

Организация вело-походов в детском коллективе на примере команд Томской области





МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДОМ
ДЕТСТВА И ЮНОШЕСТВА "КЕДР" Г. ТОМСКА

Педагог дополнительного образования:
Жданова Анна Георгиевна.

Участник и руководитель туристских походов
пешеходных (Томская и Кемеровская области),
водных (Алтай, Кемеровская область, республика Хакасия),
вело (Томская и Кемеровская области. Республика Хакасия),
спелеопоходов (Кузнецкий Алатау, Восточный Саян,)1-2 к.с.,
ССЗК,



Фролов Сергей Викторович
Педагог, руководитель
веломастерской. Механик.

Гмитрон Анна
Владимировна
Методист, наставник.



1. Руководитель велопохода

Подготовка и минимально необходимый опыт



2. Роль механика в организации похода





Механик - отдельный человек, не руководитель, который следит за состоянием велосипедов.

Механик помогает детям подготовить велосипеды и дает допуск к походу по техническому состоянию велосипеда.

**Классно если ремонт
выполняет сам ребенок
под руководством
механика. Такой опыт
как раз и дает
коллективу тех самых
талантливых ребят,
которые в дальнейшем
заменяют механика.**



3. Особенности организации вело походов для детских групп



Организация вело походов для детских групп

10-12 лет





Снаряжение для ночлега стоит доставлять к месту ночевки старшими участниками, или подвозить на машине.

С младшей группой в длительных походах необходимо сопровождение старшими детьми или родителями.

Мелкие поломки будут обязательно, так как дети еще не всегда бережно относятся к снаряжению. Главное чтобы рядом оказался тот, кто поможет.



По правилам дорожного движения до 14 лет дети не имеют права двигаться по дорогам общего пользования. Для детского маршрута подойдут дорожки в парке или хорошо укатанные полевые и лесные дороги. Важно исключить из маршрута сложные участки.

**Пример дороги не подходящей для младшей группы. Дети не справляются и взрослым приходится вытаскивать их велосипеды на сухой участок.
г. Томск, тропа здоровья. 01.05.2015г.**



**Грунтовая дорога от Озера Беле на восток. Республика Хакасия.
Даже в случае дождя данная дорога останется такой же.
Так как грунт каменистый и не размокает.**



Организация вело походов для детских групп

12-14 лет



Таблица 2.2 Требования к туристским маршрутам 1-3 степени сложности по видам туризма (спортивным дисциплинам)

Степень сложности маршрута (ст.с.)	Виды маршрутов	Протяженность маршрута, км	Продолжительность маршрута, дней
1	Пешеходные, лыжные	30	3-5
	Пешеходные в горах	25	
	Велосипедные	50	
	Водные	25	
	Конные	40	
2	Пешеходные, лыжные	50	4-6
	Пешеходные в горах	40	
	Велосипедные	80	
	Водные	40	
	Конные	60	
3	Пешеходные, лыжные	75	5-8
	Пешеходные в горах	60	
	Велосипедные	120	
	Водные	55	
	Конные	80	

Таблица 2.6. Требования к возрасту, туристскому опыту участников и руководителя, минимальному составу туристской группы для маршрутов на средствах передвижения, средство передвижения - велосипед

Категория (степень) сложности маршрута	Минимально необходимый опыт участия (У) и руководства (Р) на маршрутах данного вида, к.с.			Минимальный возраст, лет (по дате рождения)		Минимальный состав группы, человек
	Участник	Руководитель		Участник	Руководитель	
		У	Р			
1 ст.с.	-	ст.с.	-	14, (10) ²⁾	18	6
2 ст.с.	-	ст.с.	-	14, (11) ²⁾	18	6
3 ст.с.	-	ст.с.	1-2 ст.с.	14, (12) ²⁾	18, (19) ³⁾	6
1 к.с.	ст.с.	1	ст.с.	14, (13) ²⁾	18, (19) ³⁾	2, (6) ³⁾
2 к.с.	1	2	1	14	18, (20) ³⁾	2, (6) ³⁾
3 к.с.	2	3	2	15	18, (21) ³⁾	2, (6) ³⁾
4 к.с.	3	4	3	16	19	4, (3) ⁴⁾
5 к.с.	4	5	4	17	20	4, (3) ⁴⁾
6 к.с.	5	6, (5) ¹⁾	5, (2x5) ¹⁾	18	21	4

1) – согласно пункту 5.2.2.1 раздела 2 Правил;

2) – при выполнении требования пункта 5.2.7 раздела 2 Правил;

3) – на соревнованиях в возрастной группе юноши, девушки;

4) – при выполнении требований пункта 5.2.5 раздела 2 Правил;



Если в пути есть участки грязной дороги, затяжные подъёмы и другие препятствия, расстояние, планируемое на 1 день, стоит сокращать, чтобы не тянуть из последних сил до места ночевки.



Дорога после дождя. Томская область село Лучаново.

Организация вело походов для детских групп

14-18 лет.







К 14 годам ребенок, занимающийся по программам велоспорта, обязан знать правила дорожного движения.

