

Государственное образовательное учреждение высшего профессионального  
образования  
«САРАТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ имени Н.Г.  
Чернышевского»  
Педагогический институт

## ТУРИЗМ

*Учебно-методическое пособие для студентов  
факультета физической культуры*

Саратов 2011

Автор-составитель  
*Андряков П.А.*

Учебно-методическое пособие «Туризм» составлено в соответствии с учебной программой. В пособии представлены содержание изучаемого курса, основополагающие теоретические вопросы, задания для самостоятельной работы студентов, а также вопросы к зачетам и экзамену. Пособие поможет правильно организовать учебный процесс, повысить интерес к изучаемому предмету и совершенствоваться в практической деятельности. Представленный материал изложен доступно и компактно.

Учебно-методическое пособие рекомендовано для студентов дневного и заочного отделений факультета физической культуры, обучающихся по специальности «Безопасность жизнедеятельности» с дополнительной специальностью

Рекомендует к опубликованию в электронной библиотеке

Кафедра теоретических основ физического воспитания Педагогического института Саратовского государственного университета имени Н.Г. Чернышевского

Работа представлена в авторской редакции.

## Методические указания к изучению дисциплины

### Туризм

для специальности 050720 - «Безопасность жизнедеятельности» с дополнительной специальностью,

реализуемой на факультете физической культуры

Составитель: Андряков П.А.

Туризм занимает важное место в учебно-воспитательной работе, в воспитании подрастающего поколения.

Туристская деятельность способствует формированию активной жизненной позиции молодого человека. Туризм – исключительное по ценности средство физического воспитания и активного отдыха человека на природе. В туристических походах учащиеся закаляют свой организм, укрепляют здоровье, развивают выносливость, силу и другие физические качества, приобретают прикладные навыки и умение ориентирования на местности, преодоление естественных препятствий, самообслуживания и др.

Особые условия туристской деятельности способствуют воспитанию нравственных качеств личности: взаимоподдержки, взаимовыручки, организованности, дисциплины, принципиальности, чуткости и внимания к товарищам, смелости, стойкости и мужества, чувства долга и ответственности, высоких организаторских качеств.

Учебная работа по курсу проводится в форме лекций, семинарских занятий, а также групповых и индивидуальных консультаций, самостоятельной работы студентов (написание рефератов, выступление с докладами на конференциях и др.). Учет успеваемости студентов проводится в форме зачета (в 10 семестре).

**Целью** изучения дисциплины является обучение студентов организации целенаправленных занятий с учащимися по туризму. Занятия способствуют расширению и углублению знаний, умений и навыков школьников, развитию их самостоятельности, индивидуальных способностей, склонностей и т.д. Туризм проводится в тесной связи с учебной программой.

**Задачи** изучения дисциплины:

1. Создавать условия для привлечения школьников к систематическим занятиям физической культурой и спортом;
2. Закреплять и совершенствовать умения и навыки учащихся, полученные ими на уроках физической культуры и в походах;
3. Воспитывать у школьников активность и трудолюбие, развивать творческую инициативу, самостоятельность и организаторские способности.

### Содержание учебной дисциплины

Тема 1. Туризм в системе физического воспитания. Формы туристической работы в школе.

Тема 2. Топографическая подготовка туристов. Особенности подготовки, организация и проведение туристических походов со школьниками.

Тема 3. Особенности подготовки, организация и проведение туристических походов со школьниками.

Тема 4. Обеспечение безопасности. Врачебный контроль, самоконтроль. Профилактика травматизма.

Тема 5. Особенности организации соревнований и проведения лыжных, горных, водных походов со школьниками.

Тема 6. Виды соревнований по спортивному ориентированию и особенности их проведения с детьми.

Тема 7. Особенности организации соревнований со школьниками по технике пешеходного туризма.

Тема 8. Основы экологического обучения на занятиях туризмом и спортивным ориентированием. Межпредметная связь при проведении соревнований.

Тема 9. Основы расчета питания в походе.

Тема 10. Работа с топографическим материалом: карты, схемы и т.д. Прокладка маршрутов по карте.

Тема 11. Комплектование медицинской аптечки. Первая медицинская помощь.

Тема 12. Компас и работа с ним.

Тема 13. Туристические узлы. Наведение переправ.

Тема 14. Техника прохождения этапов в соревнованиях по пешеходному туризму.

Тема 15. Передвижения на местности с использованием компаса и карты.

Глазомерные съемки.

Тема 16. Спасательные работы. Организация бивака.

### **Теоретические основы вопроса «Квалификация видов туризма. Виды туризма»**

По характеру путешествия – горный, сухопутно – равнинный, подземный (пещерный), водный, подводный, комбинированный.

По способу передвижения путешественника – пешеходный, горно-пешеходный, лыжный, велосипедный, шлюпочный, парусный, автоторный, конный.

### **Формы туризма**

По форме и содержанию туристская деятельность очень разнообразна (прогулки, походы, экскурсии, экспедиции, лагеря, слеты).

Прогулка представляет собой передвижение на местности с познавательной, оздоровительной целью, с целью закаливания организма. В зависимости от времени года, и подготовленности человека прогулки могут быть пешие, лыжные, велосипедные, лодочные. Это самая простая и доступная кратковременная форма туризма.

Экскурсия – это коллективное посещение определенных объектов с познавательной или научной целью. Экскурсии также преследуют цель расширения кругозора, общего культурного развития человека.

Туристические экспедиции представляют собой организованное многодневное путешествие в малоисследованные районы, которые осуществляется со специальными исследовательскими целями.

Самой доступной и массовой формой туризма являются походы.

Туристский поход – это путешествие с активным способом передвижения в отдельных от места жительства районах, осуществляемое с образовательной, оздоровительной, спортивной, исследовательской.

