

Министерство образования Республики Беларусь
Учреждение образования «Витебский государственный
университет имени П.М. Машерова»
Кафедра физического воспитания и спорта

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ В ВУЗЕ

Методические рекомендации

*Витебск
ВГУ имени П.М. Машерова
2015*

УДК 796.51:378.172(075.8)
ББК 75.812.2я73+74.480.055я73
О-64

Печатается по решению научно-методического совета учреждения образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова». Протокол № 3 от 03.03.2015 г.

Составители: старший преподаватель кафедры физического воспитания и спорта ВГУ имени П.М. Машерова **А.И. Серебряков**; преподаватель кафедры физического воспитания и спорта ВГУ имени П.М. Машерова **В.А. Колошкина**

Рецензент:
заведующий кафедрой теории и методики физической культуры и спорта ВГУ имени П.М. Машерова, кандидат педагогических наук,
доцент *Г.Б. Шацкий*

О-64 **Организация и проведение туристских походов в вузе :**
методические рекомендации / сост. : А.И. Серебряков, В.А. Колошкина. – Витебск : ВГУ имени П.М. Машерова, 2015. – 52 с.

В методических рекомендациях рассматривается круг вопросов, связанных с подготовкой, организацией и проведением туристских походов. Данное учебное издание будет полезным для руководителей и участников походов, учителей и преподавателей физической культуры, а также студентов вуза.

УДК 796.51:378.172(075.8)
ББК 75.812.2я73+74.480.055я73

© ВГУ имени П.М. Машерова, 2015

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
1 Подготовка к походу	5
2 Проведение похода	14
3 Подведение итогов похода	17
4 Маршруты походов по Витебской области	24
Заключение	37
Литература	37
Приложения	38

ВВЕДЕНИЕ

Занятия туризмом вырабатывают у человека ряд очень ценных навыков, например, навык в правильной ходьбе. Большинство горожан, пользуясь для повседневного передвижения услугами транспорта, проводя отпуск на террасе дома или отдыха в гамаке на даче, буквально отучаются ходить. Пройти 15–20 километров – не по лесной чаще, нет, а по обычной проселочной дороге — для них непосильная задача.

Но туризм – это не только средство физического и прикладного воспитания. Велика роль туризма в идейно-политическом и военно-патриотическом воспитании учащихся.

Туризм – средство расширения кругозора и обогащения духовной жизни людей, средство познания красоты природы.

В туристском походе вырабатывается умение преодолевать трудности.

Нельзя недооценивать и того, что молодежи свойственно стремление к новизне, необычности, приключениям и романтике. Туризм – прекрасное средство, которое естественным путем удовлетворяет такие вполне достойные потребности. Далеко не все люди знают, что такое настоящий туристский поход. Только в походе особенно ярко проявляются настоящие человеческие ценности – воля, терпение, ловкость, умение ладить с людьми, помогать друг другу. Во время похода интересно наблюдать, как у студентов пробуждается дух коллективизма, они начинают понимать, что для успеха главное не личное благополучие, а совместный труд. И если трудные и малоприятные дела (мытьё посуды, заготовка дров, установка палатки) перекладывать на товарищей, то в проигрыше будут все.

Поход – это воспитание воли. Трудно придумать, что может закалить характер человека лучше, чем походная жизнь. Нужно рано, без промедления встать, быстро собраться, долго идти под тяжелым рюкзаком, терпеть жажду и боль в ногах, не обращать внимания на жару, холод, ветер, дождь и многое другое. Сдаваться нельзя. Это отрицательно воспримется друзьями.

Педагогически грамотно организованный поход расширяет кругозор молодежи, способствует сплочению коллектива, позволяет участникам проявить инициативу и самостоятельность, приобрести полезные навыки. А педагог получает возможность лучше узнать своих студентов.

Данные методические рекомендации в конкретной и доступной форме адресованы всем тем, кто имеет возможность организовать туристские походы. Окажут помощь тем, кто недавно стал туристом и не накопил еще достаточного опыта путешествий по туристским тропам.

1 ПОДГОТОВКА К ПОХОДУ

Как же правильно организовать поход? С чего начинать? Прежде всего, должна быть поставлена цель. И не подразумевающая, а словесно сформулированная и доведенная до каждого участника похода.

Обычно перед участниками ставятся такие цели:

- экскурсионные (посетить места, связанные со знаменитыми людьми и т.д.);
- агитационные и военно-патриотические (пройти по местам боев ВОВ, посетить музеи и т.д.);
- цели, связанные с выполнением задания (собрать гербарий по заданию Всебелорусской экспедиции «Наш край»);
- оздоровительные;
- учебные (научить ребят разводить костер, ставить палатку, ориентироваться на местности и т.д.);
- спортивные (пройти определенный маршрут с преодолением естественных препятствий и выполнить разряд);
- познавательные (повидать какие-то края, например, Кавказские горы или Крым, познакомиться с бытом и нравами людей и т.д.).

Почему нужно доводить цели до студентов?

Во-первых, узнав цели, каждый должен решить, идти ему в такой поход или нет. А также, чтобы студенческая молодежь не ждала от похода того, чего в нем наверняка не будет, и не испытывали потом разочарования.

Во-вторых, в зависимости от целей подбирается маршрут похода, снаряжение, состав групп. Главное условие для группы, чтобы были общие интересы, объединяющие всех.

Когда разработан маршрут, установлен состав группы, распределяют обязанности – с учетом склонностей и желаний. Каковы же эти походные должности?

Командир, старший группы – наиболее опытный и авторитетный у студентов. Он является заместителем руководителя. В его обязанности входит помогать руководителю, поддерживать должную дисциплину и порядок, разбирать и устранять конфликты между участниками.

Завхоз отвечает за питание и снаряжение, ведет их учет, распределяет продукты и снаряжение по рюкзакам, составляет меню, заботится о пополнении продуктов в пути. Завхоз назначает дежурных для приготовления пищи, выдает им продукты согласно меню. В помощь ему обычно выделяется 2–3 туриста.

Казначей заведует финансовыми делами похода. Составляет вместе с руководителями смету, помогает в сборе денег с участников, ведет учет сделанных расходов.

Санитар хранит аптечку и оказывает первую медицинскую помощь. Перед походом он должен получить подробную консультацию об оказании медицинской помощи у врача, а применять лекарственные препараты в походе может только с разрешения руководителя группы.

Корреспондент ведет записи в дневнике. Ведение дневника занимает много времени, поэтому корреспондента приходится изо дня в день освобождать от работы на биваке. Лучше установить такой порядок: каждый из ребят заполняет в дневнике один день.

Фотограф. Им может быть любой турист, имеющий фотоаппарат и владеющий техникой фотографирования.

Кроме этих обязанностей, из числа ребят выбирают ответственных: за установку палаток – 4 человека, за заготовку дров – 2 человека, за приготовление пищи – 2 человека.

Все участники поочередно несут дежурства.

Такое четкое распределение обязанностей среди участников позволяет быстро и слаженно организовывать приготовление пищи, разведение костра, установить палатки и т.д.

Успешность прохождения маршрута зависит от правильно выбранного личного и группового снаряжения. Подбор и характер снаряжения зависит от вида туризма, степени сложности похода, времени года. Однако, основное правило туриста: не брать в поход ничего лишнего.

Предлагаем минимум необходимых вещей в туристском пешем походе.

Список личного снаряжения № 1:

1. Рюкзак (каркасный, бескаркасный, с вшитым дном и без него).
2. Спальные принадлежности (спальный мешок или одеяло, коврик поролоновый или пенопластовая циновка).
3. Одежда: штормовка или куртка, костюм спортивный, легкая плащ-накидка, свитер шерстяной, смена белья, носки шерстяные и х/б, головной убор.
4. Обувь: кеды или кроссовки, резиновые сапоги.
5. Миска, кружка, ложка (в полиэтиленовом мешке).
6. Туалетные принадлежности: 2 полотенца (для рук и отдельно для ног), зубная щетка, зубная паста, мыло (туалетное и хозяйственное для стирки), носовые платки, зеркальце, расческа, туалетная бумага.
7. Тетрадь для дневника, ручка, карандаши.

