не будут информативной, и у учащихся могут возникнуть сложности с ориентированием по маршруту, в этом случае начальнику дистанции заранее необходимо промаркировать разноцветными бумажными карточками весь путь движения, по которому будут двигаться участники команд.

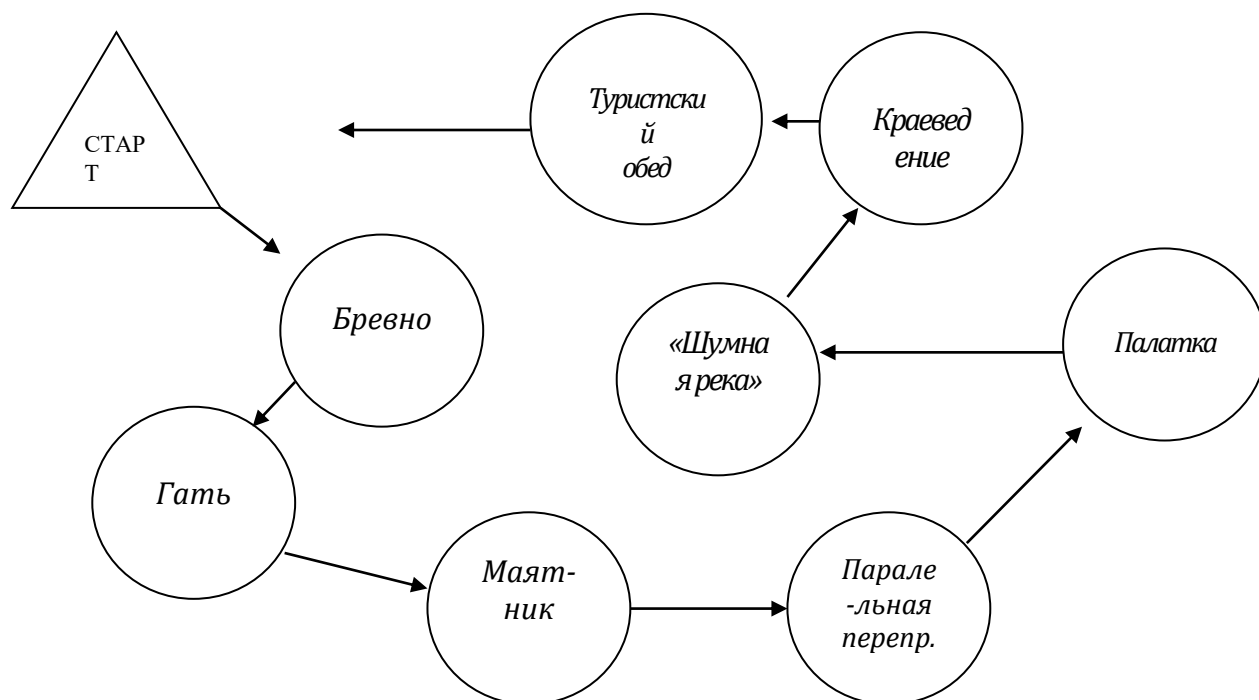




Рис. 1. Простая схема однодневного школьного похода

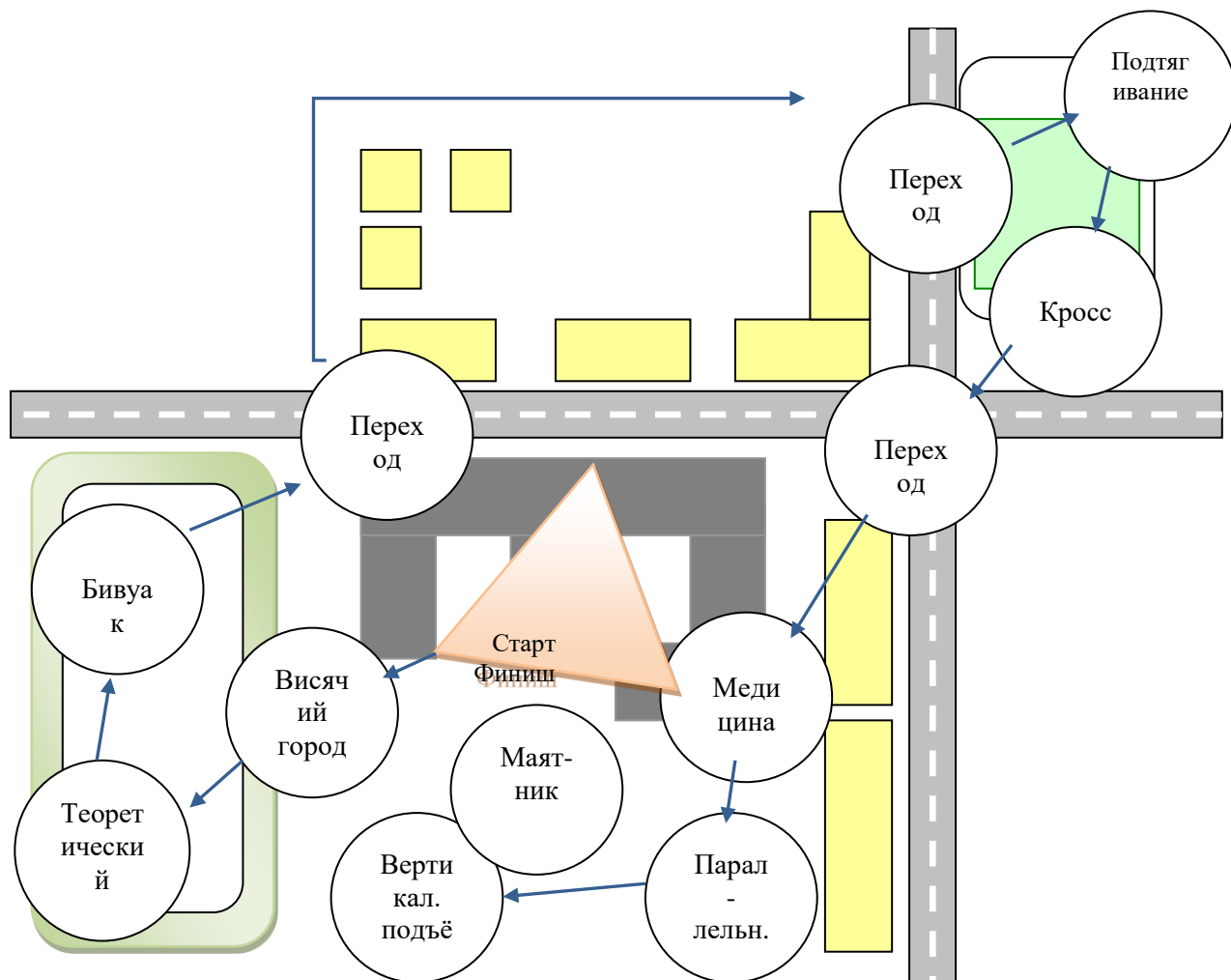


Рис. 2. Сложная схема однодневного школьного похода

Стартовый протокол необходим, если в празднике планируется участие большого количества учащихся. Если команд более 15 то старт может растянуться на полтора, а то и два часа и команды, ожидающие своего старта, конечно, сильно устанут. Заранее расписывается график старта (например, 5 «А» класс 9:00; 5 «Б» 9:10; 5 «В» 9:20 и т.д.) (Рис.3) и команды подходят строго по времени и не ждут.

