

V Республиканский открытый семинар руководителей туристских походов обучающихся и МКК

**Организация, проведение спелеопоходов
2 категории сложности на примере команд
МАУ ДО ДЮЦ СТ г.Нефтекамск**

**Гарипова Татьяна Владимировна
педагог дополнительного образования
МАУ ДО ДЮЦ СТ г . Нефтекамска
ta1975mik@mail.ru**

30 марта - 03 апреля 2026 г., г.Уфа, Республика Башкортостан

Гарипова Татьяна Владимировна
педагог дополнительного образования
Детско - юношеского Центра спорта и
туризма городского округа
города Нефтекамск
Республики Башкортостан
педагог высшей категории;

I спортивный разряд по спортивному туризму;

ССЗК (спортивный судья 3-й категории);

опыт руководства походами 3-й категории
сложности (детский и взрослый туризм);

председатель маршрутно-квалификационной
комиссии (МКК) при ДЮЦ СТ г. Нефтекамска.



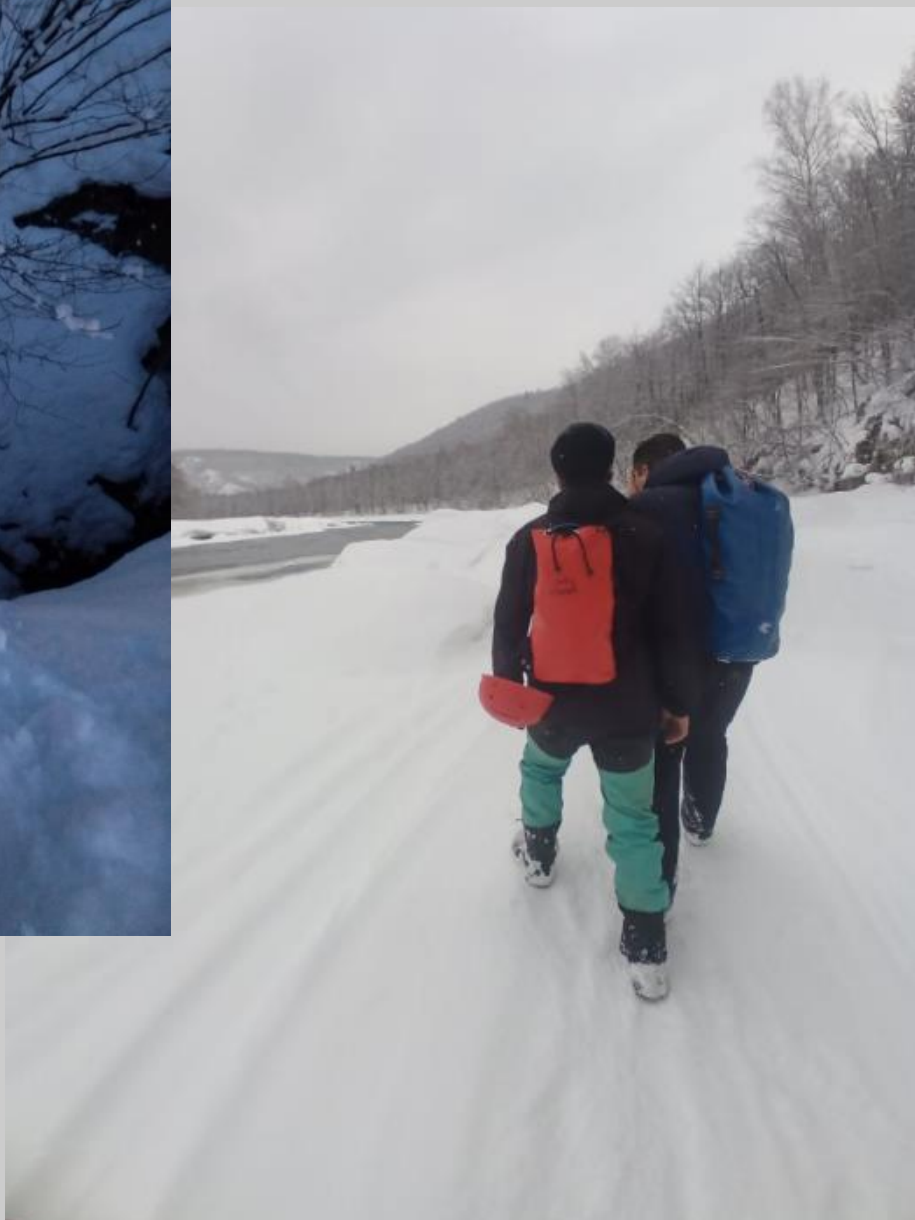
Деятельность в ДЮЦ СТ



Полезьа туризма для молодёжи

Физическое развитие.

- укрепление организма и сердечно-сосудистой системы;
- развитие выносливости, силы, ловкости;
- применение на практике двигательных навыков (преодоление препятствий, переправы, лазание).