4. Подготовка к велопоходу

Этапы подготовки:

- 1. Определить состав команды, и уровень подготовки.**
- 2. Планирование маршрута.**
- 3. Подготовка участников.**

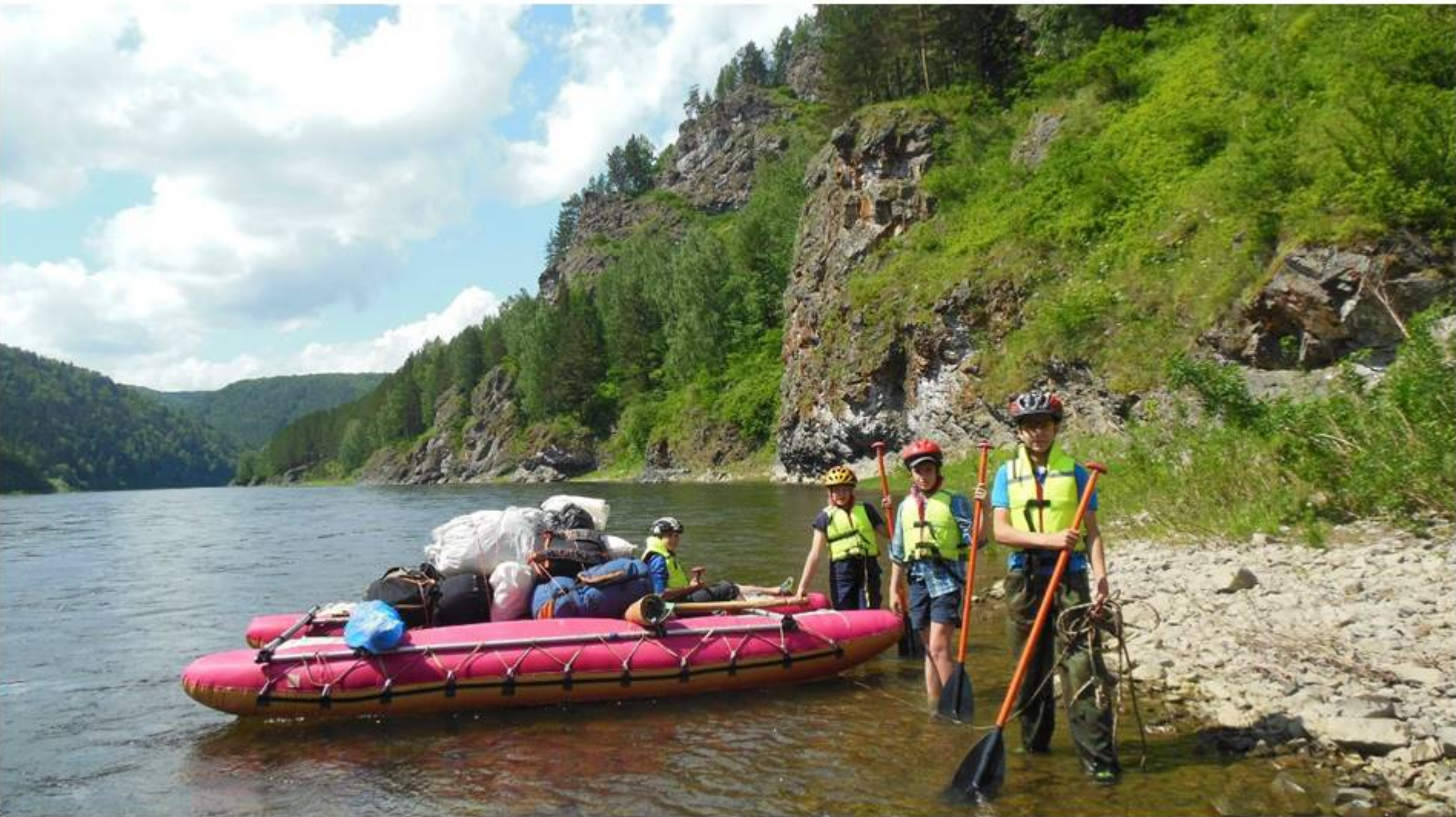
5. Подготовка участников

**Занятия начинаются весной.
Первые занятия проходят в
зале, начиная с общей
физической подготовки.**



**Так же применяем роликовые
велотренажеры.**

Участник прошедший несколько походов без велосипеда, пеших, лыжных, водных намного легче адаптируется к условиям велопохода.



6. Правила поведения и общение в колонне





Обгон опасное действие, выполнять которое в колонне без необходимости нельзя.

Расстояние между велосипедистами должно быть не менее 5 метров, чтобы, в случае необходимости, вся колонна успела остановиться. Чем выше скорость, тем больше дистанция. Так же на спусках дистанция увеличивается.



Сложные из-за наличия кочек и слишком крутые спуски, на которых остановку выполнять опасно преодолеваются по одному, чтобы исключить вероятность «завала» когда вследствие падения одного сталкивается несколько велосипедистов. Если спуск представляет опасность лучше пройти его пешком.



7. Обучение ремонту и уходу за велосипедом.



8. Снаряжение для велопохода



Как подобрать велосипед для похода?



Велосумки сшитые моими коллегами для коллектива



Использование шлема вдвое снижает вероятность травм головы у велосипедистов.





**Организация
транспортировки
велосипедов и участников к
месту начала похода.**



Так выглядит все снаряжение группы из 7 человек перед погрузкой в поезд



Вид на озеро Шунет.



**Гора «5-й сундук», в горной гряде «Сундуки».
«Сундуки» природно-исторический памятник природы
республиканского значения в Орджоникидзевском и
Ширинском районах Республики Хакасия.**



**В долине у подножия
Сундуков долине около
2-5 тыс. лет назад были
прорыты
прямолинейные каналы,
о назначении которых
высказывают различные
предположения.**



Дорога от озера Тус до озера Белё



Вид с горы «Чалпан» на озеро «Белё»



Трасса «Шира-Комунар», до села Ефремкино 42 км.



МАОУ ДО ДДЮ «КЕДР» г. Томска

634034, г. Томск, ул.

Красноармейская, 116

телефон/факс: 8-(382-2) 90-60-75/

90-60-27

<http://kedr.tomsk.ru/> e-mail:

kedr@education70.ru

Жданова Анна Георгиевна: контакты

Тел. +79996197568.

fenixany@mail.ru

<https://vk.com/fenixany>