



РЕГИОНАЛЬНЫЙ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА
В АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

V Республиканский открытый семинар руководителей
туристских походов обучающихся и МКК



Подготовка лыжного похода 1-2 к.с. обучающихся

Емелин Валентин Андреевич
педагог-организатор ГБОУ «ДДЮТ»
РРЦ детско-юношеского туризма в
Архангельской области

30 марта – 04 апреля 2026 г.

г. Уфа Республика Башкортостан

ЕМЕЛИН ВАЛЕНТИН АНДРЕЕВИЧ

- педагог-организатор регионального ресурсного центра детско-юношеского туризма в Архангельской области,
- секретарь МКК образовательных организаций Архангельской области ГБОУ «ДДЮТ»,
- руководитель лыжных, пеших и водных туристских походов 1 к.с.,
- участник лыжных туристских походов 3 к.с. (Хибины 2009 г.),
- ССЗК, г. Архангельск, Архангельская область.



ВОПРОСЫ

- Нормативы походов дальность / продолжительность
- Особенности лыжного маршрута в горной местности
- Требования к возрасту и туристическому опыту участников похода
- ПВД
- Снаряжение для лыжного похода
- Отбор и подготовка участников категорийного похода
- Опыт Архангельской области по проведению категорийных лыжных походов
- Чрезвычайные ситуации в лыжном походе





Вид туризма - лыжный

Лыжный туристический маршрут – это туристско-спортивное мероприятие в котором спортивная туристическая группа проходит спортивный туристический маршрут на лыжах по определённой нитке маршрута, преодолевая локальные и протяжённые препятствия из чего выходит категория маршрута.

НОРМАТИВЫ КАТЕГОРИЙНЫХ И СТЕПЕННЫХ ЛЫЖНЫХ МАРШРУТОВ

Вид туризма	Параметры маршрута	Категория сложности маршрута					
		1	2	3	4	5	6
Лыжный	Протяженность маршрута (п), км	100	140	180	210	240	270
	Протяженность маршрута эквивалентная (ЭП), км	100	140	230	340	450	600
	Ориентировочная продолжительность активной части маршрута, дни	6	8	10	13	16	20

Степень сложности маршрута (ст. с.)	Вид маршрута	Протяженность маршрута, км	Продолжительность маршрута, дни
1	Лыжный	30 – 49	3-5
2		50 – 74	4-6
3		75 – 99	5-8

Степень сложности маршрута (ст. с.)	Вид маршрута	Протяженность маршрута, км	Продолжительность маршрута, дни
До степенные маршруты	Лыжный	До 30	1 - 2

- Основная часть маршрута должна быть линейной или кольцевой, одно кольцо протяжённость не менее 75% от нормативной для соответствующей категории (степени) сложности любого спортивного туристского маршрута.
- Маршруты должны быть как правило непрерывными и без пребывания в населённом пункте без необходимости более одного дня.
- Повторное прохождение участка местности на одном спортивном маршруте при определении протяженности этого маршрута не учитывается. Если же радиальный выход сделан по кольцевому маршруту, тогда засчитывается весь километраж радиального выхода.
- Разрешенное снижение продолжительности походов 1, 2, 3 к.с. на 2 дня, 4, 5 к.с. на 3 дня, 6 к.с. на 4 дня, 1,2,3 ст. с. на 2 дня.

ЛЫЖНЫЕ МАРШРУТЫ В ГОРАХ

Категория сложности маршрута	Минимальное количество категорийных перевалов						
	Всего	В том числе категорий трудности (не менее)					
		1А	1Б	2А	2Б	3А	3Б
1	2	2	-	-	-	-	-
2	3	1	2	-	-	-	-
3	4		1	2	-	-	-
4	5			1	2	-	-
5	6				1	2	-
6	6					1	2

- Для лыжных туристских маршрутов характерны следующие категорийные препятствия: перевалы, вершины, траверсы хребтов, каньоны, ледопады – замерзшие водопады на руслах рек, наледи и участки припайного льда, с трещинами, разводьями и полями торошения, труднопроходимые участки леса, тундры, открытые арктические пространства.
- Так же в зависимости от сложности маршрута (горный маршрут), может быть сокращена его протяжённость.
- При увеличении количества категорийных перевалов протяженность маршрута может быть сокращён, но не более чем на 25% от нормативного.
- Для сильно пересеченной местности (многочисленные перепады высот: подъемы и спуски; элементы рельефа, затрудняющие прямолинейное движение) полученный результат умножается на коэффициент 1,2.
- Допускается замена второго препятствия 3Б к.т. горного маршрута на два препятствия (второе и третье) 3А к.т..