Список личного снаряжения № 2:

1. Палатка.
2. Полиэтиленовая пленка, тент.
3. Комплект из 3-х ведер (котелков) в чехле.
4. Костровые принадлежности: металлический тросик, крючья, спички (герметично упакованные).

5. Топор, пила, лопата (в чехлах).
6. Рукавицы костровые.
7. 2 кухонных ножа (в чехлах), нож для открывания консервов, половник, небольшая разделочная фанерная доска.
8. Фонарики (1–2 на палатку).
9. Ремонтный набор (нитки, иголки, ножницы и т. д.).
10. Медицинская аптечка.
11. Фотоаппарат.
12. Веревка.
13. Компас.
14. Карта района путешествия.

Основные принципы укладки рюкзака:

1. Перед укладкой пустой рюкзак кладут спиной на пол или землю, входом к себе, становятся на колени и сперва по всей его длине укладывают мягкие вещи (спальник или одеяло), бережно расправляя складки.

2. Затем ближе ко дну помещают более тяжелые вещи (мешочки с крупой и с сахарным песком).

3. По бокам рюкзака ставят колонкой, одну на другую, консервные банки.

4. Чтобы даже самая мелочь не болталась в рюкзаке, между вещами кладут оставшиеся мягкие предметы (носки, платки).

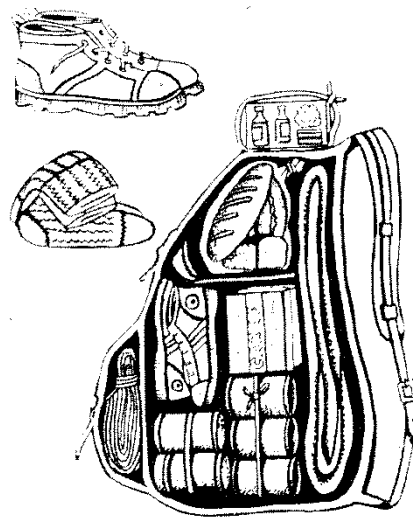
5. Хлеб завертывают в бумагу или целлофановый мешки и ставят сверху, чтобы он не мялся и не крошился.

6. У рюкзаков на спине имеются карманы, пошире и поуже. В самый большой помещают книги, блокноты, миску, полотенце, в боковые узкие – мыльницу, зубную щетку, пасту, миску, кружку (если она не влезает, то ее привязывают к ремешку кармана), ложку, палатку.

7. Куртку, плащ-накидку, полиэтиленовую пленку лучше положить под клапан рюкзака, к лямкам приторачивают ведра, котелки.

Совет. Рюкзак укладывается накануне похода – вечером, а не утром за час до похода.

Собирать вещи для похода нужно обязательно по списку, который составляется за день–два до похода.



1.1 Питание в походе

Хороший набор продуктов и правильная организация питания во многих случаях определяют залог успеха туристского путешествия.

<i>Примерный перечень продуктов на 1 чел. на 1 день в граммах</i>	
Хлеб черный	200–250
Хлеб белый	100–150
Сухари	50–70
Печенье	50–70
Макаронные изделия	70–100
Крупа (гречка, рис, пшенка и т.д.)	70–100
Мясные консервы	50
Рыбные консервы, паштеты	20–30
Колбаса твердого копчения	30–50
Сыр	30
Масло сливочное	25
Сахар	110
Конфеты	60
Чай	3–5
Какао	15
Кофе	10
Соль	10–15
Кисель	1 п на 5 чел.
Суп-концентрат	1 п на 4 чел.
Молоко сгущенное, концентрированное	1 б на 8 чел.
Картофель	250

Питание в походе должно быть калорийным и сытным, но это еще не все. Оно должно быть еще и вкусным. Поэтому, кроме основных продуктов питания, в походы берут майонез, томатную пасту, бульонные кубики, специи (лавровый лист, перец, чеснок, лук), заварной крем, сухие бульоны и т.д. Хорошим дополнением к походному столу могут быть грибы, ягоды, рыба. Все это позволяет разнообразить стол даже при сравнительно небольшом ассортименте основных продуктов.

Примерное меню 3-х дневного туристского похода:

1-й день.

Завтрак: каша рисовая сладкая с изюмом, сгущенным молоком, чай, бутерброд с маслом, сыром, хлеб.

Перекус: сало, консервы, колбаса, паштет и т.д., чай с бутербродом.

В пути: конфеты, сухофрукты, витамины, компот, минеральная вода.

Ужин: суп-концентрат, макароны с тушенкой, чай, бутерброд с маслом.

2-й день.

Завтрак: каша гречневая с тушенкой, какао со сгущенным молоком, бутерброд с маслом и колбасой п/к.

Перекус: сало, консервы, колбаса, паштет и т.д., чай с бутербродом.

В пути: конфеты, сухофрукты, витамины, компот, минеральная вода.

Ужин: суп гороховый, рисовая каша с тушенкой, чай, бутерброд с маслом, сыром.

3-й день.

Завтрак: каша пшеничная молочная, кофе, бутерброд с маслом, колбасой.

Перекус: сало, консервы, колбаса, паштет и т.д., чай с бутербродом.

В пути: конфеты, сухофрукты, витамины.

Ужин: суп макаронный, каша гречневая с тушенкой, чай, бутерброд с сыром и маслом.

Расчет продуктов производится так:

Рис	70 г х кол-во участников – вес
Сгущенное молоко	40 г х кол-во участников – вес
Сыр	25 г х кол-во участников – вес и т.д.

1.2 Правила проведения спортивных туристских походов

Завершающим этапом при подготовке к походу является оформление походной документации. Руководитель группы обязан подать в ЭТК (экспертно-техническую комиссию) заявочные документы на планируемый поход в двух экземплярах в сроки не позднее чем:

- степенные походы – за 2 недели до начала
- категорийные походы – за месяц.
- Заявочными документами являются:
- маршрутный лист – для степенных походов;
- маршрутная книжка – для категорийных.

Вместе с заявочными книжками, маршрутными листами представляются справки на всех участников, руководителя и заместителя руководителя (помощника) о зачете наиболее сложных походов, пройденных ими в данном виде туризма, справки о состоянии здоровья, заверенные печатью медицинского учреждения, картографический материал, которым группа собирается пользоваться в походе, официальное подтверждение об обеспечении группы помещением для размещения, если предполагается остановка в населенных пунктах.

Пройти собеседование в ЭТК, а при необходимости и практическую проверку готовности участников к походу. После положительного заключения и отметки ЭТК необходимо оформить у администрации, проводящей поход, разрешение на его проведение (приказ, смету, командировочные). Администрация организации заверяет документы и ставит печать, предва-

рительно проведя инструктаж по технике безопасности с руководителем, заместителем (помощником).

Документом, дающим право на проведение похода выходного дня, является маршрутный лист.

Разрешение на поход выходного дня дает директор организации, школы и т.д.

Маршрутный лист или маршрутная книжка—это документ, подтверждающий прохождение маршрута. Он после похода предоставляется в бухгалтерию для отчета или хранится в организации (ПРИКАЗ № 698 от 24 ноября 1999 г.) (Приложение 1).

Аптечка туриста

Независимо от продолжительности и сложности похода, каждая туристская группа должна иметь с собой аптечку и некоторое представление о наиболее распространенных медицинских препаратах и их дозировках, а также о том, в каких случаях они применяются

В аптечку должно входить: набор перевязочных средств, сердечные и сосудистые препараты, обеззараживающие, обезболивающие, противовоспалительные, противоожоговые, противоаллергические средства и другие медикаменты.