<b>Стартовый протокол</b>	
<b>5 «А» - 9:00,</b>	<b>7 «А» - 10:00,</b>
<b>5 «Б» - 9:10,</b>	<b>7 «Б» - 10:10,</b>
<b>5 «В» - 9:20</b>	<b>7 «В» - 10:20</b>
<b>6 «А» - 9:30,</b>	<b>8 «А» - 10:30,</b>
<b>6 «Б» - 9:40,</b>	<b>8 «Б» - 10:40,</b>
<b>6 «В» - 9:50</b>	<b>8 «В» - 10:50</b>

Рис. 3. Примерный стартовый протокол для 5-8 классов

Следующий этап подготовки – планирование маршрута дистанции. Так как в празднике планируется участие большого количества учащихся школы, к организации праздника надо подойти серьёзно.

При подборе мест старта, финиша, а также других заданий для праздника необходимо учитывать местные особенности, которые могут пригодиться для организации. Так, организовав соревнования на школьном стадионе, сложностей с планированием старта, размещением болельщиков не будет, гораздо сложнее, если старт запланирован в лесу. Стартовую поляну и финишный городок, по возможности, лучше разместить рядом со школой. Это позволит без особого труда подключить электричество для звукоусиления, обеспечить соревнования медицинской помощью, необходимым туристским инвентарём, снаряжением, столами и стульями для судейских бригад.

Старт лучше организовать на видном месте. На входе в стартовый городок можно вывесить доску с предстартовой информацией, воздушные шары, соревновательные баннеры, яркую направляющую разметку.

Для болельщиков, а также ожидающих старта команд необходимо продумать специальное место. С него должна быть видна интересная часть дистанции, т.е. самые зрелищные задания. Это важно для того, чтобы в течение праздника поддерживать активность участников и их болельщиков. Отдельно предлагаем остановиться на организации туристских заданиях, которые могут быть использованы при проведении туристского праздника. В методической литературе достаточно подробно расписаны всевозможные препятствия для организации соревнований по туристскому многоборью. Те задания, которые мы выбрали для проведения праздника «Дня здоровья», – это облегченные туристские этапы, которые не требуют специального оборудования. В приложении № 2 представлен примерный перечень туристского снаряжения необходимого для проведения туристского праздника, Список заданий, а также способы их организации в обычной школе представлены в приложении № 3 и № 4. В приложении № 5 представлены вопросы для теоретического конкурса.

Организуя праздник первый раз, в первую очередь необходимо узнать, что на данный момент есть в арсенале педагога для создания простых туристских препятствий, таких как «Бревно», «Кочки» и т.д. В работе может пригодиться многое: например, канат, гимнастическая скамейка, деревянные дощечки, обручи. Канат можно использовать как «маятник», перевернутую скамейку или гимнастическое бревно подойдёт для обучения преодолению бревна разными способами, лестницу можно использовать для крепления перил и организации невысоких спусков и подъемов по верёвке, обручи понадобятся для задания «Мышеловка».

Задолго до начала праздника желательно приготовить дополнительное оборудование:

– смастерить комплект искусственных кочек. Это можно сделать из линолеума, деревянных устойчивых брусков диаметром 20-40 см;

– заготовить для этапа «Гать» и «Транспортировка пострадавшего на носилках» один (а лучше два!!!) комплекта жердей. В качестве жердей можно использовать бруски или выпиленные в лесу нетолстые ветки деревьев длиной до 2 м и толщиной до 5 см в количестве 2-4 штук. В качестве опор-поперечин – бруски толщиной 5 см, шириной 10 см, длиной 30 см;

– приобрести одну, а лучше две капроновые верёвки диаметром не менее 8-10 мм и длиной 10-15 м для организации верёвочных перил на заданиях «Бревно с перилами», «Маятник» и т.д.

– собрать минимальное туристское снаряжение, такое как рюкзак, туристский коврик, спальный мешок, кружку, миску, ложку, комплект вещей и продуктов для похода;

– для организации работы по обучению технике вязки узлов потребуется набор верёвок длиной не менее 80 см и диаметром не менее 6 мм. Такими верёвками могут служить бельевые или капроновые шнуры диаметром 6-8 мм.

После подготовки инвентаря педагог может приступить к планированию заданий.

Главные требования к заданиям – доступность (понятность) и безопасность. Если позволяет местность, то планировать задания лучше так, чтобы этапов имитационного характера было меньше, попытка облегчить задания может привести к потере интереса, т.к. преодолевать путь станет значительно легче. Но в то же время нельзя забывать и о безопасности. Очень глубокая яма или опасный овраг недопустимы на соревнованиях, где у участников отсутствуют элементарные средства страховки и самостраховки, туристский опыт.

Педагогу, ответственному за эту часть работы, необходимо пройти и проверить все места расположения препятствий по маршруту похода. В случае загрязнения участка педагог должен организовать уборку или перенести его в другое место, которое не должно быть слишком людным или слишком отдалённым. Лучше, если это будет поляна, где смогут разместиться один-два класса.

Особое внимание уделяется маршруту. Расстояние маршрута похода планируется таким образом, чтобы младшие классы смогли преодолеть его за 1,5-2 часа.

Если во время маршрута придётся переходить дорогу, то можно организовать задание для перехода дороги, которое, как и другие задания, будет оцениваться. Путь не должен проходить через промышленные зоны и частные участки; желательно, распланировать поход так, чтобы не было возможности сократить, «срезать» путь. Все места будущих заданий и препятствий заносятся на карту, после чего определяется судья и выдаётся ему необходимое снаряжение. Судей лучше назначать из учительского коллектива и учащихся старших классов.

Накануне праздника проводится судейская коллегия с главными судьями заданий, раздается необходимое снаряжение (веревки, волчатники, флажки), заполняются судейские протоколы.

После того, как разработаны и подготовлены все туристские этапы, проведены совещания или судейские с капитанами, назначены судьи на этапы, можно начинать праздник.

В назначенное стартовым протоколом время классы приходят на старт в сопровождении своих классных руководителей (желательно, и родителей), вместе с которыми они и проходят всю дистанцию.

На старте судьи проверяют необходимое снаряжение по списку, который был вывешен на доске объявления, знание правил безопасности в лесу и выдают карту или план маршрута с нарисованной дистанцией и зачетную маршрутную карточку (рис. 4).

Очень важно на старте судьям проверить, а знают учащиеся, как правильно идти в походе? Вопреки мнению многих, это тоже надо уметь. Конечно, хорошо, когда дети сами управляют походным процессом, пробуют разные роли, выполняют определённые обязанности: ведут по дистанции, общаются с судьями, выбирают участников для очередных походных заданий. Но не всегда этого удастся достичь, и поэтому в сложной ситуации на помощь всегда должен прийти учитель.

