|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Слайд 1 |  | **Калинина Ольга Борисовна, работаю учителем информатики в Лицее №15 г.о. Мытищи. Как педагог дополнительного образования веду занятия в детско-юношеском центре «Турист» по программам «Туристскими тропами», «Юные краевед- исследователи», «Туристы-экологи».** Программы рассчитаны время от 1 года до 4 лет, имеют туристско-краеведческую направленность. Занятия проводятся на базе лицея. |
| Слайд 2 |  | Уже с первого года обучения воспитанники на практике получают представления о разных видах туризма. А четырехгодичный цикл обучения позволяет планомерно и постепенно приобретать, и закреплять навыки, необходимые для спортивно-туристских достижений. Как итог годичных занятий у нас проходят походы-сплавы на катамаранах. |
| Слайд 3 |  | Программа занятий включает в себя теоретические и практические занятия. На теоретических занятиях происходит знакомство с картой, компасом, топографическими знаками, обучение ориентированию по топографической карте, оказанию доврачебной помощи. Практические занятия направлены на формирование навыков, необходимых для жизни в лесу, в походных условиях. |
| Слайд 4 |  | Вся программа работы с детьми первого года обучения направленна на то, чтобы к летним месяцам воспитанники могли выйти в водный поход I к. с. Раз в месяц проходят тренировочные занятия на местности (ориентирование в лесу, поиск и заготовка дров, приготовление пищи, установка бивака, преодоление препятствий).  |
| Слайд 5 |  | В течении года дети участвуют в соревнованиях по технике пешеходного туризма, ориентированию, поисково-спасательных работах, Школе безопасности, туристских слетах.Обязательно также участие в краеведческих и экологических конференциях. |
| Слайд 6 |  | В 2022 году мы выбрали реку Агидель (Белая) в республике Башкортостан. Она почти идеально подходит для юных туристов.1. Удобная заброска/выброска
2. Река 1 категории сложности
3. Несложная для прохождения
4. Есть достопримечательности
5. Длину сплава можно выбирать самим
6. Руководители уже знакомы с этой рекой
 |
| Слайд 7 |  | Характеристика реки Агидель. |
| Слайд 8 |  |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Категория сложности маршрута | Протяженность активной части, км | Продолжительность активной части | Срок проведения |
| общая | ходовые дни |
| 1 | 150 | 12 | 8 | 27.07.2022-13.07.2022 |

 |
| Слайд 9 |  | Непосредственно подготовка к походу начинается в апреле:1. Знакомство детей и родителей с местом и сроками похода
2. Документы
3. Требования
 |
| Слайд 10 |  | Распределение должностных обязанностей, алгоритм их выполнения до, в походе и после похода. |
| Слайд 11 |  | Оформление документов дети: мед. Допуск в походЗаявление родителей в турклубСправка о контактах в поездПодпись о ТБ в маршрутной книжке и в журналеСтраховка на время походаОформление документов руководители Регистрация в МЧСМаршрутная и заявочная книжки в МККЗаявление в РоспотребнадзорСписки детей и родителей с контактными даннымиСписки детей для регистрации в ГББД |
| Слайд 12 |  | Получение продуктовОпределение закупокУпаковкаРаспределение по туристам |
|  |  | Подробная нитка маршрутаг.Мытищи – г. Москва – г. Белорецк – д. Кага– р. Агидель –заповедник Шульган-Таш – г. Уфа - г. Москва – г.Мытищи Уровень воды – средний. |
| Слайд 13 |  | Общая идея туристского спортивного похода.На этапе разработки маршрута мы исходили из следующих целей:* закрепления и улучшения навыков участников в управлении катамаранами;
* получения опыта безопасного преодоления простейших водных препятствий;
* получение опыта командной и личной работы в походе;
