



IV Республиканский открытый семинар руководителей туристских походов обучающихся и МКК - 2025

Организация и проведение спелеопохода 1 к.с.
обучающихся на примере команды
МАУ ДО ДЮЦ СТ г. Нефтекамск
Республики Башкортостан

Гарипова Татьяна Владимировна
Педагог дополнительного образования
МАУ ДО ДЮЦ СТ г. Нефтекамск

31 марта – 4 апреля г. Уфа, Республика Башкортостан



Гарипова Татьяна Владимировна - педагог дополнительного образования



Работаю в учреждении с 200 года
педагогом дополнительного
образования

2 разряд по спортивному туризму
ССЗК по спортивному туризму

Работаю с обучающимися по
программам «Спелеотуризм» и
«Спортивный туризм. Скалолазание».
Руководитель спелеопоходов 1,2 и 3
категории сложности.



Спелеотуризм

Спелеотуризм - разновидность спортивного туризма, смысл заключается в путешествиях по естественным подземным полостям (пещерам) и преодолением в них различных препятствий (узости, колодцы, меандры) с использованием различного специального снаряжения (карабины, верёвки, крючья, индивидуальные страховочные системы и пр.).

Экскурсионные пещеры



Пещеры необорудованные



Необходимое снаряжение для спелеотуриста



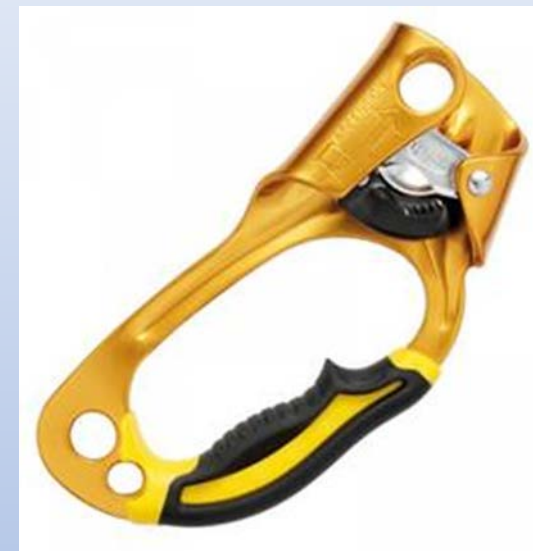
Необходимое снаряжение для спелеотуриста



Сетка необходимых прохождений пещер для зачета категории сложности похода .

Категория сложности маршрута	Количество категорийных пещер (не менее)								
	Всего	1	2А	2Б	3А	3Б	4А-4Б	5А-5Б	6
1 к.с.	4 или 3(в одной из которых несколько маршрутов)	4	-	-	-	-	-	-	-
2 к.с.	3		2	1	-	-	-	-	-
3 к.с.	2				1	1	-	-	-
4 к.с.	1						1	-	-
5 к.с.	1							1	-
6 к.с.	1								1