По продолжительности различают походы однодневные, двухдневные походы выходного дня без ночевки, с ночевкой) и многодневное.

По масштабу района различают **местные и дальние** путешествия.

Местный туризм – это путешествие, проводимые в пределах своего района, области, края.

Дальний туризм – это путешествие в районах, отдаленных от места жительства.

По форме организации путешествий различают плановые и самостоятельные туризм.

Плановый туризм – это однодневные и многодневные путешествия, которые организовываются через туристско-экскурсионные бюро, советы добровольных – спортивных обществ, через спортивные клубы и коллективы физической культуры. Такие путешествия проводятся по оплачиваемым путевкам с полным обеспечением участников питанием, обслуживанием, транспортным средствам.

Самостоятельный туризм – это многодневные и однодневные путешествия, которые организуются силами и средствами участников.

В зависимости от целей доходы могут быть познавательной, оздоровительной, спортивной направленности и агитационно-массовые.

Познавательные походы – направлены на изучение своего края (района, области, республики): рельефа, климата, флоры и фауны, хозяйства. Познавательные походы предусматривают ознакомление с передовыми предприятиями, встречи с передовиками производства, с героями и ветеранами Великой Отечественной войны, с делегатами съездов, посещение музеев и памятных мест. Такие походы способствуют расширению кругозора, воспитывают чувство – любви к своему краю, гордости за него, чувство советского патриотизма.

Оздоровительные походы – способствуют закаливанию организма, развитию и совершенствованию двигательных качеств, повышают работоспособность, служат прекрасной формой, активного отдыха, значение которого огромно.

Спортивные походы – улучшают физическую подготовленность, закаляют волю, способствуют физическому совершенствованию.

## Теоретические основы вопроса «Техника бивачных работ»

### Установка палаток

Для установок палаток выбирается ровная площадка без кочек, ямок и пней. Желательно расположить палатки на одинаковом расстоянии друг от друга. Но при разбивке бивака нужно, прежде всего, думать об обеспечении здорового и безопасного отдыха туристов, и, если нет возможности разместить все палатки на одной площадке, их ставят вразброс. Следует учитывать направление ветра и рельефа участка.

Под пол палатки кладут листья, мелкие ветки, мох. А если палатку ставят на снегу или льду, то необходимо на полу внутри палатки сложить веревку, пустые рюкзаки, штормовки. Если палатка не имеет водонепроницаемого дна, то под ней необходимо расстелить клеенку или полиэтиленовую пленку.

Для защиты от дождевой воды, стекающей с крыши палатки, вокруг нее почти вплотную выкапывают ровик глубиной и шириной 8-10 см с канавкой, которая отведет воду по склону местности.

### Выбор места и планировка палатки

Слеты желательно поводить вблизи мест, связанных с маршрутами, по которым проходили предслетовские походы. Место должно иметь удобные подъезды и подходы для подготовки дистанции соревнований по спортивному ориентированию и туристской технике. Желательно, чтобы место слета располагалось не далее чем 3-5 км от ближайшей железнодорожной или автобусной станции, пристани.

Поляна, где расположится лагерь, должна быть сухой, ровной, защищенной от ветра. В районе места проведения слета должна быть доброкачественная питьевая вода. Если ее нет, то следует организовать ее подвоз. Необходимо также позаботиться о заготовке дров.

Поляну предварительно обследуют, подбирают площадку и устанавливают на ней мачту для подъема флага, размечают места для торжественной линейки и различных соревнований. Затем подыскивают открытую поляну для общего костра, на которой смогли бы разместиться все участники слета для просмотра художественной самодеятельности и исполнения туристских песен.

Платки для штаба главной судейской коллегии и медпункта ставят на поляне в некотором отделении от палаток участников слета.

Костры раскладываются за палатками в 10-12 м от них.

### Название костров

1 – «колодец»; 2 – «шалашик» («конус»); 3 – «звездный»; 4 – «таежный - 1»; 5 – «таежный»; 6 – «таежный - 3»; 7 – «три бревна».

**«Колодец».** Два полена кладут на углы параллельно, на некотором расстоянии друг от друга; поперек них – еще два и т. д. такая конструкция по внешнему виду,

действительно, напоминает колодезный сруб. Она обеспечивает хороший доступ воздуха к огню, и поленья обычно равномерно горят по всей длине.

**«Шалашик»**, или «конус». Поленья укладывают на угли наклонно к центру. При этом они частично опираются друг на друга. При такой конструкции костра дрова выгорают в основном в своей верхней части, но зато, благодаря близкому соседству их горящих частей, пламя получается мощным, жарким и концентрированным. Этот костер бывает выгоден, если нужно вскипятить воду или быстро приготовить что –нибудь в одном ведре, кастрюле, чайнике. Если же надо повесить на гонне не одну посудину, а несколько и, кроме того, желательно, чтобы все было готово одновременно, тогда «шалашик» не подходит. Тут лучше воспользоваться каким –нибудь другим костром, хотя бы тем же «колодецем».

**«Звездный»**. Поленья укладываются на груде углей с нескольких сторон по радиусу от центра. Горение происходит преимущественно в центре. И по мере сгорания дров их продвигают ближе к центру.

**«Таежный»**. Этот костер обязательно упоминается в туристических справочниках и руководствах. Однако, если взять разные справочники, окажется, что в них под этим названием описываются совсем, разные конструкции костров. Иллюстрации на плакатах для демонстрации их студентам.

### **Теоретические основы вопроса «Водные путешествия»**

Водный туризм является одним из наиболее технически сложных видов туризма, поэтому подготовка водных путешествий имеет свои особенности.

