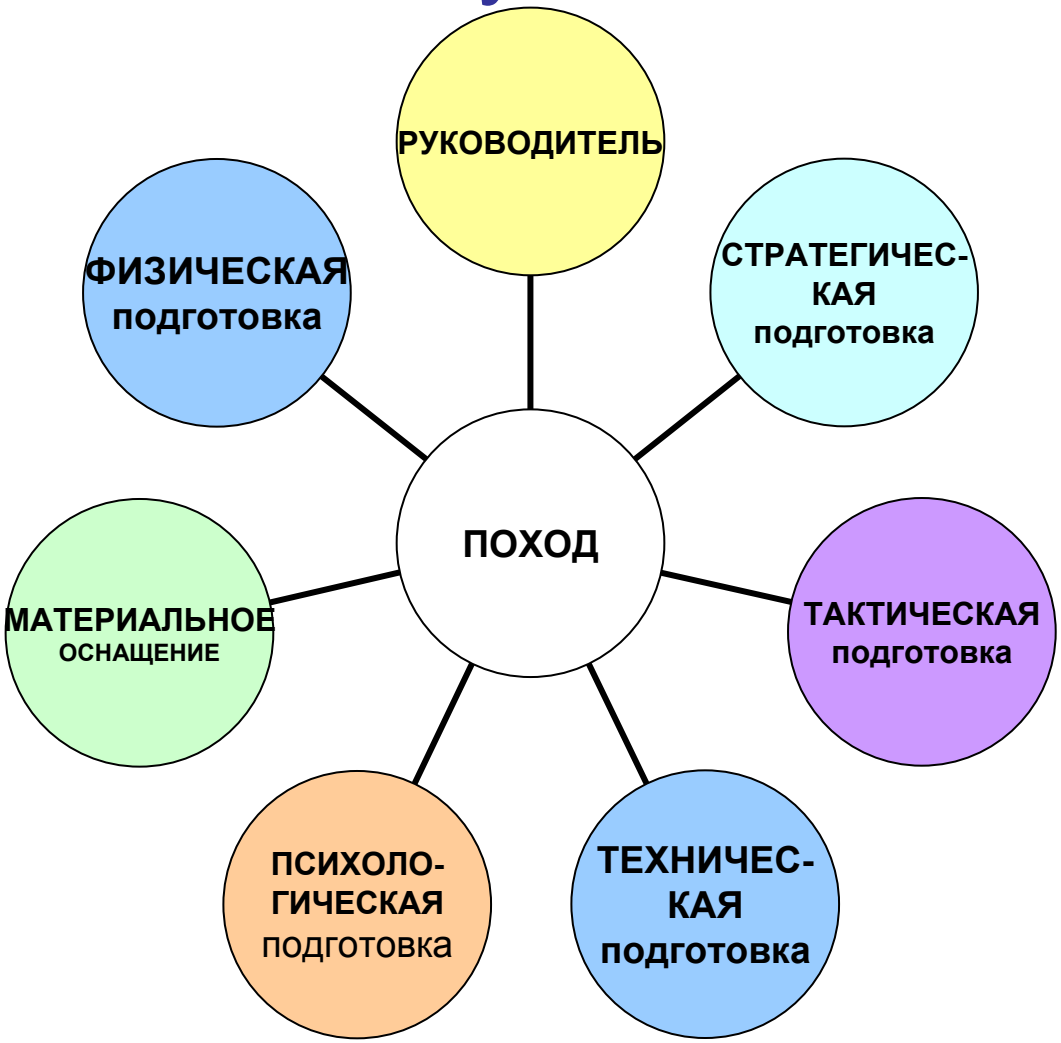
Организация, подготовка и проведение походов 1-2 к.с.

Распределение обязанностей в походе.

Бычкова Ирина

Что нужно, чтобы поход был успешен?