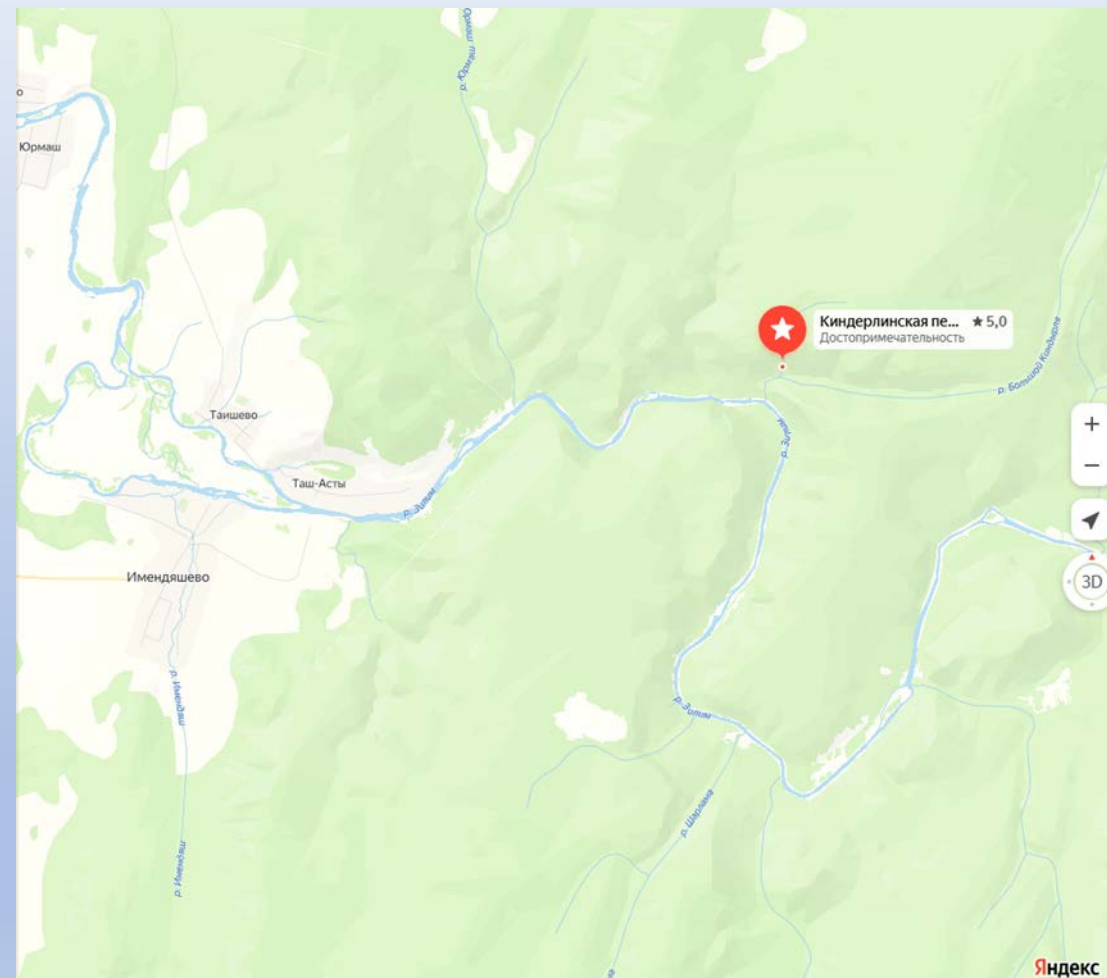
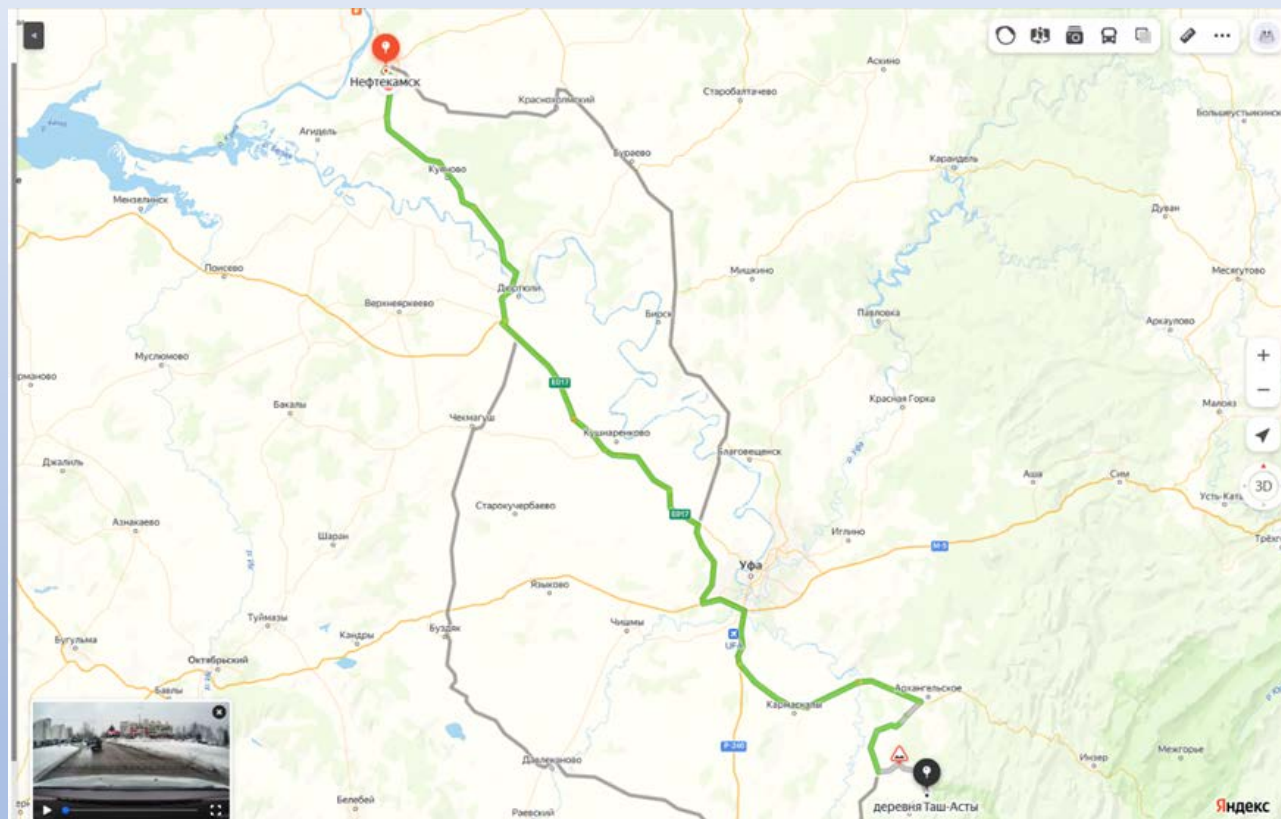
Специальное оборудование для техники SRT



