

Лекционка
ОСНОВЫ
туризма.
Организация и
проведение
ПОХОДОВ

ПОХОДЫ: О ЧЕМ ЕДЯТ?

Тури́зм — временные выезды ([путешествия](#)) людей в другую страну или местность, отличную от места постоянного жительства, на срок от 24 часов до 6 месяцев в течение одного календарного года или с совершением не менее одной ночевки в развлекательных, оздоровительных, спортивных, гостевых, познавательных, религиозных и иных целях без занятия деятельностью, оплачиваемой из местного источника (wikipedia.org)

ПОХОДЫ – вот наша жизнь!



Групповое или индивидуальное мероприятие, связанное с перемещением по некому [маршруту](#) в рекреационных, спортивных, познавательных целях. Спектр походов весьма широк: от неспешной прогулки в лесу до спуска по порогам. Поход совершаемый в исследовательских целях (изучение и освоение туристского района) часто

-
- Детско-юношеский туризм
 - Активный туризм
 - Спортивный туризм

Виды туризма (походы) по способу передвижения и рельефу (самые популярные)

Пешеходные



Горные

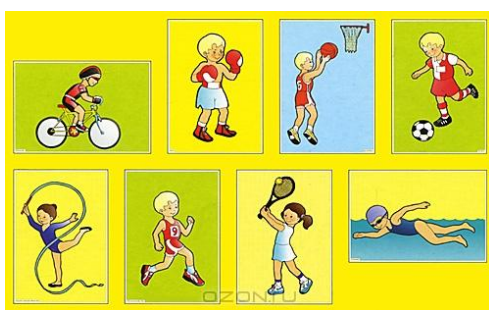
Водные

Велосипедные

Лыжные



Туризм



Спортивная
составляющая

Соревнования

Соревнования по
техникам туризма

турмногоб
орье



Категорийны
е походы с
регистраци
ей в МКК

Походы от I
до VI
категории
сложности



Любительская
составляющая

Походы
выходного дня

Категорийные
походы не
регистрируем
ые в МКК



Классификация

Походы(маршруты) по
длительности, расстоянию и
сложности:

- Категорийные
 - Походы от I до VI категории сложности
- Некатегорийные
 - Походы выходного дня (ПВД)



Классификация

Виды туризма и характеристики походов	Категории сложности походов				
	I	II	III	IV	V
Продолжительность походов в днях (не	6	8	10	13	16

Вид мероприятия	Опыт руководителя, заместителя руководителя, помощника руководителя	Количественный состав группы		Минимальный возраст (лет)	
		участники	руководитель, заместитель (помощник)	участники	руководитель, заместитель (помощник)
Некатегорийные походы и экскурсии	1-3- дневные походы	не менее 6 чел.	1-2	7 лет	не менее 18 лет

водных (на гребных судах и плотах)	150	175	200	225	250
велосипедных	250	400	600	800	1000
на мотоциклах	1000	1500	2000	2500	3000
на автомашинах	1500	2000	2500	3000	3500
спелеотуризм (количество пещер)	5	4-5	1-2	1-2	1

Турмногоборье и соревнования по технике туризма

На открытых
полигонах

В залах





Организация и подготовка к походу

Цели:

Что вы хотите? Для чего вы это делаете? Один из самых главных вопросов.