ТРЕБОВАНИЯ К ВОЗРАСТУ И ТУРИСТИЧЕСКОМУ ОПЫТУ УЧАСТНИКОВ ПОХОДА

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

- Руководитель похода должен иметь опыт участия в походе заявленной категории сложности и руководство походом предыдущей категории сложности в том же виде туризма.
- Участник похода должен иметь опыт прохождения похода ниже на одну категорию сложности.
- При наличии 6 и более человек в группе в походах 2 – 5 к.с. треть участников похода могут иметь опыт на 2 категории ниже заявленной. (в походе 2 к.с. степенной поход в любом виде туризма).
- Участником похода так же может стать спортсмен проходивший подобный маршрут в другом виде туризма.
- *Требования по возрасту могут быть снижены на один год, если ребенок имеет специальную туристическую подготовку (занимается в кружке, секции и т.д.).
- Для детской туристической группы наличие заместителя руководителя группы обязательно. Его наличие отмечается в маршрутной книжке/листе.

АРХАНГЕЛЬСКАЯ ОБЛАСТЬ

- Расположена на севере Европейской части России. Северные округа области входят в Арктическую зону.
- Снежный покров залегает на территории области до 200 дней в году
- Зима холодная, с устойчивыми морозами. Средняя температура января от -12°C на юго-западе до -18°C на северо-востоке.
- В Морозы температура может опускаться до -40 , -50°C

ПОХОД ВЫХОДНОГО ДНЯ

Наиболее массовый и доступный вид туристического похода.

Продолжительность: 1 – 3 дня.

Километраж: до 30 км.

Количество человек в группе: не менее 6 человек.

Обязательно наличие руководителя и заместителя руководителя похода старше 18 лет.



СНАРЯЖЕНИЕ

Личное снаряжение

- лыжи, палки, лыжные ботинки, гамашы / или лесные лыжи с тросиковыми креплениями и туристические ботинки, бахилы;
- рюкзак;
- спальник, коврик;
- КЛМН;
- **ТЕПЛАЯ КУРТКА;**
- запасные носки, запасные рукавицы/перчатки;
- балаклава.

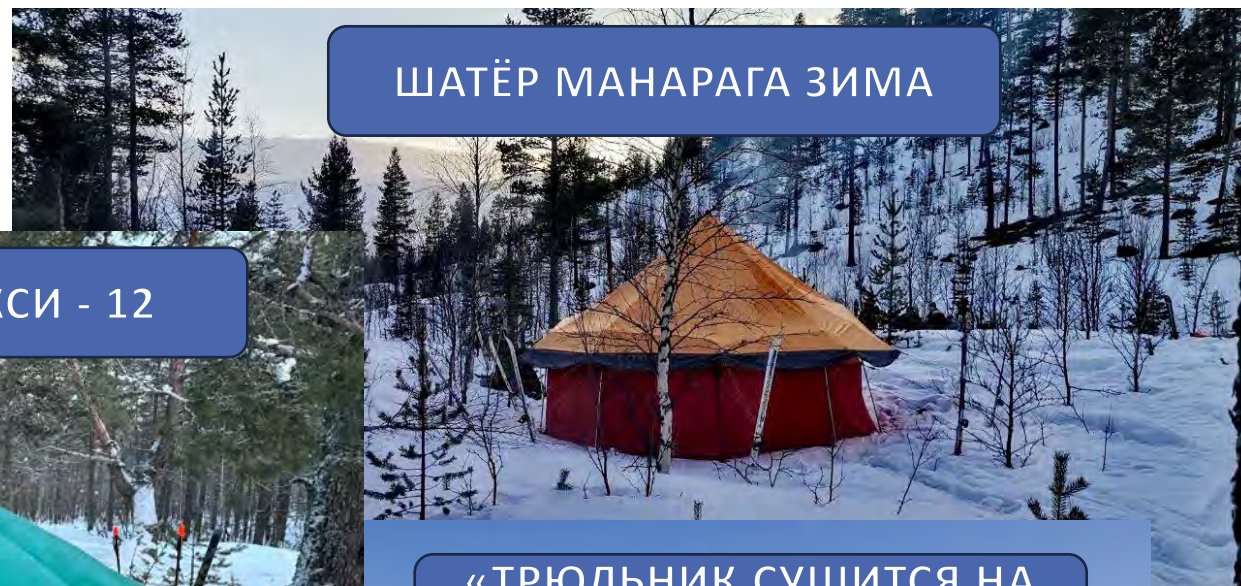
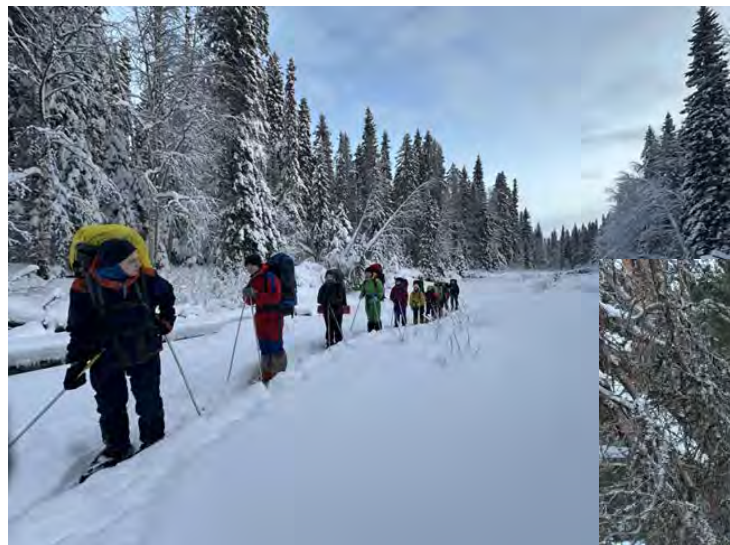
Одежда туриста