* формирование интереса участников в дальнейшем участии в различных дисциплинах спортивного туризма, в т.ч. в водных маршрутах 2 к.с.;
* ознакомление с реками Башкирии, природой и историческими

достопримечательностями региона. |
| Слайд 14 |  | Варианты подъезда и отъездаЗаброска автобусом “ПАЗ” с прицепом (заказ через СЮТУР г. Белорецка) к автомобильному мосту д. Кага Выброска автобусом “Yutong” (заказ через автотранспортное предприятие «Скайтек) из конечной точки Капова пещера |
| Слайд 15 |  | Составление карты маршрута. Общей, по дням Хорошая дорога тянется вдоль всей реки Агидель, поэтому можно выходить с реки практически в любом месте. |
| Слайд 15 |  | Метеоусловия |
| Слайд 16 |  | Ходовое время и километраж |
| Слайд 17 |  | **29.06**. приезжаем на вокзал г. Белорецк в 04:31 (разница во времени с Москвой – 2 часа. На вокзале нас ожидал заранее заказанный автобус “ПАЗ” с прицепом.Заброска от вокзала г.Белорецк до автомобильного моста села Кага (примерно 2 часа). Приезжаем на большое поле перед мостом через реку. Распределяем обязанности: все идут за дровами (лес метрах в 150), дежурные готовят завтрак. В этом месте с дровами проблема. |
| Слайд 18 |  | Разбиваемся на команды, техника безопасности и правила поведения на берегу и начинаем сборку катамаранов. Очень сильный ветер, довольно прохладно. |
| Слайд 19 |  | Завтракаем, переупаковываем вещи и продукты в гермы, распределяем по катамаранам. Техника безопасности на реке.Выход на реку в 16:30. Переход запланировали небольшой, чтобы юные туристы могли научиться держать катамаран ровно, а не идти галсами от берега к берегу.В 19:00 прибыли на 1-ую стоянку за пос.Бельский |
| Слайд 20 |  | Режим дня: 8:00 подъем, зарядка 9:00 завтрак, зарядка, сборка лагеря11:50 выход группы |
| Слайд 21 |  | Очень красивая природа: скалы, лес, река. Много птиц, даже в это время года, птицы звонко поют в лесу. |
| Слайд 22 |  | Экипажи «обживаются» на своих катамаранах, все пробуют быть матросами и капитанами.Вечером обсуждение походного дня. Разбираем ошибки юных туристов при погрузке вещей и продуктов. |
| Слайд 23 |  | Дневки. Стирка и сушка вещей, инвентаризация продуктов, проверка аптечки и ремнабора |
| Слайд 24 |  | Начиная с 04. 07 прибавляется народу на реке. Народу на реке прибавляется с каждым днем, появилось много коммерческих групп. |
| Слайд 25 |  | Подведение итогов дня. Замечаем, что экипажи уже сроднились, ребята заботятся друг о друге, самостоятельно проверяют свои катамараны, следят за общаком на своем судне, не жалуются друг на друга. |
| Слайд 26 |  | **05.07**8:00 подъем, зарядка9:00 завтрак, сборка лагеря11:20 выход группы. Сегодня будем проходить районный центр Старосубхангулово. Надо закупить овощи и хлеб. Заранее договариваемся, что в село идем все вместе, кроме дежурных, которые остаются на катамаранах, когда мы вернемся, пойдут они. Завхозы заранее составили список необходимых продуктов. |
|  |  | Изучаем флору Башкирии. Она здесь удивительно многообразна. Выполняем задание РГО по нанесению инвазивных растений на карту. |
|  |  | **09.07**08:00 подъем, зарядка. Жарко, ветра нет.09:00 завтрак, сборка лагеря11:15 выходОсновные препятствия - мели около населенных пунктов. После Миндигулово необыкновенно большое число коммерческих групп на катамаранах по 12-14 человек с двумя веслами. Это очень затрудняет движение по реке. Замечаем, что на всех стоянках уже стоят девушки с рациями и ожидают поход групп своей фирмы. Понимаем, что найти стоянку будет очень трудно.  |
|  |  | **Гроза рации помощь** |
|  |  | 14:00 Подходим к месту стоянки у Каповой пещеры. Очень жарко. Весь пляж занят туристами. С трудом находим место для разборки судов.  |