ЗАЧЕТНАЯ МАРШРУТНАЯ КАРТОЧКА			
Команда _____		Время старта _____	
		Время финиша _____	
№	Наименование задания	Штраф	Подпись судьи
1	<i>Бревно</i>		
2	<i>Гать</i>		
3	<i>Маятник</i>		
4	<i>Параллельная переправа</i>		
5	<i>Палатка</i>		
6	<i>Шумная река</i>		
7	<i>Краеведение</i>		
<b>СУММА</b>			

Рис. 4. Примерная зачетная маршрутная карточка

Организация привала, логичнее организовать в конце школьного похода, где участники после длительного перехода имеют возможность отдохнуть и поделиться своими наблюдениями, снять эмоциональное напряжение.

После команда движется на финиш. Здесь сдается карта и зачетно-маршрутная карточка, в которых судьями, находящимся в лесу, указано

Борисов Александр Борисович

количество ошибок, полученных туристами в походе, на заданиях. Главный секретарь сразу подсчитывает штрафные баллы и ведет предварительный протокол, своевременно объявляя по громкой связи лидеров.

Итоговый протокол похода вывешивается после подсчета и проверки всех результатов. Награждение победителей проводится на школьной линейке.

### РАЗДЕЛ III. РЕЗУЛЬТАТИВНОСТЬ ОПЫТА

Анализ уровня результатов учащихся в туристских праздниках в течение нескольких лет, позволили сделать вывод о позитивном влиянии внедрения специальных туристских заданий на школьных спортивных праздниках.

С каждым годом соревнований количество участников постоянно росло. Уровень и качество подготовки команд также выросло, о чем свидетельствуют результаты ниже.

Системный анализ показал, что после проведения общешкольного тестирования у школьников повысился уровень специальной подготовленности.

Данный показатель был оценен по соревновательным тестам программным «Юные туристы многоборцы» [13,14]. Соревновательные результаты приведены ниже (Рис.5.), (Рис.6.). В среднем достоверный рост результатов за три года составил в 5-6 классах более 10%, в 7-8 -15% и, 26% в 9-10 классе.

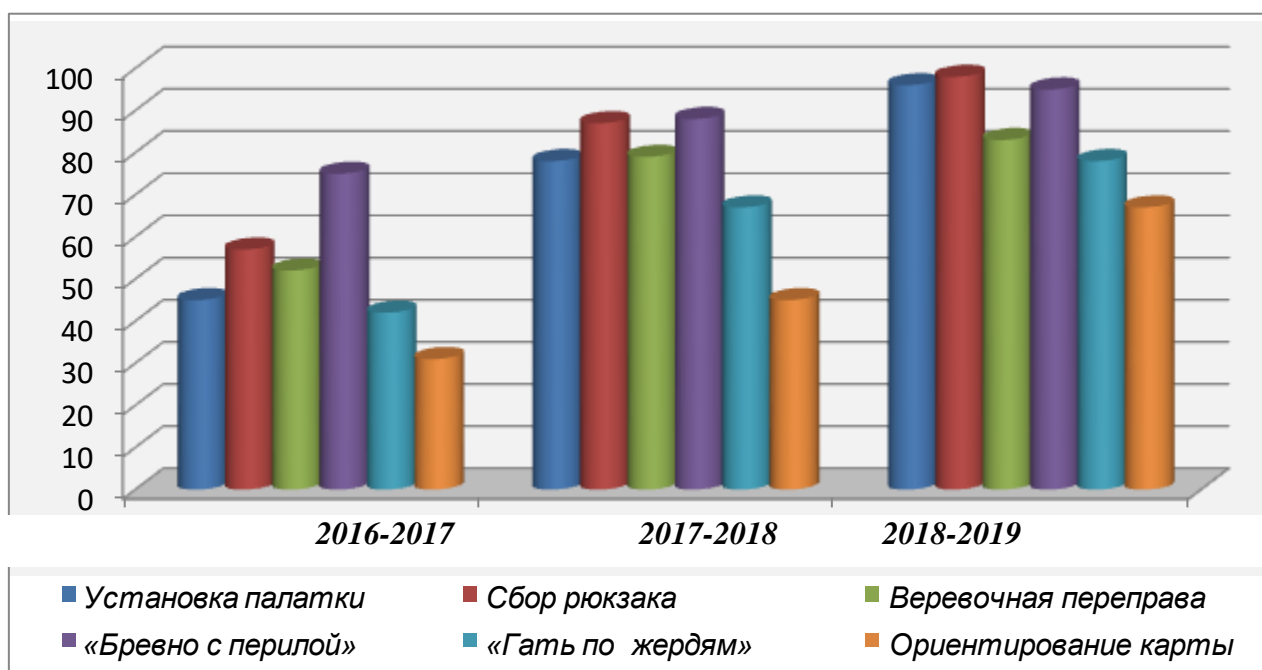


Рис. 5. Уровень командного взаимодействия на специальных заданиях за 3 года

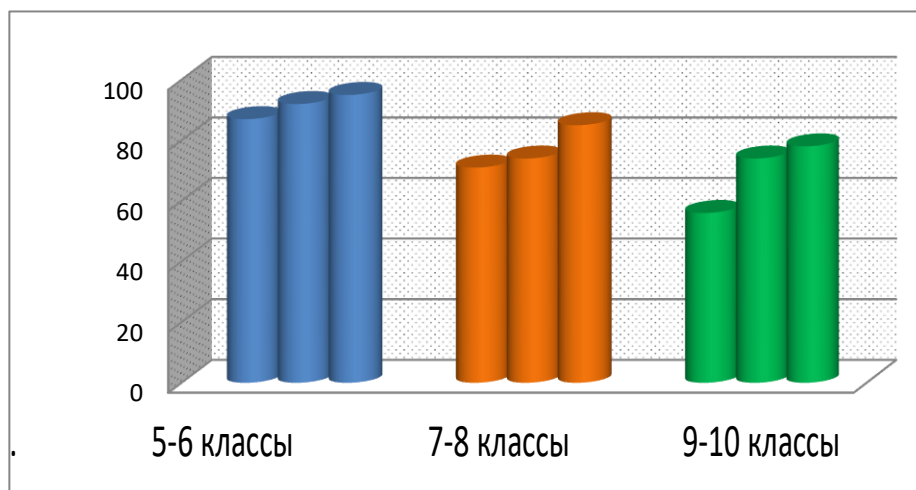


Рис. 6. . Уровень командного взаимодействия на специальных заданиях за 3 года по классам

Результаты тестирования коммуникативных навыков на специальных заданиях, также показали, по сравнению с начальным тестированием во всех классах, достоверный рост. Анализ данных тестирования, подвергнутых статической обработке заданий по методике И.А Здановича [4], по проверке коммуникативных навыков туристов, (взаимопомощь, взаимопонимание), осуществлялось на специально разработанных заданиях (Приложение 4).