Примерное содержание аптечки для несложных туристских походов

МЕДИКАМЕНТЫ	ПРИМЕНЕНИЕ
I. Перевязочные средства	
Бинт стерильный	для наложения повязок на раны
Пакет перевязочный с подушечкой	накладывается в виде повязки на обширные раны и ожоговые поверхности
Бинт эластичный	для фиксации повязок
Лейкопластырь бактерицидный	для лечения ссадин, порезов; может использоваться для удержания повязок на теле, стягивания мелких ран
Жгут кровоостанавливающий	для временной остановки кровотечения из артерий конечностей; накладывают выше места ранения
Вата	для обработки раневых поверхностей растворами и для смягчения повязок
Напальничники	надевается поверх повязки, наложенной на рану или ссадину пальца
II. Обеззараживающие средства	
Перманганат калия	применяется как антисептическое средство для промывания ран, полоскания рта и горла, для смазывания язвенных и ожоговых поверхностей, для промывания желудка при отравлении
Раствор йода спиртовой 5%	применяется наружно как антисептическое средство при воспалительных и других заболеваниях кожи

Перекись водорода	применяется для очистки ран от грязи, обладает дезинфицирующим и кровоостанавливающим действием
Фурацилин	антибактериальное вещество, действующее на различные группы микробов; применяется для лечения гнойно-воспалительных процессов, для полоскания полости рта при ангинах; 1 таблетка растворяется в 100 мл воды
Натрия гидрокарбонат (сода)	применяется при изжоге, при воспалении глаз, слизистых оболочек верхних дыхательных путей; 1/2 чайной ложки растворить в стакане воды
Мазь сентомициновая 5–10%	применяется при обработке ссадин, ожогов, обморожении
Апизатрон (мазь)	применяется при растяжении мышц, ушибах
Мазь Лассара	применяется как защитный крем от солнца
III. Обезболивающие, жаропонижающие средства	
Амидопирин	применяется как жаропонижающее средство; таблетки амидопирин и анальгина назначаются одновременно; принимать детям 2–3 раза в день: анальгин по 0,025–0,25 г, амидопирин – по 0,025–0,15 г на 1 прием
Анальгин	применяется при головных болях, как болеутоляющее средство при ожогах, травмах и т.д.
Аспирин	оказывает противовоспалительное, жаропонижающее, болеутоляющее действие. Применяется после еды от 0,1–0,3 г. Детям до 12 лет принимать аспирин нежелательно.
Тетрациклин	применяется при ангине, бронхите, дизентерии. Тетрациклин выпускается в таблетках по 0,05; 0,1 и 0,25 г., назначаемых внутрь во время или сразу после еды 3–4 раза в день
Цитрамон	применяется от головной боли
Спазган	применяется при болях в почках, пиелонефрите
IV. Сердечные средства	
Валидол	применяется при приступах стенокардии (болях в сердце), неврозах, истерии. Таблетки держат под языком до полного растворения.
Настойка валерианы	применяется как успокаивающее средство при неврозах, бессоннице. Взрослым – 20–30 капель на прием, детям – количество капель эквивалентно возрасту ребенка.
V. Желудочные и спазмолитические средства	
Но-шпа	рекомендуется при спазмах желудка и кишечника, приступах желчнокаменной болезни. Назначается по 1/2 таблетки по 0,04 г 1–2 раза в день.
Фестал	Применяется при гастритах, энтероколитах, панкреатите.
Активированный уголь	применяется для прекращения действия попавших в организм вредных (ядовитых, отравляющих) веществ
Бесалол	оказывает болеутоляющее действие при заболеваниях желудочно-кишечного тракта, а также обеззараживающее. Назначается по 1 таблетке 2–3 раза в день.

VI. Противовоспалительные и отхаркивающие средства	
Таблетки от кашля (трава термопсиса 0,01 г, натрий гидрокарбонат 0,25 г)	отхаркивающее средство при воспалительных заболеваниях верхних дыхательных путей
Мукалтин	отхаркивающее средство, приготовленное из трав. Применяется при острых и хронических заболеваниях дыхательных путей по 1–2 таблетки перед едой.
Галазолин (капли в нос)	применяется при воспалительных заболеваниях в полости носа, при отеке слизистой носа
Мазь борная 5%	антисептическое средство при заболеваниях кожи
Сульфацил натрия (альбуцид)	применяется для лечения конъюнктивитов, блефаритов и прочих воспалительных заболеваний глаз
VII. Противомикробные и противопаразитарные	
Бисептол	наиболее эффективен при инфекции дыхательных путей (бронхитах, пневмонии, заболеваниях мочевых путей – уретрит, цистит, пиелонефрит. Назначается по 2 таблетки 2 раза в день.
Олететрин 250 000 Ед.	назначается при пневмониях, тяжелых бронхитах, воспалениях среднего уха, фурункулезе, воспалительных гинекологических и урологических заболеваниях, суточная доза: по 1 таблетке 3–4 раза в день
Фуразолидон	назначается при дизентерии, пищевых токсикоинфекциях по 0,1–0,15 г 4 раза в сутки после еды в течение 5–10 дней
Фуродонин	применяется при лечении инфекционных заболеваний мочевых путей. Назначается 4 раза в сутки после еды по 0,1–0,15г.
VIII. Противоожоговые	
Алазоль или ливиан в аэрозоли	применяется при инфицированных ранах, ожогах, трофических язвах, микробных экземах, зудящих дерматитах
IX. Противоаллергические	
Супрастин	применяется при аллергических реакциях. Детям назначают внутрь (во время еды) по 1 таблетке 0,025 г 4 раза в день
Кетотифен	применяется для предупреждения приступов бронхиальной астмы, при аллергическом рините. Назначается детям старше 14 лет по 1-2 мг, младшего – 0,025 мг/кг 2 раза в день во время еды.
Димедрол	обладает противоаллергическим, анестезирующим, седативным эффектом. Назначают детям внутрь во время еды 0,044-0,1 г в суточной дозе.
X. Возбуждающие	
Аммиака раствор 10%	– средство неотложной помощи для возбуждения дыхания и выведения больных из обморочного состояния. При укусах насекомых можно использовать наружно в виде примочек.

Остановка кровотечения

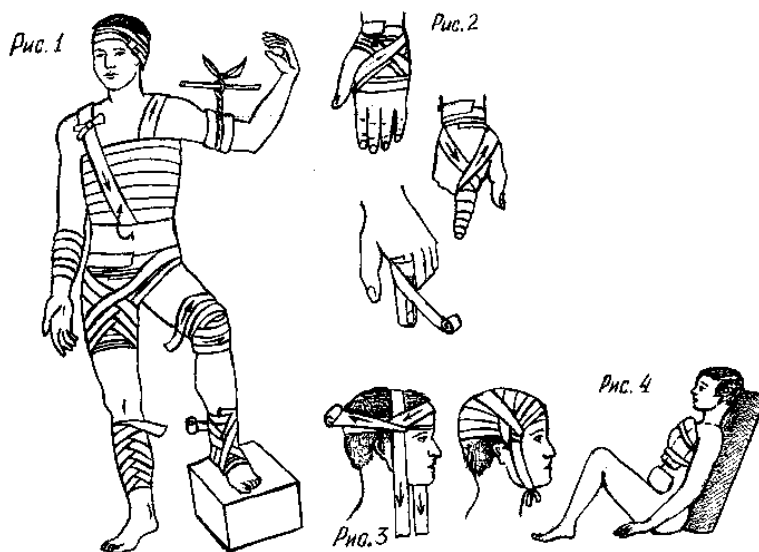
Несчастный случай в походе может произойти даже с самым осторожным человеком, и тогда необходимо действовать быстро, решительно, а главное – умело. Ведь и маленькая рана может иметь тяжелые последствия, поэтому как можно быстрее надо исключить две главные опасности – общее заражение и большую потерю крови.

Определив без суеты и паники место и вид кровотечения, приведите пострадавшего в сознание, положите его и успокойте. Если нет перелома, приподнимите и положите поврежденную голову и конечности на рюкзак.