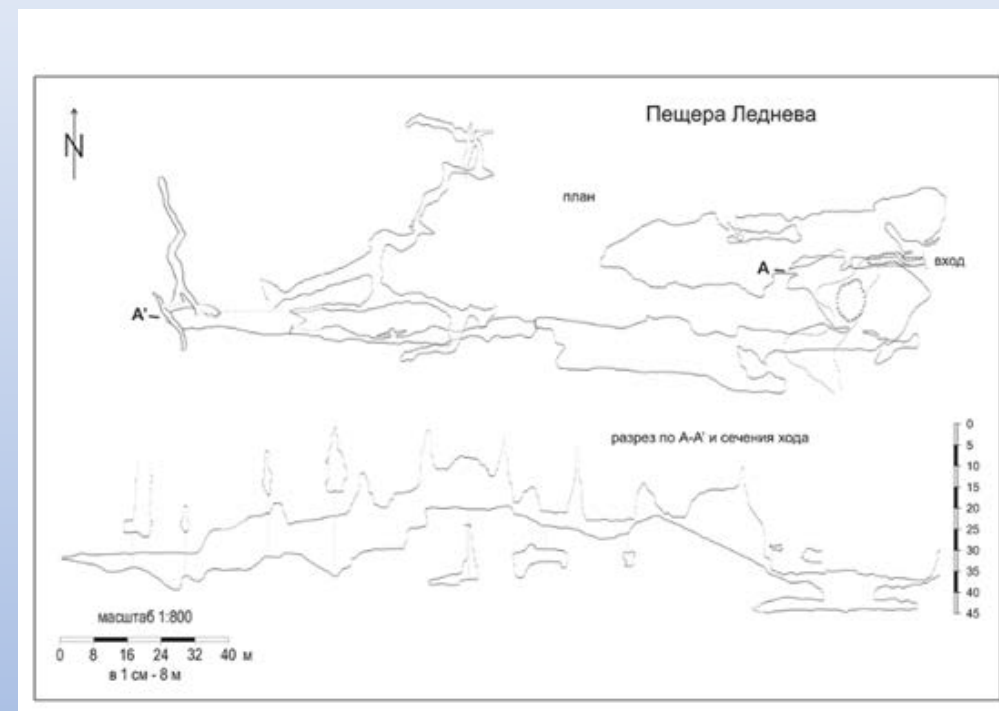
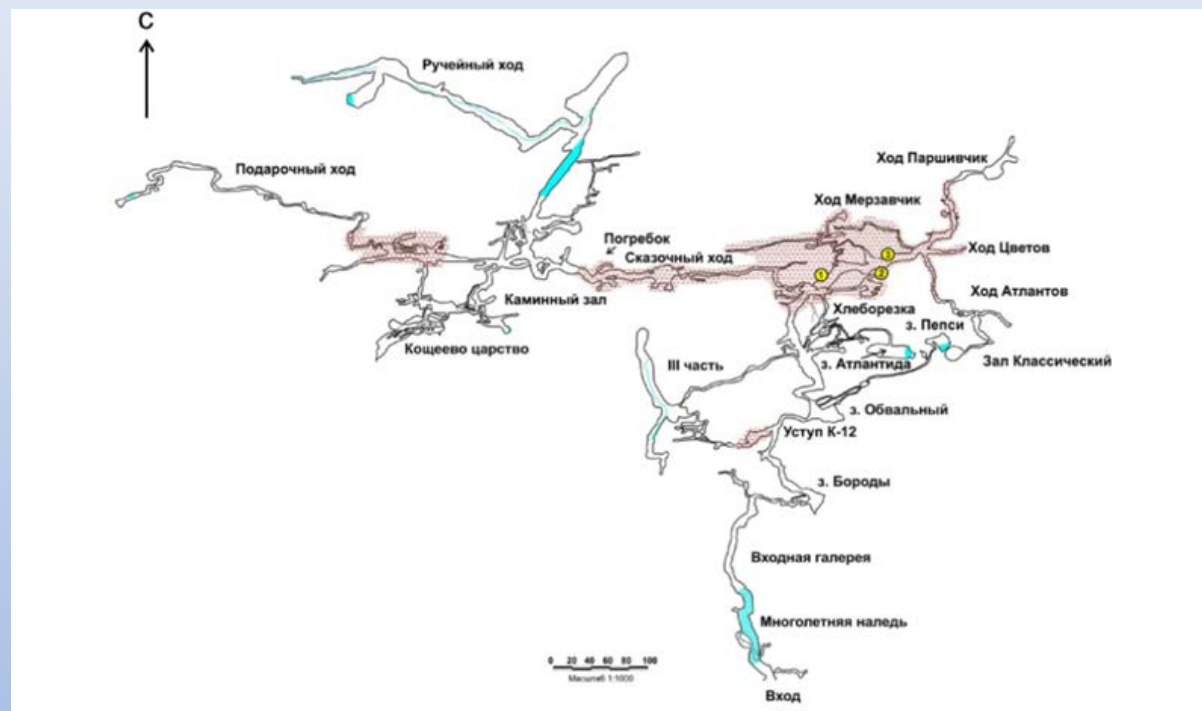
Специальное оборудование для техники SRT