Полезьа туризма для молодёжи

Нравственное развитие

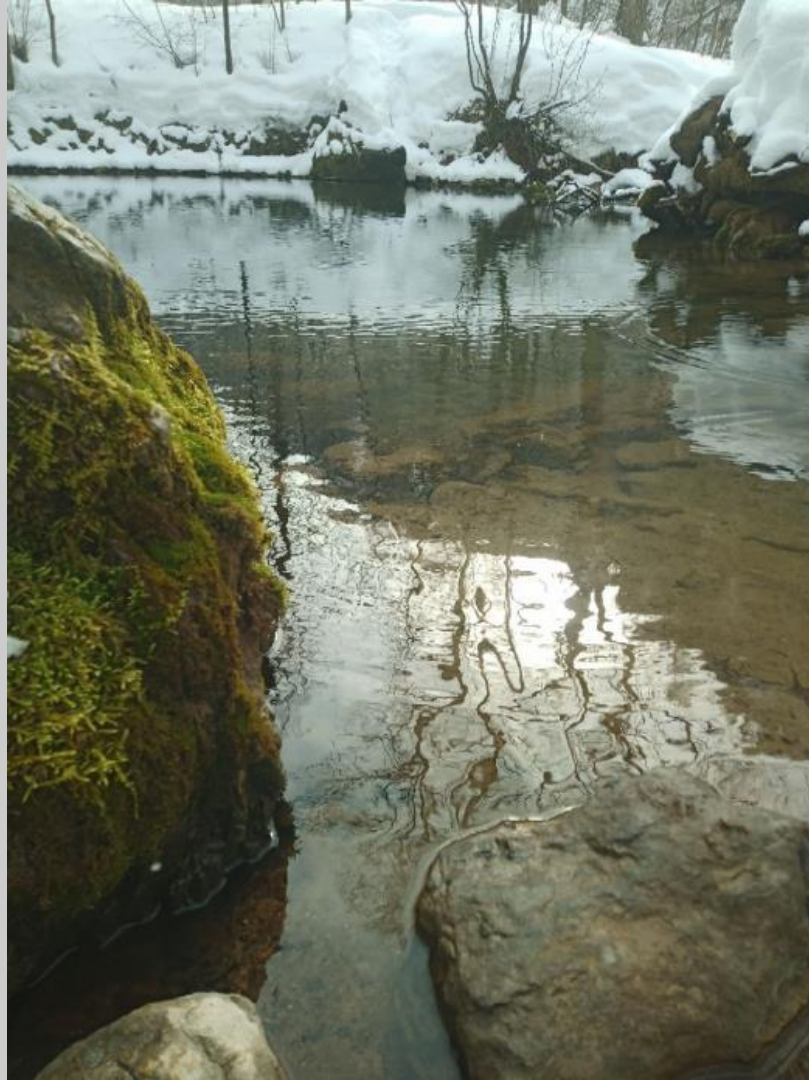
- воспитание организованности, ответственности, смелости, честности;
- формирование патриотизма через туристско-краеведческую работу;
- обучение жизни в коллективе, дисциплине, организаторским качествам.



Польза туризма для молодёжи

Интеллектуальное развитие.

- расширение кругозора;
- практическое изучение г географии, истории, природных особенностей регионов;
- стимулирование познавательной активности и аналитического мышления.



Полезьа туризма для молодёжи

Коммуникативное развитие.

- навыки эффективного общения и взаимодействия;
- распределение обязанностей, взаимопомощь;
- формирование дружеских связей и глубоких форм общения.



Спелеология — экстремальный вид спортивного туризма, связанный с исследованием пещер и подземных систем.

Трудности: узкие проходы, обрывы, подземные реки, темнота, необходимость карабканья и преодоления водных преград.



Преимущества:

выброс адреналина и яркие эмоции;

возможность уникальных открытий (сталактиты, подземные озёра, артефакты);

эстетическое удовольствие от красоты подземного мира. 8

Возрастные ограничения и подготовка

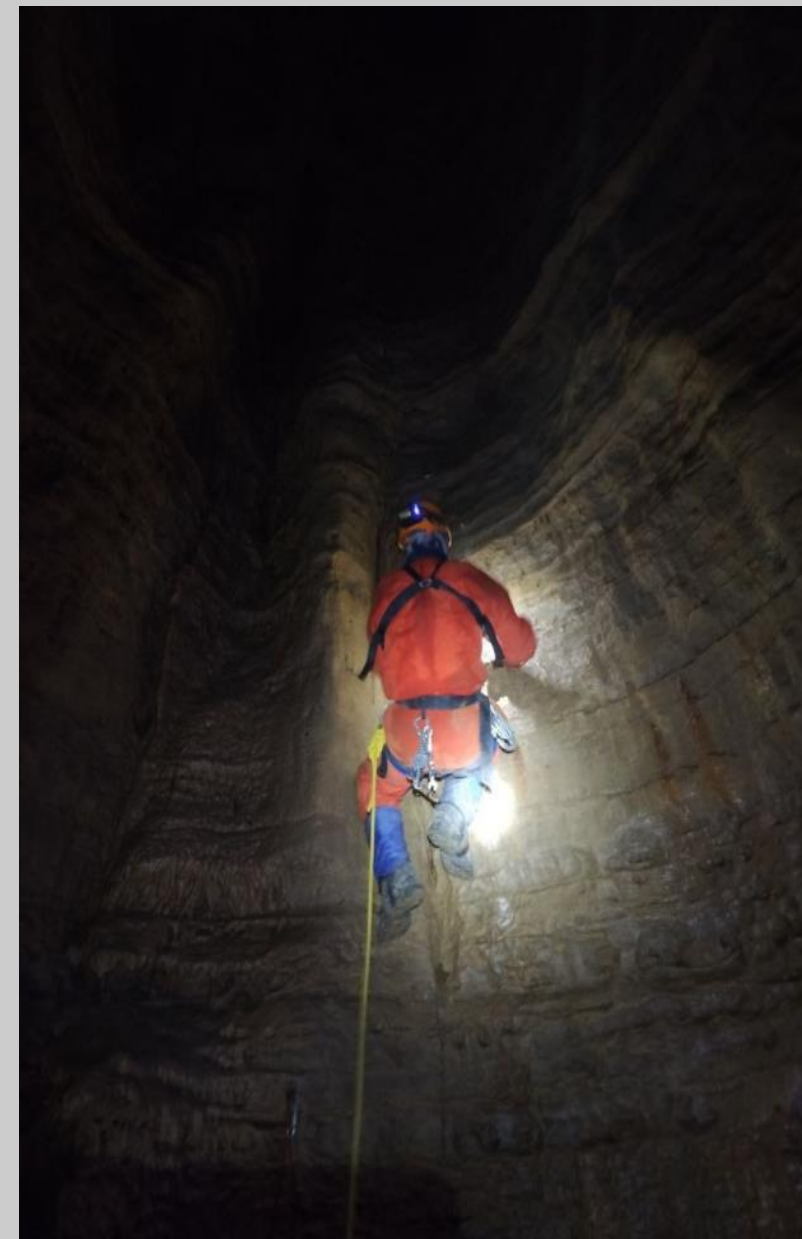
Воспитанники начинают знакомство с туризмом в 5–7 лет (программа «Скалолазание»), многие продолжают развиваться в разных видах туризма.

Спелеотуризмом занятия с 10 лет.



Классификация спелеопоходов

- 1я категория: глубина 20–80 м, времяпрохождения 2–8 часов, минимальные вспомогательные средства. Препятствия: узости, несложное скалолазание, обводнённые участки.
- 2А: могут быть обводнённые колодцы без сильных водотоков, глубина 70–180 м, время 3–8 часов. Возможны открытые сифоны, вертикальные участки до 30 м.
- 2Б: больше препятствий, глубина 150–300 м, время 6–16 часов. Лабиринтные ходы, узкие узости, необходимость навески.
- 5А: множество препятствий, установка лагерей, глубина 800–1200 м, время 6–20 дней. Сложные вертикальные участки, сифоны, необходимость подземного бивака.