**Байдарка**. Это самое легкое из всех судов, которые применяются в туризме. Оно имеет корпус сигарообразной формы с острым носом и кормой. Палуба-дека в средней части имеет отверстие для гребцов (кокпит). В носовой и кормовой частях имеются емкие полости (форпик спереди и ахтерпик сзади). Их можно использовать для укладки походного имущества.

Байдарки типа «Салюта», «Таймень» выпускаются с рулями. Ими управляют при помощи ножных педалей.

По конструкции байдарки бывают жесткие, полужесткие, разборные и надувные. В туризме сейчас используют преимущественно разборные байдарки. Они обладают прекрасной остойчивостью, но прочность и жесткость корпуса довольно невелика.

### **Подготовка судна к путешествию**

Используя для путешествий разборные байдарки, их, если они новые, перед спуском на воду собирают, маркируют детали, дооборудуют. Если для похода используют бывшие в употреблении байдарки, то сначала необходимо осмотреть все детали каркасов, креплений, отложить в сторону те, которые требуют починки и замены. В походный инвентарь каждой байдарки необходимо включить запасное весло, стрингеры, резиновые колечки для весел, 25 м бечевы, опорный крюк, спринцовку для отсоса воды с наращенным па ее

сосок концом резинового шланга, обтирочные концы и ремнабор. Состав ремнабора: пассатижи, отвертка, кусачки, пила по металлу, ножницы, два-три буранчика, точильный брусок, парусные иглы, нитка капроновая, мотки мягкой проволоки и киперной ленты, коробка с гвоздями, винтами и шурупами, алюминиевые трубки, изолента на матерчатой основе. Ремнабор лучше хранить в специальном раскладном несессере. Кроме указанных инструментов на группу необходимо иметь ручную дрель с комплектом сверл и молоток.

Набор для починки оболочки включает: металлические фляжки с клеями, очищенным бензином, эфиром, тальком, резину для заплат, куски наждачного полотна, а для байдарок с пластиковой оболочкой — паяльник, моток суровой или капроновой нитки, полиэтиленовая изолента.

### **Теоретические основы вопроса «Топографическая подготовка. Основные элементы топографии»**

Понятие «местность» означает определенное пространство на земной поверхности, на котором принято различать рельеф и местные предметы. Совокупность всех неровностей, образующих земную поверхность, называют рельефом местности, а все расположенные на ней естественные и искусственные предметы (реки, леса, кустарники, горы, населенные пункты, дороги и т. п.) поместными предметами.

Рельеф и местные предметы являются основными топографическими элементами местности. Туристы обязаны знать топографию, уметь ориентироваться на местности, читать карту. Это необходимо и в туристских походах, и при проведении военизированных игр на местности.

По размерам различают *крупные, средние и мелкие* формы рельефа. К крупным относятся горные хребты, отдельные горы, большие долины и т. п.; к средним - отроги горных хребтов, холмы, небольшие долины; к мелким — бугры, небольшие возвышения и другие формы, величина которых измеряется метрами и долями метра.

По отношению к плоскости горизонта формы рельефа подразделяются на *положительные и отрицательные*. Положительные имеют выпуклую поверхность, возвышающуюся над окружающей местностью; отрицательные - вогнутую и образуют понижения местности.

К *положительным* формам рельефа относятся: гора, высота, горный хребет, холм, увал. Гора, высота — это возвышенность, имеющая, как правило, коническую или куполообразную форму, от вершины которой во все стороны расходятся скаты.

Во время военизированных игр со школьниками на местности большое значение будет иметь характер скатов, их форма, крутизна, так как они влияют на действия «войск», на проходимость «боевой техники». Правда, в играх не будет боевой техники, но будут ребята, обозначающие ее. И вот как раз они и должны уметь ориентироваться на местности, правильно использовать её рельеф для маневрирования боевой техники. Ребята должны правильно понимать и уметь использовать в боевой обстановке передние скаты, обращенные в сторону



«противника», и обратные, обращенные в противоположную сторону.

Хребет – вытянутая в одном направлении возвышенность. Линия вдоль хребта, от которого в противоположные стороны расходятся скаты, называется водоразделом или топографическим гребнем.

Седловина – пониженная часть хребта или вытянутой горы, расположенная между двумя соседними вершинами.

Барханы – закрепленные растительностью сыпучие песочные бугры полулунной формы с выпуклостью против ветра. Их высота 3—5 м (редко до 50—100 м), они труднопроходимые.

Холм—небольшая округлая возвышенность высотой менее 200 м и с пологими склонами и неясно выраженным подножием. Мелкие холмы часто называют буграми.

Увал—пологая, вытянутая возвышенность высотой менее 200 м с округлыми склонами и нерезко выраженной подошвой. К отрицательным формам рельефа относятся долина, Овраг, балка, лощина, котловина).

Долина—вытянутая в длину полая форма рельефа, имеющая уклон в одном направлении. Всякая долина имеет дно или ложе (самая низкая ее часть) и склон. В речных долинах самую низкую ее часть (русло) занимает река. Заливаемая во время половодий часть долины называется поймой. Дно долины ограничено склонами, которые часто бывают ступенчатыми и состоят из ровных площадок и уступов (террас).

Овраг—узкое, вытянутое понижение местности с крутыми или обрывистыми склонами. Овраги имеют уклон в одном направлении и не пересекаются между собой.

Балка—сходна с оврагом, но имеет пологие, часто задернованные склоны.

Лощина—вытянутое углубление, понижающееся в одном направлении. Линия, соединяющая низкие точки по дну лощины, называется водосливом. Лощины, расположенные на равнине или на пологом склоне горы и имеющие резко очерченные границы, от которых по дну лощины идут обрывистые скаты, называются оврагами. Большие широкие лощины с пологими склонами и мало-наклонным дном называются долинами, а узкие, с очень крутыми скатами — ущельями, если они прорезают горный хребет. Котловина—понижение местности, замкнутое со всех сторон. В зависимости от рельефа и почвенно-растительного местность считают равнинной, холмистой, горной.