После начального и заключительного тестирования наиболее существенные результаты наблюдались в тестах «Тёмная пещёра» более (45%), «Следопыт» (56%), «Спасение пострадавшего» (43%) и «Бивуак» (60%), менее заметный рост результатов был зафиксирован на упражнениях «Шумная река» (21%), «Преодоление болота»(19%) (рис.7).

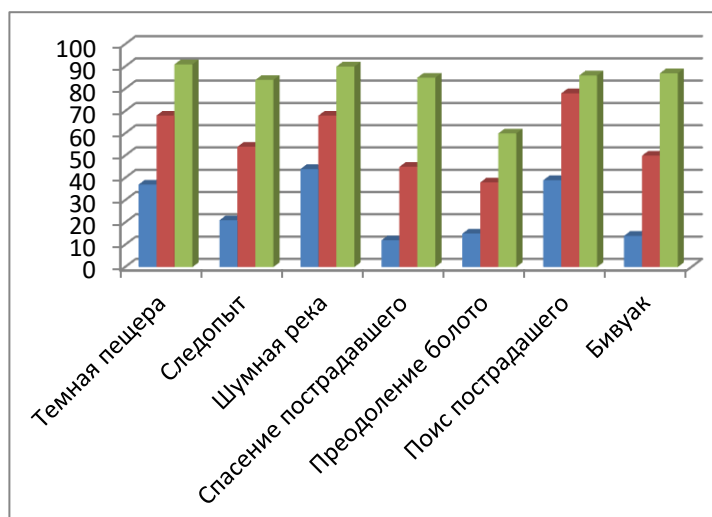


Рис. 7. . Оценка коммуникативных навыков на специальных упражнениях за 3 года в 5-10 классах

Оценка сформированных индивидуальных коммуникативных навыков производилась на специально разработанных заданиях в начале и в конце

учебного года. В результате уровень индивидуальных навыков также показал статистически достоверный рост (Рис 8, 9)

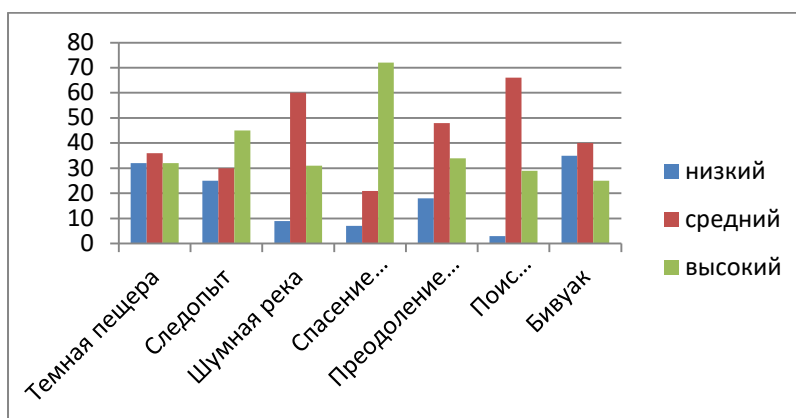


Рис. 8. . Оценка индивидуальных коммуникативных навыков на специальных упражнениях в начале в 5-10 классах

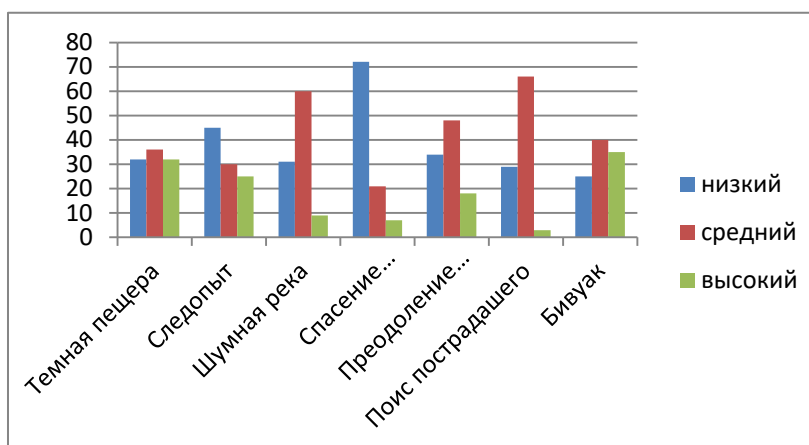


Рис. 9. . Оценка индивидуальных коммуникативных навыков на специальных упражнениях в конце в 5-10 классах



## **ВЫВОД**

Анализ полученных данных показал, что у обучающихся повысился уровень прикладных и коммуникативных туристских знаний, умений и навыков, что подтверждается результатами тестирования. Кроме того, экспертная оценка показала, что удалось сформировать коммуникативные навыки командного взаимодействия, распределения обязанностей у обучающихся.

Этому способствовали разработанные коммуникативные задания. Они выполнялись в условиях повышенной речевой и физической активности, оживления учащихся, свободного их передвижения по спортивному залу, площадке, что непроизвольно способствовало заинтересованности в усвоении ими учебного материала. Дальнейшее совершенствование коммуникативных навыков может происходить в течение всей жизни детей. Чем выше у учащегося будет сформирована активная сфера (эмоциональная, двигательная, коммуникативная, познавательная), тем увереннее будут выстраиваться межличностные отношения и реализоваться потенциальные возможности.

Занятия по спортивному туризму доступны любому педагогу туристско-краеведческой направленности. Они не требуют специальной подготовки, многочисленного туристского оборудования, но позволяют, используя педагогический потенциал туризма, решать многие образовательные задачи, а праздники и специально организованные «Дни туризма» создают положительные условия для активного и свободного развития личности в деятельности.

