

Сплав по реке Кержач

Река Кержач , Владимирская область

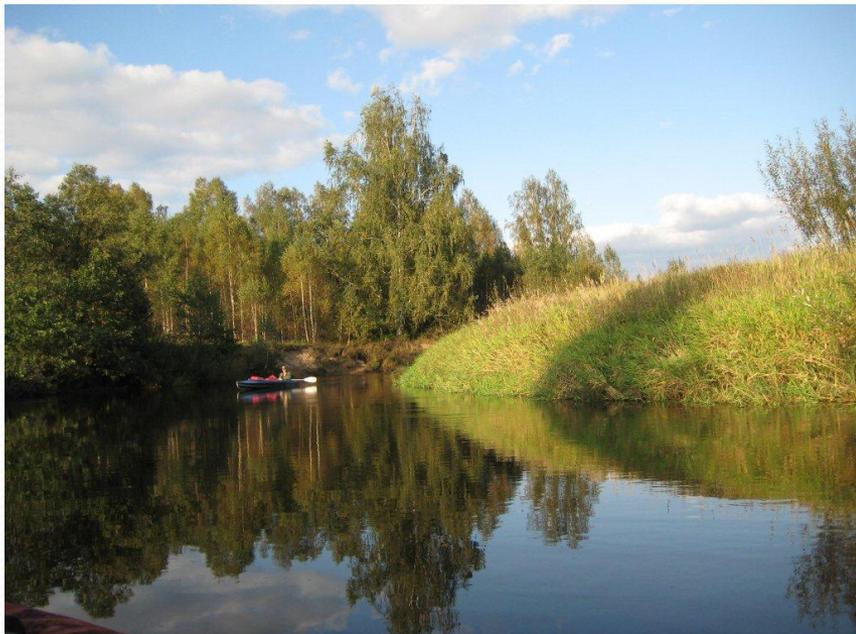
(29 апреля-1 мая)

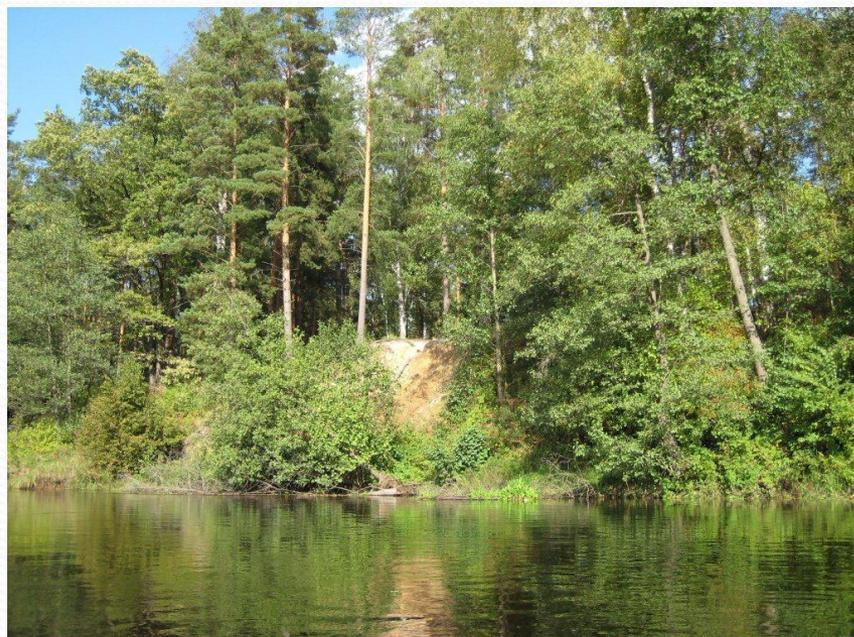
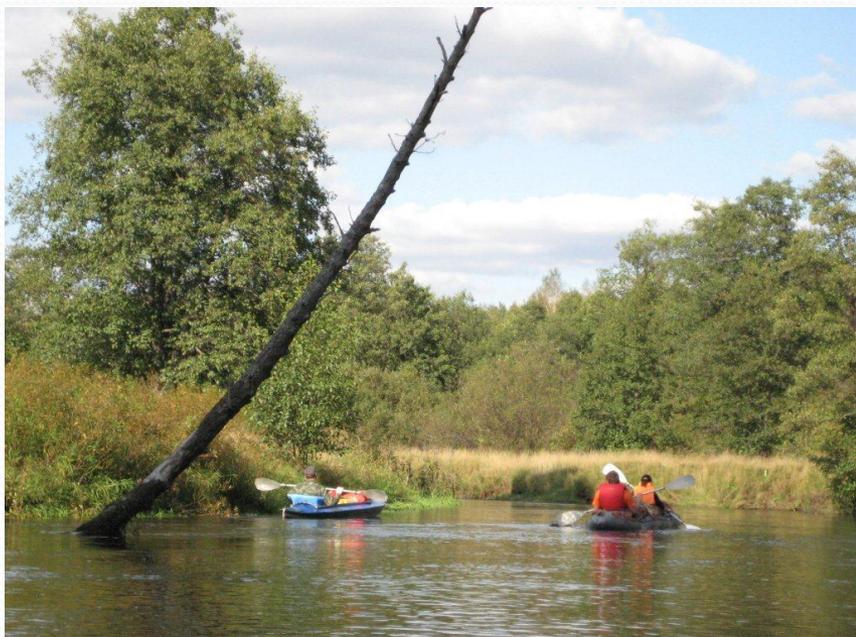


