

PATEIKĖ
jsschinznach

ON
2011-11-09

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Pėsčiųjų žygiai / Trekingas



Vaikų stovyklose labai dažnai rengiamos vienos ar kelių dienų pėsčiųjų žygiai. Šiame straipsnyje paaiškinama, kaip reikėtų planuoti ir organizuoti tokį žygį.

Bendrieji reikalavimai

Už žygį atsakingas vadovas prisiima didelę atsakomybę. Jei įmanoma, nepatyrę vadovai neturėtų imtis šios užduoties vieni, bet savo pirmąjį žygį turėtų planuoti kartu su patyrusiu vadovu.

Dažnai patartina neapsiriboti paprasta žygiu, o įtraukti tam tikrą trekingo rūšį. Tam tikromis aplinkybėmis tai gali žymiai padidinti dalyvių motyvaciją.

Procedūra

* Pirminis planavimas
* Maršruto planavimas
* Žvalgyba
* Vykdymas
* Vertinimas

Preliminarūs vertinimai

Pirmiausia turėtumėte susidaryti bendrą situacijos vaizdą. Reikia nustatyti, kokio tipo vietovę ketinate įveikti (kol kas dar nėra tikslaus maršruto), taip pat dalyvių amžių ir ekskursijos trukmę.

Tai padarę, turėtumėte užduoti sau keletą esminių klausimų:

- Ar turiu pakankamai įgūdžių, kad galėčiau suplanuoti ir vadovauti žygiui? Ar man reikia pagalbos?
- Ar programa atitinka dalyvių poreikius? Ar ji tinkama jų amžiui?
- Kokiomis sąlygomis (atsižvelgiant į grupę ir aplinką) galiu vadovauti šiai žygiui? Kokia tikimybė, kad šios sąlygos bus (arba nebus) įvykdytos?
- Ką darysiu, jei sąlygos nebus įvykdytos (pvz., blogas oras)? Ar yra alternatyvių maršrutų?

Maršruto planavimas

Baigus preliminarų tyrimą, galite pradėti planuoti maršrutą. Paprastai tam reikalingi žemėlapiai ir pėsčiųjų žygio grafiko sudarymas , į kurį įtraukiami numatomi ėjimo laikai. Informaciją apie tai galite rasti atitinkamuose straipsniuose.

Jei reikės pagalbos, galite kreiptis į vietinius kontaktinius asmenis, gidus arba pasinaudoti kelionių ataskaitomis. Pastarąsias taip pat galima rasti internete, pavyzdžiui, svetainėje hikr.org.

Žvalgyba

Ypač nepažįstamose vietovėse žygiai turėtų būti iš anksto iššvalgyti. Tai turėtų būti daroma tomis pačiomis sąlygomis, kaip ir stovyklos metu (su įranga ir pan.).

Žvalgybos metu reikėtų atsakyti į šiuos klausimus:

- Ar takais galima eiti kaip planuota?
- Ar numatytas ėjimo laikas yra tikslus?
- Ar visą laiką užtikrinamas mobiliojo ryšio signalas?
- Kur galima pripildyti vandens butelius?
- Daugiadienių žygių atveju: kur ir kaip galima praleisti naktį (pvz., stovyklaujant)?
- Kur ir kaip būtų galima sutrumpinti žygį, jei susiklostytų nepalankios sąlygos?

Po žvalgybinės žygio kelionės surinkta informacija turėtų būti apdorota kuo greičiau (kad nieko nebūtų pamiršta). Žemėlapyje reikėtų pažymėti vietoves, kuriose nėra mobiliojo ryšio ir vandens šaltinių. Prireikus gali tekti pakoreguoti ėjimo laiko lentelę ir maršruto pasirinkimą.

Planavimas

Prieš žygį keletą kartų patikrinkite orų prognozę ir, remdamiesi ja bei savo pastebėjimais, nuspręskite, ar eiti į žygį, ar ne.

