



# Подготовка похода

## Лекция 3

Школа туризма 2019

# Последовательность подготовки маршрута

1. Комплектование группы
2. Определение целей
3. Выбор района путешествия
4. Всестороннее изучение района
5. Картографическое обеспечение путешествия
6. Детальная разработка маршрута, его запасного варианта и аварийного выхода в населенную местность.

# Последовательность подготовки маршрута

7. Составление плана-графика похода по дням
8. Составление сметы расходов (продукты, проезд, групповое снаряжение)
9. Утверждение состава участников, плана-графика, сметы, проведение родительского собрания о предстоящем путешествии.
10. Составление списков личного и группового снаряжения, приобретение и изготовление необходимого снаряжения.
11. Составление рациона питания, приобретение и упаковка продуктов питания.

# Последовательность подготовки маршрута

12. Получение и оформление походной документации (маршрутный лист, маршрутная книжка).
13. Заявление похода
  - Утверждение походной документации в МКК, утверждение контрольных пунктов и сроков.
  - Постановка группы на контроль в контрольно-спасательной службе.

# Последовательность подготовки маршрута

14. Распределение продуктов и снаряжения, его упаковка.
15. Контрольный сбор.
16. Проведение путешествия по плану и графику, утверждённому в МКК.



# Цели и задачи похода

Учебно-тренировочные походы (УТП) проводятся как зачетные в работе школ по подготовке участников и руководителей походов. В УТП, помимо прохождения спортивного похода определенной категории сложности, проводятся учебные мероприятия в соответствии с программами подготовки туристских кадров. Естественные препятствия (в том числе и высоких категорий) в УТП являются учебным полигоном, на котором слушатели школ (семинаров) обучаются технике, тактике, ориентированию, методам страховки, организации туристского бивака и т. д.

# Цели похода

Спортивные походы – цель - прохождение маршрута определенной категории сложности, выполнение установленных спортивных нормативов, повышение технического и тактического мастерства.



# Цели похода

Туристские экспедиции организуются с целью освоения новых районов, испытания новых видов снаряжения, разработки новых технических приемов и т. п. В таких экспедициях по заданиям различных организаций проводятся также исследования (медико-биологические, физиологические, геологические и т. п.).



# Задачи похода

Обеспечение безопасности участников

Создание условий успешного осуществления похода

Прохождение планируемого похода по согласованному маршруту



# Распределение обязанностей

Распределение обязанностей в группе происходит с учетом туристского опыта участников, их практических навыков, заинтересованности

Руководитель группы возглавляет подготовку и проведение похода, организует деятельность других участников, отвечает за их безопасность и успешное прохождение маршрута.

# Распределение обязанностей

Заместитель руководителя — это второй по опыту турист в группе. Он главный помощник руководителя во всех вопросах, а при его отсутствии (например, на отдельных этапах при подготовке похода или временном разделении группы на маршруте) — руководитель группы.

Завхоз - отвечает за комплектование продуктов питания, руководит составлением меню и закупкой продуктов, распределяет их между участниками, ведет учет продуктов на маршруте, заботится об их состоянии и пополнении.

# Распределение обязанностей

Медик - комплектует и хранит медицинскую аптечку, следит за соблюдением туристами санитарно-гигиенических норм, оказывает при необходимости первую медицинскую помощь, ставит в известность руководителя группы об изменении здоровья участников.

Завснар - производит подбор группового и специального снаряжения, проверяет его пригодность, в случае необходимости организует ремонт или изготовление снаряжения, распределяет снаряжение между участниками.

# Распределение обязанностей

Казначей - отвечает за сбор средств на приобретение продовольствия и снаряжения, проезд на транспорте, отвечает за экономное расходование средств

Ремонтник - комплектует ремонтный набор, руководит ремонтом группового и личного снаряжения.

Хронометрист - в хронологической последовательности ведёт полевой дневник - запись походных событий и прохождения маршрута в целом. Дневник - основа для составления письменного отчёта о путешествии.

Фотограф – фото-видеосъемка на маршруте

# Выбор района и времени маршрута похода

Выбор района и времени, маршрута похода зависит от подготовки и туристского опыта его участников

Важными факторами Выбора района похода:

- освоенность района,
- наличие необходимого картографического материала,



# Выбор района и времени маршрута похода

- реальных возможностей группы (соответствие опыта участников, их физической и технической подготовки условиям, характерным для выбранного района),
  - материально-технической обеспеченности группы
- Наличие необходимого количества свободных дней.