С незапамятных времен дети всегда проявляли интерес к туризму и туристическим походам. Туризм – прекрасное и эффективное средство воспитания здорового и закаленного человека. Пусть он не дает такого развития мускулатуры, как другие виды спорта, но зато здоровью туриста могут позавидовать многие. Ему не страшно промочить ноги, он не боится простудиться на ветру, промокнуть под дождем. Туризм закаляет так, как ни один другой вид спорта. Занятия туризмом вырабатывают у человека ряд очень ценных качеств. Турист умеет правильно ходить, развести огонь, сварить кашу, правильно ориентироваться и не заблудиться в лесу, быстро починить одежду.



- В туристических походах школьников оживают и получают совершенно новое звучание многие знания, полученные на уроках географии, биологии, математики, астрономии, которые подчас усваиваются формально и остаются обременяющим память балластом, негодным ни к какому употреблению. Но туризм – это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в нравственном и духовном воспитании, социализации и развитии коммуникативных качеств подростков.







- Туризм – средство расширения кругозора и обогащения духовной жизни подростков. В туристическом походе вырабатывается умение преодолевать трудности, ребята учатся коллективизму не на словах, а на деле. Регулярное занятие туризмом вырабатывает у подростков сознательную дисциплину, настойчивость, ответственность.
- Контакты, которые устанавливаются в походе, способствуют пониманию и установлению сотрудничества между участниками похода.





- Туризм – это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в воспитании нравственных качеств личности школьника.
- Нельзя недооценивать и того, что детскому возрасту свойственно стремление к необычности, к приключениям и романтике. Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет потребности ребят. В походе ребята раскрываются совсем с другой стороны, чем в школе. В этом отношении поход особенно ценен для учителя, так как позволяет глубже понять натуру каждого из ребят и найти подход к нему. Они способствуют настоящему взаимопониманию и установлению отношений сотрудничества, что потом переносится и в школу.









- Туризм обладает притягательной силой. Люди, бывавшие в походах убеждены в пользе туризма. Представьте себе... “Ночь в лесу. Костер жадно перебирает прутики. Пламя с жадностью набрасывается на сушняк и вырывает из темноты усталые лица людей. Это туристы. Сегодня они переночуют здесь, в этом лесу, а завтра пойдут дальше. Булькая и негодуя, закипает в котелке чай. Он пахнет дымом. Он приятно обжигает губы, он несравним с домашним чаем!
- А костер все горит. Гитара звенит тихо-тихо. Песню начал один голос, её подхватил второй, третий. И вот уже поют все.
- Затих костер. Он тоже слушает песню”. Эти слова принадлежат поэту Роберту Рождественскому, показывают только кусочек туристских будней. Если же представить себе, насколько огромнее, богаче, насыщеннее и глубже картина туристской жизни, тогда никому не покажется странной та власть, с которой она притягивает к себе человека.

