

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Станция туризма и экскурсий «Конжак»
ГО Карпинск Свердловская область

Рассмотрена на заседании
методического совета
от «24» ноября 2020г.
Протокол №4 _____

Методическая разработка
«Советы начинающим руководителям походов»

Составил:

Бобылев В.Л.
педагог дополнительного образования
первая квалификационная категория

Данная разработка предназначена для педагогов, занимающихся начальным этапом подготовки обучающихся на занятиях, по спортивному туризму (дисциплина – маршрут).

Дана информация по закреплению темы:

«Основы туристской подготовки».

Цель: Обучение практическим навыкам безопасного совершения туристских походов, путешествий различной сложности.

Спортивная цель похода - *преодоление пространства в горах*. Грандиозность похода, глубина, сила и незабываемость впечатлений прежде всего зависят от *протяженности преодоленного пространства* и в меньшей степени от сложности отдельных препятствий.

Постоянно помните, что вашей реализацией в походе как руководителя и предметом гордости должно стать ваше *искусство*, благодаря которому группа в полном составе и в нормальном состоянии доходит в срок до конечной точки маршрута. Этим вы отличаетесь от участников, каждый из которых решает индивидуальные задачи. Слагаемыми этого искусства являются: *знание гор, знание людей*, умение *предсказать* развитие процессов и умение *предвидеть* случайные события, запускающие эти процессы.

Все это приходит с опытом, однако, скорость обучения зависит от вашего ума и наблюдательности. Второе качество можно развить. Объект, который нам приходится изучать, и которым мы пытаемся управлять, это **люди в горах**.

Типичная ошибка начинающих руководителей заключается в их повышенном внимании ко второй компоненте этого объекта (к рельефу, погоде) при забвении первого - людей. Учитесь видеть своих участников! Учитесь читать в их глазах! Не надейтесь, что все необходимое будет произнесено вслух. Тогда вы сохраните группу, пройдете то, что группа может объективно пройти и, возможно, обойдетесь без помощи врача. У руководителя есть грандиозная по сложности задача. Нужно быть очень сильным, чтобы индивидуальные проблемы пребывания на маршруте не отвлекали от решения этой задачи.

Теперь о самом страшном - *о смерти*, и о самом тяжелом - *о вашей ответственности* за жизнь участников.

Руководителям походов первой категории сложности.

Руководителя не должны беспокоить простуды, ангины, потертости ног и растяжения суставов. Ваши маршруты должны быть проложены вблизи от цивилизованных мест и, максимум за два дня, вы спустите пострадавшего к людям. Фатальным может оказаться укус змеи или каракурта, поражение молнией, снос рекой, селом, быстрый камень и нападение бандитов.

Если кого-то *укусят*, то ему страшно не повезло. Никаких специальных и общеизвестных рекомендаций, по этому поводу кроме специалистов, давать не будет. Каракурты водятся не только в пустынях и пустынных предгорьях Средней Азии, но и в Крыму, не исключена возможность их проникновения на Кавказ.

Гроза в горах значительно мощнее, чем на равнине. Она может составить светопреставление, которое навсегда останется в памяти. Чтобы исключить *поражения молнией*, правильно выбирайте места ночевки. В грозу не поднимайтесь на холмы или вершины и не ходите по гребням. Не пережидайте грозу под отдельно стоящими высокими деревьями. При приближении грозы лучше всего остановиться лагерем, поставив палатки на непригодной для молнии площадке. Занесите рюкзаки в палатки или оставьте их около палаток под полиэтиленом и спокойно переждите грозу.

Снести рекой кого-то может только по его собственной дурости. В "единичке" через речки ходят по мостам, а вброд переходят лишь через горные ручьи, и то, чуть-чуть выше щиколотки. И, все же, предупредите участников об этой опасности. Некоторые не поверят, что их легко завалит ручей глубиной по колено. Утром при чистке зубов можно нечаянно оступиться и попасть в стремнину.

Руководители! Не допускайте отставания участников! Отставшие новички вами не контролируются, поэтому они остаются наедине с опасностями. Необходимо учиться ходить *плотной группой*. Идите первыми, задавая темп для самых слабых. Чтобы чувствовать самых слабых, поставьте их сразу после себя. Замыкать группу должны спортивные ребята с избытком мощности. Не допускайте безобразия, когда сильные участники начинают вопить, что им скучно идти в хвосте группы. Обычно такие вопли от скрытой слабости. Припугните их разгрузкой слабых участников. Но не спешите разгружать слабых: прежде всего вы должны быть полностью уверенными, что такая разгрузка действительно необходима для продолжения похода. Помните, что предложения о разгрузке могут обидеть участника. Поэтому разгружайте парней только в крайнем случае. Эти предостережения не относятся к случаю заболевания.