ОСНОВНЫЕ ГРУППЫ ЗАДАЧ

выбор района путешествия

комплектование группы и распределение должностей

изучение района

разработка маршрута

подготовительные тренировки и ОФП

материальное обеспечение

заявка маршрута в МКК

проведение похода

защита похода, создание отчета и участие в Чемпионате

СТРАТЕГИЯ

ТАКТИКА

ПСИХОЛОГИЯ

ТЕХНИКА И ОФП

МАТ. ОСНАЩЕНИЕ

У+Р совместно

только Р

Категорирование походов по сложности

	I	II	III	IV	V	VI
Продолжительность, дней	**6**	**8**	**10**	**13**	**16**	**20**
Протяженность, км (не менее)						
Пеший	100	120	140	170	220	250
Горный	100	120	140	150	160	160

Выбор района и его изучение

- **ГДЕ ИСКАТЬ?**

1. Отчеты о походах

- Библиотеки отчетов турклубов: **МИСиС**, **ВШЭ**, **МГУ**, **Вестра** и др.
- Персональные сайты туристов: **Н.Костерева** и др.
- tlib.ru (Библиотека отчетов о спортивных походах на основе архива Московского городского центрального туристского клуба)

2. Советы **опытных** друзей
3. Яндекс G
4. Сайты о коммерческих походах

Выбор района и его изучение

- **НА ЧТО ОБРАТИТЬ ВНИМАНИЕ ПРИ ЧТЕНИИ ОТЧЕТОВ?**

1. Оптимальное время проведения похода
2. Опыт участников похода
3. Дневной километраж
4. Время и путь прохождения ЛП и ПП (обязательно фото)
5. Транспортная ситуация и связь в походе
6. Наличие заповедников
7. КСС И ПСС, регистрация в них
8. Достопримечательности

Давайте вспомним: что такое ЛП и ПП?

- ***Локальные препятствия***
  - Вершины
  - Перевалы
  - Переправы
  - Каньоны

- ***Протяженные препятствия***
  - Растительный покров
  - Болота
  - Осыпи, морены
  - Пески
  - Снежные участки
  - Ледовые участки
  - Водные спуски

Комплектование группы

- Узнать ожидания участников от похода

Анкета (2-3 вопроса):

1. *Зачем я иду в поход?*
2. *Что я хочу получить от похода (в походе)*

ЦЕЛИ УЧАСТНИКОВ И РУКОВОДИТЕЛЯ МОГУТ БЫТЬ РАЗНЫМИ!

Нужно определиться на берегу!

ПОХОД ДЛЯ ДУШИ)))

Комплектование группы

Формальные требования к опыту и возрасту

Категория сложности похода	Необходимый опыт участия и руководства, (к.с.)			Минимальный возраст, лет	
	Участник	Руководитель		Участник, определяется годом рождения	Руководитель, определяется по дате рождения
		Опыт участия	Опыт руководства		
I	нет	I	нет	12-13	18
II	I	II	I	14	18
III	II	III	II	15	18

Должности в походе

ЗАВПИТ

ДО	ВО ВРЕМЯ	ПОСЛЕ
Опрос по еде	Выдача продуктов	Съесть все, что осталось)))
Раскладка	Равномерная разгрузка участников	
Закупка		
Фасовка и распределение	Контроль и внесение изменений. УЧТЕНКА !	

МЕДИК

ДО	ВО ВРЕМЯ	ПОСЛЕ
Анкетирование участников	Мониторинг состояния участников и оказание помощи	Перечень использо-ванных лекарств
Пройти курсы первой помощи		
Аптечка: личная, основная, экстренная		
Оформление страховки		
Дозакупить лекарства и составить список всех лекарств		

СНАРЯЖЕНЕЦ

ДО	ВО ВРЕМЯ	ПОСЛЕ
Согласовывает с руководителем список снаряжения	Перераспределение снаряжения в случае необходимости	Регулирует возврат снаряжения на склад
Собирает информацию по весу		
Распределяет равномерно снаряжение по участникам с учетом коэффициента (муж/жен)		