Стерильной марлей, салфеткой или бинтом очистите рану и продезинфицируйте кожу вокруг нее перекисью водорода, йодной настойкой, спиртом, бензином или другим средством. Промывать рану нельзя! Нельзя засыпать ее порошками и покрывать мазью, прикладывать вату без прокладки из марли и бинта. Из глубоких ран нельзя удалять инородные тела. Сделайте перевязку раны в следующей последовательности: стерильная марля или бинт, уплотнитель из свернутого бинта или чистого платка, вата, многослойная повязка из бинта, полотенца. Бинтуйте плотно, но не чрезмерно, чтобы избежать ухудшения кровообращения.

Бинтование (см рис. 1) обычно производят слева направо, переворачивая бинт НЕ над местом ранения. Каждый последующий оборот должен наполовину и более перекрываться предыдущим. Конечности бинтуют, начиная с более узкого места. Если через 5–10 минут кровотечение прекратится, ослабьте давление на рану. Если же не останавливается, сделайте повязку более тугой. Бывает, такой перевязкой не удастся остановить артериальное кровотечение, тогда выше места повреждения наложите жгут, но не более, чем на 1–2 часа (рис. 1). Под жгутом кладут записку с указанием времени его наложения. Если нет внутренних повреждений, пострадавшего можно напоить теплыми безалкогольными напитками.

При кровотечении из ладони положите на ладонь стерильную марлю, а затем плотный свернутый бинт или платок. Сожмите пальцы пострадавшего в кулак, перевяжите кисть и уложите руку в петлю из бинта или платка (рис. 2).



При кровотечении из носа усадите пострадавшего и слегка отклоните его голову назад. Ему необходимо дышать через рот, не сморкаться, а кровь сплевывать. Пальцами сожмите мягкие части его ноздрей с боковых сторон на 5–10 минут, а к переносице и шее приложите кусок льда или снега в полиэтиленовом мешке или платке.

При кровотечении из уха ничего не закладывайте в кровоточащее ухо, сделайте повязку (рис. 1). Уложите пострадавшего и немного поверните голову кровоточащим ухом вниз.

При кровотечении из головы не надавливайте на рану сильно. Повязку накладывайте только после тщательного осмотра раны и дезинфекции кожи (рис. 3).

При кровотечении из варикозных вен (или из вен на ноге), уложив пострадавшего, убедитесь, то выше раны ногу ничего не стягивает, не сжимает. Поднимите ногу как можно выше и после остановки кровотечения обычными приемами держите чуть приподнятой на рюкзаке.

При кровотечении из легких дыхание затруднено и откашливается красная вспененная кровь. Как и в случае кровотечения из пищевода и из желудка, при которых наблюдается рвота с кровью, пострадавшему необходима срочная хирургическая помощь. Эвакуировать его лучше при участии спасателей. До их прибытия уложите пострадавшего в полусидячем положении с опорой на валик и с согнутыми в коленях ногами (рис. 4). Запретите пострадавшему говорить и двигаться.

2 ПРОВЕДЕНИЕ ПОХОДА

Туристский быт

Бивак – это место, где туристы отдыхают, готовят пищу, устраивают ночлег, готовятся к дальнейшему пути, это костер, очаг, укрытие от непогоды.

В однодневных походах организуются только большие обеденные привалы; в многодневных – еще и ночлег с установкой палаток, приготовлением пищи и т.д.

В зависимости от продолжительности биваков, они подразделяются на малый привал, обеденный привал, ночлег и дневку.

Организация привала или ночлега заключается в том, чтобы правильно выбрать для него место, хорошо подготовить площадку, поставить палатки, развести костер и обеспечить безопасность лагеря от стихийных бедствий.

Бивак устраивается на сухом месте, где есть топливо и чистая питьевая вода, а желательно и водоем для купания. Окружающая природа должна быть живописной, располагающей к приятному отдыху.

Не следует оборудовать стоянки в зарослях и густых кустарниках. Рядом с биваком не должно быть высохших, подгнивших деревьев, которые при порыве ветра могут свалиться на палатки. Не рекомендуется разбивать бивак вблизи пионерских лагерей, ж/д станций, производственных предприятий, а также рядом с проезжими дорогами, линиями электропередач, населенными пунктами.

Место для установки палаток выбирают по возможности сухое, с небольшим уклоном с наветренной стороны от костра. Площадку выбирают поровнее, без ямок, кочек, пней, торчащих из земли камней или корней. Предварительно ее очищают от шишек, сучьев, крупных камней, отдельные углубления закрывают мелкими ветками, сухими листьями, мхом или засыпают песком.

Если земля сырая, под дно палатки подстилают полиэтиленовую пленку.

Техника установки палатки не сложна. Сначала надо расстелить дно, разровнять его и, растягивая по диагонали, закрепить углы к земле кольшками. Важно при этом сохранить прямоугольность дна, не перекосить его. Под передние и задние гнезда конька следует поставить стойки и растянуть конек, прочно закрепив веревочные оттяжки кольями или завязав их за деревья. Самая ответственная часть работы – натяжка скатов крыши.

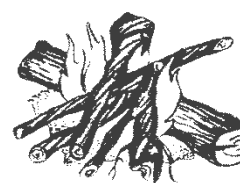
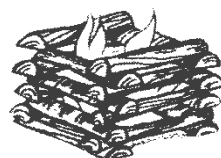
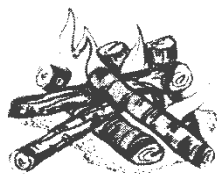
Натягивать их надо равномерно, чтобы избежать складок и морщин на скатах крыши. Все шпильки и кольшки втыкать в землю не отвесно, а с небольшим наклоном в противоположную от оттяжки сторону.

Сейчас в продаже много палаток с тентами, что очень удобно. Однако тент можно сделать самому из большого куска полиэтиленовой пленки.

Каждому туристу пригодится в походе поролоновый или пенопластовый коврик, который кладут на пол палатки. Поверх ковриков стелят спальные мешки, одеяло. Под голову кладут рюкзаки с мягкими вещами. Походную обувь на ночь ставят под дно палатки, притом так, чтобы в ботинке не попала стекающая с крыши вода.

Чтобы отдохнуть от дневного перехода, не следует спать в верхней одежде.

Костер надо разводить так, чтобы не было опасности загорания веток, деревьев, сухостоя, кустарника, сухой травы.



Категорически запрещается разведение костра на корнях живых деревьев, вблизи построек, скирд сена и соломы, на сухих торфяниках. О разведении костра и мерах предосторожности см: Инструкция по ТБ при проведении походов (организация работы у костра).

Развести костер в сухую погоду не представляет трудности. Но в дождливый день поджечь отсыревшие дрова – задача не из легких. В последнем случае помогут бумага, таблетки сухого спирта, стеариновая свеча, кусочек оргстекла. Хорошо в походе иметь специальное костровое оборудование: металлический тросик и крючья. Его несложно натянуть между двумя деревьями, стоящими одно от другого на расстоянии 3–5 м, а посередине разложить костер.

При отсутствии троса в землю забивают две стойки, в верхний торец которых вворачиваются металлические рогульки, а на них кладут перекладину для подвешивания посуды.

Из всех типов костров лучшими для приготовления пищи является «колодец». Это один из видов жарких костров. Его складывают из более или менее коротких и толстых поленьев, уложенных рядами. Медленно сгорая, поленья образуют много углей, дающих высокую температуру. Такой костер удобен для обогрева и сушки одежды.

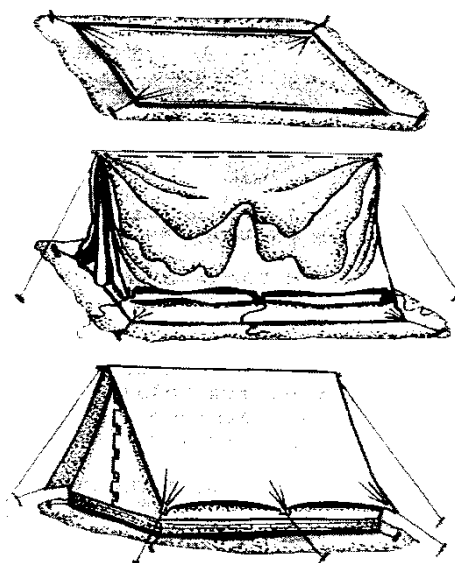
Если нужно приготовить пищу в небольшом количестве посуды и при этом осветить лагерную площадку, предпочтение отдают конусообразному костру типа «шалаш». В качестве топлива идут не толстые «бросовые» дрова (хворост, валежник). Высокое яркое пламя этого костра образует весьма узкую зону нагрева и мало углей. Его нужно поддерживать, постоянно подкладывая сушняк.