Цели и задачи туризма

- **Содержательные цели туризма:**
- *Физическая активность* – туризм прекрасно подходит для привлечения детей и подростков к занятиям спортивного туризма, чтобы дать им возможность самим понять преимущества регулярных занятий.
- *Поддержка хорошего состояния здоровья* – одна из основных задач всех организаций, занимающихся спортом. Она заключается в том, чтобы поощрять желание детей заниматься спортивным туризмом для сохранения здоровья. Хорошее физическое здоровье достигается за счёт активного образа жизни. Спортивный туризм создаёт для этого уникальные возможности.
- *Социальная активность* – создание команды и социальная активность в ходе выполнения программы спортивного похода. Это программа, в которой каждый член команды имеет большую ценность. Пропаганда спортивного туризма как командного вида спорта стимулирует детей для совместной работы и для понимания важности сотрудничества. Спортивный туризм усиливает воспитательные возможности школы.
- *Характер приключения* – ожидание результата туристского похода, повышая интерес к нему, стимулирует подростка к всемирной подготовке к походу. Основным признаком туристского похода является неизвестность конечного результата, и делают его интересным

План похода

1 день (29 апреля)

- Прибытие
Приезд. Размещение по палаткам. Обед. Отдых. Обучение. Распределение обязанностей.
Инструктаж. Уроки на воде.
Ужин. "Посвящение в туристы". Песни и игры у костра.
Отбой.

2 день(30 апреля)

Подъём. Завтрак. Распределение по байдаркам. Сворачивание лагеря.
Сплав до стоянки рядом с д. Родионово. На маршруте будет транспорт , который все лишние вещи, палатки, продукты и др. привозит на место стоянки.
Разбивка лагеря. Заготовка дров. Приготовление обеда.
Обед. Отдых.
Весёлые старты. «Комический футбол» , «12 записок».
Ужин. Песни и игры у костра.
Тропа испытаний.

3 день(1мая)

Подъём. Завтрак. Сворачивание лагеря.
Сплав до стоянки рядом с дом отдыха «Кантри».
Приготовление обеда.
Обед. Разборка и просушка(если будет солнышко) байдарок.
Линейка с вручением свидетельств и грамот.

Трансферт

- Доставка группы от школы до места сплава и обратно до школы осуществляется школьным транспортом.
- Доставка детей от дома до школы и из школы домой личным транспортом.
- Передвижение группы или вещей группы по маршруту осуществляется школьным транспортом

Необходимое снаряжение

- 1) Тарелка, ложка, вилка, кружка.
- 2) Средства личной гигиены (зуб. щётка, паста, мыло, крем для рук, полотенце, шампунь и т.д.)
- 3) Тёплые вещи (свитер, ветровка, брюки, шерстяные носки, закрытая обувь, шапочка, перчатки)
- 4) Летние вещи (футболки, шорты, плавки, головной убор от солнца)
- 5) Обувь для хождения в воде во избежание травматизма и порезов (резиновые сапоги).
- 6) Свою личную аптечку(у нас в походе будет аптечка с самым необходимым, но как вы понимаете всё индивидуально)
- 7) Одежда для сна (термобельё, спорт. костюм)
- 8) Рыболовные снасти (по желанию)
- 9) Фонарь на голову, перочинный нож.
- 10) Деньги, ксерокопию паспорта или свидетельства о рождении, полюс медицинского страхования.
- 11) Защитный крем от солнца.
- 12) Лёгкое одеяло или спальник(не помешают, т.к. одного спальника, который мы выдадим в это время маловато)
- 13) дождевик
- 14) все вещи должны быть упакованы в полиэтиленовые пакеты.