РЕМОНТНИК

<table>
<tr><th>ДО</th><th>ВО ВРЕМЯ</th><th>ПОСЛЕ</th></tr>
<tr><td>Составляет список рем. набора</td><td rowspan="2">Осуществляет ремонт снаряжения</td><td rowspan="2">Регулирует возврат снаряжения на склад</td></tr>
<tr><td>Комплектует и докупает недостающие части рем. набора</td></tr>
</table>

КУЛЬТОРГ

КРАЕВЕД

ХРОНОМЕТРИСТ

ЛЕТОПИСЕЦ

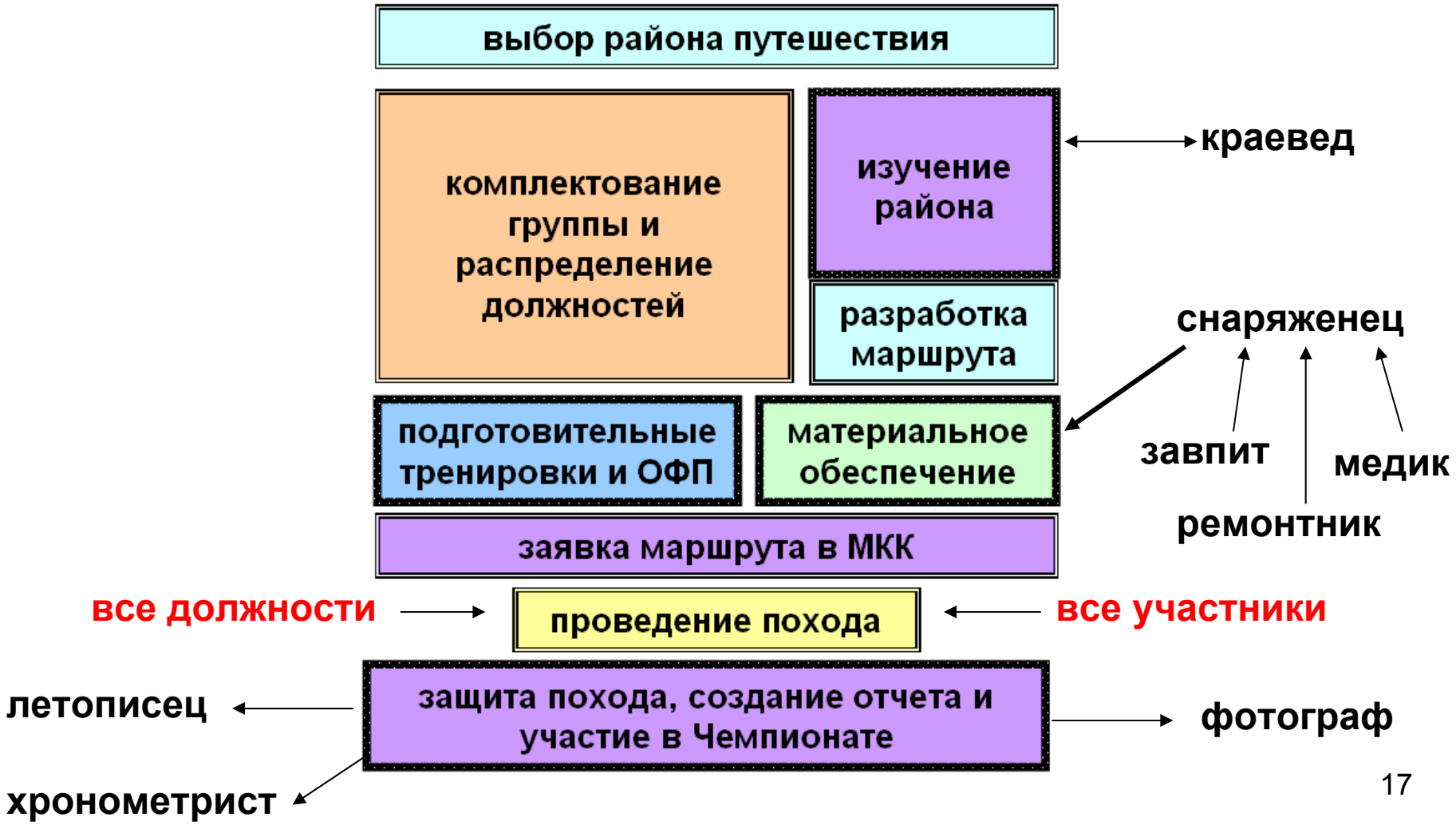
ФОТОГРАФ

ФИНАНСИСТ

ШТУРМАН

и др.

Взаимодействие должностей



А что делает руководитель похода?

Управляет и направляет, координирует!

и отвечает ЗА ВСЁ!

Сетевой график (пример)

	17-23.06	24-30.06	1 неделя июля	8-14.07	15-21.07
Саша-культорг	выбор игр, определение их веса, вес сообщить Тоне				
Тоня-зав.снар	сбор со всех участников веса снаряжения и основных параметров снаряжения	к 1 июля должна быть заполнена вся таблица снаряжения с указанием весов. Должен быть определен средний вес			
Аня-краевед	Поиск материала, формирование краеведческого задания.				
Андрей З.-реммастер	согласование ремнабора с Сашей Корниленко, затем со мной	докупка рем. набора.К 1 июля вес рем. набора должен быть известен и сообщен Тоне			
Саня- фотограф - зав. газ	изучение вариантов топливной жизни в походе: газ, бензин, дрова. Согласование нужно вести с КС	к 1 июля должны быть подсчитаны варианты топливной жизни.			
Илья-штурман	подготовка своего GPSa для закачивания. Расчет батареек	закачка карты в свой GPS	подготовка для закачивания второго GPSa	Закачка карты во второй GPS. Закачка согласованных точек по маршруту в оба GPS	