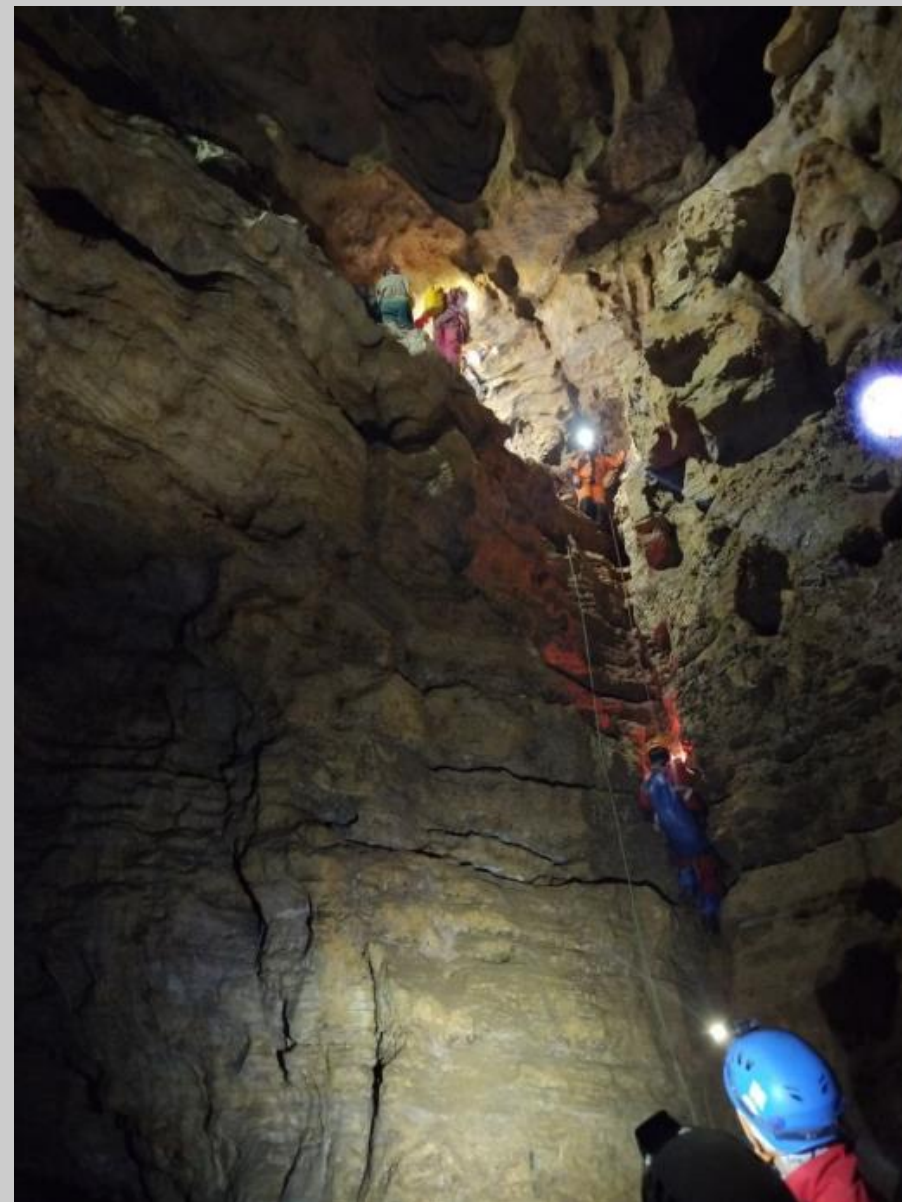


Критерии категорирования

- глубина и протяжённость;
- обводнённость и паводкоопасность;
- узости, лабиринты, сифоны, завалы;
- температура воздуха и воды;
- сложность навески, необходимость лагерей;
- наличие стационарной навески (понижает категорию на одну ступень).

Процедура категорирования осуществляется МКК.

Нормативный документ: «Перечень классифицированных пещер» (новая редакция — 2023 г.).



Организация похода

Выбор района и категории сложности.

Заявление в МКК и оформление маршрутной книжки (учёт замечаний МКК, распределение нагрузки).

Нормы сопровождения:

1 руководитель на 7–8 детей;

на 8 детей — второй руководитель/помощник (от 18 лет).

Заявление в МЧС
(обеспечение безопасности и оперативной помощи).

Консультации МКК
(график, состав группы, прохождение сложных участков).



Организация похода 2й категории сложности.

1. Выбор района и маршрута.
2. Заявление в МКК и оформление маршрутной книжки.
3. Заявление в МЧС.
4. Подготовка снаряжения.
5. Распределение нагрузки.
6. Подбор участников.
7. Разработка графика.
8. Психологическая подготовка.



Заявление в МКК и оформление маршрутной книжки.

- подаём заявку за 10–14 дней до похода;
- МКК проверяет опыт руководителя и участников, снаряжение, планмаршрута, график;
- комиссия даёт рекомендации по прохождению сложных участков, корректирует график;
- получаем разрешение МКК с указанием категории сложности.

Гарипова Т.В. спелео 1 кс

3.2. ИЗМЕНЕНИЯ ГРАФИКА ДВИЖЕНИЯ ПО МАРШРУТУ (согласованные с МКК¹)

Дата	Дни пути	Категория маршрута	км	Способы передвижения
		Без изменений		Своими

3.3. ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ ГРУППЫ ПО ЗАПАСНОМУ ВАРИАНТУ

Итого активными способами передвижения: _____ км

¹ При внесении изменений в п. 3.2. записывают те дни, в которых произведены изменения. Если маршрут согласован без изменений, то делают запись «Без изменений».

4. СХЕМА МАРШРУТА¹

¹ На схеме, желательно в цветном исполнении, наносится маршрут движения (основной, запасной, аварийный), даты и места предполагаемых мест ночлега. Представленная схема должна давать четкое представление о нитке прохождения маршрута, его определяющих препятствиях. По требованию МКК, к маршрутной книжке прилагаются картографический материал, предполагаемый для использования группой на маршруте.

