

Семейный туризм, как средство оздоровления, развития и воспитания ребенка.

Каждый родитель хочет, чтобы его ребенок вырос здоровым и выносливым!

В этом может помочь и туризм.

Ни один вид спорта не закалит вашего ребенка так, как туризм.

Турист в походе не боится промочить ноги, простудиться в дождь и слякоть, замерзнуть на ветру. Все невзгоды только сильнее закаляют его.



Но туризм это не только здоровье.

Воспитательную роль туризма нельзя недооценивать. Путешествуя, вы можете посетить места, связанные с жизнью известных и знаменитых людей. Побывать там, где проходили бои во время Великой Отечественной войны.

Туризм это одно из средств экологического и эстетического воспитания детей, познания красоты и любви к родной природе.

Собираясь в поход, заранее – за несколько дней, вы всей семьей начинаете обсуждать маршрут. Быть может именно с этого коллективного обсуждения у вас начнут формироваться совсем иные отношения с ребенком.

Путешествие, маршрут которого вы вместе намечали, трудности, которые вам всем пришлось преодолеть – станут важным средством сплочения семьи! А в характере ребенка вы увидите проявление сознательной дисциплины, настойчивости, упорства и самостоятельности.

Вы, родители, поможете своим детям приобрести необходимые в жизни навыки, которые будут обогащать их знания в дальнейшей жизни.

Сколько нового неизведанного узнает ваш ребенок не из книг или телепередач, а

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

- ▶ Выбирайте для купания безопасные или специально оборудованные места;
- ▶ Не купайтесь в нетрезвом состоянии;
- ▶ Не подплывайте к судам (моторным и парусным), лодкам и другим плавсредствам;
- ▶ Не оставляйте детей у воды и на воде без присмотра;
- ▶ Не ныряйте в незнакомых местах;
- ▶ Не заплывайте далеко от берега и за знаки ограждения акватории пляжа;
- ▶ Не купайтесь в котлованах;
- ▶ Не купайтесь ночью;
- ▶ Не используйте для плавания доски, надувные матрацы, автомобильные камеры;
- ▶ Не бросайте в воду банки, стекло и другие предметы, опасные для купающихся;
- ▶ Не прыгайте в воду с лодок, катеров, причалов, а также сооружений, не предназначенных для этих целей;
- ▶ Не устраивайте в воде игр, связанных с нырянием и захватом рук, головы, ног купающегося;
- ▶ Не играйте с мячом и в другие спортивные игры в местах, не предназначенных для этих целей;
- ▶ Не зовите на помощь, если вам ничего не угрожает. Такие «шутки» мешают спасателям работать.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В ТУРПОХОДЕ

Перед выходом на туристический маршрут необходимо зарегистрироваться в аварийно-спасательных отрядах ГКУ РК «Крымская республиканская аварийно-спасательная служба «КРЫМ-СПАС». Здесь можно получить всю необходимую информацию об особенностях маршрута, контрольном времени прохождения и сигналах связи.

В ПОХОДЕ:

- ▶ Для передвижения следует выбирать наиболее безопасный маршрут, даже если он длиннее;
- ▶ Перед началом движения следует тщательно оценить возможные опасности, учесть погодные условия и вероятность препятствий;
- ▶ Нужно быть готовым к неожиданностям и уметь распознавать приближающуюся опасность, принять своевременные меры предосторожности;
- ▶ Передвигаться нужно только группой, не допуская ее разделения;
- ▶ Темп движения нужно определять по слабейшему в группе;
- ▶ Не стоит сокращать путь за счет безопасности;
- ▶ Не следует совершать переходы при плохой видимости (туман) или в темное время суток;
- ▶ Преодолевать опасные участки реки с быстрым течением и трещины следует только при наличии надежной страховки;
- ▶ Опасные скалистые участки нужно преодолевать только в случае крайней необходимости, строго соблюдая правила безопасности и страховки;
- ▶ Избегать переходов по склонам и желобам со свободными лежащими камнями.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОХОЖДЕНИИ ПЕЩЕР

Туристы при посещении пещер обязаны строго соблюдать инструкцию по технике безопасности и указания инструктора-групповода. Лицам, нуждающимся в лечении и постоянном врачебном наблюдении, путешествовать по данным туристическим маршрутам не рекомендуется.

ОБЩИЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ:

- ▶ В составе группы при передвижении по пещере должно быть не менее двух-трех хорошо подготовленных спелеологов.
- ▶ Одиночные передвижения допускаются только в экстренных случаях.
- ▶ Группа, вышедшая на маршрут, должна иметь медицинскую аптечку;
- ▶ Спелеолог должен быть готов в любую минуту оказать посильную техническую и медицинскую помощь участнику похода;
- ▶ По мере передвижения по пещере следует все время контролировать состояние стен и уступов, избегая обвальных участков и камнепадных мест;
- ▶ Каждый участник подземных маршрутов должен иметь не менее двух независимых источников света, обеспеченных полутора кратным запасом питания от планируемого времени работ, а также надежное, испытанное личное снаряжение, одежду и обувь соответствующую условиям пещеры;
- ▶ Нельзя разводить костры у входа и в глубине пещеры;
- ▶ Бережно относиться к местам получения воды;
- ▶ Употребление алкоголя, наркотиков и других средств, снижающих общую активность организма, во время прохождения маршрута строго запрещается;
- ▶ Запрещается громко кричать, кидаться камнями, взрывать хлопушки, петарды, а также создавать другие громкие звуки;
- ▶ Во время прохождения каждый обязан следить за собственным самочувствием, о недомогании, сильной усталости сообщить руководителю группы.