Район

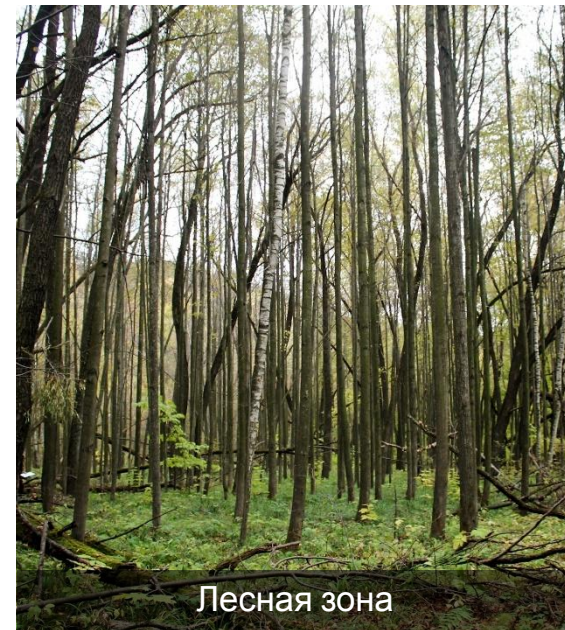
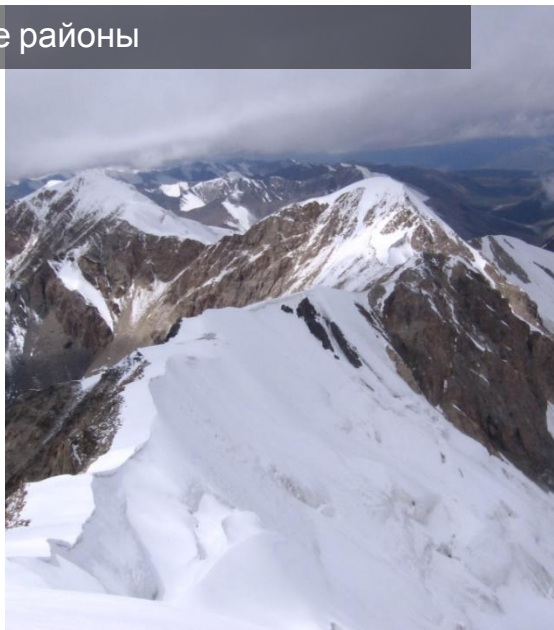
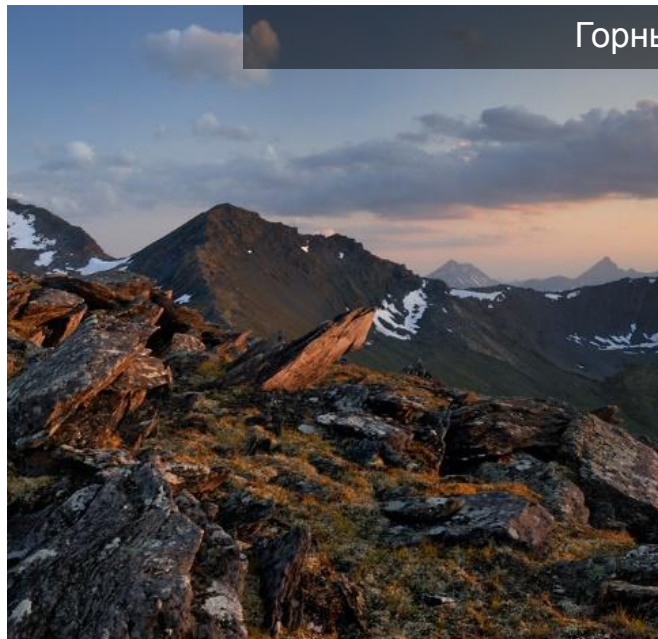
Выбор района, где можно проложить маршрут, удовлетворяющий вашим целям, а также подходящий по транспортной доступности



Команда

Набор участников в группу - для похода нужна команда.

Горные районы



Лесная зона



Естественные скалодромы

Район маршрута.

A group of people in winter gear walking through a snowy, forested landscape. The scene is a wide, open snowy field with scattered evergreen trees in the background. Several people are visible, some in bright winter clothing like red and blue, walking away from the viewer into the distance. The sky is overcast and grey.

Команда.

- **Руководитель** – один из самых опытных, ответственных участников знающий и умеющий выполнять все обязанности других членов команды – выбирается по опыту или коллегиально группой (назначается)
- **Завхоз (он же иногда и начфин, казначей)** - член группы, отвечающий и организующий питание на маршруте. В его обязанности входит разработка и подготовка раскладки(режима питания) и расход продуктов на маршруте.
Хронометрист(он же летописец) – член группы, который ведет ежедневный дневник и отмечает в нем погоду, общее состояние группы, хронологию дня (подъем, обед отбой), прохождение различных технических участков и тп.
Медик – член группы, который заведует групповой аптечкой. Желательно человек с медицинским образованием, (студент или уже врач), или самоучка, или просто назначается
- **Фотограф** – член группы, который ведет фотохронику событий, рабочие фотографии мест, где побывала группа, какие-то особенности и так далее.
- **Ремонтник(снаряженец)** – член группы, у которого хранится ремонтный набор. Как правило данный участник хорошо разбирается в том как чинить разное снаряжение.