Руслан-финансист - метеоролог	подготовка материалов для должности метеоролога в походе	подготовка материалов для должности финансиста			
Андрей М. летописец-фотограф	подготовка материалов для заполнения в походе, помощь Тоне				
Наташа-медик	подготовка сравнительного анализа по организации страховки в различных страховых компаниях	распределение аптечки на 3 части: экстренная, основная, подвал с определением приблизительного веса каждой из этих частей			
Катя-зав. пит	Опрос участников по питанию.Предварительное согласование раскладки с Ирой и Костей. Первый вариант раскладки должен появится в этом файле	Согласование с Аней объемов и состава овощей. Начало сушки овощей и мяса. Определение состава и веса хоз. набора	К 10-му июля раскладка должна быть окончательно готова. Раздать указания группе по закупке и фасовке		
Костя	оказание помощи Сане по расчету топлива		переговоры о заброске		
Ира	19 июня - предварительная заявка похода		печать карт для похода, 3 июля - заявка похода в МКК	переговоры о квартире в Красноярске	

Разработка маршрута. Что учитывать при планировании?

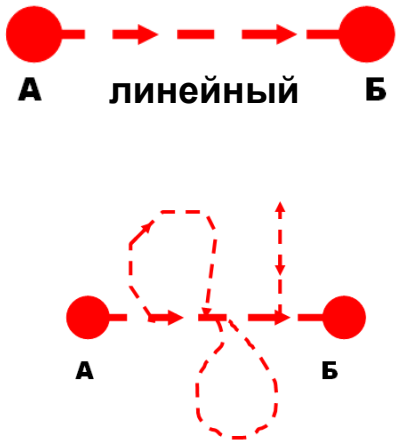
- Физическая и техническая подготовка группы
- Специфика района
  - Климат
  - Высотность
  - Транспорт (Подъезды/выезды/заброски)
  - Связь
  - Наличие населенных и/или спасательных пунктов
- Технические препятствия
- Потенциально опасные участки
- Объекты посещения