Помните, что девушка в походе хороша, если она мало несет. Сделайте девушке легкий рюкзак (15 кг). Уверяю, всем от этого будет только легче! Не включайте в группу больше трети девушек. Если вес рюкзаков у парней превышает 28 кг, то это признак того, что вы плохо подготовились к маршруту. *Рюкзак тяжелее 32-х кг опасен для здоровья.*

В последнее время приходится специально напоминать об опасности *нападения бандитов*. Чтобы избежать агрессии, надо правильно выбирать район путешествия, правильно планировать ночевки на маршруте и правильно обращаться с чужими людьми. На подъездах старайтесь не разделяться. В городах не отпускайте участников от группы в одиночку. Не пейте спиртное сами и, тем более, с местными. Избегайте дискотек, танцплощадок и тому подобных увеселительных объектов. Не ночуйте вне гостиниц, а в случае вынужденной ночевки на вокзале,ставляйте дежурных.

Не разбивайте лагерь вблизи населенных пунктов. Старайтесь уклониться от конфликта. Самая трудная, но и самая типичная задача - это суметь отвязаться от липких гостей. В подобных ситуациях от руководителя требуется не только дипломатичность, но и неординарность решений.

Помните, что развивающуюся агрессивность можно сбить резкой сменой темы разговора. Задайте вопрос, не заботясь о логичности перехода. Клиент задумается, и если он пьян, то забудет о предмете прошлого неприятного для вас разговора.

И последнее. Специально не упоминается о переломах ног и разбитых вдребезги черепах. Надо умудриться, чтобы совершить такое над собой в "единичке". Однако не забывайте, что основной причиной "глупых" травм является спешка утомленного участника. Не переутомляйте участников, старайтесь прочувствовать порог усталости каждого из них. Ни в коем случае не подгоняйте уставших. Относитесь срыв графика похода и не прохождение маршрута к своим ошибкам и, прежде всего, к плохой подготовке похода, а точнее к допущенному вами несоответствию мощности группы и сложности маршрута. Если такое несоответствие объективно существует, то в походе вы сможете лишь сгладить вопиющие противоречия, но кардинально изменить ситуацию вам не удастся.

Начинающие руководители! Вы поднимаетесь на новую ступень туристского мастерства. Те, кто никогда не руководил, даже при наличии пятерочного опыта обладают недоразвитым и ущербным туристским сознанием. Только груз ответственности за жизнь людей вправляет мозги и делает туриста зрелым. Руководителю походов высших категорий сложности, приходится систематически страдать от неполноценности ни разу не руководивших зеленых суперменов. Поэтому руководите! От этого вы сами вырастаете как участники, и, кроме того, вы принесете радость многим, очень многим начинающим туристам. Выращенное дерево должно плодоносить. Не зря же вас учили учителя!

Руководителям походов второй категории сложности.

Теперь снова поговорим о камнях. Для "двоечки" характерна новая опасность - разогнавшиеся на снегу камни. Многие перевалы 1Б к.с. в той или иной степени камнеопасны. Это относится, прежде всего, к перевалам со снежными кулуарами в скальном обрамлении, к перевалам со снежно-ледовыми склонами под осыпной или скальной седловиной и к перевалам со снежно-ледовым траверсом под скалами. Разгоняясь на снегу или на льду, камни приобретают поистине убойную силу. В вязком мокром снегу они летят медленнее, оставляя возможность туристам принять решение. Однако днем камней больше. На замороженном снегу камни летят как пули. Вот почему особенно опасно, когда кулуар еще в тени, а скалы уже осветились солнцем. Камнепады особенно интенсивны утром и вечером, когда оттаивают или смерзаются трещины в скалах. Все камнеопасные участки безопаснее всего проходить до первых лучей солнца на прилегающих к вашему пути скалах. Поэтому правильно планируйте график движения, и если это необходимо, корректируйте его на маршруте.

Все участники обязаны быть в касках. Первый, кто заметил камень, предупреждает группу криком "камень". Если камень идет на вас - уйдите с его пути, однако помните, что камни в неровном кулуаре легко изменяют направление своего движения. Если ваши возможности для маневра

ограничены сложным рельефом или страховкой, то, пригнувшись к склону, закройте рюкзаком.

Последнее напутствие. В "двоечке" закладываются основы техники и стиля хождения по горам. Руководитель обязан быть сдержанным. Если кто-либо из участников вас окончательно "достал", устройте привал (перекус или обед), подойдите к нему и спокойно предложите провести с ним индивидуальное занятие (теоретическое или практическое).

Это лишь слегка намеченные контуры той грандиозной по сложности задачи, которую приходится решать руководителю. Нужно быть очень сильным, чтобы индивидуальные проблемы вашего пребывания на маршруте не отвлекали от решения этой задачи.

Используемая литература:

1. Волков Н., Спортивные походы в горах, Издательство, «Физкультура и спорт», Москва, 1974 г.
2. Линчевский Э.Э, Издательство, «Физкультура и спорт», Москва, 1981 г.
3. Моргунов. Б.П., Туризм, Издательство, «Физкультура и спорт», Москва, 1979 г.
4. Интернет-источники.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 176382614773150070335747769939328150673109022023

Владелец Якимова Наталья Викторовна

Действителен с 12.04.2023 по 11.04.2024