- термобелье;
- флисовые кофты;
- анорака/водостойкий, непродуваемый костюм;
- головной убор, шарф или бафф;
- рукавицы с крагами;
- рабочие перчатки;
- теплые носки (в обувь должна свободно входить нога с двумя носками).

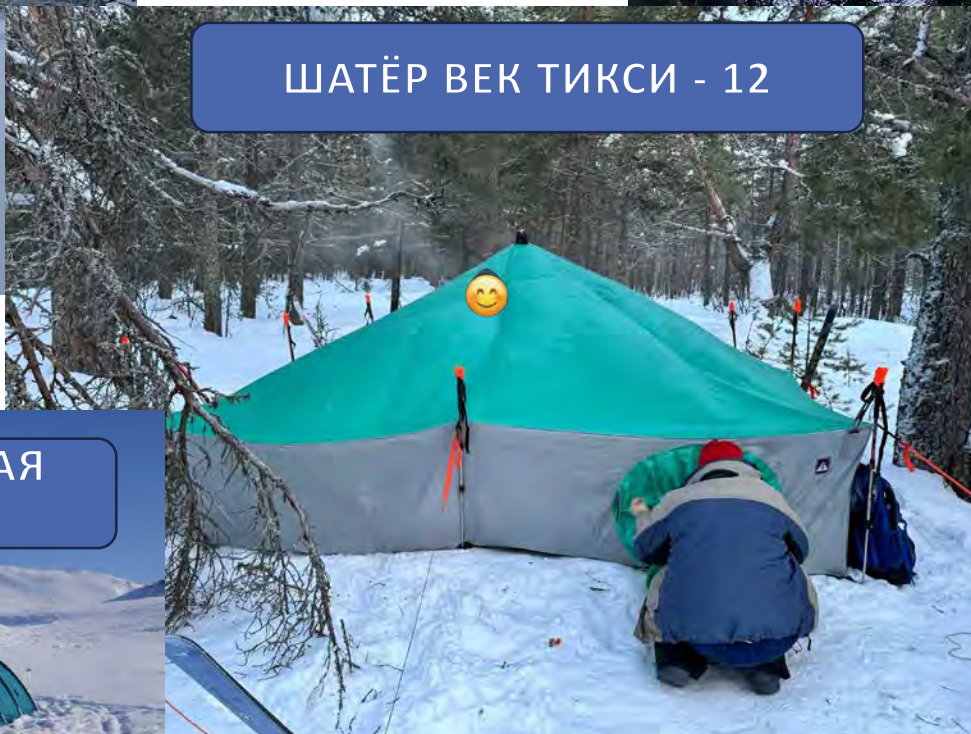
Общественное снаряжение

- Пила, топор;
- котлы, костровое оборудование;
- еда;
- термоса;
- ремнабор;
- аптечка;
- зимняя палатка с печкой;
- волокуши;
- * страховочные системы, веревки, каски, «железо».