Местные предметы, как и формы рельефа, очень разнообразны. Их подразделяют на несколько основных групп.

Населенные пункты—города, поселки, деревни, села, отдельные жилые постройки.

Производственные предприятия—заводы, фабрики, нефтепромыслы, шахты, электростанции и т. д.

Дорожная сеть—железные дороги, автострады, шоссейные, грунтовые, проселочные, полевые и местные дороги, тропы.

Линии и сооружения связи—телефонные и телеграфные линии, телефонные станции и радиостанции, отделения связи.

Воды и сооружения на них—морья, реки, озера, каналы, мосты, плотины,

пристани, паромы.

Почвенно-растительный покров – леса, кустарники, сады, луга, болота, пески, огороды и т. д.

## **Проведение конкурсов**

Любой слет должен быть по возможности насыщен массовыми мероприятиями: соревнованиями, играми, песнями, показом кинофильмов, отчетами, выставками туристских фотографий, стендами. Все это следует проводить в форме конкурсов. Конкурсы повышают интерес к различным видам туристской самодеятельности не только у зрителей, но и у самих туристов, участников слета.

Конкурсы ценны тем, что являются прекрасным средством пропаганды туризма. Кроме того, они помогают созданию цепных наглядных материалов по туризму, учат грамотно составлять и оформлять отчеты. На слетах со школьниками можно проводить следующие конкурсы:

1. На лучшую организацию туристской работы в школе.
2. На лучшее туристское путешествие.
3. На лучший фотоснимок о походе.
4. На лучшую самодеятельность.
5. На лучший туристский кинофильм.
6. На лучшее оформление бивака.
7. На лучший обед.

## **Теоретические основы вопроса «Требования безопасности при туристско-экскурсионном обслуживании»**

### **2.1. Общие требования безопасности**

При оказании туристских услуг должен быть обеспечен приемлемый уровень риска для жизни и здоровья туристов, как в обычных условиях, так и в чрезвычайных ситуациях (стихийных бедствиях, пожарах и т. п.), возникающих в стране путешествий.

Риск для жизни и здоровья человека в туристско-экскурсионном обслуживании возникает в условиях:

- существования источников риска;
- проявления данного источника на опасном для человека уровне;
- подверженности человека воздействию источников опасности.

Вредные факторы (факторы риска) в туризме могут быть классифицированы следующим образом:

- травмоопасность;
- воздействие окружающей среды;
- пожароопасность;

- биологические воздействия;
- психофизиологические нагрузки;
- опасность излучений;
- химические воздействия;
- повышенная запыленность и загазованность;
- прочие факторы;
- специфические факторы риска.

Травмоопасность может возникнуть в результате перемещения механизмов, предметов и тел; вследствие сложного рельефа местности; передвижения горных пород (камнепадов, селей, лавин); неблагоприятных эргономических характеристик используемого туристского снаряжения и инвентаря, влекущих травмы (тесная спортивная обувь, неудачная конструкция крепления горных лыж, узкие лямки рюкзаков и т. п.); опасных атмосферных явлений (статическое электричество, молнии, град и т. п.).

Снижение травмоопасности обеспечивается:

- защитными устройствами и ограждениями при использовании подвижных механизмов, предметов, опасных участков территории (подъемников, канатных дорог, участков осыпей в горах, у водоемов, горнолыжных трасс и т.д.);
- использованием средств индивидуальной защиты (страховочных веревок, обвязок при пересечении сложных участков туристского маршрута, головных шлемов, ледорубов, крючьев и прочего страховочного снаряжения);
- соблюдением эргономических требований к туристскому снаряжению и инвентарю;
- соблюдением требований строительных норм и правил к жилым и общественным зданиям и требований соответствующих нормативных документов к техническому состоянию транспортных средств, используемых для перевозок туристов (экскурсионных автобусов, плавсредств, пассажирских поездов и т.д.);
- соблюдением правил эксплуатации используемого инвентаря и оборудования (лифтов, подъемников, тележек и прочего), обеспечивая его безопасную работу;
- упреждающим информированием туристов о факторах риска; мерах по предупреждению травм и о принятии экстренных мер в случае получения травмы.

Воздействие окружающей среды обусловлено повышенными или пониженными температурами окружающей среды, влажностью и подвижностью воздуха в зоне обслуживания туристов, резкими перепадами барометрического давления.

Показатели микроклимата в помещениях обслуживания туристов (в спальнях, клубах, в помещениях питания-кафе, барах и ресторанах и других), а также в транспортных средствах должны

соответствовать установленным санитарно-гигиеническим требованиям (ГОСТ 12.1.005-88. "Система стандартов безопасности труда. Общие санитарно-гигиенические требования к воздуху рабочей зоны").

Предупреждение вредных воздействий данного фактора риска обеспечивается:

- выбором благоприятного времени года, суток для проведения туристского мероприятия;
- рациональным проектированием трассы туристского маршрута;
- учетом погодных особенностей района;
- сооружением на трассах туристских маршрутов укрытий от непогоды;
- оснащением помещений и транспортных средств устройствами кондиционирования и вентиляции, дезодорации воздуха, отопления, автоматического контроля и сигнализации;
- обеспечением соответствующей экипировки туристов, включая средства индивидуальной защиты;
- своевременным информированием туристов о реальных и прогнозируемых условиях на маршруте (в том числе, климатических условиях).