Яндекс и Гугл Карты



Схемы пещер, навесок





Планирование

- - выбор места,
- - сбор информации,
- - оформление документов,
- - распределения обязанностей,
- - составление планов на маршруте



Выбор пещер, обсуждение , распределение обязанностей





Оформление документов

Гарипова Т.В. сделано 1 кс
Форма № 5 – Тур (электронная)

Федерация спортивного туризма России



МАРШРУТНАЯ КНИЖКА № _____

ТУРИСТСКОГО МАРШРУТА

Участники настоящего спортивного мероприятия
находятся под защитой:

Конституции Российской Федерации
Федерального закона №132-ФЗ от 24 ноября 1996 года
«Об основах туристской деятельности в Российской Федерации»
Федерального закона РФ №339-ФЗ от 04 декабря 2007 года
«О физической культуре и спорте в Российской Федерации»
Федерации спортивного туризма России

2022 г.

ВНИМАНИЕ!

Гарипова Т.В. сделано 1 кс

Согласно действующему законодательству, туристские группы должны проинформировать службы МЧС России за 10 дней до начала путешествия. При подаче онлайн-заявки на регистрацию необходимо указать состав и количество участников, руководителей, контактные телефоны, подробную информацию о маршруте и т.д. Ответственный сотрудник ведомства в субъекте РФ обязан обработать заявку в течение одного рабочего дня, после чего передать сведения в спасательное подразделение, в зоне ответственности которого планируется маршрут. Для этого необходимо:

1. Пройти он-лайн регистрацию туристской группы на сайте https://forms.mchs.ru/service/registration_tourist_groups, выбрав отделение МЧС по региону прохождения маршрута.
2. Получить регистрационный номер группы в МЧС и сообщить о номере регистрации в региональном отделении МЧС в МКК.
3. Сообщить в территориальный орган МЧС и МКК, а также в случае участия в официальных соревнованиях в ГСК о выходе на маршрут.
4. По окончании маршрута информировать территориальный орган МЧС в срок и способом, указанном в уведомлении.

1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

Группа туристов из Республики Башкортостан, город Нефтекамск, МАУ ДО ДЮЦ СТ
(Субъект РФ, муниципальное образование, организации, учреждение, туристский клуб и т.д.)

в составе 10 (десяти) человек
(число) (число - письменно)

с «27» июля по «31» июля 2022 г. совершает

прохождение спелео маршрута первой категории сложности
(вид маршрута) (прописью)

в районе Краснодарского края по маршруту:
г. Нефтекамск – д. Именьяшево – пещера Киндерлинская (Победа) – пещера Леднева – пещера Аю-Ысхан – г. Нефтекамск
Руководитель группы Гарипова Татьяна Владимировна
(Фамилия Имя Отчество (полностью))

Телефон +7 917-809-47-31 e-mail: ma1975mik@mail.ru

Зам. Руководителя Гарипов Алексей Альбертович
(для групп школьников и др.) (Фамилия Имя Отчество (полностью))

Телефон e-mail:

Тренер:

Руководитель проводящей организации И.С. Ременникова
(полностью) (Фамилия Имя Отчество)

Телефон e-mail:
МП. (Прилагается)



Составление меню. Оптимальная одежда

1. Носки 2 шт+шерстяные тёплые носки
2. Нижнее белье
3. Термо-белье
4. Флисовый комбез или флисовый верх и низ(или тёплый Верх и низ как спорт. Костюм)
5. Шапка-тонкая в пещеру(можно замарать) +Шапка теплая (ходить)
6. Куртка демисезонная или подобная(для пещеры, можно замарать) + штаны (для пещеры,
7. Тёплая куртка и брюки (ходить)
8. Футболка 1 шт
9. Резиновые сапоги (чтобы не промокли)
10. Тёплая обувь (ходить)
11. Фонарик налобный + батарейки
12. Термос маленький (обязательно)
13. Дождевик
14. Личная аптечка
15. Салфетки влажные + туалетная бумага
16. Кружка, ложка, миска
17. Принадлежности для умывания(зуб щетка+ паста)
18. Перекус в дорогу , воду

Обучающий фильм про одежду спелеолога:

<https://drive.google.com/file/d/1J-u9Smfq9n6XerthaBR2QVnEI4oR4h8D/view?usp=sharing>

МЕНЮ И СПИСОК ПРОДУКТОВ

16.01.2023г. Заброска, обустройство лагеря (дом).

Завтрак дома, обед в кафе или перекус из дома.

УЖИН

- плов (говядина или курица)
- хлеб, майонез, кетчуп, приправы
- чай с лимоном, кофе со сгущенкой, печенье.

17.01.2023г.

ЗАВТРАК.

- каша рисовая молочная с маслом.
- хлеб, сыр, масло
- чай, кофе, пряники.