### **БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК:**

1. Вяткин, Л.А. Туризм и спортивное ориентирование: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. Заведений / Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов. - М: Академия, 2010. - 208 с.
2. Дрогов, И.А. Подготовка инструкторов детско-юношеского туризма. Учебно-методическое пособие / И.А. Дрогов. – М.: ФЦДЮТиК, 2004. С.- 132.
3. Дмитриев, А.Е. Развитие коммуникативных умений студентов- в условиях университета. Дисс. канд. пед. наук. - Оренбург, 1998.-162 с.
4. Ильина, Е.М. Организация самодеятельных путешествий: учебник / Е.М.Ильина. - М: РИБ «Турист», 2012. - 107 с.
5. Зданович, И.А. Физическая и техническая подготовка в горном туризме в условиях искусственно созданной горной среды : учеб. пособие / И.А. Зданович. - Омск, 2011. – 160 с.
6. Зациорский, В.М. Физические качества спортсмена / В.М.Зациорский. – 2-е изд. – М.: Физкультура и спорт, 1970.
7. Кодыш, Э.Н., Туристские слёты и соревнования / Э.Н. Кодыш, Ю.С.Константинов, Ю.А. Кузнецов. – М.: Профиздат, 1984. – 112 с.
8. Константинов, Ю.С. Детско-юношеский туризм: Учебно-методическое пособие / Ю.С. Константинов. - М.: ФЦДЮТиК, 2006, - 600 с.
9. Константинов, Ю.С. Педагогика школьного туризма: Учебно-методическое пособие / Ю.С. Константинов, В.М. Куликов. - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2002, - 152 с.
10. Куликов, В.М. Топография и ориентирование в туристском путешествии / В.М. Куликов, Ю.С. Константинов. – М., 2004. – 72 с.
11. Курамшин, Ю.Ф. Теория и методика физической культуры: Учебник / Под. ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. – 2-е изд., испр. – М.: Советский спорт, 2004. – 464 с.
12. Лях, В.И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 класс, 3-е изд. / В.И. Лях, А.А. Зданевич. - М.: «Просвещение», 2006. – 128 с.
13. Максимкина, О.И. Формирование профессиональной коммуникативной культуры будущего педагога дошкольного образовательного учреждения: Дисс. канд. пед. наук.- Саранск, 2002.- 228 с.
14. Матвеев, Л.П. Основы спортивной тренировки / Л.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1977. - 271 с.
15. Махов, И.И. Программа дополнительного образования детей «Юные туристы-многоборцы» / И.И.Махов, – М.: ФЦДЮТиК 2007, – 60 с.
16. Махов, И.И., Туризм на уроках физической культуры: учебное пособие / И.И.Махов, В.И. Махов – Белгород, ИПК НИУ «БелГУ», 2012.-104 с.
17. Остапц-Свешников, А.А., Методология профессионального туристского образования / Монография. А.А.Остапц-Свешников, , М.: Советский спорт, 2001.- 72 с.
18. Слостенин В.А., Подымова Л.С. Педагогика: Инновационная деятельность.- М.:Магистр,1997.

19. Панфилова А.П. Деловая коммуникация в профессиональной деятельности. СПб.: Знание, 2001. - 494 с.
20. Платонов, В.Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В.Н. Платонов. - М: Физкультура и спорт, 1986. - 286с.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**О ПРОВЕДЕНИИ ШКОЛЬНОГО «ДНЯ ТУРИЗМА»**

**1. Цели и задачи**

- пропаганда и популяризация туризма здорового образа жизни;
- повышение уровня физической, тактической, технической подготовки участников.
- выявление сильнейших команд и участников;
- отработка приёмов техники безопасности.

**2. Время и место проведения**

Дата – 23 мая 2019 г. Время - 10:00.

Место проведения – школьная площадка

**3. Участники соревнований**

Учащиеся 5-10 классов

Состав команды – весь класс

**4. Программа соревнований**

11.00 – 11.10 - регистрация

11.10 – 13.10 – старт для команд

14.00 – 14.20 – подведение итогов, закрытие соревнований

**5. Руководство проведением**

Непосредственное проведение соревнований осуществляет Главная судейская коллегия.

**6. Условия проведения соревнований, определение победителей**

Соревнования заключаются в прохождении дистанции с различными препятствиями. За ошибки, допущенные при прохождении этапов, участники получают штрафное время. Места подводятся по наименьшей сумме штрафных баллов команд.

**РЕКОМЕНДУЕМЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ  
ТУРИСТСКОГО СНАРЯЖЕНИЯ НЕОБХОДИМОГО ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТУРИСТСКОГО  
ПРАЗДНИКА**

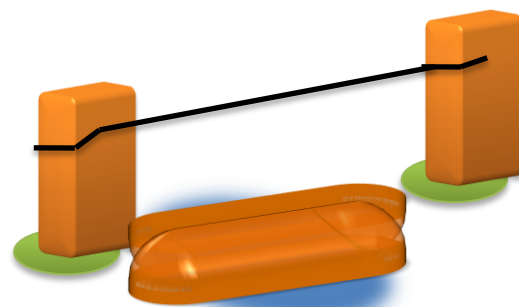
1.	Верёвка основная (длина 30 м)	2-3 шт.
2.	Верёвки для вязки туристских узлов (толщина 6 мм)	10 шт.
3.	Секундомер электронный	комплект
4.	Судейские протоколы	комплект
5.	Канцтовары (ручки, карандаши)	комплект
6.	Грамоты	комплект
7.	Баннеры (старт, финиш)	комплект
8.	Палатки туристские походные	2 шт.
9.	Спальники	2 шт.
10.	Коврики	2 шт.
11.	Рюкзаки	2 шт.
12.	Система страховочная (грудная обвязка, беседка)	по назначению
13.	Карабины для навешивания перил	8 шт.
14.	Карабины для самостраховки	12 шт.
15.	Набор деревянных кочек	комплект
16.	Карточки для теоретического задания	комплект

## ОРГАНИЗАЦИЯ ПРОСТЫХ ТУРИСТСКИХ ПРЕПЯТСТВИЙ

### Переправа по бревну

Задание можно организовать на уроке с верёвочными перилами и без них. Для этого используется стандартное и нестандартное оборудование: перевёрнутая гимнастическая скамейка; доски; гимнастическое бревно, установленное на высоте не более 30 см.

Препятствие преодолевается по одному. Участники передвигаются по бревну, удерживая равновесие или, если есть перильная верёвка, держась за неё руками.



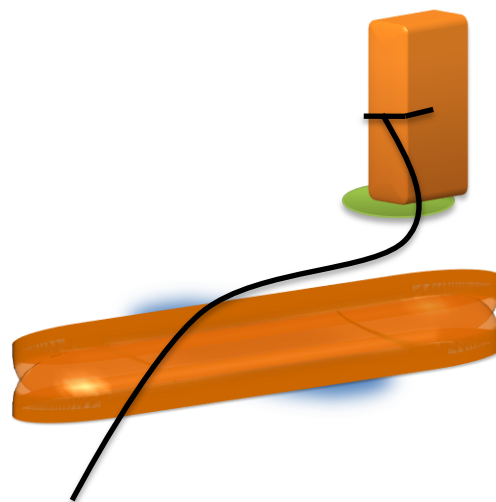
### Переправа по бревну с помощью маятниковой верёвки

Данный способ перехода по бревну часто используют в походе, для первого участника, который после преодоления маятником наводит верёвочную периллу над бревном.

Верёвка крепится на опоре, стоящей в 2-3 м от бревна, участник, двигается по бревну, держась за маятниковую периллу.

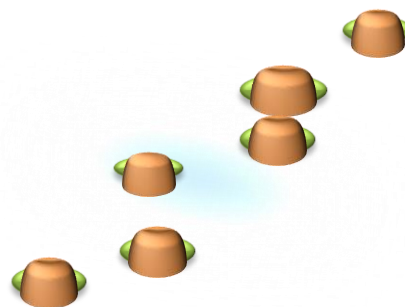
Опора для крепления маятниковой верёвки может быть закреплена как на стартовом берегу, так и на финишном. Однако надо учитывать отличия в преодолении. Если опора находится на стартовом берегу, то участник двигается от неё, пропуская верёвку, как на спуске, а если опора – на финишном берегу, то веревку нужно выбирать аналогично работе на подъёме.