|  |  | Перекус. Нанимаем машину и перевозим катамараны и снаряжение к гостинице, где заранее забронировали места под палаточный лагерь. 17:00 Посещения музея Шульган-Таш |
|  |  | Экскурсия по экологической тропе и в Капову пещеру. |
|  |  | отправление в г.Уфа |
|  |  | 4.9 Итоги, выводы и рекомендации по прохождению маршрута.1.Хорошее время проведения похода — май-июль, так как погода устанавливается теплая и благоприятная для сплава и в реке еще есть вода.2.Маршрут весьма насыщен и интересен. Много красивых мест. Препятствий практически не было.3. Поход имел большое развивающее, укрепляющее и воспитательное значение для участников. Проверена физическая и психологическая готовность участников для прохождения более сложных и напряженных походов.5. В связи с большим количеством туристов на реке, нужно планировать стоянки с учетом того, что некоторые из них могут быть заняты и стараться не попадать в Шульган-Таш на выходные. |
|  |  | Общий сбор. Разборка, просушка вещей и катамаранов. Подготовка отчета к участию в Чемпионате области4 место Разряды |
|  |  | Следующий поход: Карелия Поньгома 2 кат сложности |
|  |  | Сбор группы Распределение обязанностей |
|  |  |  |
|  |  | **Общие справочные сведения о маршруте**Река Поньгома протекает по Кемскому району Республики Карелии, является одной из крупнейших рек севера Карелии. Исток – озеро Поньгома, впадает в Кандалакшский залив [Белого моря](https://russiaregions.ru/morya-rossii/beloe-more/). Перепад высоты от истока до устья – 88 метров по одним данным, 103 по другим (установить точное значение не удалось). У устья реки Поньгома расположена одноименная деревня. Это единственный населенный пункт на берегах реки.Длина реки Поньгома – 86 километров, **Река Поньгома** расположена в северной части Карелии и является одной из крупнейших рек севера Карелии. Берёт начало из озера Поньгома и течёт на восток, впадая в губу Домашняя Белого моря. На 110 км сплава приходится перепад высот 90 м. Площадь водосборного бассейна превышает 1200 квадратных километров. Питание в основном дождевое и снеговое, также реку питают множество притоков, из которых стоит отметить: река Егут (длина – 48 километров), Кади (40 км), Ретин-ручей (15 км).Насчитывают до 56 порогов, 1–2 к. с., что позволяет нарастить мастерство и подготовиться к более сложным, расположенным ближе к концу маршрута, порогам. Сложность порогов сильно зависит от уровня воды |
|  |  | г. Москва –г. Кемь – оз. Поньгома – оз. Номозеро – оз. Кокорино – оз. Вокшозеро – пор. Падун – пор. Стол – оз. Большое Рогозеро – Роман пор. – пор. Корней – пор. Мостовой пор. Морской - д. Поньгома – о. Шангостостров - устье р. Кузема – г. Кемь – Соловецкие острова – г. Кемь – г. Москва |
|  |  | В своем течении Поньгома протекает через много озер, вот самые крупные:Номоозеро;Вокшозеро;Кокорино;Волина Ламбина;Большое и Малое Рогозеро. |
|  |  |

|  |
| --- |
| 19 дней |
| 9 дней |
| с 27 июля по 19 августа 2022 г. |

 |
|  |  | **1.4 Цели и задачи похода.** Целью данного похода было дать возможность юным туристам уже имеющим походный опыт, пройти все стадии организации похода: от подготовки до составления отчета и отработки умения оценивать препятствия, выбирать нитку прохождения порога.Для решения этой цели были намечены следующие задачи:1. Разработать маршрут, учитывая походный опыт участников
2. Научиться работать с походной документацией
3. Распределить походные обязанности и четко контролировать их выполнение на всех этапах
4. Вести дневник в соответствии с походными обязанностями
 |
|  |  | ***Описание подготовительных мероприятий***Подготовка к походу ***включала в себя следующие мероприятия:***1. Еженедельные теоретические занятия со сдачей итогового зачета.