ОБЕД (на маршруте)

- хлеб, сало, колбаса, шоколад, орехи.
- лапша б/п или пюре картофельное.
- чай, кофе (в термосах или кипятком на газовой горелке).

УЖИН

- макароны с тушенкой
- хлеб, майонез, кетчуп, приправы
- чай с лимоном, кофе со сгущенкой, печенье.

18.01.2023г.

ЗАВТРАК

- каша пшеничная молочная с маслом
- оладьи.
- хлеб, масло, бутерброды с сыром, с колбасой
- чай с лимоном, кофе со сгущенным молоком, пряники.

ОБЕД (на маршруте)

- бутерброды с салом, с колбасой
- консервы рыбные, паштет, хлеб
- конфеты шоколадные.

УЖИН

- гречка с тушенкой, поджарка овощная.
- хлеб, майонез, кетчуп, приправы
- чай с лимоном, кофе со сгущенкой, печенье.

19.01.2023.

ЗАВТРАК

График маршрута

Дни пути /Дата	Участники	Участок маршрута	Время прохождения	Кило-метраж	Способ передвижения	Решаемые задачи
1 17.06. 2024	Вся группа	г. Нефтекамск- д. Таш-Асты	7 часа	450	авто	Подъезд к месту проведения похода
		д. Таш-Асты – рекреационная поляна парка Зилим(НБЛ)	1,5 часа	5	пешком	заброска до лагеря
2 18.06. 2024	Вся группа	рекреационная поляна парка Зилим(НБЛ)				Обустройство лагеря, подготовка снаряжения
3 19.06. 2024	Вся группа	НБЛ – п. Леднёва	1 час	1,4	пеший	Заброска до пещеры
		п. Леднёва	3 часа	,7	спелео	Прохождение пещеры
		п. Леднёва – НБЛ	0,5 часа	1,4	пеший	Возвращение в лагерь
4 20.06. 2024	Вся группа	НБЛ – п. Киндерлинская	0,5 часа	0,8	пеший	Заброска до пещеры
		п. Киндерлинская (К12, Классический зал)	4 часа	4 км	спелео	Прохождение маршрута в п. Киндерлинская
		п. Киндерлинская - НБЛ	0,5 часа	0,8	пеший	Возвращение в лагерь

Комплект оборудования (необходимый минимум) взятый на маршрут

№	Наименование	количество
1	Набор инструментов и приспособлений	1 комплект
2	Палатки	3 шт
3	Веревки	150 м
4	Личное снаряжение	11 шт
5	Групповое снаряжение	
6	Лопата штыковая	1шт
7	Топор	1шт
8	Пила цепная	1шт
9	Перчатки (расходные)	10 пар
10	Скотч	2 рулона
11	Газовая горелка	1шт
12	Баллон с газом	6шт
13	Спички /зажигалка	2 комплекта
14	Запас питьевой воды	10л
15	Фонарь общий групповой, мощный+ комплект батарей	1шт
16	Фонари налобные + комплект батарей	3шт
17	Телефоны (средство связи, фото накопитель)	3шт
18	Фотоаппарат	1шт
19	Зарядные устройства	4шт
20	Пауэрбанк (повербанк)	1шт
21	Аптечка групповая	1шт
22	Перевязочный материал, дополнительные лекарственные средства, необходимые в пути	1 копмлект
23	Спальный мешок	11шт

Место оборудования лагеря



Проведение спелеопохода 1 категории сложности











Элементы прохождения похода





Элементы прохождения похода





- Задачи, поставленные в данном походе полностью решены. Участниками зачтен поход 1 категории сложности и рекомендовано участие в походе 2 категории сложности.



Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детско-юношеский Центр спорта и туризма г. Нефтекамск – ул. Нефтянников , д.11д.

- https://vk.com/away.php?to=https%3A%2F%2Fcst02.ru&cc_key=
- https://vk.com/cst_nsk
- Объединение « Спелеотуризм» педагог дополнительного образования Гарипова Татьяна Владимировна
- Видео с устной защитой можно посмотреть по ссылке
- https://disk.yandex.ru/d/hxzlk_JNb942-Q