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

Федерация спортивного туризма России

МАРШРУТНАЯ КНИЖКА № ЦСТ_C-2022-1

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.
Фамилия И.О. 01.10.2022

Заявление в МЧС.

Маршрутная книжка № _____

7. РЕГИСТРАЦИЯ В ТЕРРИТОРИАЛЬНОМ ОРГАНЕ МЧС (Приказ МЧС №42 от 30.01.2019 года)

Регистрационный номер 34736749

Дополнительные отметки _____

Штамп ПСС (ПСО)

8. РЕЗУЛЬТАТЫ РАССМОТРЕНИЯ В МАРШРУТНО-КВАЛИФИКАЦИОННОЙ КОМИССИИ

Маршрутно-квалификационная комиссия _____
(наименование комиссии)

_____ в составе _____
(наименование комиссии) (Фамилия И.О.)

с участием _____
(Фамилия И.О.)

рассмотрев дистанционно маршрутные документы планируемого маршрута под руководством _____
(Фамилия И.О.)

считает, что (ненужное зачеркнуть):

8.1. Маршрут **соответствует (не соответствует)** заявленной категории сложности.

8.2. Туристский опыт руководителя группы **соответствует (не соответствует)** технической сложности маршрута.

8.3. Туристский опыт участников группы **соответствует (не соответствует)** технической сложности маршрута.

8.4. Заявочные материалы **отвечают (не отвечают)** установленным требованиям.

8.5. Другие замечания: _____

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 9 (девяти) человек
(число) (число - письменно)

с «08» марта по «12» марта 2025 г. совершает

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

в районе Южного Урала по маршруту:

г. Нефтекамск – д. Имендяшево – пещера Киндерлинская (им. 30-летия Победы (до 2А)) – пещера Аю-Ыскан(2А) – п. Октябрьская (до 2Б) – д. Таи-Асты - г. Нефтекамск

Руководитель группы Гарипова Татьяна Владимировна
Фамилия Имя Отчество (полностью)

Телефон +7 917-809-47-31

e-mail: ma1975mik@mail.ru

Зам. Руководителя (для групп школьников и др.)

Гарипов Алексей Альбертович
Фамилия Имя Отчество (полностью)

Телефон +7937-845-51-12

e-mail: al baitanja@mail.ru

Тренер:

Гарипова Т.В.

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

Телефон _____
М.П. (При наличии)
(при наличии) e-mail: _____



2. СОСТАВ ГРУППЫ

3

- уведомляем за 10 дней до выезда;
- указываем маршрут, сроки, состав группы, контакты руководителя;
- получаем номер заявки — он нужен для оперативного поиска в ЧС;
- согласовываем контрольные точки связи.

Распределение нагрузки. Подбор участников.

4. МАТЕРИАЛЬНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ГРУППЫ

4.1. Необходимый набор продуктов питания имеется.

4.2. Групповое и личное снаряжение в достаточном количестве имеется.

Специальное снаряжение

Групповое		Личное	
Наименование	Кол-во	Наименование	Кол-во
Веревка	120м, 10м,15м, 40м,30м.	Спелеснаряжение	9
Средства связи(рации)	4	Мобильные телефоны	9
Аптечка групповая	1	Коврик туристический	9
Карабины	25	Спальный мешок	9
Уши	15		

4.3. Необходимый ремонтный набор имеется.

4.4. Необходимый набор лекарств и материалов в аптечке первой помощи имеется.

4.5. Картошка маршрута, перечень определяющих препятствий и способы их прохождения, а также варианты аварийных выходов прилагаются.

4.6. Весовые характеристики груза, взятого на маршрут:

Наименование	На 1 человека	На группу в 9 чел.
Продукты (всего / в день)	3,5 кг/0,6 кг	31,5 кг/ 6,3кг
Групповое снаряжение	10 кг	10 кг
Личное снаряжение	3 кг	27кг
В с е г о:	16,5	68,5

Максимальная весовая нагрузка¹ на одного мужчину 9,5 кг
женщину 8 кг

Сведения, изложенные в разделах 1-7, подтверждаю. Обязуемся соблюдать необходимые меры безопасности при прохождении запланированного маршрута, руководствоваться требованиями правил вида спорта «спортивный туризм» (Часть 2) и Регламента организации и прохождения спортивных туристских маршрутов.

Руководитель маршрута Гарипова Т.В.
(подпись) (Фамилия И.О.)

Дата заполнения маршрутной книжки « 27 » « 02 » 20 25 г.

¹ Заполняется только для маршрутов, где предполагается переноска грузов.

Маршрутная книжка № _____

Телефон, e-mail, контактные данные родственников	Туристский опыт ² перечислить маршруты, совершенные по данному виду туризма с указанием районов и категорий сложности (5У – участ., 4Р – руков.)	Обязанности, распределение по средствам сплава и др. (для авто и мото указать номерной знак)	Подпись ¹
Гарипов А.Р. 8937-845-51-12 (муж)	3Р 2024г. Южный Урал.2Р – 2019, Южный Урал, 5У, 2019– п. Дзюу Абхазия, 4У.	Руководитель группы	
Гарипов А.Р. 8937-845-51-12 Отец	4У 2024 -Карачаево-Черкесия, п. Мория, п. Майская, 1У, 2023– Южный Урал п.Киндерлинская – Леднева-Аю-Ыскан,	Зам Руководителя	
Ковальская Ю.Е. +7 917 349-90-08 Мать	3У 2024- Карачаево-Черкесия 1У 2024 Южный Урал, п.Киндерлинская – Леднева-Аю-Ыскан,	Зав. снар	
Хисматуллина Н.А. +7 919 149-79-38 Мать	Южный Урал, п. Киндерлинская, п.Леднева	Зав. снар	
Фазлеев +7987495-64-76 Отец	1У 2024 Южный Урал, п.Киндерлинская – Леднева-Аю-Ыскан,	Зав. снар	
Сабирянова +7 917 413-29-01 Мать	1У 2024 Южный Урал, п.Киндерлинская – Леднева-Аю-Ыскан,	Зав прод	
Бугусова +7 964 964-08-08 Мать	1У 2024 Южный Урал, п.Киндерлинская – Леднева-Аю-Ыскан,	Фото	
Сайсанова С. +7 937 168-31-61 Мать	1У 2024 Южный Урал, п.Киндерлинская – Леднева-Аю-Ыскан,	медик	
Князева Л. +7 905 358-89-59 Мать	1У 2024 Южный Урал, п.Киндерлинская – Леднева-Аю-Ыскан,	Хронометрист	

«Наличие туристского опыта подтверждаю»

Член МКК _____

(подпись)

(Фамилия И.О.)