В маршруте четко прописывается

- Участки маршрута
  - Линейные отрезки (>75% от всего маршрута)
  - «лучи»/ « звезды»
  - Кольца

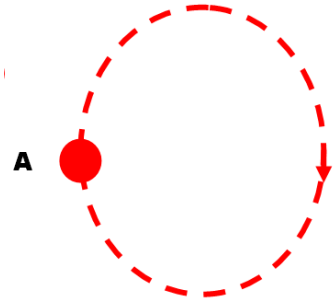
- Постепенное нарастание, а потом сброс нагрузки (самые сложные препятствия в середине, на пике формы)

- Насыщенность маршрута (как препятствий, так и впечатлений)

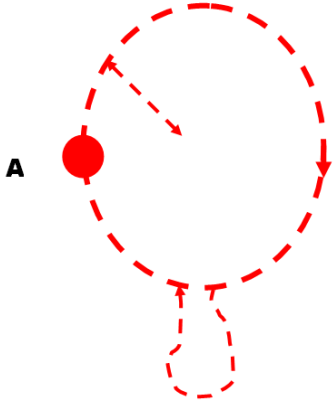


линейный

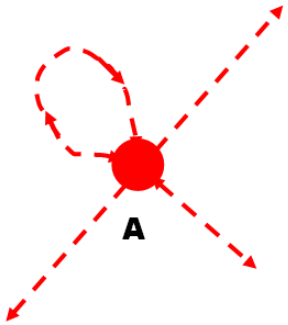
Линейно-радиальный



кольцевой



кольцевой-радиальный



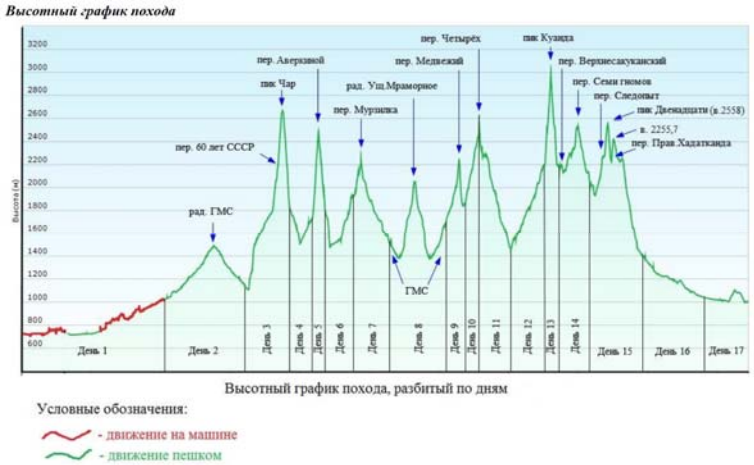
радиальный

В маршруте четко прописывается

- Дневки/полудневки
- Возможные задержки (непогода и др. непредвиденные обстоятельства)
- Запасные варианты (обход тяжелых препятствий по более простому пути)
- Аварийные выходы

Общая схема маршрута

- Начало
- Техническая часть
- Выход



Участки делаться по своим особенностям

- День подхода под перевал
- Долина с вкусностями (ягоды/грибы/зелень)
- Посещение достопримечательностей (пещер и т.д.)
- Баня на подходе к цивилизации

Разработка маршрута

- Документы:

Туристско-спортивный союз России

ПЕРЕЧЕНЬ КЛАССИФИЦИРОВАННЫХ И ЭТАЛОННЫХ ТУРИСТСКИХ СПОРТИВНЫХ МАРШРУТОВ И ПРЕПЯТСТВИЙ

Москва, 2008

-ПЕРЕЧЕНЬ КЛАССИФИЦИРОВАННЫХ И ЭТАЛОННЫХ ТУРИСТСКИХ СПОРТИВНЫХ МАРШРУТОВ И ПРЕПЯТСТВИЙ, ТССР, 2008 год. Пешеходные маршруты

- ПЕРЕЧЕНЬ КЛАССИФИЦИРОВАННЫХ ПЕРЕВАЛОВ СРЕДНЕГОРЬЯ России, ТССР, 2008 год.