2. Участие в муниципальных и региональных этапах туристского слета, слета-соревнования Школа Безопасности в том числе и прохождение контрольных туристических маршрутов)
3. Занятия в гребной яме.
4. Тренировочный поход-сплав по реке Агидель (Р.Башкортостан) 1 к.с. на 15 дней (150 км)
 |
|  |  | Пороги осмотр |
|  |  | Фото прохождения порогов |
|  |  | ***Аварийные выходы с маршрута и его запасные варианты.*** |
|  |  | **Порог «Падун» Порог «Стол» Порог «Роман-порог» Порог «Корней» Порог****«Мостовой» Порог «Морской»** |
| 48 |  | Река Поньгома популярна у любителей сплава, на ней много каменных выходов и порогов. Это надо учитывать при планировании похода, иногда очень трудно найти стоянку, особенно после порога Корней. |
| 49 |  | **Итоги, выводы и рекомендации по прохождению маршрута.**1. Нитка маршрута весьма насыщена и интересна. Много красивых мест и разнообразных препятствий в виде порогов 1-2 категории сложности.
2. Юные туристы получили неоценимый опыт в разработке, подготовке и прохождения маршрута. Все туристы справились со своими походными должностями, появилось глубокое понимание того, что от каждого зависит надежность, безопасность и психологический комфорт всей группы.
3. Была отработана техника и тактика определения препятствий порогов и их прохождение.

Поход имел большое познавательное и воспитательное значение для всех участников маршрута, способствовал повышению спортивного мастерства, сплоченности группы, развитию интереса к истории Севера.1. Идеальное время проведения похода — август, так как погода устанавливается максимально теплая и благоприятная для сплава, меньше комаров и мошки.
2. Простота подъезда и отъезда делает сплав по реке Поньгома весьма популярным у туристов.
3. Необходимо отметить препятствия: порог Падун, порог Стол, порог Роман, порог Корней, порог Мостовой, которые рекомендуется проходить после просмотра и при четкой организации страховки. Уровень воды может резко колебаться в разные годы.
4. Во время маршрута мы были окружены удивительной природой Карелии, которая очаровывает каждого, кто хоть раз побывал в этих местах. Сосновые и смешанные леса, чистейший воздух, наполненный упоительным ароматом хвои, гранитные скалы, озера с прозрачной водой, буйная река с крутыми порогами, потрясающие по красоте закаты останутся в сердце у каждого туриста.
5. В связи с большим количеством туристов и рыбаков на реке, нужно планировать стоянки с учетом того, что некоторые из них могут быть заняты.
 |
| 52 | 49 | Краеведческое задание  |
| 53 |  | Деревня Поньгома |
| 54 |  | Остров |
| 55 |  | Соловки |
|  |  | **О прохождении похода 3 категории сложности, Совершенного группой туристов в период с 29.07.2021 г по 22.08.2021 г Вид туризма** водный **Географический район** Мурманская область |
|  |  | **Маршрут** гор. Кировск (Мурманская область) — р. Умба (р-н пос. Октябрьский)* пор. Падун — оз. Верхнее Капустное — пор. Верхний Капустный — оз. Среднее Капустное— оз. Нижнее Капустное – пор. Разбойник — пор. Семиверстный — Жемчужный плес — пор. Карежка 1 — пор. Карежка 2 — пор. Карельский — пор. Канозерский — Канозеро — зашеек Канозера — р. Родвинга — р. Низьма – пор. Кривец — пор.Падун на Низьме — р. Умба — оз. Медвежье плесо – пор. Паялка 1

— пор. Паялка 2 — пор. Горка — пор. Безымянный — пор. Морской — дер. Умба* Белое море — дер. Умба —оз. Колвицкое — гор.Кандалакша
 |
|  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Дисциплина (вид туризма) | Средства сплава | Категория сложности маршрута | Протяженность активной части, км | Продолжительность активной части |
|  |  | общая | ходовых дней |
| Водный | 3 катамарана четверки | 3 | 123 | 18 | 7 |

 |
|  |  | Хороших стоянок немало, но и туристов тоже достаточно. Поэтому желательно, точно рассчитать время перехода и остановки на ночлег.Категорийность: для катамаранов - 3, для КНБ - 3+. |
|  |  | Уровень воды регулируется многочисленными озерами, в частности, Умбозером. Река подпитывается в основном осадками и талыми водами (в начале маршрута хорошо видны заснеженные вершины Хибин). Несмотря на это, можно говорить о «низкой» и «высокой» воде при сплаве. Уровень воды сильно влияет на прохождение порогов.Дров достаточно, практически на каждой стоянке можно делать баню.Комаров и мошки на реке хватает. Мошка причиняет больше неприятностей, чем комары.Рекомендуется брать репелленты.Река Умба является нерестилищем семги и горбуши. Рыбная ловля запрещена на всей реке.Работает рыбнадзор, штрафует и отбирает орудия лова.Докупить продукты можно или в г. Апатиты (Кировск) или в пос. Умба. В деревне Умба магазинов нет. |
|  |  | * 1. Общая идея туристского спортивного похода.