СНАРЯЖЕНИЕ (ПАЛАТКА)



ШАТЁР МАНАРАГА ЗИМА



ШАТЁР ВЕК ТИКСИ - 12

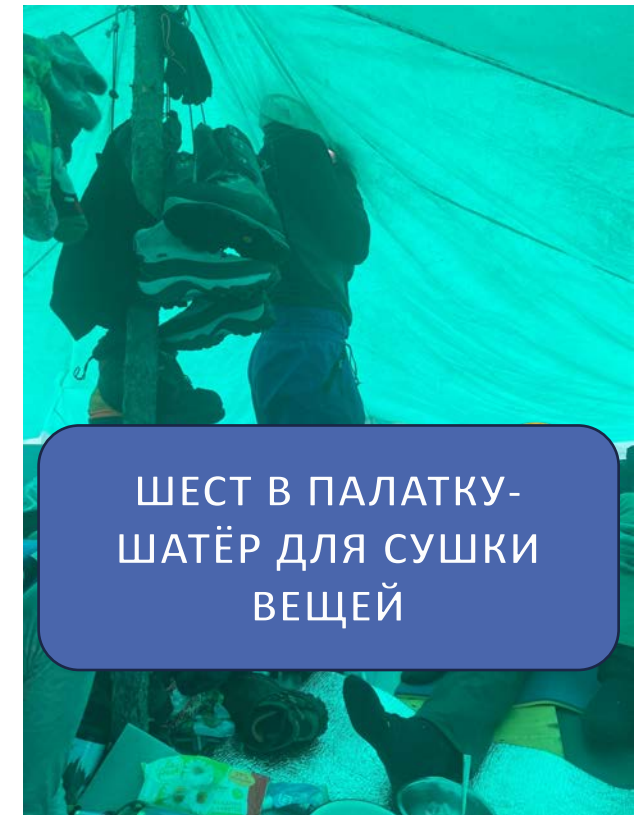
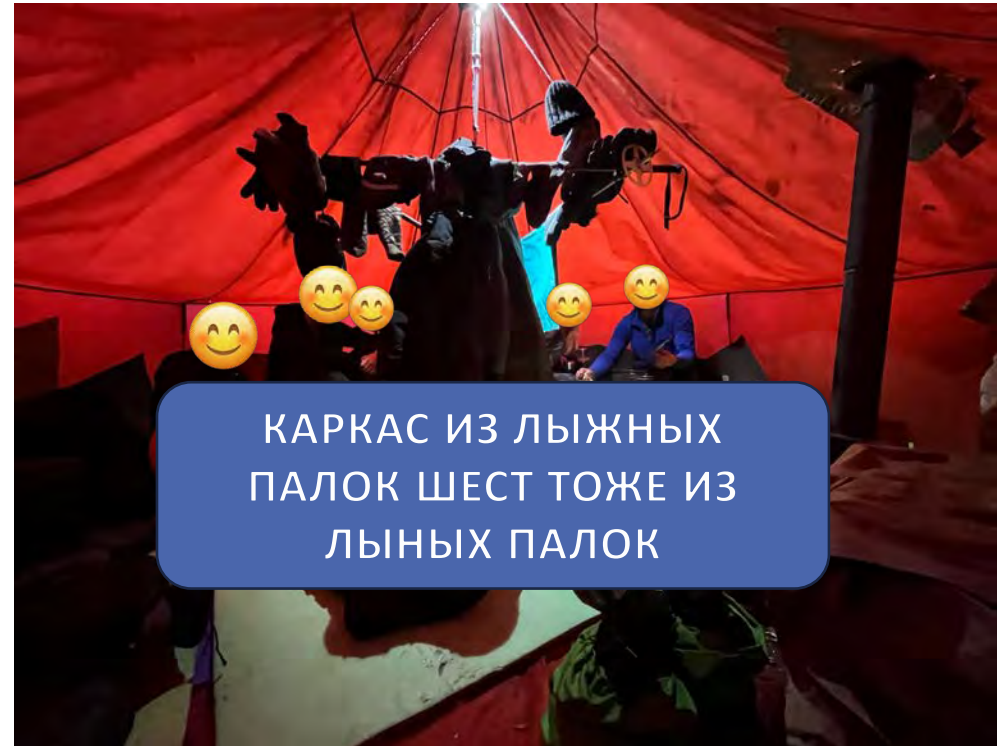
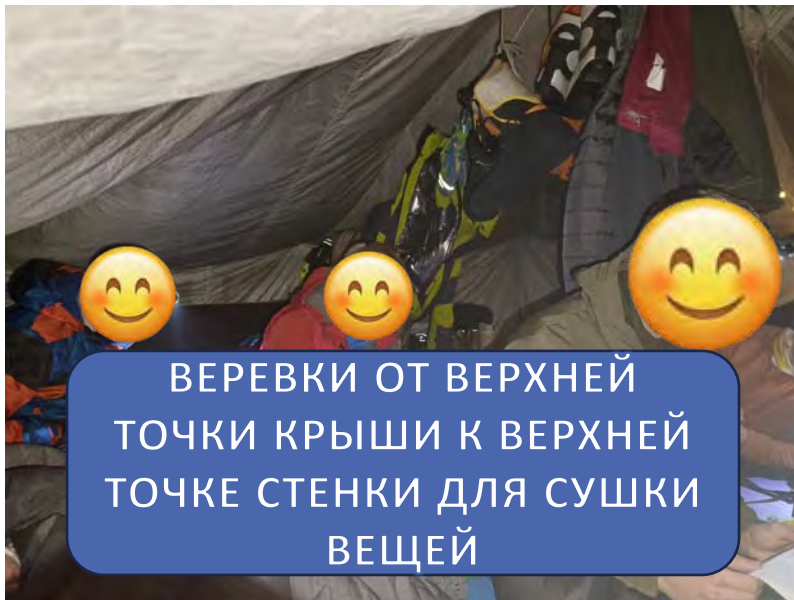