¹ В заявке об ответственности за жизнь и здоровье при прохождении запланированного маршрута, о правах и обязанностях участника туристской группы, а также для оформления: Кодовая путешественника, правил вида спорта «спортивный туризм», часть 2.

² По требованию МКК предоставляется справка о пройденных маршрутах или список имен маршрутов, пройденных участниками и руководителями, заверенная неэкспертной МКК или другие материалы, подтверждающие туристский опыт.

- на 1 руководителя — не более 7–8 детей;
- при 8 детях нужен второй руководитель или помощник от 18 лет;
- делим группу на подгруппы для ускорения прохождения участков(например, в пещере Киндерлинская можно одновременно работать на 3–6 частях);
- назначаем ответственных: навигатор,фотограф, медик, ответственный за снаряжение, хронометрист.

Разработка графика. Психологическая подготовка

3.1. ГРАФИК ДВИЖЕНИЯ ГРУППЫ ПО МАРШРУТУ (ЗАЯВЛЕННЫЙ)

Итого активными способами передвижения: 27,1 км

Дни пути /Дата	Участок маршрута	Километраж	Способ передвижения	Решаемые задачи
1 08.03. 25	г. Нефтекамск- д. Таш-Асты	400	авто	Подъезд к месту проведения похода
	д. Таш-Асты – рекреационная поляна парка Зилим(НБЛ)	5	пешком	заброска до лагеря
2 09.03. 25	НБЛ – п. Киндерлинская	0,8	пеший	Заброска до пещеры
	п. Киндерлинская (3 часть, 4 часть, проवेशивание колодцев 6 части)	4 км	спелео	Прохождение пещеры
	п. Киндерлинская – НБЛ	0,8	пеший	Возвращение в лагерь
3 10.03. 25	НБЛ – п. Аю-Ыскан	3	пеший	Заброска до пещеры
	п. Аю-Ыскан	0,161	спелео	Прохождение маршрута в п. Киндерлинская
	п. Аю-Ыскан - НБЛ	3	пеший	Возвращение в лагерь
4 11.03. 25	НБЛ – п. Октябрьская	3	пеший	Заброска до пещеры
	п. Октябрьская	1523	Спелео	Прохождение пещеры
	п. Октябрьская – НБЛ	3	пеший	Возвращение в лагерь
5 12.03. 25	Рекреационная поляна парка Зилим(НБЛ) - д. Таш-Асты	5	пеший	Выброска из лагеря
	д. Таш-Асты - г. Нефтекамск	400	авто	Возвращение домой



← Октябрьская пещера

Все

● Нефтекамск

● Октябрьская пещера

Добавить Сбросить

Параметры ▾ Отправление сейчас

5 ч 57 мин Прибытие 26 марта, в 04:22

360 км

[Посмотреть подробнее](#) [Исправить](#)