Есть и другие типы костров – «таежный», «звезда», «нодья», но они в простых походах применяются редко. При определенных условиях (например, когда группа сильно промокла под дождем в пути, а дров вокруг много), желательно в отдалении от «кухонного» костра соорудить другой – специально для обогрева и сушки снаряжения (рис. 5).

Если группа большая, на ночь назначаются дежурные. Продукты и дрова для приготовления завтрака должны быть запасены с вечера.

Довольно обычное явление утром на биваке – затянувшиеся сборы. Чтобы предупредить такую трату времени, пока дежурные готовят завтрак, туристы должны не только уложить свои рюкзаки, снять палатки и просушить их, но и помочь дежурным – отдельно собрать все их имущество, подменить на время у костра.

Перед уходом обязательно следует тщательно убрать территорию стоянки. Мусор, клочки бумаги сжигают на костре. Пустые банки из-под консервов закапывают в землю. Остатки пищи, которые могут съесть зверьки и птицы, оставляют в одном месте. После уборки костер заливают водой либо засыпают землей.



Главная задача руководителя – воспитать у туристов привычку оставлять место бивака и привала безо всяких следов пребывания на маршруте.

И вот группа на маршруте.

Через 15–20 минут после начала похода – так называемый подгоночный привал. Некоторые участники почувствовали, что одеты излишне тепло или очень легко, другие обнаружили неполадки с рюкзаками, третьи – с обувью. Для устранения всех этих неполадок и делается *подгоночный привал*.

После подгоночного привала режим дня устанавливается таким образом: 45–50 минут движения и 10–15 минут отдыха.

Кратковременные остановки обязательны перед населенными пунктами и в конце маршрута для того, чтобы туристы смогли привести себя в порядок.

Отставать от группы, уходить далеко вперед или самовольно покидать группу никому из туристов не разрешается. Сделать это можно только с ведома руководителя.

Участники похода должны быть вежливыми и обходительными в отношении друг к другу и местному населению. Проходить через населенные пункты и посещать памятные места следует непременно в одежде. Допускаются майки, шорты. В купальных костюмах и трусах можно идти лишь вдали от населенных пунктов.

Пройдя немного более половины дневного пути, группа останавливается на большой *обеденный привал* продолжительностью 2–3 часа в месте, обеспеченном топливом и чистой водой. Это время используется для приготовления пищи, отдыха, купания, спортивных игр.

Цель похода будет полностью выполнена только в том случае, если строго соблюдается график движения и выдерживается время, посещение экскурсионных объектов, большой и малые привалы. Лучше прийти на конечный пункт несколько раньше намеченного срока, дать возможность отдохнуть и привести себя в порядок, чем опоздать к поезду или автобусу.

3 ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ПОХОДА

После проведения похода руководитель вместе с участниками должен подготовить отчет о походе. Это может быть полный отчет о походе, фотоотчет, фотогазета и т.д.

Спортивная классификация по туризму для зачета похода и присвоения его участникам разрядов требует обязательного представления полного письменного отчета, которым подтверждается точное прохождение всего маршрута группой в полном ее составе.

Доброут сделанный отчет – ценное пособие для других туристских групп, которые пожелают путешествовать по такому же маршруту.

Работа над отчетом должна вестись планомерно не только после окончания похода, но и во время его проведения. Хороший отчет может получиться только в том случае, если группа до выхода и на маршруте ежедневно и добросовестно вела путевые записи, собирала сведения о районе похода.

Отчет о походе должен быть конкретным и деловым. Основное внимание в нем должно уделяться туристской характеристике маршрута и тактико-техническому описанию его, дополненному схемами. Фотоиллюстративный материал должен отражать техническую (прохождение маршрута) и краеведческую стороны похода, а не лирические моменты жизни группы, не быт ее, как это часто бывает. В отчете необходимо особо выделить вопросы обеспечения безопасности в походе.

Весь материал в отчете следует разделить на разделы:

1. Вводная часть, в которую входят титульный лист, аннотация, оглавление книги отчета, обзорная карта района путешествия и справочные сведения о путешествии.
2. Характеристика района путешествия, общие сведения о маршруте и о подготовке группы к путешествию.
3. Техническое описание маршрута, график движения группы по маршруту и вопросы безопасности (здесь размещают основной картографический материал и фотографии).
4. Материально-финансовое обеспечение путешествия.
5. Краеведческая и общественно полезная (экспедиционная) работа группы.
6. Заключение (выводы, рекомендации).
7. Приложения.

Вводная часть. Отчет начинается титульным листом, в верхней части которого указывают наименование организации, проводившей путешествие (школа, Станция юных туристов, Дом пионеров и т.д.). В центре крупным шрифтом пишут заглавие отчета, ниже – подзаголовок «Отчет о пешеходном туристском путешествии по...» (указывается географический район похода, главные пункты маршрута), еще ниже – фамилию и инициалы руководителя, наименование МКК, утвердившей путешествие и рассмотревшей отчет о нем, номер маршрутной книжки, засчитанную категорию сложности похода и дату рассмотрения отчета. Все эти сведения заверяют на титульном листе подписью председателя МКК и ее штампом. Внизу указывают название города (населенного пункта), где находится организация, и год проведения путешествия.

В аннотации в сжатой форме надо обосновать выбор района путешествия, сформулировать его основную цель – стержневую идею путешествия, перечислить интересные этапы маршрута, экскурсионные объекты и т.д. Аннотация служит как бы рекламой маршрута для привлечения новых туристов на пройденную тропу.

В конце раздела дается список основных участников работы над отчетом: редактора-составителя, авторов разделов, отдельных глав, очерков, рисунков, фотографий, а также картографов, вычертивших карты и схемы для отчета.

Оглавление отчета о путешествии содержит названия разделов, глав, подглавок, листов маршрутной ленты и различных документов (сметы, списки снаряжения, транспортные расписания, различные справки и т.д.), которые включены в те или иные разделы отчета (в том числе и в приложения) и соответствующие им номера страниц. Нумерация страниц должна быть сквозной, начиная с титульного листа, независимо от того, заняты ли они текстом, картами или фотоснимками. Но у каждого листа карты (маршрутной ленты), как и у каждой фотографии, кроме того, должны быть свои номера.

Затем на целом листе помещают обзорную карту (или безмасштабную схему) района путешествия, задача которой – дать читателю общее географическое представление о том, где проходит маршрут путешествия, какова его принципиальная схема, пути подъезда к начальной точке маршрута и отъезда из конечной. Карта должна охватывать значительную территорию, на которой сам маршрут занимает очень маленькую часть, но зато широко будет показан весь регион, те города и объекты, которые можно посетить уже после окончания спортивной части путешествия. Поэтому масштаб карты должен быть мелким – в пределах от двух с половиной до десятиmillionного. На обзорной карте необходимо яркой штриховой линией (каждый пятый штрих со стрелкой направления движения) показать пешеходную часть маршрута, а пунктирной линией такого же цвета – транспортные переезды.

В справочных сведениях о путешествии указывают вид туризма, категорию сложности маршрута, сроки проведения, район и нитку маршрута путешествия, способы передвижения, протяженность активной пешеходной части похода, ее продолжительность в днях, количество дней, основную краеведческую тему, чье экспедиционное задание выполняла группа на маршруте, количество проведенных экскурсий и их перечень. Здесь же необходимо дать точное название организации, проводившей путешествие, ее почтовый адрес и телефоны. Затем в виде таблицы приводится полный список участников путешествия (включая руководителя и его заместителя) с указанием возраста, школы и класса, в котором учится участник, туристского опыта и квалификации (до начала путешествия), общественной должности в группе.