«ТРЮЛЬНИК СУШИТСЯ НА СОЛНЦЕ



ТРЁХСЛОЙНАЯ ДУГОВАЯ ПАЛАТКА

СНАРЯЖЕНИЕ (ПАЛАТКА ВНУТРИ)



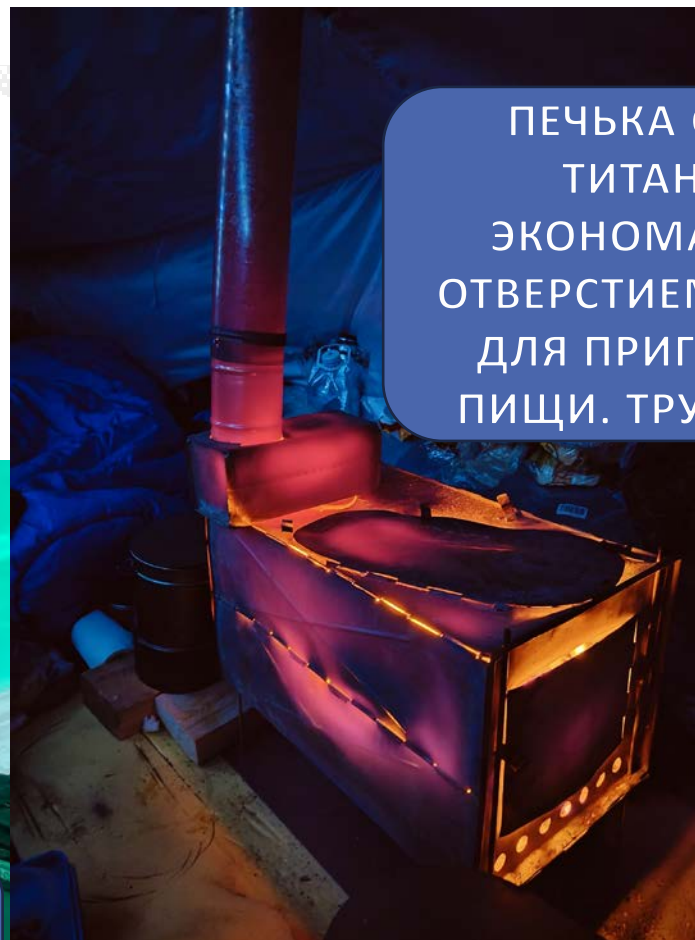
СНАРЯЖЕНИЕ (ПЕЧЬКА)



