

## ПРОЕКТ ЛЕТНЕГО ТУРИСТИЧЕСКОГО ЛАГЕРЯ «ТРОПИНКАМИ ДРУЖБЫ»

### Введение

Среди разнообразных средств, способствующих формированию нового человека, становлению личности, развитию способности, особое место принадлежит туризму и краеведению. Туризм и краеведение в современном их понимании — это физическое развитие, оздоровление и познание окружающей среды, формирование ценных духовных качеств личности. В туризме заложены огромные возможности для формирования здорового образа жизни, укрепления здоровья, воспитания культуры поведения на природе, повышение познавательного уровня учащихся. Познавательная функция туризма осуществляется тогда, когда перед туристами раскрывается содержание всего, что они видят в природе, памятниках, истории и архитектуры, культуре и хозяйственной деятельности людей. Туристско-краеведческая деятельность способствует развитию детского самоуправления, распределению туристических и краеведческих должностных обязанностей, позволяет ребятам выбрать различные направления деятельности, проявить организаторские способности, найти свое место в коллективе, углубить и расширить свои знания, развивать преемственность.

Ценными результатами инновации являются:

1. Улучшение собственного физического и психического здоровья
2. Рост познавательной активности
3. Овладение навыками туртехники
4. Высокий уровень коммуникативности учащихся
5. Сознательное участие в формировании здоровьесберегающей среды

Главным мотивом познавательной активности учащихся выступают интересы, в условиях автономного существования создаются возможности для близкого общения с природой, для ее эстетического восприятия, формируются положительные качества личности, создаются условия для сотрудничества педагогов, учеников, родителей, оказывает положительное влияние на здоровье.

Туризм — это возможность оздоровления за счет повышения двигательной активности. Причем самым простым, физиологически доступным любому из нас способом — ходьбой. Нет более естественного вида двигательной деятельности, чем этот. Туризм устраняет как минимум два из пяти выделенных факторов риска сердечно-сосудистых заболеваний: гиподинамию и ожирение. В этом направлении можно дать ученику специальные знания по медицине, гигиене, физиологии, необходимые для профилактики заболеваний и травматизма, оказания первой доврачебной помощи. Постепенно у школьников формируется отношение к собственному здоровью как к ценности и развивается положительная мотивация к физическому саморазвитию.

Туризм — один из видов здоровьесберегающих технологий, является мощным катализатором, уникальным педагогическим средством в образовательно-воспитательном процессе. Данная инновационная работа была разработана на основании приказа Министерства просвещения от 18.10.1978 №151. В основу положен проект организации стационарного туристического лагеря, который рассчитан на 150 человек. Возраст детей 12-14 лет. По продолжительности лагерь работает 10 дней.

#### **Программа лагеря состоит из 3 этапов:**

1. обучающий этап — курс теоретических знаний и практических занятий;
2. закрепляющий этап — организация и проведение однодневного похода с радиальным выходом на природу;
3. итоговый этап — приобретение навыков по технике туризма.

**Цель:** пропаганда туризма среди учащихся школ, воспитание любви к родному краю, формирование навыков выживания и жизнедеятельности в условиях природной среды, общефизическое укрепление здоровья.

#### **Задачи:**

##### *1. жизнеобеспечение в природной среде:*

- 1.1. физическое оздоровление школьников средствами туризма;
- 1.2. формирование двигательных навыков, силы, ловкости, выносливости;
- 1.3. закаливание, купание;
- 1.4. режим физических нагрузок, отдыха и питания;
- 1.5. формирование прикладных туристских умений и навыков;

## Воспитательная работа

### *2. жизнь в коллективе, лидерство:*

- 2.1. развитие коммуникативных отношений;
- 2.2. создание и поддержание комфортного социально-психологического климата для самопознания, самоопределения и самореализации;
- 2.3. накопление опыта лидерства в микрогруппах (отряд, актив, лидер «дела»);

### *3. комплексное краеведение:*

- 3.1. ознакомление с природными и культурными, историческими особенностями родного края, района проведения лагеря;
- 3.2. обучение умению вести простейшие метеорологические наблюдения, исследовать обнажение горных пород коренных берегов рек, пруда;
- 3.3. обучение умению творчески фиксировать собственные впечатления, результаты наблюдений.

Для реализации поставленных целей, образовательных и оздоровительных задач можно использовать определенные **формы и методы работы**.

1. учебные занятия теоретические и практические;
2. беседы и консультации;
3. дидактические игры;
4. однодневные радиальные туристические походы;
5. экскурсии;
6. соревнования;
7. коллективные творческие дела;
8. трудовая деятельность.

Учебные занятия теоретические и практические занятия проводятся 2 раза в день, которые формируют навыки и умения туртехники.

Теоретические занятия — работа с картой, компасом, медицинская подготовка, составление временной ленты и маршрута, выживание в условиях автономного существования.

Практические занятия — техника пешего, водного, горного туризма, работа в отрядах по комплексному краеведению.

Однодневный радиальный туристический поход — учебный, где решаются задачи маршевой подготовки, преодоление естественных препятствий, обучение ориентированию изучение района маршрута.

Коллективные творческие дела — организация досуга детей с целью формирования коммуникативных отношений, роста лидерских качеств, развитие творчества, фантазии детей, удовлетворенность детей и педагогов пребыванием в данном коллективе.