Собственно разработка:

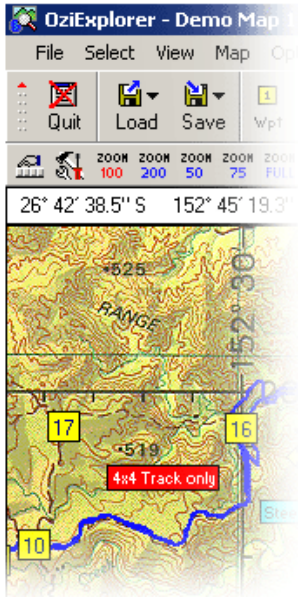
- НАНЕСТИ МАРШРУТ НА КАРТУ (пример: Обзорная схема Кодара 2013_Бычкова)

- СОСТАВИТЬ ГРАФИК ПОХОДА ПО ДНЯМ (см. следующий слайд)

График похода (пример)

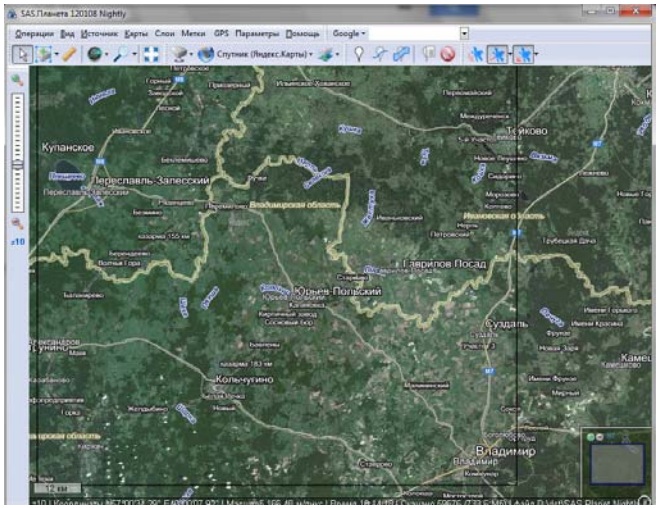
Дата	День	Участок	Км	Подъем	Спус	ЭК
2 авг		Вылет из Москвы вечером.				
3 авг		Поездка в Красноярские Столбы.				
4 авг		Посадка на поезд 097С (Кисловодск-Тында) в 15:35.				
5 авг		Поезд.				
6 авг	1	Прибытие в 9:23 в Новую Чару. Новая Чара - Чара - Чарские Пески - отметка (901,2)	0,0			**0,0**
7 авг	2	Отметка 901,2 у входа в ущелье Сред. Сакукана - устье р. Шаньга (1200).	18,6	300	0	**21,**
8 авг	3	Вояж с заброской. Подъем в верховья Шаньги (1800).	7,2	600	0	**13,**
9 авг	4	Верховья р. Шаньга (1800) - пер. 60 лет СССР (1Б, 2200) + пик Чар (2681,5) - озеро в лев. ист. р. Порог (2000).	14,4	1380	1180	**28,**
10 авг	5	Озеро в лев. ист. р. Порог (2000) - пер. Перестройка (2А, 2550) - озеро в ист. р. Ягельная (1950).	3,6	550	600	**9,1**
11 авг	6	Озеро в ист. р. Ягельная (1950) - пер. Мурзилка (1Б, 2340) + ледовые квази-занятия - ГМС (1520).	12,6	390	820	**16,**
12 авг	7	***Запасной день***	0,0			**0,0**
13 авг	8	*Радиальный выход в Мраморное ущелье.*	8,4	820	820	**16,**
14 авг	9	ГМС (1520) - пер. Трех Жандармов (2А, 2480) - озера в верховьях р. Бюрокан (2150).	10,8	960	330	**20,**
15 авг	10	***Запасной день***	0			**0,0**
16 авг	11	Озера (2150) - пер. Ленинградец (1Б рад., 2575) - пер. 25 лет Советской Латвии (2А, 2480) - р. Таежная (2000).	7,2	530	680	**17**
17 авг	12	Река Таежная (2000) - устье р. Таежная (1460) - верховья р. Верхний Сакукан (2130).	14,4	670	540	**21**
18 авг	13	*Радиальный выход на пик Куанда (1Б, 3013). Скальные занятия.*	2,4	883	883	**11**