# Календарные сроки похода

Определяются прежде всего по метеорологическим условиям: характерным для данного района наиболее благоприятным для данного района

а также по условиям обеспечения безопасности

Конкретные сроки похода определяются на этапе детальной разработки маршрута



# Разработка маршрута

К началу работы над маршрутом необходимы предварительные тактические соображения, основанные на оценке технико-тактических характеристик участков маршрута, таких как:

- состояние троп, дорог и мостов;
- скорость течения рек;
- характер снежного покрова, наиболее типичный для данного района;
- предполагаемое для планируемых сроков похода состояние ледников (открытые, закрытые) и т. д.

# Разработка маршрута

- Необходимо определиться со схемой построения маршрута, которые можно разделить на несколько ОСНОВНЫХ ВИДОВ:
  - линейные (1),
  - кольцевые (2, 3),
  - линейно-кольцевые (линейно-радиальные) (4)



# Разработка маршрута

**Линейные и кольцевые маршруты** без промежуточных населенных пунктов считаются самыми трудными и самыми спортивными, так как все снаряжение и продукты питания на весь поход группа несет от начала до конца маршрута.

**Маршрут в виде восьмерки** наиболее выгоден для сложных походов, так как он предоставляет возможность заброски части снаряжения и продуктов на маршрут, что облегчит путешествие. Наиболее распространены в туристской практике категориальных походов являются

**линейно-кольцевые маршруты** позволяют: значительно снизить вес рюкзака на основной (линейной) части маршрута; более рационально распределить по маршруту технически сложные участки; на начальной части маршрута провести акклиматизацию и проверку снаряжения - наиболее распространенные схемы

# Разработка маршрута

На этапе планирования маршрута :

обзорно-топографические карты масштаба 1:500000 и 1:200000

Для детальной разработки маршрута, выбора естественных препятствий, уточнения протяженности маршрута, определения основных технико-тактических задач и способов их решения необходим более подробный картографический материал:

карты масштаба 1:100 000,

# Разработка маршрута

крупномасштабные схемы (кроки перевальных участков, порогов, других участков естественных препятствий и сложного ориентирования).

Для походов 1—2 к. с. достаточны обзорные карты масштаба **1:200 000** и 1:500000 .

# Разработка маршрута

Для разработки маршрута нужна и другая информация, источники:

Различные популярные издания по физической и экономической географии, физико-географические обзоры отдельных районов, статьи и очерки, описания маршрутов в туристских журналах («Ветер странствий», «Спортивный туризм», «Мир путешествий»),

**отчеты** туристских групп о совершенных путешествиях, прямая информация авторов этих отчетов,

консультации людей, имеющих отношение к изучаемой местности,

**интернет.**

# Разработка маршрута

При планировании прохождения категорийных перевалов используются:

- фотографии и схематические рисунки с описанием пути подъема и спуска, наиболее важных с точки зрения техники и тактики участков и способы их преодоления.

При планировании прохождения сложных переправ используются:

- Отчеты, с указанием мест брода

# Разработка маршрута

Следующий этап планирования:

места биваков (ночевок)

Места дневок

Места ночевок должны быть:

- Безопасными;
- Удобными;
- Реально достижимыми



# Разработка маршрута

Для выполнения этих критериев необходимо с достаточной точностью прогнозировать - скорость движения группы в реальных условиях маршрута с учетом рельефа и ситуаций возможных изменений метеорологических условий, скоростных и технических возможностей группы.

# Скорость передвижения

В пешем походе в среднем туристы проходят 15—25 км в день. Средняя скорость движения 3,0—4,5 км/час.

Поле, тропа, дорога – 5 км/ч, тропа плохо видна – 2-3 км/ч

Березовый лес – 3 км/ч

Осиновый лес – 2-4 км/ч, с буреломом – 0,5-2 км/ч

Сосновый лес – 5 км/ч, др. хвойные – 2-3 км/ч

Стланик до 0,5 м – 2км/ч, Стланик 0,5-1м – 0,7-1км/ч,

стланик выше 1 м – 0,1-0,7 км/час – чем выше – тем ниже скорость

Осыпь мелкая - 2-3 км/ч, крупная – 1-2 км/ч

Живая осыпь – 0,5-1,5 км/ч

Крутой склон – 0,1-2 км/ч (в зависимости от угла уклона)

Болото проходимое – 0,5-2км/ч

По реке (течение слабое, глубина по колено) 1км/ч,

По реке (вверх по течению, глубина по колено) – 0,5 км/ч

Снег 0,4-1м – 1-2 км/ч, наст -5 км/ч

# Планирование препятствий

В начале маршрута не должно быть технически сложных участков, т. к. идет акклиматизация;  
в конце тоже, т. к. у участников накапливается усталость;  
яркие эмоциональные нагрузки д. б. в середине и в конце похода

Планируя маршрут, надо обеспечить постепенное возрастание сложности естественных препятствий. Прохождение наиболее сложных участков рекомендуется планировать на срединную часть маршрута. К этому времени организм успеет адаптироваться к новым условиям, втянуться в ритм движения и нагрузок, т. е. обретает «пик формы». Немаловажный фактор — установление взаимопонимания и согласованности в действиях участников

# Дневки

Периодичность дневок определяется рядом факторов: Прежде всего, их общее количество должно укладываться в пределах 20% от общей продолжительности похода. Большое число неходовых дней из-за сложных метеорологических условий (пурга, туман, повышенная лавиноопасность и т. п.) расценивается как снижение спортивности маршрута.