„WalkingTimeChart“atnaujinimas
„WalkingTimeChart“ lentelėje faktinį laiką reikia nuolat lyginti su numatytuoju. Jei smarkiai atsiliekate nuo numatyto laiko, tai iš karto pastebėsite ir galėsite sutrumpinti maršrutą arba imtis kitų priemonių.

Tempas ir greitis
Žygio metu reikėtų kuo labiau vengti trumpų sustojimų (saulės kremo tepimo, fotografavimo ir pan.). Tikslas – kad grupė judėtų kuo tolygesniu tempu ir kad visi laikytųsi numatytų pertraukų laiko. Per daug pertraukų gali neigiamai paveikti ištvermę. Keliaujant su vaikais, patartina kas 50 minučių ėjimo daryti 5–10 minučių pertrauką. Tempą turėtų nustatyti lėčiausias keliautojas**. Vadovo įgūdžiai** pasireiškia tuo, kad **jis** anksti pastebi, kuriems vaikams sunku, ir, pavyzdžiui, palengvina jų kuprinių svorį.

Psichologiniai aspektai
Vaikams jų psichologinė būsena atlieka lemiamą vaidmenį, lemiantį, ar jie sugebės neatsilikti žygio metu ir smagiai praleisti laiką, ar ne. Prieš žygį turėtumėte informuoti vaikus apie maršrutą, o žygio metu nuolat informuoti juos apie artėjantį reljefą (pvz., įkalnės).
Taip pat galite įtraukti kitus būdus, kaip paįvairinti žygį; pavyzdžiui, daugeliui dalyvių patinka

sutrumpinti tam tikrą maršruto atkarpą (miške), eidami per laukus.

Vertinimas

Kiekvieną žygį visada reikėtų įvertinti. Reikėtų užfiksuoti su grupe susijusius duomenis (ėjimo greitį ir pan.), kad juos galėtų panaudoti kito žygio planavimo vadovas. Ypač kai grupės sudėtis keičiasi tik nežymiai (pvz., iš PFILA į SOLA), grupės pasiekimai paprastai keičiasi tik nežymiai.

Saugumo mokymo programa „Kalnų žygiai“

Ekspedicijoms sudėtingame kalnų reljefe bent vienas vadovas turi būti baigęs J+S kalnų žygių saugos modulį (privalomas J+S stovyklose).

Šios veiklos laikomos kalnų žygių saugos veiklomis:

- Nakvynė virš medžių ribos
- Nukrypimas nuo takų kalnų vietovėje
- Maršrutai, kuriuose yra kritimo ar uolų griuvimo pavojus
- Apskritai sudėtingos kalnų ekspedicijos

Pastaba: Kalnų žygiai, kurių metu kertami ledynai, gali būti vykdomi tik su kalnų gidu arba J+S alpinizmo instruktoriumi.
Žygiai, kurių metu norint įveikti kliūtis reikia taikyti alpinizmo technikas (laipiojimą, nusileidimą virve), gali būti vykdomi tik kaip J+S sporto kategorijos „Alpinizmas – slidinėjimo žygiai“ dalis.

Šaltinio nuoroda

- Pagrindinis paveikslėlis: Schinznach jaunimo grupės / Manuelio Meierio malonės
- Turinys: Be kita ko, įtraukta J+S brošiūra „Trekking – kelyje“

Weitere Informationen

Kategorijos
Technologijos ir veikla lauke

Žymos
Pėsčiųjų žygiai

Amžius
8–12 metų

Dalyvių skaičius
1–20
20–30
30 – 100

Biblija
Šios informacijos trūksta.

Trukmė
Duomenų nėra.

Medžiaga
Daug darbo

Failų atsisiuntimas
Failų atsisiuntimų nėra

KI Generierter Inhalt
Turinys
Kategorijos
Žymos
Amžius
Dalyvių skaičius
Biblija
Trukmė
Medžiaga

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/lt/wiki/art/pesciuju-zygiai-trekingas