### Пожаробезопасность

Номенклатура требований и показателей по обеспечению безопасности туристов от воздействия данного фактора риска и методы их проверки осуществляются в соответствии с ГОСТ 12.1.004-91 "Система стандартов безопасности труда. Пожарная безопасность. Общие требования".

Эксплуатацию объектов обслуживания необходимо осуществлять в строгом соответствии с требованиями правил пожарной безопасности и других утвержденных нормативных документов.

Биологические факторы (патогенные микроорганизмы и продукты их жизнедеятельности; микроорганизмы, а также ядовитые растения, пресмыкающиеся, насекомые и животные, являющиеся переносчиками инфекционных заболеваний, вызывающие ожоги, аллергические и другие токсические реакции).

Воздействие данных факторов риска на туристов предупреждается:

- соблюдением установленных санитарных норм и правил обслуживания;
- применением оборудования и препаратов для дезинфекции, стерилизации, дератизации;
- использованием знаков безопасности и необходимой маркировки на предметах оснащения и сооружениях, используемых при обслуживании туристов (посуды, кухонного инвентаря, в т. ч. для приготовления пищи в походе, мест водозабора, колодцев и пр.);
- проведением предварительных и периодических медицинских осмотров обслуживающего персонала; необходимых профилактических прививок и

- дезинфицирующей обработке снаряжения в соответствии с требованиями международных медицинских норм;
- упреждающим информированием туристов об опасных животных, рыбах, пресмыкающихся, растениях, ареалы распространения которых совпадают с туристским маршрутом, о том, как избежать нежелательных контактов и какие экстренные меры следует предпринять в случае получения травмы (контакта).

#### Психофизиологические факторы риска.

Исключение или снижение воздействия психофизиологических факторов риска (физических и нервно-психические перегрузок) достигается:

- рациональным построением программы обслуживания туристов, графиков перемещения по маршрутам, предусматривающим достаточные условия для нормальной жизнедеятельности человека (сна, приема пищи, удовлетворения санитарных и бытовых потребностей);
- учетом психофизиологических особенностей туристов при формировании туристской группы;
- соблюдением эргономических требований к используемому туристскому снаряжению и инвентарю, транспортным средствам, мебели.

Опасными излучениями являются: повышенный уровень ультрафиолетового и радиологического излучения.

Предупреждение опасности ультрафиолетовой радиации на туристских маршрутах обеспечивается:

- информированием туристов о воздействии ультрафиолетового излучения на здоровье человека;
- использованием средств индивидуальной защиты (защитных масок; кремов; одежды, закрывающей тело, руки, ноги туристов; солнцезащитных очков).

Необходимо учитывать действие данного фактора риска при планировании графика движения по маршруту (по открытым, незатененным участкам маршрута в горных, водных, лыжных и других походах).

Туристские маршруты допускается прокладывать и эксплуатировать только в местностях с благоприятными характеристиками радиологического состояния.

Химические факторы риска (токсические, раздражающие).

Для предотвращения действия данных факторов риска в обслуживании туристов необходимо:

- проводить регулярный контроль содержания вредных химических веществ в воздухе, воде, почве, продуктах питания и других биологических средах;
- осуществлять строительство и размещение объектов для обслуживания туристов в благоприятной, с точки зрения действия химических факторов риска, среде;
- применять препараты для дезинфекции в строгом соответствии с инструкцией по использованию, исключая возможность контактов туристов с этими средствами.

#### Повышенная запыленность и загазованность

Допустимый уровень вредных веществ в воздухе зон обслуживания туристов, помещений, транспортных средств должны быть не выше, чем установлено общими санитарно-гигиеническими требованиями к воздуху рабочей зоны, а также другими санитарными нормами и правилами. Безопасность обеспечивается соблюдением требований к оснащению помещений, транспортных средств вентиляцией с очисткой воздуха.

#### Прочие факторы риска

К прочим факторам риска относятся опасности, связанные с отсутствием необходимой информации об услуге и ее номинальных (запроектированных) характеристиках.

Необходимо предусматривать:

- предоставление туристам достаточной информации о реализуемых туристских услугах в соответствии с требованиями, установленными действующей нормативной документацией (требованиями к содержанию Информационного листка к туристской путевке, Технологической карты путешествия, Технологической карты экскурсии; а также сведениями об основных характеристиках этих услуг; условиях обслуживания);
- проведение для туристов необходимых инструктажей по безопасности, учитывающих специфику вида туристского маршрута.

Специфические факторы риска в туризме обусловлены:

- возможностью возникновения природных и техногенных катастроф в зоне размещения туристского предприятия или маршрута, а также других чрезвычайных ситуаций (в том числе связанных с состоянием общественного порядка в районе обслуживания туристов);
- техническим состоянием используемых объектов (туристских гостиниц, баз, кемпингов, канатных дорог и подъемников, туристских трасс, в том числе, горно-пешеходных, лыжных, горнолыжных, водных, верховых и

- вьючных животных, разнообразных транспортных средств, в том числе велосипедов, маломерных и гребных судов);
- сложным рельефом местности (речными порогами, горными склонами, моренными, скальными, ледовыми участками туристских трасс и т. п.);
  - уровнем профессиональной подготовленности обслуживающего персонала (инструкторов, экскурсоводов, гидов и др.);
  - \*подготовкой туристов к передвижению по маршруту определенного вида и категории сложности (инструктаж, экипировка и т. п.);
  - информационным обеспечением (гидрометеорологические прогнозы; маркировка трасс туристских маршрутов; очаги возникающих стихийных бедствий; изменение энтомологической, орнитологической и иных ситуаций).

Туристское предприятие должно иметь комплект действующих нормативных документов по обеспечению безопасности туристов и руководствоваться ими в своей деятельности. Турфирмы г.Санкт-Петербург, заботящиеся о безопасности своих клиентов, могут рассчитывать на услуги профессиональных телохранителей.