		+ Прохождение водного туристического маршрута 3 категории сложности с учащимися уже несколько лет занимающихся туризмом и имеющих опыт сплава по маршрутам 2 и 3 категории сложности
		+ Дать максимальную самостоятельность в подготовке и организации этого маршрута учащимся, свободу выбора и соответственно ответственность за выбранные походные должности и выполнение их в походе.
		+ Отработка преодоления порогов 2 и 3 категории сложности, умению оценивать препятствия и выбирать нитку прохождения порога.
		+ Знакомство с одной из главных рек Кольского полуострова Умбой, природой и историческими достопримечательностями региона.
		+ Воспитание ответственности, инициативности, коллективизма, взаимовыручки
		+ Развитие специальной физической подготовки
 |
|  |  | * 1. Варианты подъезда и отъезда

Ближайший населенный пункт до реки Умба – г. Апатиты. Из Москвы до г. Апатиты можно добраться поездом и самолетом. Учитывая количество нашего груза, мы выбрали поезд. Для нас наиболее удобным оказался поезд 092 (Москва – Мурманск), т.к. он уезжает с Ленинградского вокзала. |
|  |  | Катамараны и рамы оплачивали как отдельный багаж (если удастся купить билеты в багажный вагон, то это будет дешевле, чем оплата багажа в своем вагоне)Перед походом у нас с 31.07 по 03.08 была запланирована экскурсионная программа в г. Кировск и в г. Полярные Зори. Во время экскурсионной программы проживали в гостинице «Спорт» в г. Кировск.До места стапеля на реке Умба заброска осуществлялась заранее заказанным автомобилями от г. Кировск до моста пос. Октябрьский. |
|  |  | * 1. Аварийные выходы с маршрута и его запасные варианты.
1. Капустные озера (р. Умба) - на мосту или из деревни, расположенной слева в конце Нижнего Капустного озера, далее 20 км по дороге до пос. Октябрьский;
2. На разрушенном мосту возле заброшенного поселка леспромхоза Дедкова Ламбина, на дорогу левого берега, далее 35 км по дороге до пос. Октябрьский;
3. В районе рыболовная базы перед порогом "Карельский". По сотовой связи вызвать машину;
4. Рыболовная база на оз.Канозере (баня, левый берег).