Подготовка к походу

Цель, район, группа –
ОК!

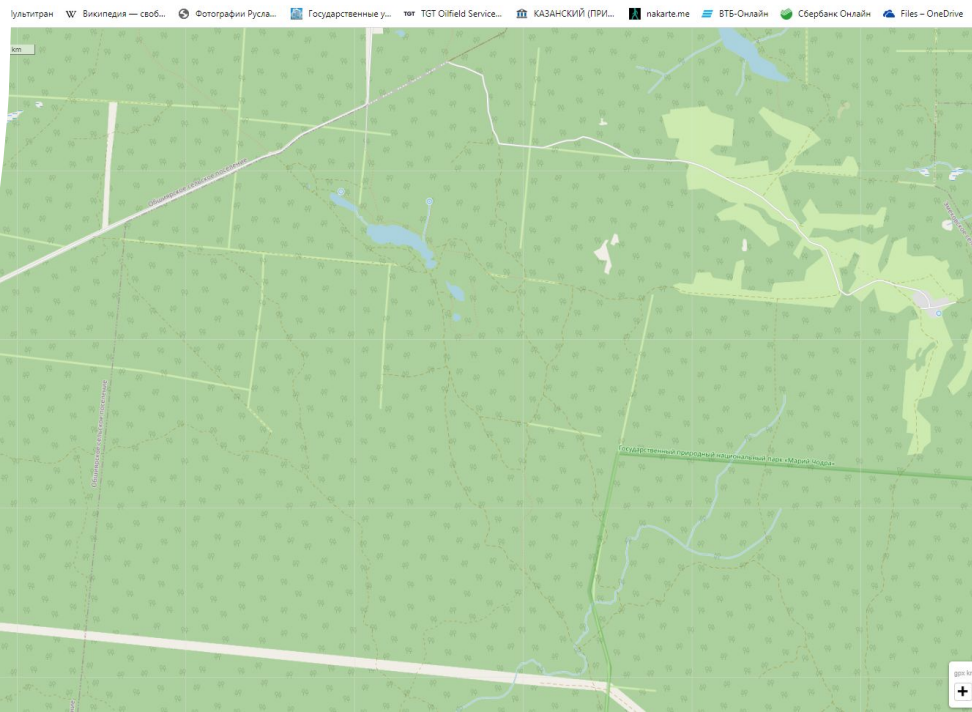
- Разработка маршрута
- Составление сметы расходов
- Подготовка раскладки
- Подготовка групповых ремонтного набора и аптечки
- Предпоходные тренировки
- Оформление похода в МКК
- Контрольный выход

Поход и отчет в
МКК

Подготовка к походу - разработка маршрута

- Идея, побывать/увидеть красивые места
- Транспортная доступность (заброска выброска)
- Дневной километраж
- Источники воды
- Сложность маршрута

- nakarte.me
- SAS Planet
- Google Earth



Маршрут. Термины

- Ходка – отрезок времени активного движения группы (40 минут идем 10 минут отдыхаем(классика)
ЧХВ – чистое ходовое время группы (без остановок в туалет и проч.)
- Описание маршрута – обязанность, хронометриста и летописца описывать путь, который прошла группа
- Бивуачные работы – установка палаток, разведение костра, приготовление ужина/ натяжка тента, установка лаги/натягивания кострового тросика
- Сухара - сухое дерево -сухостой с отличными показателями.
- Лага – палка (сухое бревно), на которую вешаются котлы
- Карандаш – тонкое сухое дерево, высохшее (обычно в посадках)