Вторая часть отчета – **характеристика района путешествия**, содержащая обобщенные сведения о спортивном и краеведческом содержании маршрута и о подготовке путешествия. Этот раздел не должен занимать более десяти страниц. В краткой форме дается общегеографическая характеристика района: его административное положение, рельеф, гидрография,

флора, фауна, климат, другие природные особенности, а также дорожная сеть, основные населенные пункты; несколько подробнее – справка по истории края, его экономике, населению и степени туристской освоенности района. В характеристике надо акцентировать внимание на тех факторах, которые в первую могут интересовать туристов. Например, описывая животный мир, нельзя не сказать о комарах, мошках, гнусах, так как, может быть, именно с этими представителями животного мира предстоит «общаться» туристам.

В сведениях о маршруте надо сообщить его принципиальную тактическую схему (проиллюстрировать ее графически), обосновать избранную тактическую схему нитки маршрута, охарактеризовать динамику нагрузок. Если маршрут четко делится на самостоятельные этапы – назвать и охарактеризовать их. Изложить планировавшиеся запасные варианты маршрута и указать, как и почему они были или не были использованы на практике. Надо четко перечислить естественные препятствия на пройденном маршруте, указать продольный профиль маршрута, календарь погоды в период проведения путешествия, объяснить, почему именно в этом, а не в обратном направлении лучше проходить маршрут.

Особенно следует остановиться на сведениях о наличии источников питьевой воды, водоемов, пригодных для купания, магазинов, столовых, медпунктов, телеграфно-телефонных и почтовых пунктах связи, транспортных средств вдоль по маршруту; дать указания по фактическим и рекомендуемым местам ночевки и дневок, привести их ориентиры; рекомендовать варианты подъезда к начальной точке маршрута и выезда с конечной точки.

Характеризуя краеведческое (познавательное) содержание маршрута, надо перечислить экскурсионные объекты не только на активной части путешествия, но и до или после пешего похода.

В сведениях о подготовке к путешествию надо остановиться на узловых моментах: как комплектовался состав группы, какие учебные занятия, тренировки и учебно-тренировочные походы проводились для технической, физической, морально-волевой подготовки и знакомства с методикой краеведческой работы на маршруте. Здесь следует указать организацию, которая дала задание по экспедиционной работе, его содержание, что планировалось сделать вне рамок экспедиции; перечислить темы докладов, прочитанных участниками в период подготовки, консультации по району и маршруту, источники информации, с кем велась переписка, какая связь была установлена с местными школами, туристскими и другими организациями.

Особо надо остановиться (если в этом есть надобность) на вопросах получения разрешений на въезд в район путешествия (от СЭС, пограничных зон), посещение заповедников, предприятий, способах заброски продуктов питания, материально-хозяйственной подготовки (где взято снаря-

жение, кто дотировал путешествие, что изготовлено своими руками, как заработали ребята дополнительные средства на поход).

Техническое описание маршрута – главная часть отчета. Его открывают графиком движения группы по маршруту, который дается в виде таблицы, включающей следующие разделы:

- день пути (номера дней по порядку);
- дата (число, день недели);
- участок маршрута за день (пункты перехода);
- протяженность (пройденное пешком количество километров);
- чистое ходовое время (в часах и минутах без учета времени, потраченного на привалы и остановки в пути);
- характер пути, название естественных препятствий, опасные участки, встреченные за день;
- метеорологические условия;
- примечания (указывают экскурсионные объекты на участке пути, характеристику мест ночлегов).

Затем идет техническое описание маршрута (ТОМ) и его достопримечательностей. В нем весь маршрут разбивают на отдельные логические участки, материал дают в хронологическом порядке. Каждый отдельный участок может иметь свой заголовок, но изложение ведется последовательно по дням движения по маршруту.

В описании указывают направления движения, ориентиры, характеристику пути и естественных препятствий, способы их преодоления, меры обеспечения безопасности; дают рекомендации по выбору мест биваков, приводят сведения о наличии топлива, питьевой воды, возможности пополнения продовольствия и использования местного транспорта в экстренных случаях, наличии троп, дорог, бродов, переправ, пунктов связи и медицинской помощи. Этот раздел в первую очередь требует сопровождения текстового материала иллюстративным – фотографиями, рисунками, топографическими схемами интересных объектов, сложных для прохождения участков, подходов к бродам, перевалам, мест для ночлегов.

Вопросам безопасности должно быть уделено специальное внимание. Независимо от того, что по ходу изложения технической стороны прохождения маршрута при описании каждого отдельного препятствия следует указывать и меры безопасности, в конце ТОМа необходимо еще раз обобщить объективные источники опасности: рельеф, броды, погодные условия и т.д. По каждому естественному препятствию должны быть даны оценки степени их сложности и подготовленности группы, рекомендованы способы безопасного прохождения препятствий и общие меры предосторожности на маршруте (особенно в отношении купания и нахождения взрывоопасных предметов).

В раздел по **материально-финансовому обеспечению** путешествия включают списки группового и личного снаряжения, медицинской и ремонтной аптечек, санитарный журнал, списки продуктов питания, смету, таблицы весовых нагрузок участников на начало похода. По всем этим документам должны быть даны краткие отчеты соответствующих должностных лиц: казначея, завхозов по питанию, снаряжению, санитара, ремонтного мастера.

Заведующий по питанию, например, приводя набор и вес продуктов, должен рассказать о том, как они были расфасованы, затарены и распределены по рюкзакам, как велся учет расхода продуктов, какова была средняя нагрузка, какие кушанья готовились, как пополнялся запас продовольствия в пути.

Казначей не должен ограничиваться приведением лишь плана денежных расходов и доходов (плановой сметы), ему следует проанализировать выполнение сметы, указать фактические расходы по всем статьям, привести стоимость услуг и предметов.

Санитар пишет в отчете о том, какие были случаи заболеваний и травм, какие медикаменты, в каком количестве необходимо брать, хватило ли перевязочных средств, чего надо остерегаться на маршруте, как контролировалось соблюдение гигиенических правил в пути (чистота тела, посуды, приготовление пищи).

Завхоз по снаряжению должен указать вес отдельных предметов группового снаряжения, посоветовать способы уменьшения весовых нагрузок, рассказать о имевшемся в группе самодельном снаряжении и т.д.

Полезно, чтобы и другие должностные лица сделали свои краткие отчеты по должности.

В отчете о путешествии должны найти отражение не только спортивная, но и другие, не менее важные стороны всякого путешествия – познавательная, краеведческая, общественно полезная работа группы в пути. В этом разделе необходимо показать, что нового узнали участники за время путешествия, как эти новые знания увязываются со школьной программой, с задачами трудового обучения и воспитания детей, их профессиональной ориентации и интернационального воспитания. Если в путешествии была какая-то одна ведущая краеведческая тема, необходимо сообщить, что сделано по этой теме, изложить особенности методики ее изучения, перечислить собранные материалы.

Участие во Всесоюзной туристско-краеведческой экспедиции пионеров и школьников «Моя Родина – СССР», выполнение в походах и путешествиях конкретных экспедиционных заданий – главная, но не единственная форма общественно полезной деятельности юных туристов-краеведов.

Познавательная краеведческая работа в походе и **экспедиционная деятельность** туристов могут быть слиты воедино, но могут быть и обо-

собленными. В этом случае в отчете о путешествии необходимо раскрыть и ту, и другую. Но, кроме экспедиционной (изучение, поиск, сбор, исследование), общественно полезная работа юных туристов может носить и чисто практический характер – пропаганда туризма и краеведения среди населения (в местных школах, лагерях, в печати, на радио), выступления с концертами, докладами, участие в проведении слетов и соревнований, трудовой десант на поля колхоза, на фермы совхоза, на стройплощадки, в лесничества, тимуровская работа и т.п. Такая деятельность (если она имело место) должна быть также отражена в данном разделе.