ПЕЧКА ЦЕЛЬНАЯ С
РАЗБОРНОЙ ТРУБОЙ



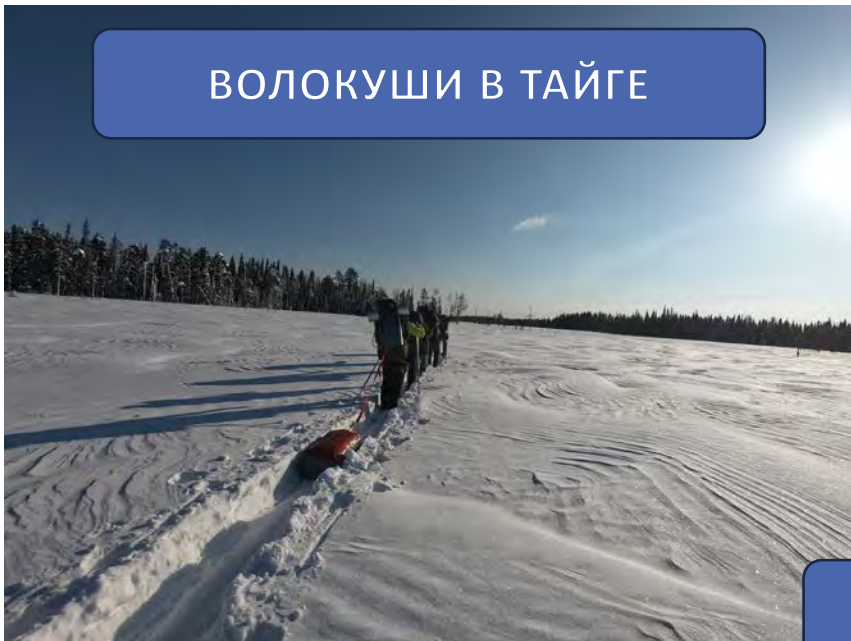
ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЕДЫ НА
ПЕЧКЕ В ПАЛАТКЕ



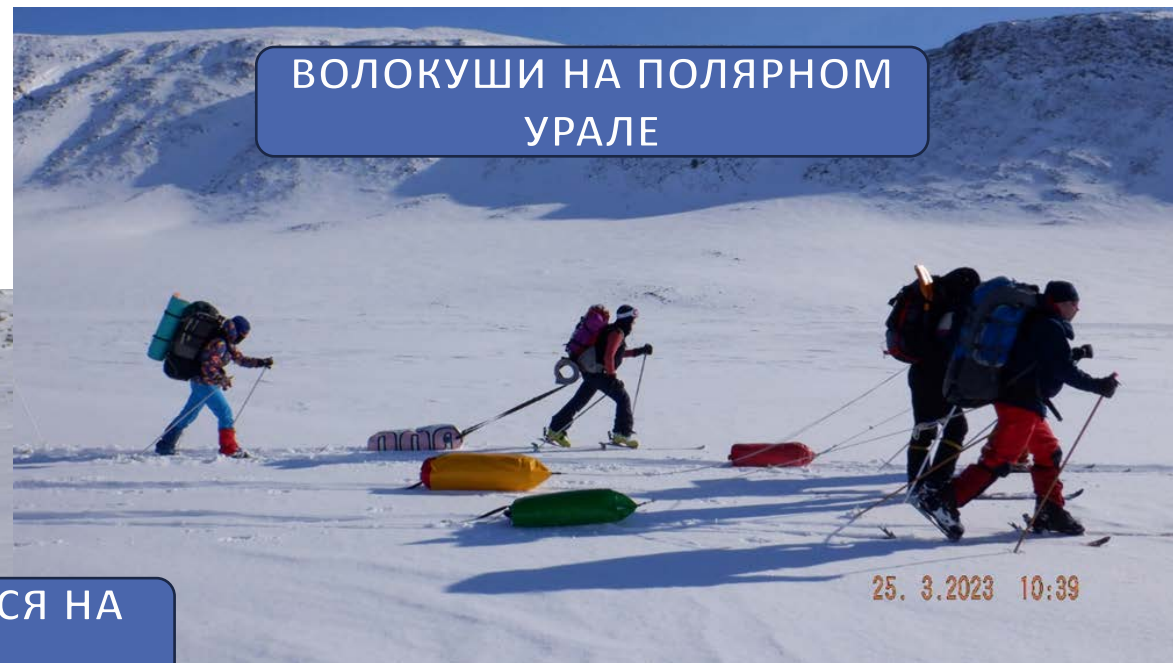
ПЕЧЬКА СКЛАДНАЯ
ТИТАНОВАЯ, С
ЭКОНОМАЙЗЕРОМ, И
ОТВЕРСТИЕМ ПОД КОТЛЫ
ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ
ПИЩИ. ТРУБА ЦЕЛЬНАЯ