5. Пос.Погост, пос. Умба
6. Колвицкое озеро – 1 км до трассы Умба-Кандалакша.
 |
|  |  | * 1. Целый день шел сильный дождь. Натянули 4 тента, один над костром, три для сборки катамаранов. Сбор катамаранов из-за недостаточности мест под тентами затянулся, было принято решение спускаться на воду на следующий день. К вечеру все катамараны были собраны
 |
|  |  | Хорошие стоянки находятся на островах, а на коренном берегу таковую найти очень трудно. Но уже несколько лет действует запрет на остановку на островах и это нужно учитывать, планируя поход. Одна из характерных особенностей Канозера заключается в том, что ветра могут разгонять здесь высокую волну. Особенно неприятен южный ветер, предельно затрудняющий движение в нужном направлении. Иногда такое движение просто невозможно.Выйдя в озеро, необходимо повернуть налево и идти вдоль левого берега к дальнему, невидимому пока берегу. Промежуточным ориентиром служит остров Каменный. Планируя переход через Канозеро, мы знали, что на островах вставать на ночевку нельзя, поэтому мы хотели организовать стоянку на ночь на небольшой рыбацкой стоянке на правом берегу озера (напротив острова Каменный). Правда были опасения, что она может быть залита водой, т.к. находится в болотистом месте, а уровень воды в этом году высокий. |
|  |  | Дневка. Экскурсионная программа (посещение музея «Петроглифы Канозера»).Подготовка к переезду на реку Колвица.**17.08.** |
|  |  | Подъем в 8.00. Идет дождь и сильный ветер, на озере большая встречная волна. Понимаем, что против волны мы не выгребем, принимаем решение остаться на дневку.Место очень красивое, вода в озере чистая, прозрачная. Много грибов, преимущественно белые.**19.08.** |
|  |  | Река Умба была нанесена на карту немногим более 100 лет назад. В 1910-1911 гг русский ученый- путешественник Визе В.Ю. организовал экспедиции по реке Умба с целью топографического и этнографического обследования данной реки. Его статья «Из путевых заметок по р.Умба», изданная в 1912 году представляет интерес для туристов, сплавляющихся по этой реке, т.к. описывает его путешествие по реке в 1911 году |
|  |  | В послеке Умба находятся следующие достопримечательности: |
|  |  | 4.9 Работа, выполненная в походеВо время подготовки похода, мы связались с Русским Географическим Обществом и попросили задание в поход. Нам выдали несколько заданий:1. Ловить комаров и упаковывать их в специальные контейнеры – это нужно для исследования ученым, которые изучают какие болезни распространяют комары.
2. Вести наблюдение за фенологическими наблюдениями в природе.
3. Сделать гербарий морских растений и привезти образцы морской воды.

Со всеми заданиями мы справились и получили положительный отзыв РГО. (в приложении |
|  |  | На реке Умба мы обнаружили и нанесли на карту места произрастания Кувшинки белой (она же водяная лилия, нимфея белая) - растение из Красной книги Мурманской области. Это задание, которое мы получили в Полярно-альпийском ботаническом саду-институте КНЦ РАН им. Н.А. Аврорина  |
|  |  | 1. Нитка маршрута весьма насыщена и интересна. Много красивых мест и разнообразных препятствий в виде порогов 2-3 категории сложности. Мы выполнили нитку маршрута с небольшой корректировкой графика движения в связи с тем, что стоянки, которые мы запланировали, были заняты ввиду высокого туристского сезона. Очень интересны были экскурсии, на которых мы побывали.
 |
|  |  | 1. Юные туристы получили неоценимый опыт в разработке, подготовке и прохождения маршрута. Все туристы справились со своими походными должностями, появилось глубокое понимание того, что от каждого зависит надежность, безопасность и Была отработана техника и тактика определения препятствий порогов и их прохождение. Поход имел большое познавательное и воспитательное значение для всех участников маршрута. Способствовал повышению спортивного мастерства, сплоченности группы, развитию интереса к истории освоения Заполярьяпсихологический комфорт всей группы.
 |
|  |  | 1. Идеальное время проведения похода — август, так как погода устанавливается максимально теплая и благоприятная для сплава, меньше комаров и мошки.
2. Простота подъезда и отъезда делает сплав по реке Умба весьма популярным у туристов.
3. Необходимо отметить, что такие препятствия, как пороги Падун, Канозерский, Падун на Низьме, Паялки, рекомендуется проходить после просмотра и при четкой организации страховки.
4. Уровень воды может резко колебаться в разные годы.
 |
|  |  | Сказать о помощи в походе |