Туристское снаряжение и инвентарь, применяемые при обслуживании туристов, должны соответствовать требованиям, установленным действующей нормативной документацией на эти виды снаряжения.

В каждом туристском предприятии должны быть разработаны и утверждены планы действий персонала в чрезвычайных ситуациях (стихийных бедствиях, пожарах и других), включающие взаимодействие с местными органами управления, участвующими в спасательных работах.

Руководитель туристского предприятия несет ответственность за подготовленность персонала к действиям в чрезвычайных ситуациях (стихийные бедствия, захват заложников и т.д.). Гиды групп должны быть обучены и физически подготовлены к роли охранника (обезвреживание карманников, разрешение конфликтов в баре или ресторане, защита тургруппы от вымогателей и попрошайек и т.д.).

Требования к безопасности обслуживания для конкретных видов туристских услуг устанавливаются нормативной документацией на соответствующие виды услуг: государственными стандартами, Правилами, Уставами, Кодексами и другими.

Туристские предприятия обязаны ознакомить туристов с элементами риска каждой конкретной туристской услуги и мерами по его предотвращению.

Информация, необходимая для туристов в целях охраны их жизни и здоровья, предоставляется заблаговременно, до начала отдыха и в процессе обслуживания.

Информация, обеспечивающая безопасность жизни и здоровья туристов в процессе обслуживания, предоставляется в порядке, установленном действующей нормативной документацией.

## 2.2. Контроль за выполнением требований безопасности

Контроль за выполнением требований безопасности туристов обеспечивают органы государственного управления, осуществляющие контроль за безопасностью в соответствии с их компетенцией (Федерация служб безопасности и охранных предприятий, Министерство внутренних дел).

Контроль осуществляется в начале сезона при проверке готовности туристского предприятия и трассы к эксплуатации, а также в ходе текущих проверок.

Текущие проверки обеспечения безопасности туристов проводятся в соответствии с планами и графиками технических осмотров (испытаний) зданий, сооружений, транспортных средств, пляжей и мест для купаний, туристского снаряжения и инвентаря, выдаваемого туристам пунктами проката, проверок приготовления пищи, сроков и условий хранения и транспортирования продуктов питания, проверок готовности туристов к выходу в походы.

Контроль безопасности обслуживания туристов осуществляется на основе использования следующих методов:

- визуального, (путем осмотра соответствующих объектов: территории, по которой проходит трасса туристского похода, туристского снаряжения и инвентаря и т. д.);
- с использованием средств измерения (контроля качества воды, воздуха и т. д., технического состояния трассы, подъемных механизмов, транспортных средств и т. д.);
- социологических исследований (путем опроса самих туристов и обслуживающего персонала);
- аналитического (анализа содержания документации: паспорта трассы; медицинского журнала осмотра туристов, выходящих на маршрут и других документов).

## 2.3. Обеспечение безопасности туризма

Основную функцию обеспечения безопасности туристов выполняет Главное управление внутренних дел по г.Санкт-Петербургу и Ленобласти. Однако в 1992 году принят закон "О частной охранной и детективной деятельности", по которому частные охранные предприятия получили право заниматься обеспечением безопасности, использовать огнестрельное оружие и специальную технику.

В 1995 году в г.Санкт-Петербурге создана "Федерация служб безопасности и охранных предприятий", целью которой стало усиление роли негосударственных организаций в обеспечении безопасности личности, собственности и предпринимательства. Федерация сотрудничает с другими организациями, работающими в сфере безопасности: по производству и монтажу технических средств охраны, по обеспечению информационной безопасности, по поставке оборудования и оружия и т.д. Федерацией разработан и осуществляется



ряд программ, например: "Система подготовки кадров для охраны иностранных граждан на территории России", "Программа обеспечения безопасности туризма", "Система безопасности пассажиров и грузов на транспорте в пределах Северо-Западного региона".

Федеральный орган исполнительной власти в сфере туризма обязан своевременно информировать туроператоров, турагентов и отправляющихся в путешествия туристов об угрозе безопасности в месте или стране временного пребывания.

Средства массовой информации незамедлительно и безвозмездно предоставляют вышеназванному федеральному органу возможность публиковать информацию об угрозе безопасности туристов и свершенных правонарушений (табл.2).

Таблица 2

Число преступлений против иностранных туристов  
в 2001-2002 гг. (отдел информации ГУВД по г. Санкт-Петербург и Лен.  
области)

Место преступления	2001 год	2002 год*
г. Санкт-Петербург	416	253
Лен. область	134	50

Туроператоры и турагенты обязаны сообщать органам исполнительной власти, представителям МЧС и заинтересованным лицам о чрезвычайных происшествиях с туристами и о невозвратившихся из путешествий.

Туроператоры и турагенты обязаны предоставить туристам исчерпывающие сведения об особенностях путешествий, а также об опасностях, с которыми они могут встретиться при совершении путешествий, и осуществить предупредительные меры, направленные на обеспечение безопасности туристов (табл. 3).

Таблица 3

Категории иностранных граждан, против которых совершались  
правонарушения в г. Санкт-Петербурге  
и Лен. области (отдел информации ГУВД  
по г. Санкт-Петербургу и Лен. области)

Категория туристов	2001 год	2002 год*
Служащие	11	4
Учащиеся	8	1
Студенты	22	6

\* за первое полугодие

Частные предприниматели	17	5
Наемные рабочие	41	24
Иные категории граждан	451	263

Помощь туристам, терпящим бедствие на территории РФ, осуществляется службами, определяемыми федеральным правительством. При попадании российских туристов в зону чрезвычайных ситуаций за рубежом государство должно принимать меры по защите их интересов и, при необходимости, организовывать их эвакуацию на высланных к местам их расположения транспортных средствах.