# Дневки

Не следует забывать и того, что неоправданно большое число дневок приводит к естественному увеличению непроизводительного расхода продуктов питания и дополнительному увеличению веса рюкзака, а, следовательно, к снижению скорости движения группы

# Дневки

Аналог дневки – 2 полудневки, как использовать:

Разведка препятствия,

Непогода,

Выбились из графика, потеря ориентиров.

Обеспечение безопасности (перевалы до 16 часов, ледовые перевалы до 12 часов, сложные переправы - утром)

Форс-мажор

# Запасные дни

Принято резервировать в зависимости от сложности маршрутов от 1 до 4 дней, предусматриваются для:

для компенсации потерь времени, связанных с меньшей, чем предусматривалось, реальной скоростью движения группы,

на случай резкого ухудшения метеорологических условий до уровня, когда безопасность движения не может быть обеспечена

# Запасные варианты

Когда используются:

Резко изменившаяся обстановка,

ухудшение погоды,

утрата части продовольствия и/или снаряжения,

травмирование участников





# Запасные варианты

Запасной маршрут разработать в нескольких вариантах:

- 2 варианта старта,
- упрощенное прохождение сложного участка,
- прекращение путешествия и выход в ближайший населенный пункт по самому простому пути.

# Аварийные выходы

Аварийные выходы, позволяют группе безопасно завершить маршрут при резком ухудшении погодных условий или других экстремальных ситуациях – должны содержать минимальное количество ЛП и/или ПП, желательно совсем без препятствий

Все участники похода должны быть ознакомлены с запасными вариантами и аварийными выходами

# Контрольные сроки

Определив число ходовых дней, дневок, а также запасных дней, группа тем самым определяет и срок окончания маршрута. Остается наметить контрольные сроки: выход на маршрут, прохождение промежуточных пунктов (если таковые имеются) и завершение похода. Этим завершается подготовка всех необходимых материалов для оформления заявочных документов.

Контрольные сроки – спустя 2 суток после планируемого срока окончания похода.

# Маршрутные документы

Основной список:

Маршрутная книжка (2 экз)

Страховка (с вертолетной доставкой из района путешествия)

Регистрация в ПСС, в зону ответственности которой попадает ваш маршрут

Пропуск в заповедник

Погранпропуск (5км зона, на пересечение границы- отдельный пропуск)

# Маршрутная книжка

Заполняется на основе данных, полученных при разработке маршрута в 2 х экземплярах.

Руководитель – проводит собрание, на котором участники проверяют свои данные, ставят подписи (не только правильность заполнения, но и в знании техники безопасности на маршруте.)

Руководитель – договаривается о выпуске на маршрут с секретарем МКК, имеющей полномочия – по предполагаемой сложности маршрута

# Обеспечение снаряжением

Снаряжение - руководитель вместе с завснар составляет список препятствий, к нему – список необходимого специального снаряжения для прохождения.

Завснар – собирает и распределяет снаряжение между участниками

Источники снаряжения:

собственное снаряжение,

клубное снаряжение,

Снаряжение, приобретенное для данного похода

# Обеспечение питанием

Руководитель с завхозом определяет вес будущей раскладки, далее на основе разработанного маршрута рассчитывается количество варок – на костре, на топливе (газ, бензин).. Что согласовывается :

количество приемов пищи в день

количество перекусов вместо горячих приемов пищи

количество грамм на 1 чел в день (600-800гр)

# Обеспечение питанием

убираются продукты, которые кто-то не ест из группы.  
После согласования раскладки – закупаются продукты :  
Либо сообща, либо каждый свое покупает.

Необходимо знать, что газовые баллоны – не допускаются  
к провозу в самолете



# Обеспечение аптечкой

Медик должен владеть приемами оказания первой медицинской помощи, знать основные лекарственные препараты

Составить список аптечки и согласовать его с руководителем.

Знать о состоянии здоровья всех участников группы на протяжении всего маршрута, об ухудшении – сообщать руководителю

# Домашнее задание

Разработать пешеходный маршрут

1 категории, район – по выбору

Разработать пешеходный маршрут

2 категории со стартом в улусе Хойто-гол (Тункинские гольцы, Восточный Саян)

Предоставить расчет КС данных маршрутов:

Нитка, км, дней, расчет КС