

SUBMITTED BY
jsschinznach

ON
09.11.2011

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Пешеходен туризъм / Трекинг



В лагерите за младежи много често се организират еднодневни или многодневни походи. В тази статия се обяснява как трябва да се планира и проведе такъв поход.

Общо

Ръководителят, отговарящ за похода, носи голяма отговорност. Ако е възможно, неопитните ръководители не трябва да поемат тази задача сами, а да планират първия си поход заедно с опитен ръководител.

Често е препоръчително да не се организира просто обикновена екскурзия, а да се включи конкретен вид трекинг. При определени обстоятелства това може значително да повиши мотивацията на участниците.

Процедура

* Предварително планиране
* Планиране на маршрута
* Разведка
* Изпълнение
* Оценка

Предварителни оценки

Първо трябва да си направите обща представа за ситуацията. Трябва да определите типа на терена, по който ще се придвижвате (все още няма точен маршрут), както и възрастта на участниците и времевата рамка на тура.

След като направите това, трябва да си зададете няколко основни въпроса:

- Имам ли достатъчно умения, за да планирам и ръководя поход? Имам ли нужда от помощ?
- Отговаря ли програмата на нуждите на участниците? Подходяща ли е за възрастта им?

- При какви условия (по отношение на групата и околната среда) мога да ръководя тази екскурзия? Колко вероятно е тези условия да бъдат (или да не бъдат) изпълнени?
- Какво ще направя, ако условията не са изпълнени (например при лошо време)? Има ли алтернативни маршрути?

Планиране на маршрута

След като предварителното проучване е завършено, можете да пристъпите към планирането на маршрута. Обикновено това изисква карти и изготвяне на график за прехода, който включва приблизително време за ходене. Информация по този въпрос можете да намерите в съответните статии.

Ако имате нужда от помощ, можете да се обърнете към местни контакти, водачи или отчети за преходи. Последните могат да бъдат намерени и онлайн, например на hikr.org.

Разведка

Особено в непознати райони, маршрутите за преходи трябва да бъдат проучени предварително. Това трябва да се направи при същите условия, както по време на лагера (с оборудване и т.н.).

По време на разузнаването трябва да се отговори на следните въпроси:

- Могат ли маршрутите да бъдат изминати според плана?
- Точна ли е прогнозираната продължителност на прехода?
- Гарантиран ли е мобилен сигнал по всяко време?
- Къде могат да се напълнят бутилките с вода?
- При многодневни преходи: Къде и как може да се пренощува (например чрез къмпинг)?
- Къде и как може да се съкрати маршрутът в случай на лоши условия?

След разузнавателната разходка събраната информация трябва да се обработи възможно най-бързо (за да не се забрави нищо). На картата трябва да се отбележат районите без мобилен сигнал и източниците на вода. При необходимост може да се наложи коригиране на таблицата с времето за ходене и избора на маршрут.

Планиране

Условия

Преди похода проверете няколко пъти прогнозата за времето и въз основа на нея и собствените си наблюдения решете дали да тръгнете на поход или не.

Актуализиране наWalkingTimeChart

В**WalkingTimeChart** действителните времена трябва непрекъснато да се сравняват с целевите времена. Ако изостанете значително от целевите времена, ще забележите това веднага и ще можете да съкратите маршрута или да предприемете други мерки.

Темпо и скорост

По време на похода кратките спирания (нанасяне на слънцезащитен крем, правене на снимки и др.) трябва да се избягват, доколкото е възможно. Целта е групата да се движи с възможно най-равномерен темп и всички да спазват предвидените времена за почивка. Прекалено много

прекъсвания могат да повлияят негативно на издръжливостта. Когато се ходи с деца, е добре да се прави почивка от 5 до 10 минути на всеки 50 минути ходене. Темпото трябва да се определя от най-бавния участник**. Умението на водача** се състои в това да разпознае навреме децата, които изпитват затруднения, и например да облекчи тежестта в раниците им.

Психологически аспекти
За децата нагласата им играе ключова роля при определянето дали ще успеят да се справят по време на похода и да се забавляват – или не. Трябва да информирате децата за маршрута преди похода, както и да ги държите в течение за предстоящия терен по време на похода (например участъци с изкачване).
Можете също така да включите и други начини за разнообразяване на похода; например, много участници се наслаждават на това да съкратят част от пътеката (в гората), като вземат пряк път през полето.

Оценка

Всяка екскурзия трябва винаги да се оценява. Конкретните за групата данни (скорост на ходене и др.) трябва да се записват, за да може ръководителят, който планира следващата екскурзия, да се позовава на тях. Особено когато групата се променя само леко (например от PFILA към SOLA), резултатите на групата обикновено се променят само незначително.

Безопасност при планински преходи

За преходи в труден алпийски терен поне един водач трябва да е завършил модула „Безопасност при планински преходи“ на J+S (задължително в лагерите на J+S).

Следните дейности се считат за дейности, свързани с безопасността при планински преходи:

- Бивакуване над горската граница
- Напускане на маркираните пътеки в алпийски терен
- Маршрути с риск от падане или каменопад
- Общо взето трудни планински преходи

Забележка: Планинските преходи, които пресичат ледници, могат да се извършват само с планински водач или инструктор по алпинизъм от програмата J+S.
Преходите, които изискват алпийски техники (катерене, спускане с въже) за преодоляване на препятствия, могат да се извършват само в рамките на спортната категория „Алпинизъм – ски туризъм“ от програмата J+S.

Източник

- Изображение на корицата: Предоставено от Младежката група на Шинцнах / Мануел Майер
- Съдържание: Включва, наред с другото, брошурата на J+S „Трекинг – в движение“

Weitere Informationen

Категории
Технологии и дейности на открито

Етикети
Пешеходен туризъм

Възраст
8–12 години

Брой участници
1–20
20–30
30 – 100

Библията
Липсва тази информация.

Продължителност
Няма налични данни.

Материал
Много работа

Изтегляне на файлове
Няма изтегляне на файлове

KI Generierter Inhalt
Съдържание
Категории
Етикети
Възраст
Брой участници
Библията
Продължителност
Материал

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/bg/wiki/art/peshekhoden-turizm-treking