Туристы, предполагающие совершить путешествие в страну, в которой они могут подвергнуться повышенному риску инфекционных заболеваний, обязаны проходить профилактику в соответствии с международными медицинскими требованиями.

### **Методические указания по выполнению заданий самостоятельной работы**

Учебный материал направлен на закрепление и углубление знаний студентов по дисциплине, активизацию их познавательной деятельности; выработку умений применять знания в ситуациях, моделирующих профессионально-педагогическую деятельность; формирование навыков самостоятельной работы с учебной и методической литературой.

Задания для самостоятельной работы (репродуктивного, продуктивного характера): а) задания, требующие от студентов воспроизведения информации по памяти; б) задания, требующие от студентов проявления умственных методических умений; в) задания, требующие от студентов творческого подхода, связанного с умением применять знания в различных ситуациях, моделирующих практическую деятельность специалиста по физической культуре и спорту; г) задания, содержащие проблемные ситуации с профессиональной направленностью.

На первом уровне от студентов требуется осознанно воспринятый и зафиксированный в памяти обязательный объем знаний. Учебные задания на данном уровне направлены в основном на воспроизведение соответствующих педагогических фактов и явлений, элементарных профессионально-педагогических действий и т.д.

На втором уровне формируется готовность применять имеющиеся знания в стандартных ситуациях, выполнять профессиональные действия «по образцу». Учебные задания второго уровня направлены на формирование умения объяснять и интерпретировать исторические явления, классифицировать факты, выделять главное, существенное в изученном материале, выполнять умственно-методические действия по решению отдельных педагогических задач и ситуаций различной направленности.

Самостоятельная работа предназначена для целенаправленной учебной работы студентов в аудитории (текущий, итоговый контроль знаний), а также для

подготовки к семинарским, методическим занятиям и экзаменам на данной учебной дисциплине (самоконтроль знаний).

Учебная деятельность студентов в процессе работы строится в основном с расчетом на их самостоятельную работу (преподаватель выполняет лишь организационную и консультативную функцию), заключающуюся в количественном и качественном анализе и оценке выполнения контрольных тестов и заданий.

## ПЛАН

### лекционных занятий по дисциплине по выбору «Туризм» для студентов V курса (10 семестр)

1. Туризм в системе физического воспитания. Формы туристической работы в школе. Туристско-краеведческие возможности родного края.  
Топографическая подготовка туристов. 3 ч.
  2. Особенности подготовки, организации и проведения туристских походов со школьниками. Обеспечение безопасности. Гигиеническое обеспечение туристских походов. Врачебный контроль. Самоконтроль. Профилактика травматизма. 2 ч.
  3. Особенности организации и проведения лыжных, горных и водных походов со школьниками. Обеспечение безопасности. Виды соревнований по спортивному ориентированию и особенности их проведения с детьми.  
Топографическая подготовка спортсмена-ориентировщика. 2 ч.
  4. Особенности организации соревнований со школьниками по технике пешеходного туризма. Основы экологического обучения на занятиях туризмом и спортивным ориентированием. Межпредметная связь при проведении соревнований. 2 ч.
  5. Основы расчета питания в походе. Работа с топографическим материалом: карты, схемы, кроки. Прокладка на карте маршрутов. Компас и работа с ним. Измерение расстояний на местности. Туристические подвижные игры. 4 ч.
- ИТОГО: 13 ч.

**Для выполнения индивидуальных заданий студентам предложены рефераты по следующим темам:**

1. Туризм как средство всестороннего воспитания и укрепления здоровья.  
Туризм как средство отдыха.
2. Связь туризма с краеведческой и научной работой.
3. Виды и формы туризма (их характеристики).
4. Значение физической подготовки для туризма.
5. Особенности организации туризма в детских коллективах.
6. Роль преподавателя физкультуры в школах, в области развития туризма.
7. Как комплектуются группы школьников и взрослых туристов?
8. Распределение обязанностей в группе и их функции.
9. Какие нагрузки допустимы в походе для различных возрастных групп?
10. Какие документы оформляются для проведения походов? Кем и в какие сроки они рассматриваются и утверждаются?
11. Режим марша. Организация передвижения.
12. Что такое топография?
13. Карта и план.
14. Рельеф местности, его определение. Основные формы рельефа.
15. Масштаб карты.
16. Организация туристического быта в путешествиях.
17. Питание в походах.
18. Врачебный контроль и самоконтроль при подготовке и проведении похода.
19. Оказание первой медицинской помощи в походах.
20. Прикладное значение туризма.

**Литература к рефератам**

1. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М.: 2003, 64с.
2. Ганопольский В.И. Туризм и спортивное ориентирование / Учебник для институтов и техникумов физической культуры. - М: ФиС, 1987. - 240с.
3. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. — М.: Владос, 2000. — 160 с.
4. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: Учеб.пособие / Под ред. Ю.Н. Федотова.-М.; Советский спорт, 2002.
5. Александрова А.Ю. Международный туризм, М., 2001.
6. Дмитриевский Ю.Д. Туристские районы мира: учебное пособие. — Смоленск: СГУ, 2000.
7. Романов А. А. Зарубежное туристское страноведение: учебное пособие - М.: Советский спорт, 2001