Предоставляемое снаряжение

- Предоставляемое снаряжение:

1. Место в палатке
2. Спасжилет
3. Спальник
4. Место в байдарке
5. Гермомешок
6. Весло
7. Тур.коврик

- Список предоставляемого общего снаряжения:

1. Костровой набор
2. Топор

Распределение обязанностей

- Фото съемка.
- Видео съемка.
- Сборка и разборка палаток.
- Костровые.
- Повара.
- Топограф.

- Ночные дежурства: дежурят все по расписанию.

Техника безопасности

- Сплав по реке требует от туристов выполнения ряда правил и рекомендаций, проверенных временем.
- **Правила поведения и безопасности при проведении сплава по реке Кержач;**
- 1. Выполнять все распоряжения проводника-руководителя сплава.
- 2. При обнаружении опасности или неисправности следует немедленно доложить руководителю группы.
- 3. В случае плохого самочувствия, усталости – немедленно доложите руководителю группы. (На маршруте у нас нет личных проблем, есть только проблемы всей группы).
- 4. Запрещено оставлять полученное оборудование и снаряжение без присмотра (спасжилет, весло, палатку, тур. коврик и др.)
- 5. Во время сплава всегда быть в поле видимости других участников похода.
- 6. Соблюдать правила поведения на воде. Не отрываться от группы. Не снимать спас. жилет. Не вставать в байдарке. Не баловаться. Соблюдать дистанцию не менее 3-х метров.
- 7. В случае переворота быстро покинуть байдарку и освободиться от сапог. Плыть к берегу. Запомнить место переворота. По возможности спасать свои личные вещи. При спасении вещей быстро переодеться в сухое или попросить сухую одежду у участников сплава. Ждать замыкающего группу сопровождающего.
- 8. При перевороте байдарки соседей оказать посильную помощь. Ждать замыкающего группу сопровождающего.
- 9. Самостоятельный уход с места стоянки с целью прогулки, ловли рыбы и прочего, осуществляется только по согласованию с руководителем группы.
- 10. ЗАПРЕЩАЕТСЯ УПОТРЕБЛЯТЬ АЛКОГОЛЬ на протяжении всего похода, а также ЛЮБЫЕ вещества, ведущие к помутнению сознания.
- 11. Запрещается сорить, рубить живые деревья и наносить иной любой вред окружающей природе.

Техника безопасности

- 12. Купание с использованием байдарок и без ведома руководителя запрещено.
- 13. Категорически запрещается: ныряние в воду с байдарок, мостиков, арок, обрывов, купаться в сумерках и ночью, купаться после еды в течении 45 – 60 мин.
- 14. Купания и рыбная ловля проводятся только с разрешения руководителя и только в месте, указанном руководителем.
- 15. Купаться поодиночке запрещено.
- 16. Тяжелых бревен и камней по одному не переносить, на деревья без разрешения руководителя не залезать.
- 17. Не брать без разрешения топор, колун, пилу. Соблюдать правила безопасности при работе с инструментом.
- 18. Аккуратно передвигаться на стоянках, смотреть под ноги. При заготовке дров использовать перчатки и сапоги. Не стоять рядом с работающим топором или пилой.

- 19. Запрещено употреблять в пищу и использовать для её приготовления продукты сомнительного качества и неизвестного происхождения, незнакомые ягоды, грибы. Запрещено пить сырую воду.
- 20. Курить в палатке запрещено. Свечи и спички в палатке зажигать запрещено
- 21. В контакты с посторонними и местными жителями не вступать, внешним видом и поведением не провоцировать. Быть предельно вежливыми и корректными.
- Данные правила перед началом сплава изучают и подписывают все члены туристической группы и родители учеников. А также родители учеников пишут доверенность на имя руководителя группы о том что доверяют ребенка и снимают ответственность с него в случае нарушения правил техники безопасности. А также обязуются забрать ребенка с маршрута если он систематически нарушает правила техники безопасности.

Общая информация

- Время отъезда 8:00
- Время приезда 21:00 (по факту)
- Стоимость сплава 6 700 рублей
- Руководитель группы Мельник Максим Петрович
тел 8 916 164 9909
- Связь на протяжении всего маршрута хорошая