19 авг	14	м.н. - пер. Верхнесакуканский (н/к, 2193) - (2100) - пер. Колесова (1Б, 2629, лед. зан.) + в. 2906,4 - р. Хадатканда	10,2	860	990	**19**
20 авг	15	Р. Хадатканда - траверс 1А: пер. Следопыт + в. 2558 + пер. Прав. Хадатканда (2212) + в. 2400 - р. Хадатканда	9	750	1200	**17**
21 авг	16	Р. Хадатканда (1550) - р. Сюльбан (зимовье, 1080).	21,0	0	470	**21,**
22 авг	17	Р. Сюльбан - ст. Кодар. Электрички 15:12 (на Новую Чару), 16:14 (на Куанду), 19:10 (на Новую Чару)	14,4	50	130	**14,**
23 авг		Поезд 075Э Нерюнгри-Москва: Новая Чара (02:48) - Куанда (5:59) - Северобайкальск (14:52). Можно ехать до				
24 авг		Посадка на поезд 291И Северобайкальск-Новосибирск/Пермь в 14:00.(отпр. 14:39)				
25 авг		Прибытие в Красноярск в 16:55.				
			154	**8743**	**8643**	
		Запасные варианты:				
1)	5	Озеро в лев. ист. р. Порог (2000) - пер. Аверкиной-1 (1Б, 2400) - озеро в ист. р. Ягельная (1950).	14,4	900	950	23,
2)	9	ГМС (1520) - пер. Медвежий (1А, 2184) - снежно-ледовые занятия				
	10	м.н.-пер. Четырех (1Б*, 2541) - р. Таежная (2000).				
	11	***Запасной день***				
3)	10	м.н.-пер. Рижан (2А, 2670) - р. Таежная (2000).				
4)	13	отказ от восхождения на пик Куанда.		0,0		
5)	14	м.н. - пер. Верхнесакуканский (н/к, 2193) - (2100) - пер. Семи Гномов (1А, 2525, лед. зан.) - руч. Олений Рог	9,0	488	668	13,
	15	Руч. Олений Рог - траверс в. 2558 м + пер. Прав. Хадатканда (2212) + в. 2400 м - р. Хадатканда (1550).	9,6	796	1196	17,
6)	15	отказ от траверса массива в. 2558 м, спуск к Сюльбану по ручью Олений Рог или ключу Лагерный.				

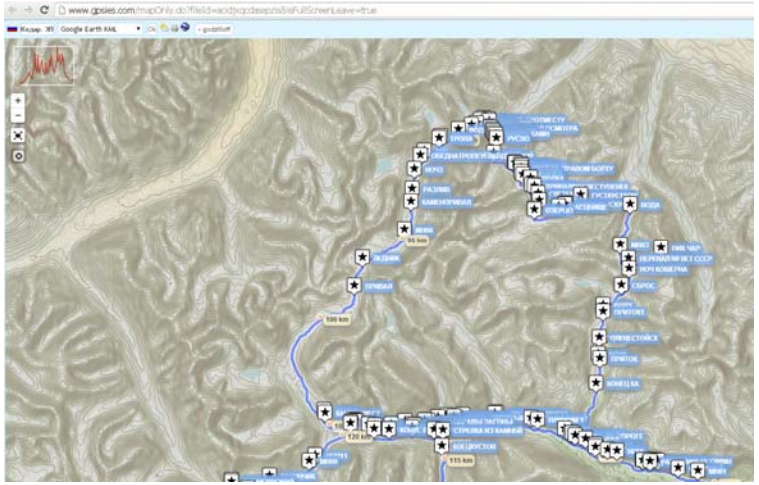
Разработка маршрута



- **Программы в помощь:**

- **Ozi*Explorer*** (привязка карты к координатам)
- ***SAS.Планета*** (есть возможность работы в off-лайне)
- ***Сайт*** ***www.gpsies.com/***