Трудовая деятельность — положительных результатов в воспитании экологической культуры нельзя добиться только наставительно-разъяснительными беседами. Значительно эффективнее привезти и развесить скворечники, огородить муравейники, расчистить от завалов просеки и т.д.

#### **Ожидаемые результаты**

Расширение познаний школьников о своем родном крае, воспитание чувства патриотизма. Привитие интереса к туризму. Расширение знаний и умений школьников в овладении туристской техники. Укрепление здоровья детей на основе общефизической подготовки. Сдача нормативов пешеходного и водного туризма. Воспитание инструкторов по туризму. Участие в районных, городских республиканских соревнованиях.

#### **Основная проблема ее актуализации**

Система полевых лагерей достаточно традиционная, но не заслуженно забытая форма проведения школьных каникул. В чем же состоит актуальность организации туристических лагерей сегодня?

1. Лагерь позволяет получить максимальный образовательно-оздоровительный эффект без значительных физических и эмоциональных перегрузок.
2. Лагерь — школа туристической культуры, культуры поведения на природе. Осваивая элементы начальной туристической подготовки дети получают базовое образование (ориентирование, краеведческую деятельность).
3. Лагерь, находящийся на полном самообслуживании, способен удовлетворить потребности детей в проявлении самостоятельности, творчества, инициативы.
4. Детей вывозят из экологически неблагоприятных условий города в относительно чистую природную среду.
5. Относительно доступное расположение лагеря позволяет избежать большей части естественного беспокойства родителей за жизнь и здоровье детей, обычно возникающих при организации дальних туристических путешествий.

#### **Психолого-педагогическое сопровождение**

Психолого-педагогическое сопровождение включает психологическое просвещение, консультативную помощь в развитии коммуникативной культуры, лидерских и организаторских способностей участников лагеря. Данное направление осуществляется психологами ДДТ, специалистами центра «Семья» и школьных социально-психологических служб.

## Воспитательная работа

Основные формы и методы работы:

- психолого-педагогическая диагностика;
- тренинги, психологические игры и практикумы;
- психологические консультации.

### Приложение 1 Смета расходов

<b>1. Снаряжение и оборудование</b>			
а	Веревки (диаметр — 10, длина — 60м)	1 шт	1200
б	Веревки (диаметр — 10, длина — 40м)	4 шт	3200
в	Карабины	40 шт	10000
г	Системы страховочные	16 шт	8000
д	Блокировка (диаметр — 10, длина — 3м)	16 шт	960
е	Репшнур (диаметр — 6, длина — 2,5м)	16 шт	400
ж	Веревка (диаметр — 8, длина — 60м)	1 шт	1080
з	Байдарка	3 шт	27000
и	«Жумары»	8 шт	2400
к	«Восьмерки»	16 шт	2240
л	Компас	6 шт	600
м	Карта	10 шт	1000
	<b>ИТОГО</b>		<b>58080</b>
	<b>2. Оплата инструкторов</b>		
	3. Оплата воспитателей		
	4. Питание		
	5. Транспортные расходы		
	6. канцелярские принадлежности		

### Структура управления

Начальник — 1  
 Заместитель оп хозяйственной части — 1 (комендант)  
 Заместитель по воспитательной работе — 1  
 Заместитель по учебному процессу — 1  
 Инструктор — 4  
 Организатор досуга — 2  
 Воспитатель — по 2 человека на отряд  
 Врач — 1  
 Охрана — 2  
 Главный руководитель — 1



**Е. Никулина, Н. Мерзлякова, Н. Поварницына**

**Приложение 2  
Примерный распорядок дня**

<b>7.30</b>	Общий подъем
<b>7.30–8.00</b>	Зарядка
<b>8.00–8.30</b>	Уборка лагеря, умывание
<b>8.30–9.00</b>	Завтрак
<b>9.15</b>	Общая линейка — повестка дня
<b>9.30–12.30</b>	Теоретические и практические занятия
<b>12.30–13.30</b>	Обед
<b>13.30–15.00</b>	Тихий час
<b>15.00–16.00</b>	Работа в отрядах
<b>16.00–18.30</b>	Теоретические и практические занятия
<b>18.30–19.30</b>	Ужин
<b>20.00–21.00</b>	КТД
<b>21.00–22.30</b>	Вечерний костер
<b>22.30–23.00</b>	Подготовка ко сну
<b>23.00</b>	Отбой

Изд. лиц. № 040515 от 14.01.98.

Подписано в печать 18.03.08. Формат 70×90/16. Бумага офсетная. Печать офсетная.  
Печ. л. 8,0. Усл. печ. л. 9,28. Заказ №

Редакция «Народное образование».  
109341, Москва, ул. Люблинская, д. 157, корп. 2. Тел.: (495) 345-52-00.

Отпечатано в ОАО ордена Трудового Красного Знамени  
«Чеховский полиграфический комбинат»  
142300, г. Чехов Московской области.  
Сайт: [www.chpk.ru](http://www.chpk.ru) E-mail: [marketing@chpk.ru](mailto:marketing@chpk.ru)  
Факс: 8 (49672) 6-25-36, факс: 8 (496) 270-73-59  
Отдел продаж услуг многоканальный: 8 (499) 270-73-59