Маршрут. Типичный ходовой день

- Подъем 5:00-7:00 (в зависимости от режима светового дня)
- Приготовление дежурными завтрака
- Завтрак сбор лагеря, выход группы с последующим движением по маршруту до перекуса
- Перекус - сухая углеводная (шоколад, сухофрукты) , легкоусвояемая еда вперемешку с жирами и белками (колбаса + сыр).
- Движение до обеда (на 4 -5 ходки после завтрака)
- Обед.(1-2 часа в зависимости от типа топлива дрова/бензин/газ)
- Движение группы до ужина по графику (очень желательно не двигаться в сумерках и ночью по необорудованным дорогам!)
- Место/ночевки /ужин.
Бивуачные работы – работы по постановке вечернего лагеря.
- Приготовление ужина (1-2 часа) .
- Песни у костра.
- Отбой/На сон желательно оставлять не менее 7 часов (а лучше 8 часов)



**Маршрут.
Лесозаготовитель
ные работы
(ОПАСНО)**

- На заготовку дров никогда не ходят по одному. Минимум двое на одно дерево;
- Быть осторожным и контролировать постоянно , чтобы на линии падения дерева не было никого из товарищей по группе и в окрестности;
- Всегда брать с собой фонарик на случай лесозаготовки в сумерках;
- Рабочие перчатки должны быть обязательно надеты во избежание повреждения кожного покрова
-

Лесозаготовительные работы (ОПАСНО)

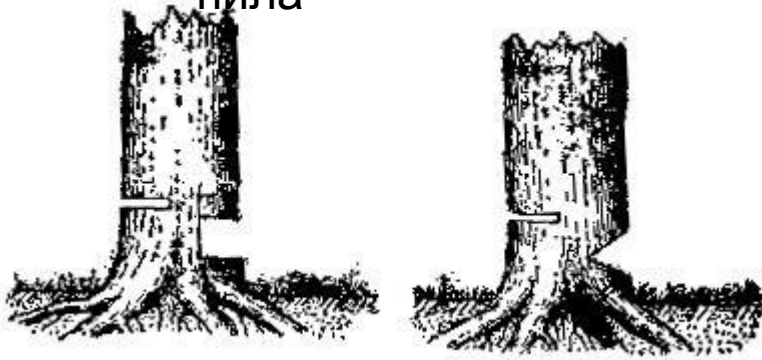
Принципы поиска и выбора сухары

- 1) Ищем дерево без КОРЫ (первый верный признак)
- 2) С цельной макушкой/кроной не отломленное (второй верный признак)!
- 3) Сосна/Елка/Лиственница/осина – любая без коры подойдет
- 4) Береза – НЕТ так как кора, является естественным паро-влажностоудерживающим агентом
- 5) Обтесать чуть дерево и взять щепу из центра надпила. Проверить если поджечь спичкой щепку и она горит не тухнет = хороший признак
- 6) Поваленные деревья и валежник подходят, если выполняется пункт 1,3,5!

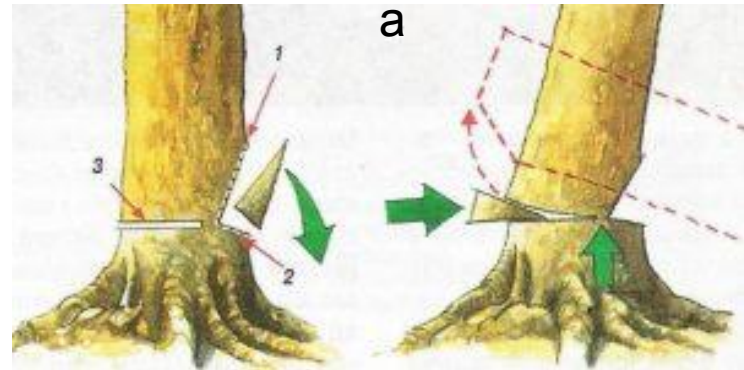
Лесозаготовительные работы (ОПАСНО)

Техника Валки дерева

Топор/Двуручная
пила



Бензопил
а



Лесозаготовительные работы (ОПАСНО)

Техника Валки дерева





Костровой набор

Типы костров



"Шалаш"



"Колодец"



"Таежный"



"Нодья"



"Камин"



"Полинезийский"



"Звездный"



"Пушка"

Виды туризма (походы) по способу передвижения и рельефу (самые популярные)

Пешеходные



Горные

Водные

Велосипедные

Лыжные