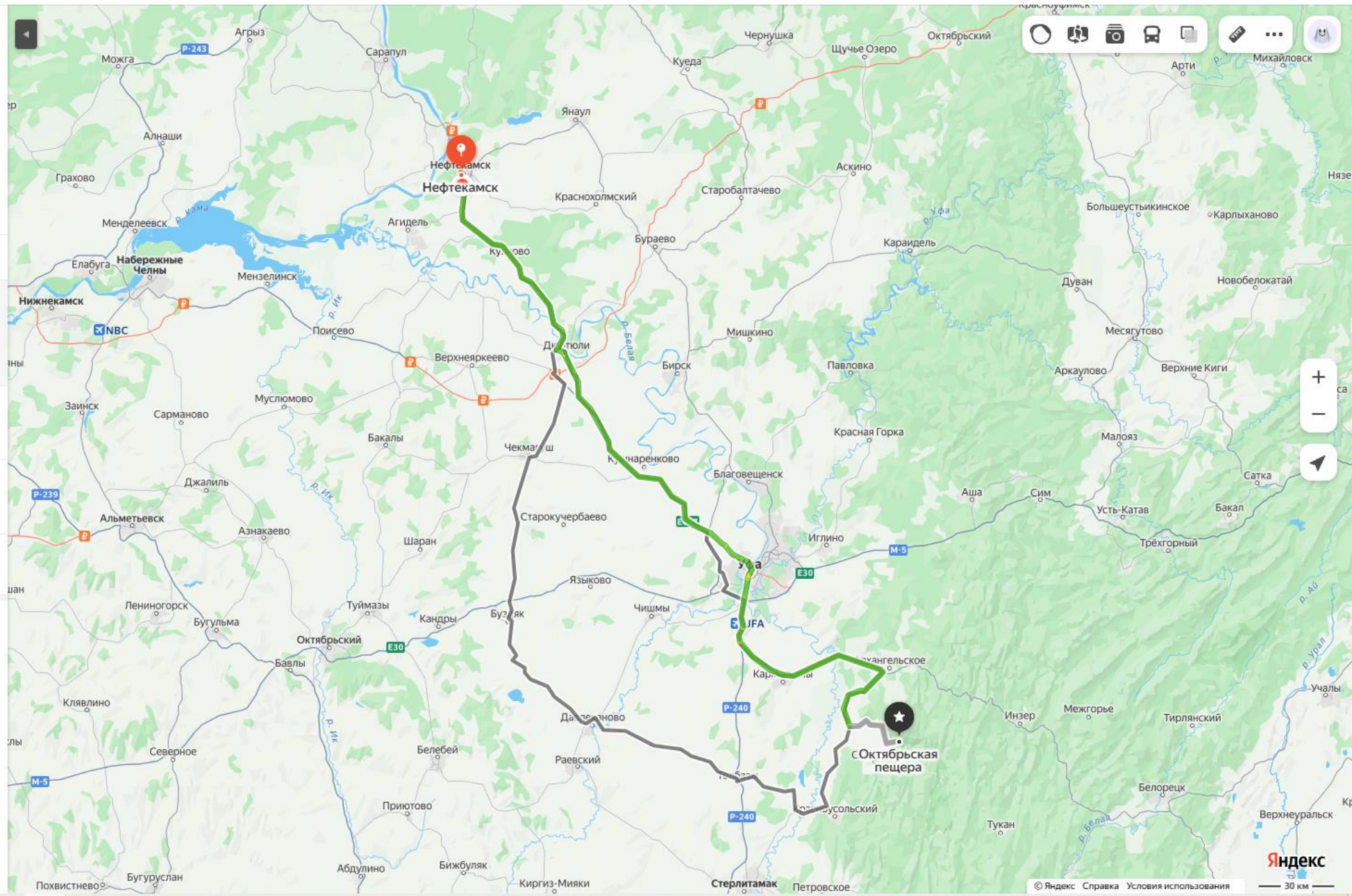
7 ч 23 мин Прибытие 26 марта, в 05:49

440 км

5 ч 58 мин Прибытие 26 марта, в 04:23

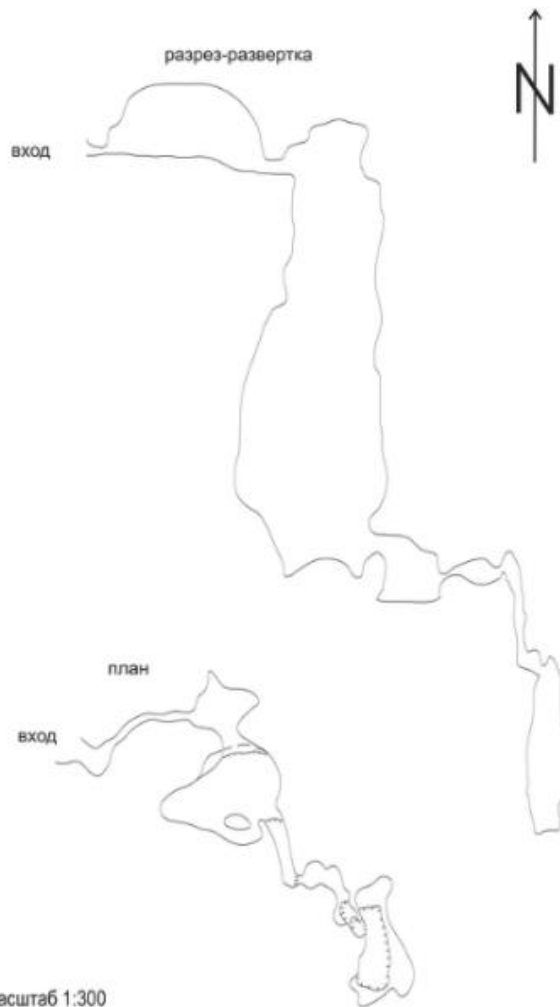
360 км

Отправьте этот маршрут на телефон [Отправить](#)



пещера Аю-ыскан

разрез-развертка



масштаб 1:300
0 3 6 9 12 15м
в 1 см - 3 м

Схема навески пещеры Октябрьской

ТОРАТАУ ГЕО ПАРК

Гафурийский район, Природный парк «Зилим»
N 54°09.608, E 056°50.799

Спелеоклуб имени Валерия Насонова при поддержке спелеосообщества и геопарка «Торатау» установил во входном колодце пещеры стационарные клеевые анкерные точки для организации веревочной навески.

Входной колодец пещеры имеет глубину 79 метров и требует применения специального спелеологического снаряжения и навыков.

Внимание!
Если вы не уверены в своих силах - пожалуйста, откажитесь от спуска!

В период сильных дождей и снеготаяния узкий ход (шкурдер) после входной шахты полностью перекрывается водой!

Мы рекомендуем для организации навески использовать статическую страховочно-спасательную веревку диаметром 10 мм, длиной 120 метров. Вам также потребуется 15 карабинов.

Для того, чтобы анкера были хорошо видны, рядом установлены светоотражающие элементы.

Просим вас бережно относиться к пещере:

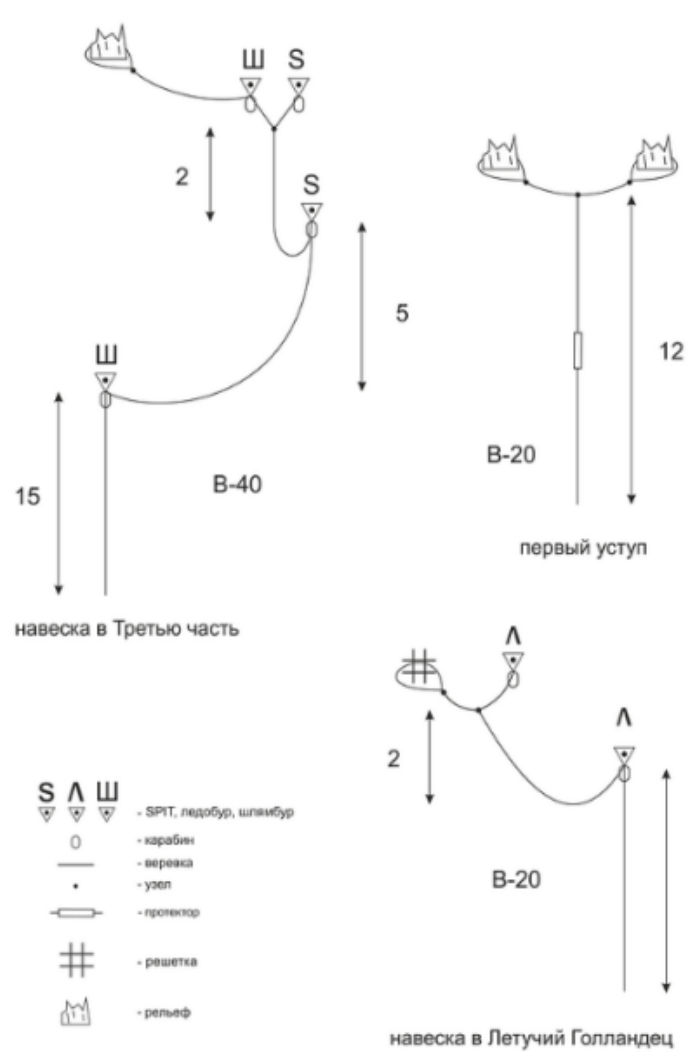
не ломайте натечи, таблички, оборудование;
не мусорите, если вы нашли чужой мусор вынесите его вместе со своим инесите его до ближайшего мусорного контейнера;
для туалета используйте баллоны и пакеты;
не беспокойте летучих мышей светом, прикосновением и резкими звуками;
не топчите нагненную кору, придерживайтесь уже протоптанных тропинок;
не выносите из пещеры сломанные натечи, минералы и кости животных;
используйте только электрический свет;
воздержитесь от установки подземных лагерей без крайней необходимости;
будьте аккуратны при приготовлении и приеме пищи; используйте быстрозамороженные продукты и закройте полиэтиленом «стол»;
постарайтесь, чтобы в пещере не осталось никаких следов вашего пребывания, пусть на память останутся только фотографии и впечатления.