Безопасность

ДО ВЫХОДА НА МАРШРУТ:

1. Заявка в МКК
2. Регистрация в МЧС, ПСС в районе похода
3. Медико-транспортная страховка
4. Спутниковые девайсы (трекер и/или спутниковый телефон)

НА МАРШРУТЕ:

1. Использование раций

Подготовительные тренировки и ОФП

Ц
Е
Л
И

✓«схоженность» группы

✓физическая и техническая подготовка участников

✓проверка снаряжения

- Тематические тренировки по технике
- ПВД (1-2 дня) и **контрольный выход**
- КРОСС-ПОХОД (готовность группы к походу)
- Физические тренировки в зале и на улице

Заявка маршрута в МКК

- Заполненная маршрутная книжка (2 экз.)
- Подтверждение опыта участников и рук-ля (наличие справок о походе)

- Картографический материал с нанесенным маршрутом
- Фотоматериалы основных препятствий

Защита похода, отчет

- Устная или Письменная
- Обязательно технические фотографии
- Записки с перевалов

Пример отчета в приложении

Участие и победы в Чемпионатах

ДЕПАРТАМЕНТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ГОРОДА МОСКВЫ
ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ
ДИПЛОМ
НАГРАЖДАЕТСЯ
СПОРТИВНАЯ ТУРИСТСКАЯ ГРУППА
Туристского клуба МИСиС
(город Москва)
руководитель Бодян А.Г.,
занявшая III место
на Кубке Москвы
по спортивному туризму
(сезон 2014-2015 г.)
дисциплина – маршрут – пешеходный
(1-6 категория)
вид программы – маршруты 2 категории
18.03.2015
Президент Федерации
В.Е. Сазонов

МОСКОМСПОРТ
ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ
ДИПЛОМ
НАГРАЖДАЕТСЯ
туристская группа
туристского клуба НИТУ «МИСиС»
города Москвы
(руководитель Пыркова Д.В.),
занявшая 3 место
в Чемпионате Федерации спортивного туризма –
объединения туристов Москвы по спортивному туризму,
спортивный сезон 2013-2014 г.,
в классе маршрутов 3-4 категории сложности
дисциплины «маршрут – пешеходный (1-6 категория)»

ДЕПАРТАМЕНТ
ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА
ГОРОДА МОСКВЫ
ФЕДЕРАЦИЯ СПОРТИВНОГО ТУРИЗМА ГОРОДА МОСКВЫ
ДИПЛОМ
НАГРАЖДАЕТСЯ
Призом памяти Л. Левитина
туристская группа
(руководитель Бычкова И.В.),
за лучшую школу подготовки туристских кадров в
Федерации спортивного туризма – объединения
туристов Москвы сезона 2014 г.
18.03.2015 г.
Президент Федерации
В.Е. Сазонов

Диплом
3 степени
НАГРАЖДАЕТСЯ
СПОРТИВНАЯ ТУРИСТСКАЯ ГРУППА
ГОРОДА МОСКВЫ (туристский клуб МИСиС)
(руководитель Романова А.О.),
занявшая III место
в Международных соревнованиях
по спортивному туризму 2013 г.
в дисциплине
маршрут – пешеходный (4 категория сложности)
Президент МФСТ

Дополнительные ресурсы

- Сайт predpohod.ru

Хороший помощник начинающему руководителю

S.O.S. требуется регистрация