В конце отчета дается **заключение** – выводы и рекомендации по путешествию в целом. В этом разделе читатель должен найти ответ на вопрос: как можно еще успешнее и интереснее провести путешествие по данному району, в какой сезон года лучше проходить маршрут. Здесь же оценивают маршрут как в спортивном, так и в познавательном отношении, разбирают отдельные ошибки и неудачи в подготовке и проведении путешествия, указывают их причины и следствия.

В **приложениях** к отчету могут быть даны: списки литературы и туристских отчетов по району (теме), вырезки из местных газет, записки, снятые с перевалов, записи дневникового характера, бытовые и пейзажные снимки, списки с адресами консультантов, адреса почтово-телеграфных пунктов связи, словарь наиболее употребительных в данной местности слов и выражений (нечто вроде разговорника), походные стихи, песни, расписания и цены по различным видам местного транспортного сообщения и т.п.

Картографический материал в отчете включает:

общую мелкомасштабную обзорную карту района путешествия с нанесенной на нее ниткой пройденного маршрута;

маршрутную ленту – топографическую карту узкой полосы местности вдоль линии маршрута в масштабе 1:100 000 с дополнениями и исправлениями, сделанными в пути;

топографические схемы (без масштаба или в произвольном масштабе) отдельных участков маршрута – бродов, перевалов, переправ, местонахождения интересных объектов, дневков, сложных в смысле ориентирования мест.

Первые два вида картографических материалов – обязательные, учитываются и оцениваются в конкурсе на лучшее путешествие; третий – желателен, так как наличие схем отдельных мест на маршруте, выполненных самими участниками и с хорошим качеством, делает отчет более полноценным.

4 МАРШРУТЫ ПОХОДОВ ПО ВИТЕБСКОЙ ОБЛАСТИ

Маршрут № 1: г.п. Коханово–р. Адров–д. Межево–оз. Ореховское–оз. Святое–о.п. Стайки–г. Орша–г.п. Коханово

Вид туризма: *пешеходный, 1 степень сложности*

Район проведения: *Толочинский, Оршанский*

Активная часть: *72 км*

Интересные объекты

г.п. Ореховск (Выдрица). Ореховск – городской поселок в Оршанском районе. Расположен в 22 км к северо–востоку от Орши, у слияния рек Оршица и Выдрица. Население – 2,8 тыс. человек.



БелГРЭС – Белорусская ГРЭС известна тем, что стала первой электростанцией в Беларуси и первой ГРЭС, построенной по плану ГОЭЛРО в 1930 году. ГРЭС на протяжении многих лет была ведущей электростанцией в белорусской энергосистеме и внесла большой вклад в восстановление и развитие народного хозяйства Беларуси и Витебской области.

Оршанский тепличный комбинат. ОАО «Ореховский льнозавод». ОАО «Лантан».

Деревянная Троицкая церковь (1832–1838). Церковь имеет весьма интересную архитектурную особенность: бревна при ее строительстве укладывали не горизонтально, а вертикально – то есть, частокол с куполом.

Усадьба Хлустиных (конец XIX века).

Оз. Большие Орехи.

Оз. Святое. По преданию на его месте находились скит и церковь, которые провалились под землю и на их месте образовалось озеро. Недалеко от озера есть курган друидов в два яруса: нижний и верхний, создающий впечатление чаши радиусом 50 метров.

г.п. Кóханово.

Городской поселок в Толочинском районе. Железнодорожная станция на линии Минск–Орша, автодорогами соединен с Оршей и Толочином. Население – 4,3 тыс. человек.

В середине 16-го века в Оршанском повете Витебского воеводства Великого Княжества Литовского. С 1772 года – после первого деления Речи Посполитой в составе России. Граница России и Речи Посполитой прохо-



дила через Толочин, по реке Друть. С 1924 по 1931 годы – центр Кохановского района, с 1956 года – в Толочинском районе.

В поселке функционируют два из трех предприятий-производителей экскаваторов в Республике Беларусь.

СП «Святовит» ООО – предприятие проектирует и производит: телескопические экскаваторы-планировщики на базе автомобильных шасси (МАЗ, КАМАЗ, УРАЛ, МАН); телескопические экскаваторы-планировщики на гусеничном ходу; производственные комплексы на базе установок горизонтального направленного бурения.

ОАО «Кохановский экскаваторный завод» – старейший экскаваторный завод республики. Единственное предприятие в Беларуси, выпускающее одноковшовые гидравлические экскаваторы на гусеничном и пневмоколесном ходу массой до 14,5 тонн и очиститель каналов навесной ОКН-05.

ИЗАО «Кохановский трубный завод «Белтрубпласт» – один из ведущих белорусских заводов-производителей и поставщиков полимерных изделий (полиэтиленовые трубы для систем газо- и водоснабжения, канализации и т.д.)

УО «Кохановская средняя школа имени И.П.Кожара – одна из старейших школ в Республике Беларусь.

УО «Кохановский государственный профессиональный лицей сельскохозяйственного производства».

Храм святителя Николая Чудотворца (Коханово).

д. Звенячи. В XIX – начале XX столетия населенный пункт был известен под названием Большие Звенячи (они же Левково) Кохановской волости и православного прихода Копыского, с 1861 года Оршанского уезда. В 1880 году имелось 22 хозяйства, 163 жителя. Существовали кузнечные и деревообрабатывающие промыслы. Звенячи – родина Героя Республики Беларусь народного художника Беларуси и Советского Союза Михаила Андреевича Савицкого.

Деревня Кисели (Дамакуры) Кохановской волости и Голошевского православного прихода Оршанского павета. Сохранилось древнее городище.

аг. Межево. Старожилы утверждают, что поселение раньше носило название Константиново. Название Межево упоминается в 1501 году. Поселение располагалось на границе разных владений. В 1830 году основан винокурный завод. В 1879 году рядом располагался фольварок Лубянских. В 1905 году в имении Лубянских произошло восстание крестьян. После Октябрьской революции создан совхоз «Межево». В 1967 году с деревней слился поселок экспериментальной базы «Межево».



Церковь Покровская (руины 1886)



Бровар кон. XIX – нач. XX века.

Усадьба д. Межево. Усадебный дом 1901 года. Ансамбль усадебного дома расположен на склонах ложбины. На западном склоне находится каменное здание, построенное в стиле модерн. В Великую Отечественную войну его восточная половина была разрушена, в 1950 году восстановлена с новыми перестроениями и декорирована в стиле классицизма. Перед главным входом находится партер, затем плодоносящий сад. На южном берегу искусственного водоема разбит пейзажный парк площадью около 8 гектаров.



Со слов местных жителей, этот крест примерно в 2004 году перенесли сюда из д. Пильковичи Сенненского района. До этого крест несколько веков стоял на левом берегу реки Адоров между деревнями Озерок и Пильковичи.



п. Высокое. В начале 20 века – центр волости Оршанского повета. Рядом располагалась усадьба Высокое, которая принадлежала Раникерам. Действовали бумажная фабрика, сахарный, медеплавильный, стекольный, винокурный и спиртовой заводы; мельница, корчма, магазин, больница, православная церковь. В 1867 году открыто земское народное училище. После Октябрьской революции создан совхоз «Высокое. В Великую Отечественную войну действовала партизанская бригада «Гроза».

Усадебно-парковый ансамбль Макшицких XIX начало XX столетия. Усадьба принадлежала поочередно многим знатным белорусским родам: Сапегам, Потоцким, Макшицким. Сформирована в стиле классицизма в XVII–XIX веках на правом берегу реки Пульва. Ансамбль включает одноэтажный каменный дворец с четырех колонным портиком на главном фа-

саде, два Г-образных флигеля, служебный корпус и пейзажный парк площадью около 50 гектаров. В парке растут: сосна черная австрийская, лиственница европейская, туя западная, дуб черешчатый. В усадьбе 25 июня–25 июля 1928 году состоялся 1-ый съезд партии Западной Беларуси.



Усадебно-парковый ансамбль Макшицких XIX начало XX столетия.