Желаем вам безопасного и приятного посещения пещеры!

Единый телефон экстренных служб - 112



Схемы навески веревки при прохождении вертикальных участков пещер пещера им. 30-тилетия Победы



Основная цель похода заключалась в повышении спортивного мастерства участников и освоении ими новых навыков для прохождения пещер.

Поход проводился в достаточно изученном спелеорайоне, по данным пещерам имеется хороший картографический и справочный материал.

2.3. Запасные варианты маршрута и аварийные выходы с маршрута

Выход в ближайший населенный пункт при помощи проезжающих мимо транспортных средств и силами, средствами команды до д. Таш-Асты

2.4. Изменения маршрута и их причины

Аварийных выходов с маршрута не было. Основной маршрут проходил по намеченному пути и графику. Изменения в маршруте не было. Маршрут пройден по основному плану.

2.5. График движения

Дни пути /Дата	Участок маршрута	Кило-метраж	Способ передвижения	Решаемые задачи
1 08.08.25	г. Нефтекамск- д. Таш-Асты	400	авто	Подъезд к месту проведения похода
	д. Таш-Асты – рекреационная поляна парка Зипина(НБЛ)	5	пешком	заброска до лагеря
2 09.08.25	НБЛ– п. Киндерлинская	0,8	пеший	Заброска до пещеры
	п. Киндерлинская (3 часть, 4 часть, провешивание колоцзав 6 части)	4 км	спелео	Прохождение пещеры
	п. Киндерлинская – НБЛ	0,8	пеший	Возвращение в лагерь
3 10.08.25	НБЛ– п. Аю-Ыскан	3	пеший	Заброска до пещеры
	п. Аю-Ыскан	0,161	спелео	Прохождение маршрута в п. Киндерлинская
	п. Аю-Ыскан - НБЛ	3	пеший	Возвращение в лагерь
4 11.08.25	НБЛ– п. Октябрьская	3	пеший	Заброска до пещеры
	п. Октябрьская	15,23	Спелео	Прохождение пещеры
	п. Октябрьская – НБЛ	3	пеший	Возвращение в лагерь
5 12.08.25	Рекреационная поляна парка Зипина(НБЛ) - д. Таш-Асты	5	пеший	Выброска из лагеря
	д. Таш-Асты - г. Нефтекамск	400	авто	Возвращение домой

Итого: автомобиль – 800 км; спелео – 15,27 км; пеший – 26 км.