При обучении технике преодоления этапа «Переправа по бревну» учитель должен обратить внимание на то, как правильно стоять участнику на бревне, чтобы перильная верёвка была сбоку и не мешала ему при прохождении. Учащиеся сразу должны учиться анализировать и предвидеть различные ситуации, технически и тактически грамотно преодолевать препятствия. Для этого на уроке учителю следует менять расположение гимнастического бревна, располагать точки опоры перил с разных сторон.



### Переправа условного болота по кочкам

Препятствие оборудуется с помощью искусственных кочек (кругов из линолеума, ковриков, деревянных устойчивых брусков), которые устанавливаются зигзагообразно, чтобы в середине этапа происходила вынужденная смена толчковой ноги. Расстояние между «кочками» 80-120 см в зависимости от возраста участников. Прохождение первой и последней кочек обязательно, остальных – в произвольном порядке. Наступать ногами на «болото» нельзя.



По сигналу каждый участник поочередно преодолевает «болото» прыжками по «кочкам». Выигрывает команда, которая первая с наименьшим временем и числом заступов выполнила задание.

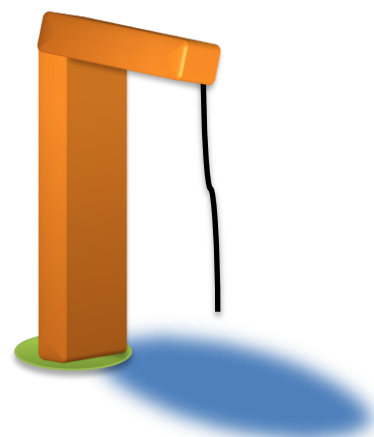
### Переправа маятником

Следует подыскать место, где можно закрепить веревку вверху. В зале верёвку можно повесить в крепление для каната, если нет такой возможности, можно использовать высокую гимнастическую перекладину.

Стоя за контрольной линией и используя маятниковую вертикальную веревку, учащийся должен преодолеть «условный ручей» (контрольный участок).

Для удобства захвата веревки на ней вяжут узлы на разной высоте для ребят разного возраста.

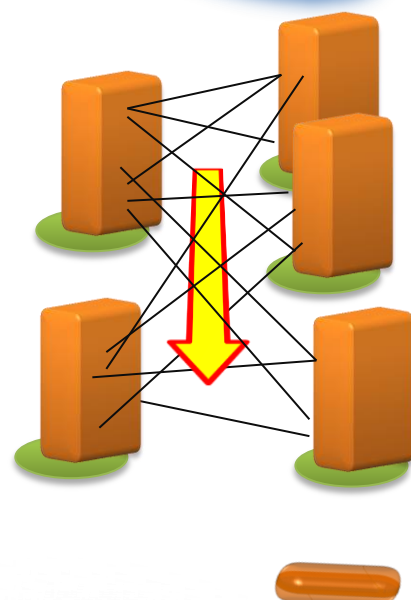
Возможные штрафы: заступ за контрольную линию, срыв – касание двумя ногами земли в опасной зоне.



### Мышеловка

Для организации задания «Мышеловка» потребуется до 30-50 метров бельевой верёвки диаметром 5-6 мм. Данной верёвкой преграждается путь движения учащихся по принципу «паутина». Задача учеников – преодолеть искусственную паутину (мышеловку) на скорость, при этом разрешается пролазить и касаться натянутых верёвок.

Задание можно усложнить введением правила – касание нитей мышеловки запрещено.

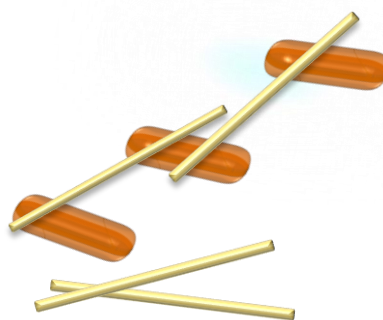


### Гать (по наведённым жердям и самонаведением)

Для организации используются жерди, бруски длиной до 2-х метров и опоры шириной не более 50 см. Опорами могут быть как деревянные бруски, так и набитые песком небольшие мешки. Если размеры будут меньше, то у учащихся возникнут трудности с размещением на опоре.

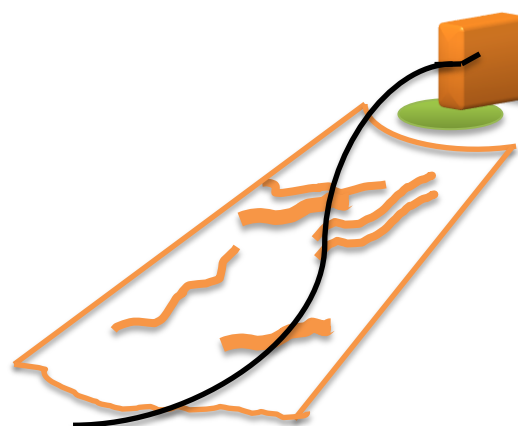
Задание можно усложнить, если увеличить количество пролётов. Таким образом, увеличивается путь прохождения, повышается его сложность.

Участники могут наступать только на опоры или уложенные на эти опоры жерди. На одной опоре могут находиться не более двух участников. Судьи ставят штрафы за заступы в опасную зону, падение в «болото».



### Подъем и спуск

Упражнения на склонах оврагов всегда вызывают у занимающихся всплеск эмоций. Они представляют себя альпинистами, скалолазами, покорителями высоких гор. Поэтому данное препятствие лучше организовать на склоне до 45° и длиной не



менее 20-25 м. Если сделать уклон меньше, задание не будет таким интересным, а если уклон больше, то это может быть достаточно опасно.

Участок, который необходимо будет преодолеть, ограничивается маркировочной лентой, в начале и в конце, а также по всему протяжению, отделяя рабочую зону, за которую участникам заходить нельзя.

Обязательно перед началом занятий склон проверяется. Он должен быть чистый, песочный или травяной, на нем не должно быть камней или крупных веток, которые могли бы навредить участникам.

## ОРГАНИЗАЦИЯ СЛОЖНЫХ ТУРИСТСКИХ ПРЕПЯТСТВИЙ СО СПЕЦИАЛЬНЫМ ТУРИСТСКИМ СНАРЯЖЕНИЕМ

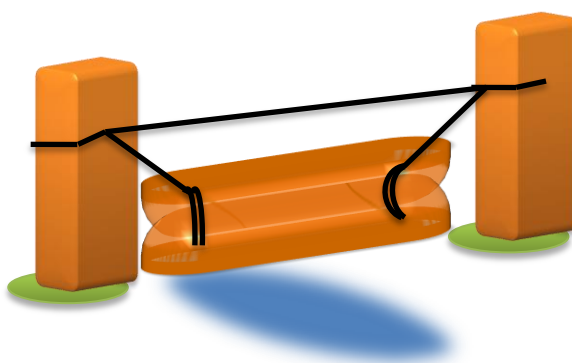
### Качающееся бревно с периллой

Между двумя опорами подвешивается бревно, в метре выше хорошо натягивается перильная верёвка.