## Примерные вопросы к зачету

1. Туризм в системе физического воспитания.
2. Формы туристической работы в школе.
3. Топографическая подготовка туристов.
4. Особенности подготовки, организации и проведения туристских походов со школьниками.
5. Обеспечение безопасности. Гигиеническое обеспечение туристских походов. Врачебный контроль. Самоконтроль. Профилактика травматизма.
6. Особенности организации и проведения лыжных, горных и водных походов со школьниками. Обеспечение безопасности.
7. Особенности организации соревнований со школьниками по технике пешеходного туризма.
8. Основы экологического обучения на занятиях туризмом и спортивным ориентированием.
9. Основы расчета питания в походе.
10. Компас и работа с ним.
11. Измерение расстояний на местности.
12. Туристические подвижные игры.
13. Техника и тактика в соревнованиях по ориентированию на местности.
14. Российский массовый туризм и его место в воспитательной работе.
15. Формы и методы туристской работы в школе.
16. Организация и проведение туристских пешеходных путешествий.
17. Организация проведения зачетного похода (в школе, вузе, предприятии).
18. Как комплектуется походные группы школьников, взрослых туристов?
19. Распределение обязанностей в группе.
20. Одежда и снаряжение для пеших походов.
21. Краеведческая и другая общественно – полезная работа в путешествиях.
22. Что такое топография?
23. Карты и планы, их отличие?
24. Рельеф местности, и его определение.
25. Основные Формы рельефа.
26. Организация и проведение массовых мероприятий и соревнований по туризму.
27. Какие нагрузки допустимы в походе для различных возрастных групп?
28. Какие документы оформляются для проведения походов? Кем и в какие сроки рассматриваются и утверждаются?
29. Режим марша, организация передвижения.
30. Гигиена туриста и первая доврачебная помощь при несчастных случаях.

## Терминологический словарь по туризму

**Прогулка** – передвижение на местности с познавательной, оздоровительной целью, с целью закаливания организма. В зависимости от

времени года и подготовленности человека прогулки могут быть пешие, лыжные, велосипедные, лодочные. Это самая простая и доступная кратковременная форма туризма.

**Экскурсия** – коллективное посещение определенных объектов с познавательной или научной целью. Экскурсии также преследуют цель расширения кругозора, общего культурного развития человека.

**Туристические экспедиции** – организованное многодневное путешествие в малоисследованный район, которое осуществляется со специальными исследовательскими целями. Самой доступной и массовой формой туризма являются походы.

**Туристский поход** — путешествие с активным способом передвижения в отдаленных от места жительства районах, осуществляемое с образовательной, оздоровительной, спортивной, исследовательской целью. По продолжительности различают походы однодневные, двухдневные (походы выходного дня без ночевки, с ночевкой) и многодневные. По масштабу района различают местные и дальние путешествия.

**Местный туризм** — путешествия, проводимые в пределах своего района, области, края.

**Дальний туризм** — путешествия в районах, отдаленных от места жительства. По форме организации путешествий различают плановый и самодеятельный туризм.

**Плановый туризм** — однодневные и многодневные путешествия, которые организовываются через туристско-экскурсионные бюро, советы добровольных спортивных обществ, через спортивные клубы и коллективы физической культуры. Такие путешествия проводятся по оплачиваемым путевкам с полным обеспечением участников питанием, транспортными средствами.

**Самодеятельный туризм** — такие многодневные и однодневные путешествия, которые организуются силами и средствами самих участников. В зависимости от целей походы могут быть познавательной, оздоровительной, спортивной направленности и агитационно-массовые.

**Познавательные походы** направлены на изучение своего края (района, области, республики), его рельефа, климата, флоры и фауны, хозяйства. Познавательные походы предусматривают ознакомление с передовыми предприятиями, встречи с передовиками производства, с героями и ветеранами Великой Отечественной войны и труда, с делегатами съездов, посещение музеев и памятных мест. Такие походы способствуют расширению кругозора, воспитывают чувство любви к своему краю, гордости за него, чувство патриотизма.

**Оздоровительные походы** способствуют закаливанию организма, развитию и совершенствованию двигательных качеств, повышают работоспособность, служат прекрасной формой, активного отдыха, значение которого огромно.

**Спортивные походы** улучшают физическую подготовленность, закаляют «волю», способствуют физическому совершенствованию

## Примерные варианты заданий

### 1 вариант

1. Российский массовый туризм и его место в воспитательной работе.
2. Организация и проведение туристских пешеходных путешествий.
3. Как комплектуется походные группы школьников, взрослых туристов?
4. Краеведческая и другая общественно — полезная работа в путешествиях.
5. Карты и планы, их отличие?
6. Основные Формы рельефа.

### 2 вариант

1. Формы и методы туристской работы в школе.
2. Организация проведение зачетного похода (в школе, вузе, предприятии).
3. Распределение обязанностей в группе.
4. Одежда и снаряжение для пеших походов.
5. Что такое топография?
6. Рельеф местности и его определение.

### Библиографический список

1. Александрова А.Ю. Международный туризм, М., 2001.
2. Алексеев А.А. Питание в туристском походе, М.: 2003, - 64с.
3. Васильев М.Ю. Подготовка кадров спортивного туризма Российской Федерации / Документ Туристско-спортивного Союза России. М. 2006.- 106с.
4. Дмитриевский Ю.Д. Туристские районы мира: учебное пособие. — Смоленск: СГУ, 2000.
5. Маслов А.Г., Константинов Ю.С., Дрогов И.А. Полевые туристские лагеря. — М.: Владос, 2000. — 160 с.
6. Программа подготовки кадров в спортивном туризме (базовый уровень). - Русский турист. 2001. - выпуск 7.
7. Романов А. А. Зарубежное туристское страноведение: учебное пособие - М.: Советский спорт, 2001.
8. Родионов Д.А., Энциклопедия спорта: Эксмо-Пресс, 2002.
9. Федотов Ю.Н., Востоков И.Е. Спортивно-оздоровительный туризм: Учеб.пособие / Под ред. Ю.Н. Федотова.-М.; Советский спорт, 2002.