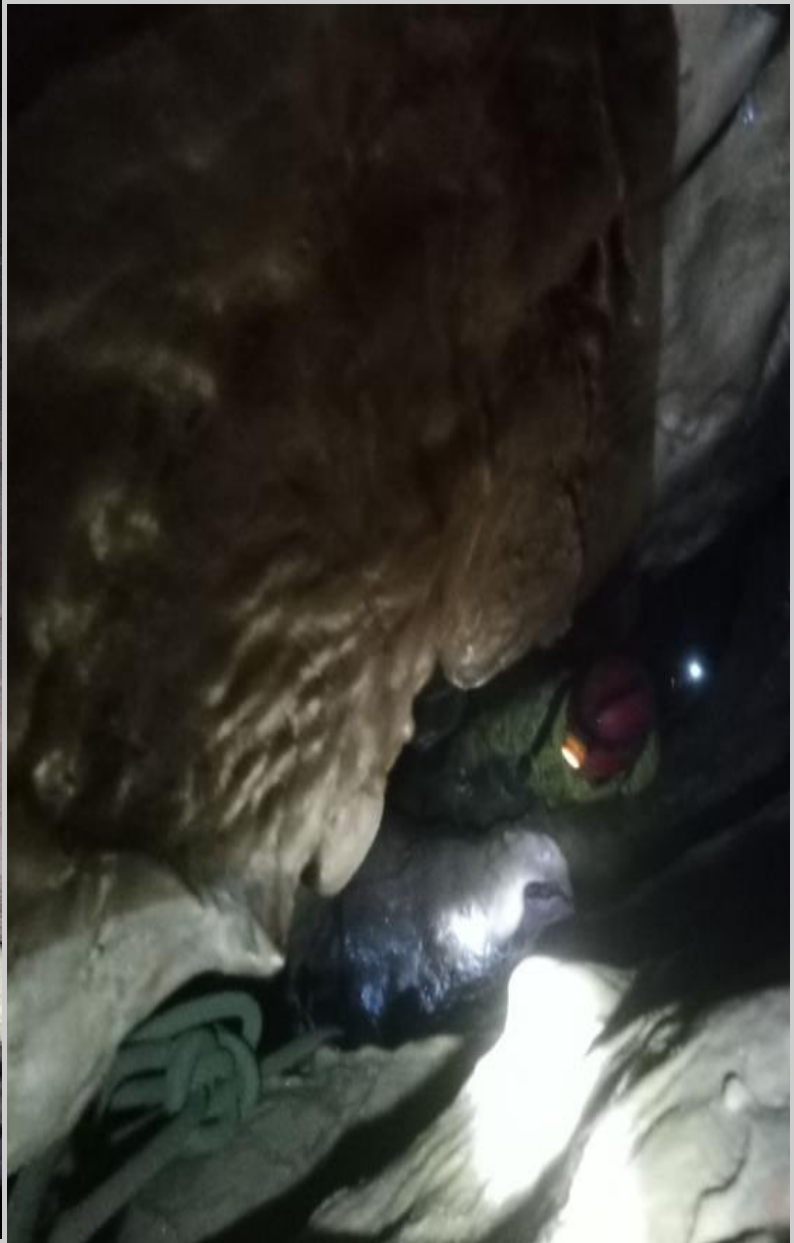
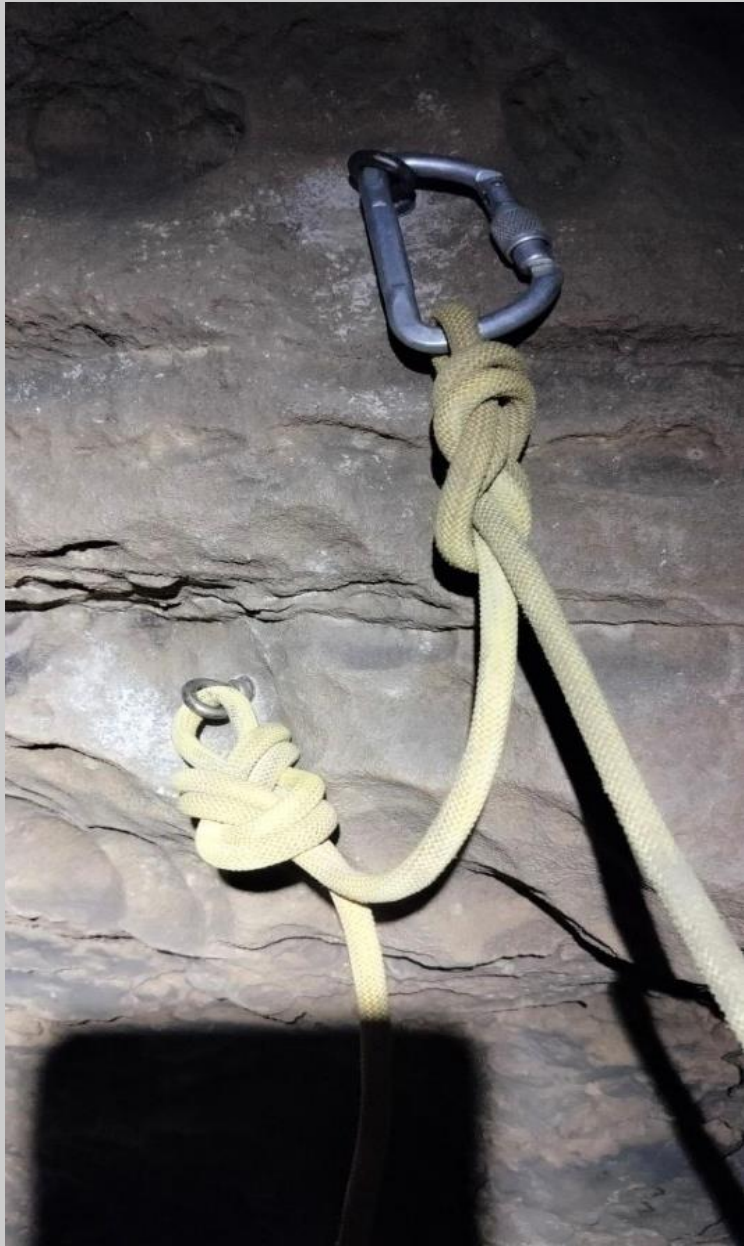
Итоги прохождения маршрута

Маршрут пройден за 5 дней без отклонений от плана.

Участники получили практический опыт организации навесок.

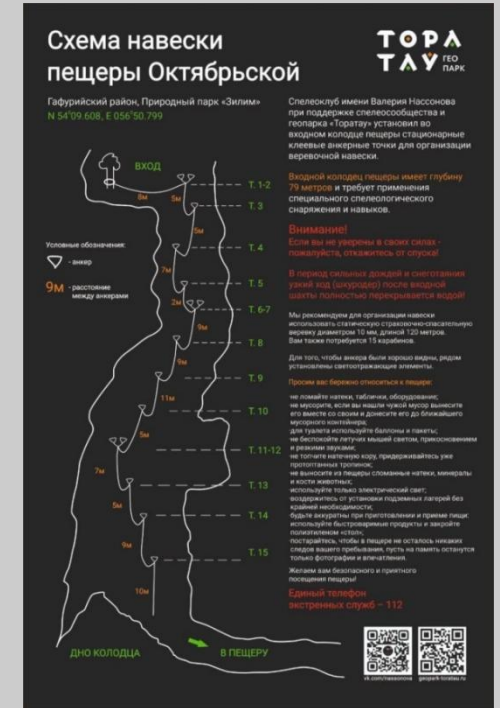
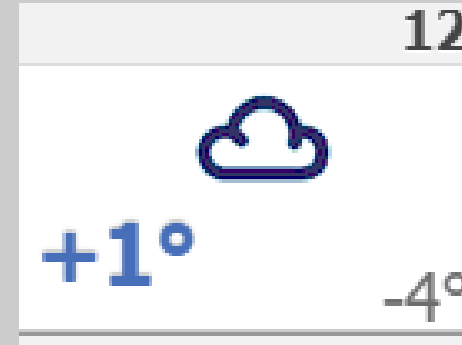
Группа действовала слаженно, соблюдая технику безопасности.





Итоги и значение отчёта

- описание маршрута (пещеры, участки, препятствия);
- метеоусловия (температура, влажность, осадки);
- график выхода и возвращения;
- фотографии и схемы навески;
- анализ сложных ситуаций и решений;
- отзывы участников.



Значение отчёта:

- помогает следующим группам представить прохождение маршрута;
- фиксирует цели и задачи похода (не просто прогулка, а подготовленный маршрут);
- даёт участникам опыт и возможность получить разряды;
- необходим для участия в Чемпионате по походам и допуска к более сложным маршрутам;
- служит основой для научных и краеведческих проектов (изучение пещер, экология, геология).

Рекомендации



- сотрудничайте с МКК — они подскажут, помогут составить график и пройти сложные участки;
- оформляйте документы (маршрутная книжка, заявление в МЧС) — это гарантия безопасности и будущих возможностей;
- накапливайте опыт: успешные походы открывают доступ к маршрутам более высокой категории сложности;
- уделяйте внимание психологической подготовке: учите детей справляться со стрессом, страхом замкнутого пространства, усталостью;
- развивайте наставничество: опытные участники помогают новичкам, что укрепляет команду;
- используйте походы для краеведения: изучайте историю и природу района, проводите мини-исследования.