Задача участника – переправиться по качающемуся бревну на другую сторону. Передвигаться необходимо приставными шагами, стоя на бревне и удерживая равновесие, держась за перильную верёвку. Обязательно страхуется каждый участник.

Задание «Качающееся бревно» достаточно сложное, поэтому рекомендуем преодолевать препятствие на самостраховке, используя для каждого участника страховочные системы.

В этом задании время не учитывается.

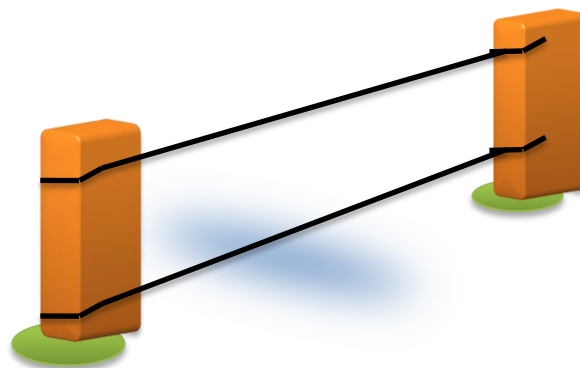


### Параллельная переправа

Это задание, как и предыдущее сложное в организации и обеспечении страховки участников. Поэтому не следует планировать его очень длинным, достаточно 8-10 м на ровной поверхности не очень высоко от земли (30-50 см нижняя перилла).

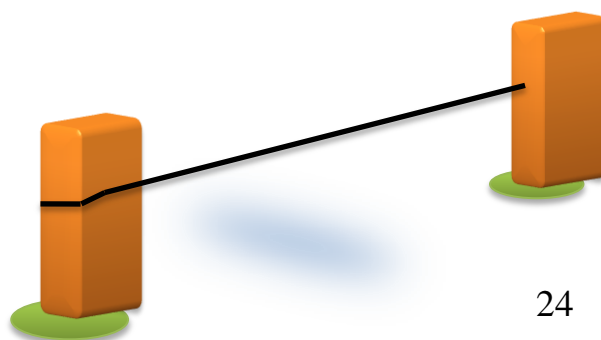
Задача участника – переправиться по параллельной переправе на другую сторону. Передвигаться необходимо приставными шагами, стоя на нижней перильной веревке, держась за верхнюю. Обязательно страхуется каждый участник.

На данном этапе возможны штрафы: двое на веревке, заступ за контрольную линию (спрыгнул с перил не в безопасной зоне), срыв (ноги сорвались с перил, и участник повис только на руках).



### Туристская переправа (навесная переправа)

Технически сложное задание -пересечь по натянутой верёвке условную реку. Здесь приходится преодолевать препятствие без специального оборудования (без организации самостраховки), поэтому следует





## Борисов Александр Борисович

организовывать его не очень длинным, примерно 8-10 м на ровной поверхности, и не очень высоко от земли.

Участники преодолевают в висячем положении на руках и ногах. Оценку можно сделать следующим образом: на полу рисуются 3 линии, пролез не очень много, например 2 м – 2 штрафных балла, 4 м – 1 балл, 8 м – 0 баллов.

Если в школе есть туристское снаряжение, то переправа преодолевается на карабине, пристегнутом к участнику в страховочную систему. Участник вытягивает себя поочередно руками и помогает ногами.

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЗАДАНИЙ ДЛЯ ПРОВЕРКИ  
КОММУНИКАТИВНЫХ НАВЫКОВ**

**Задание «Шумная река»**

*Оборудование:* карточки с названиями предметов.

*Условие:* группа и один из участников команды оказались по разные стороны горной реки, которая сильно шумит. Они друг друга не слышат, только видят. Участник, который оказался по другую сторону пропасти или реки, должен показать, какие вещи группа должна переправить ему для того, чтобы он спасся. Главное условие задания – нельзя произносить слова, можно только их показывать жестами и мимикой.

Участники команды по одному переходят на другую сторону зала, тянут одну карточку и показывают предмет. Важно угадать предмет как он записан в карточке, если из 2-х слов то отгадать должны два слова. Например, шерстяная шапка – ответ шапка, будет неполным, а значит неправильным.

После того как команда его угадала, участник возвращается в команду, а его место занимает следующий. Справиться с заданием должна вся группа. Выигрывает группа, которая быстрее всех справилась с заданием, или в чьей команде больше участников показали предметы за определённое время. Ниже предлагаем свою подборку карточек с названием предметов для данного задания (рис.3):

Рубашка	Спальный мешок
Комбинезон	Спасательный жилет
Шерстяная шапка	Ботинки
Карта и компас	Резиновая лодка
Резиновые сапоги	Накидка от дождя

*Рис. 1.* Карточки с названиями предметов для задания «Шумная река»

**Задание «Вращающаяся верёвка (Ветер в лесу)»**

*Оборудование:* верёвка длиной 10-15 м.

*Условие:* сильный ветер застал группу туристов в пути. Ветки, листья летят и бьются о деревья и землю, но туристам необходимо идти дальше чтобы найти место для стоянки и переждать бурю.

Задание – вся команда должна по одному пробежать через вращающуюся верёвку не задев её.

Вращать веревку могут двое учащихся из класса. Вращение должно быть равномерным, верёвка почти касается пола или земли.

Пробегать нужно в тот момент, когда верёвка пройдет на уровне головы и будет двигаться к полу. Очередной пробегающий должен стоять в одном-двух шагах от крайней точки (ближней к полу) окружности, описываемой скакалкой.

Упражнение требует от участников смелости, расчетливости, умения принимать решения.

### **Задание «Бивуак»**

*Оборудование:* полотно 2×2 м.

*Условие:* идет дождь, вода окружила туристов, и у них остаётся все меньше сухого места, ещё немного и все окажутся в воде.

Задание – вся команда должна разместиться на импровизированном сухом островке, встать на полотно размером 2х2 м и удержаться на нем не менее 10 с. После выполнения – островок затапливает, он уменьшается (полотно складывается пополам), но задание остается тем же, надо на острове разместиться абсолютно всем. Выигрывает та команда, которая устоит в полном составе на постоянно уменьшающемся островке.

### **Задание «Тёмная пещера»**

*Условие:* туристы изучают пещеру, вдруг у них погасли фонари. У команды нет запасного фонарика, поэтому к выходу им придется двигаться только по указаниям дежурного, который остался возле входа.

На полу мелом рисуем или выкладываем гимнастическими палками запутанный маршрут длиной 10-15 м с 5-6 поворотами.