СНАРЯЖЕНИЕ (ВОЛОКУШИ)

ВОЛОКУШИ В ТАЙГЕ



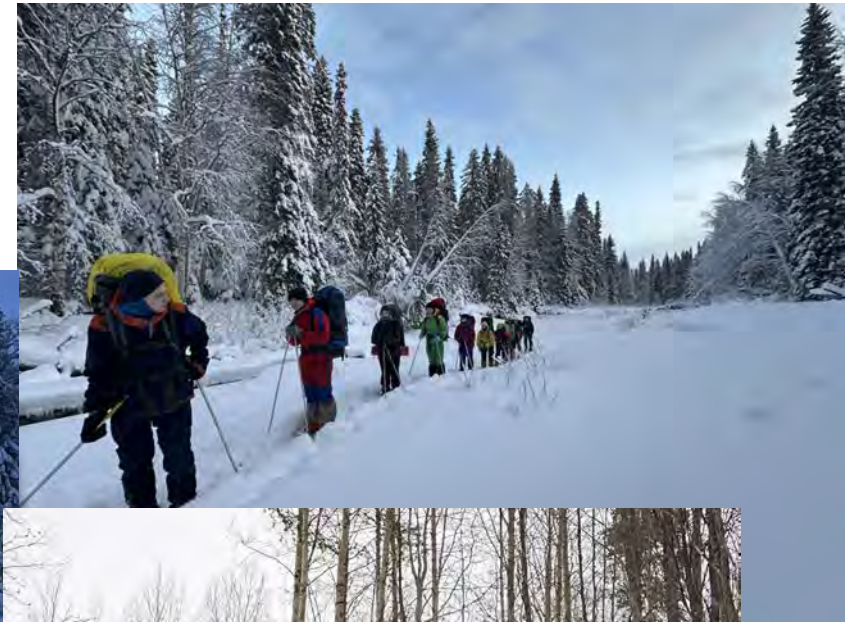
ВОЛОКУШИ НА ПОЛЯРНОМ
УРАЛЕ



«ТРЮЛЬНИК СУШИТСЯ НА
СОЛНЦЕ



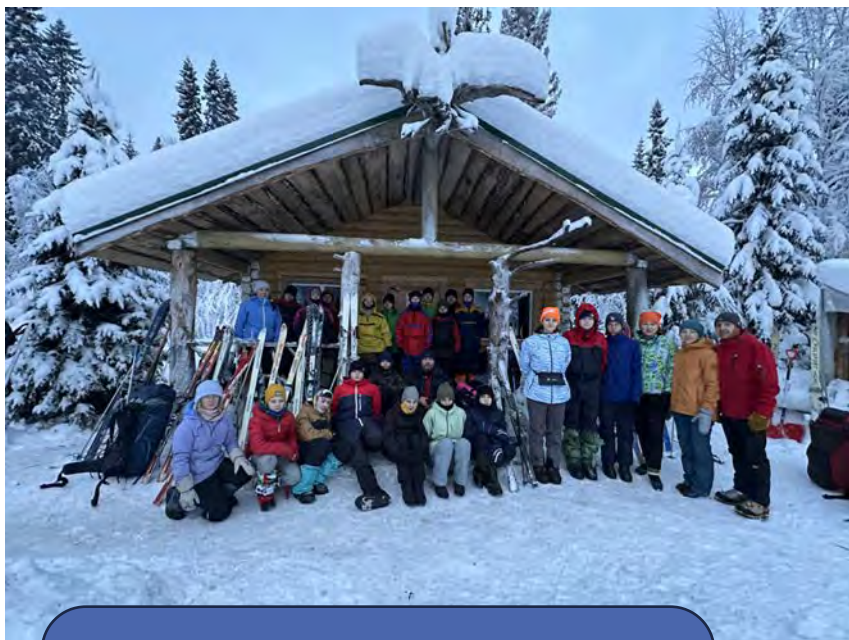
ОТБОР И ПОДГОТОВКА УЧАСТНИКОВ



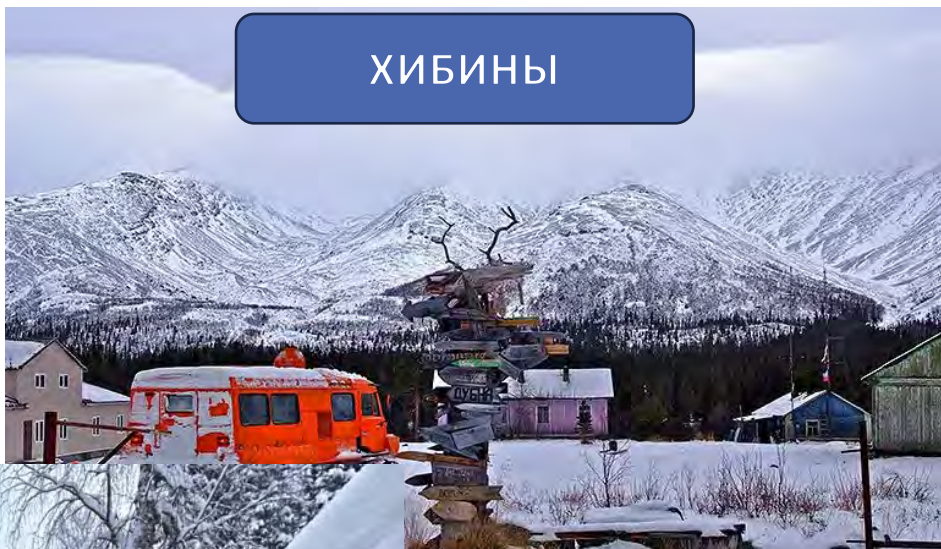
КРОСС-ПОХОД



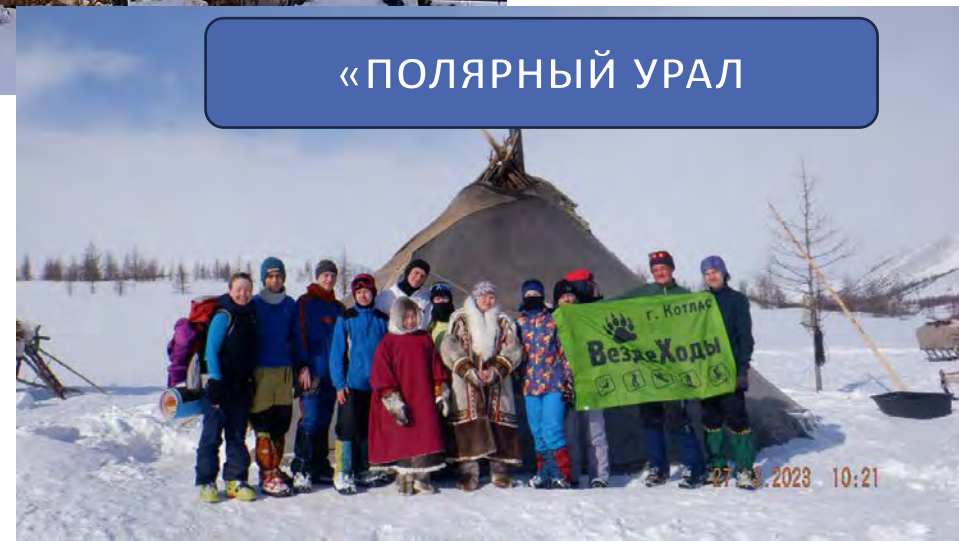
КАТЕГОРИЙНЫЕ ПОХОДЫ



«СЕВЕРНАЯ ТАЙГА»
Архангельская область.
Туристские приюты.



ХИБИНЫ



«ПОЛЯРНЫЙ УРАЛ»

Чрезвычайные ситуации в лыжном походе





РЕГИОНАЛЬНЫЙ РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА
В АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ

Емелин Валентин Андреевич

РРЦ детско-юношеского туризма Архангельской области

<https://pionerov.ru/rrcenter/startpagerrc.html>

e-mail: turizm@pionerov.ru ,

тел.: +79314027916

**Спасибо за
внимание**