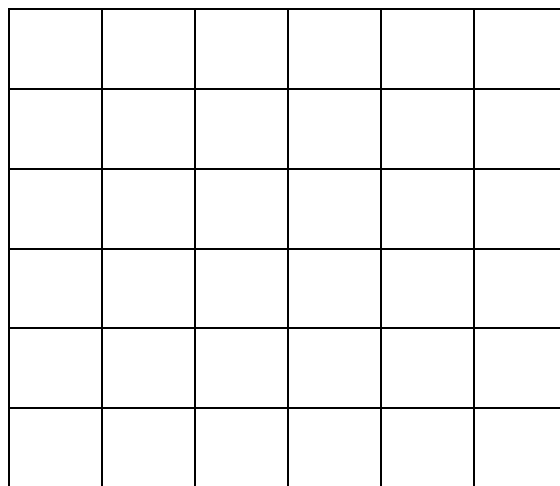
Задача для команды – с закрытыми глазами пройти указанный путь условной «пещеры» по указаниям дежурного (капитана) команды. Учащиеся сами выбирают капитана. Выигрывает команда, которая быстро и правильно, не задев стенки пещеры, прошла коридор условной «пещеры». Каждое командное касание - 1 штрафной балл т.е. + 10 с.

Если задание уже знакомо учащимся, то его можно усложнить. Для этого предлагаем участникам следующую легенду. Пещера быстро наполняется водой, а вас есть только 2 мин для прохождения маршрута.

### **Задание «Преодоление болото»**

*Оборудование:* нарисованное болото, тайная карточка, ключ.

Болото в этой игре представляет собой большое (8×8 м) поле, размером 6 квадратов на 6 квадратов – по типу «классиков» (рис. 2), которое заранее размечается на полу с помощью мела, веревок и т.д.



Игровое поле (8×8 м)



Ключ для ведущего – это тайная карточка с правильным расположением кочек (рис. 3), на которой зафиксирован безопасный маршрут через болото.

*Условие:* группе предстоит перебраться через болото. Однако сделать это не просто. Прежде всего выполнять задание нужно молча. За каждое слово, произнесенное кем-либо из участников, будет наказана вся группа (упражнение придется выполнять заново).

	■		■	■	
	■	■		■	
		■		■	
■		■	■	■	

Ключ расположения кочек

Болото переходится по кочкам. Их не видно, но участники о них узнают от ведущего. Если клетка, на которую встал участник, – это кочка, ведущий промолчит. Если трясина, ведущий скажет: «Буль!». Участника засасывает болото, и он возвращается на берег. Следующий участник пойдет по тем клеткам, про которые уже точно известно, что они «кочки» (в строго определенном порядке!), и попробует найти следующую, новую «кочку». Он будет продвигаться вперед, пока не услышит «Буль». Утонув, он вернется на берег и уступит место следующему участнику.

На поле может находиться только один участник. Остальные либо еще стоят на берегу, либо уже перебрались через болото. Помните: перебраться должна вся группа, а за нарушение правил, все участники возвращаются на берег.

### **Задание «Следопыт»**

Данное упражнение является усложненным упражнением «Темная пещера» и применяется для учащихся среднего и старшего звена.

Перед тем как участникам завяжут глаза, учитель даёт команду, во время задания необходимо не только преодолеть правильно весь маршрут, важно его запомнить. По окончании прохождения задания всеми участниками, их уводят в другую аудиторию, где они должны зарисовать маршрут на бумаге или доске.

Так как упражнение командное, оно требует от участников активного общения, умения принимать общие решения и отстаивать свою точку зрения. Выигрывает команда, чья схема наиболее точно совпадет с судейской схемой-образцом.

Важно, чтобы участники не видели маршрут ни до начала упражнения, ни после его прохождения. Также участникам (капитанам), которые руководили командой во время прохода, нельзя общаться с командой до окончания упражнения, т.е. до зарисовки командой схемы.

### **Задание «Спасение пострадавшего»**

*Оборудование:* верёвка с пометкой цветным скотчем посередине

Участники становятся в линию, перед ними на полу лежит верёвка с пометкой цветным скотчем посередине. По команде учителя участники равномерно располагается по обеим сторонам от отметки на верёвке всем классом. Учитель ставит задачу - взять верёвку одной рукой, отпускать руку запрещено.

Задание для команды на отмеченном на верёвке месте - команда должна завязать простой узел, как показан на рис. 4. Участникам дается время обсудить стратегию, напоминает, что веревку отпускать нельзя.

После начала задания учитель следит за правильностью выполнения, если один из участников отпустил руку, команда наказывается штрафным баллом.

**ВОПРОСЫ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО КОНКУРСА**

**1. Дайте определение понятию «азимут»?**

- а) название туристского инвентаря;
- б) угол между востоком и западом;
- в) угол между направлением на север и направлением на какой-либо удалённый предмет;
- г) направлена стрелки на компасе.

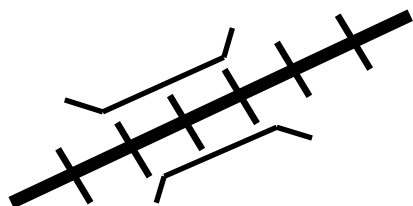
**2. Для преодоления какого этапа участнику необходима нижняя страховочная система?**

- а) спуск;
- б) навесная переправа;
- в) параллельная переправа;
- г) подъем.

**3. Какие узлы существуют для присоединения веревки к опоре?**

- а) «Проводник»;
- б) «Прямой»;
- в) «Удавка»;

**4. Что означает данный условный знак на спортивной карте?**



- а) железная дорога;
- б) линия электропередач;
- в) железнодорожный мост;
- г) железная дорога, проходящая через туннель.

**5. Какие существуют способы эвакуации пострадавших без носилок?**

- а) на прочных деревянных жердях;
- б) на руках;
- в) перетаскивания пострадавшего волоком;
- г) в рюкзаке.

**6. Какие существуют способы определения сторон света на местности?**

- а) по направлению ветра;
- б) по собственной тени;
- в) по направлению дорог и тропинок;
- г) по местным признакам (по муравейникам, по траве).

**7. Сколько должен весить рюкзак, собираемый для трехдневного похода по цивилизованной местности?**

- а) менее 20-ти кг
- б) 20-50 кг
- в) если взять только все самое необходимое, то кило 100
- г) 5-8 кг

**8. Укажите последовательность разведения костра.**

- а) в любой последовательности;
- б) заготовить растопку (мелкие сухие веточки, дрова);

- в) поджечь костер двумя-тремя спичками;
- г) положить на растопку ветки потолще, поверх веток положить поленья.

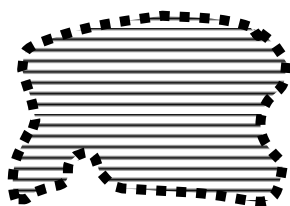
**9. Для чего применяется раствор аммиака?**

- а) для восстановления дыхания;
- б) для приведения в сознание после обморока;
- в) для дезинфекции ран и ссадин;
- г) для лечения ушных воспалений.

**10 Для чего применяется 5 %-ный раствор йода?**

- а) для обработки кожи при обморожениях и ожогах 1-й степени;
- б) для обработки краев ран и небольших порезов;
- в) для нанесения йодистой сетки при ушибах и нарывах;

**11. Что означает данный условный знак на спортивной карте?**



- а) открытое пространство;
- б) трудно-проходимая растительность;
- в) поле;
- г) возвышенность.

**Ответы: 1 В, 2 Б, 3 В, 4 В, 5 Б, 6 Г, 7 Б, 8 Б, 9 Б, 10 Б, 11 Б**