Церковь святого пророка Ильи

д. Стайки. В 1560 году в составе имения Оршанский Замок Корсаков, а в 1792 году в составе имения Межевский Ключ Любомирских. В 1903 году построена железнодорожная станция. Около станции возник поселок. В 1912 году купец Бабин построил при станции лесопильный завод, пиломатериалы завода отправлялись во многие страны. В сентябре 1942 года в районе станции Стайки партизаны пустили под откос 2 эшалона с вражеской техникой, а в октябре – эшалон с топливом. В феврале 1942 года оккупанты расстреляли 16 мирных жителей. 26 июня 1944 года в боях за железнодорожную станцию Стайки прославился молодой сержант, командир отделения гвардейского стрелкового полка Н.П. Никонов. Ему присвоено звание Героя Советского Союза.

Братская могила советских воинов и партизан, которые погибли в Великую Отечественную войну.

Могила неизвестного солдата.

Краткое описание маршрута

Маршрут начинается от Кохановской средней школы И.П. Кожара.

По тропинке отправляемся на северо – восток, в д. Звенячи, на родину М.А. Савицкого, выпускника Кохановской школы. Проходим 500м по деревне, и снова движемся на северо–восток по луку к д. Кисели. Раньше это поселение называлось Дамакуры. Через 3км бездорожья поднимаемся на старое городище.

Движемся по направлению юго-восток по луку. Через 3км переходим реку Соколянку. После мостика тропинка поворачивает на восток и идем вдоль реки. Пройдя 500м, переправляемся через реку Адров по плотине бобров. Через 100м выходим на лесную дорогу и продолжаем движение на восток вдоль реки Адров, где можно организовать ночевку. Есть криница.

Выходим по лесной дороге вдоль реки Адров на восток, к д. Погост.

Поворачиваем на северо-восток на д. Погостик. Через 2 км выходим на луг (азимут 90°). Выбираем направление северо-восток (азимут 40°). Идем по полевой тропинке. Через 2км пересекаем автотрассу прямо напротив остановки «Орловщина». Через 1км пути пересекаем автомагистраль М1 и уходим на северо-восток (азимут 50°). Выходим на грунтовку (азимут 20°). Проходим 1км и у деревни Багриново, меняем направление (азимут 40°).

Опять идем по луку. Через 2км деревня Столбуны. Выходим на полевую дорогу (азимут 10°). Через 2км выходим на шоссе, северо-западное направление (азимут 340°).

Деревня Межево. Через 500м на берегу пруда можно организовать ночевку. Место ровное. Есть кострище. За водой можно ходить в колонку.

Выходим на полевую дорогу через мост на северо-восток (азимут 80°).

Проходим 2км и сворачиваем на полевую тропинку (азимут 50°), движемся к д. Селекто.

Продолжаем движение по грунтовой дороге на юго-восток (азимут 140°). Дорога ведет к п. Высокое. Осматриваем усадебно-парковый ансамбль Макшицких.

Пересекая автотрассы, выходим на луговую тропинку в направлении северо-восток (азимут 20°). Выходим на остановку «Купелка».

Продолжаем движение в направлении п. Ореховск. Пройдя 3км, сворачиваем на северо-запад (азимут 350°). В п. Ореховск посещаем первую Белорусскую ГРЭС. Двигаемся к озеру Большое Ореховское. К озеру подход пологий. По берегу растет сосна и кустарники. Достаточно сухостоя.

Выходим на грунтовую дорогу и движемся на север. Через 500 м дорога поворачивает на северо-восток (азимут 40°) к д. Лисовские. За деревней поворачиваем налево и движемся на северо-запад (азимут 340°). Через 1 км дорога поворачивает на запад на автомагистраль Витебск–Орша. Дви-

гаемся по дороге, соблюдая правила безопасности. Направления движения южное (азимут 180°).

Через 3 км озеро Белое. Выходим на автомагистраль и продолжаем движение в том же направлении к озеру Святое. Место холмистое. Много сухостоя. Есть место для кострища.

Выходим на грунтовую дорогу пересекая автомагистраль (азимут 240°). Проходим 4 км и мы на окраине д. Сидричино. Движение продолжаем на северо-запад (азимут 320°). Движемся к д. Чернявские по лугу. Выходим на грунтовку и меняем азимут на 290°. Идем к деревне Стайки, поворачиваем на юго-запад (азимут 200°) к станции «Стайки».

Маршрут № 2: г. Витебск–д. Лосвидо–оз. Шестено–д. Машкино–д. Грушевская–д. Зароново–д. Топорино–д. Волково–Великанов хутор (могила Федора Махнова)–д. Чирино–д. Старое Село–д. Малые Летцы–г. Витебск

Вид туризма: *пеший, 2 степень сложности*

Район проведения: *Витебский*

Активная часть: *44 км*

Интересные объекты

ст. Лосвидо. Военные захоронения 1944 года.

д. Зароново. К 1878 году относят Свято-Ануфриевскую церковь, которая была построена как каменная с двумя куполами, также имелась трехъярусная колокольня. Фасады церкви были оштукатурены. После революции церковь была разрушена.

В 1980 году на братской могиле советских воинов и партизан был поставлен памятник погибшим в годы Великой Отечественной войны – 3 пилона с барельефами танкиста, пехотинца и летчика, на мемориальных досках увековечены фамилии погибших.

Озеро Зароново известно лебедями, которые живут здесь круглый год. Также модно посетить Щетинку и увидеть «растущие» каменные кресты и другие памятники XIX – начала XX века.

Особой изюминкой деревни является историко-краеведческий музей «История Зароновского края». Музей был открыт 9 мая 1986 года, а в 1996 г. – ему было присвоено звание «народный». С открытия музея и по настоящее время его руководителем является Л.К. Никитина.

д. Казаки. В 200 м на юг от деревни сохранились остатки водяной мельницы. Она знаменита тем, что на ней работал самый высокий человек в мире – Федор Махнов.

д. Старое Село. В 2,5 км на север от деревни обнаружено городище раннего железного века (III–IV ст.ст.). В 1 км на восток от деревни есть три курганных могильника, относящихся к IX–XIII ст.ст.

Народный историко-краеведческий музей в Старосельской средней школе образован в 1982 году. Этот музей – один из самых крупных в районе. В настоящее время в основном фонде музея хранится 4690 единиц. Руководит музеем опытный краевед Витебского района – М.Д. Юшкевич.

Среди исчезнувших памятников архитектуры Витебского района достойное место занимает Свято-Воскресенская церковь в Старом Селе. Ее проект был составлен витебским архитектором В.Ф. Коршиковым в 1900 году, а построена она в 1904 году из камня в русском стиле.

Также здесь когда-то стояла Свято-Михайловская церковь – памятник народного деревянного зодчества.

Рядом со школой находится могила генерала В.И. Андрианова (участника русско-турецкой войны 1877–1878 гг.).

д. Малые Летцы. В XIX в. это имение «Малые Летцы», которое принадлежало помещику Свентитскому. В 1866 году через его владения прошла железная дорога Витебск–Динабург, а остановку так и называли «Платформа Свентитского».

Санаторий «Летцы» – жемчужина Придвинья. Это визитная карточка района. Свою историю это лечебное учреждение пишет с 1936 года. Это был дом отдыха для работников щетинной фабрики. В годы войны – немецкий госпиталь, позже – советский. На территории санатория есть 4 минеральных источника. Рядом санаторий-профилакторий Витебского отделения Белорусской железной дороги, где туристам можно посетить зимний сад, в котором растут интереснейшие растения.

Краткое описание маршрута

На дизель-поезде Витебск–Езерище доезжаем до ст. Лосвидо. От станции идем по разбитой асфальтированной дороге в северном направлении (500 м). Выходим к развилке дорог, сворачиваем налево по асфальтовой дороге на д. Савченки. Продолжаем движение по асфальтированной дороге в лесу. Проходим оздоровительный лагерь «Липки». Идем по асфальтированной дороге в юго-западном направлении. Выходим к КПП военного полигона «Лосвидо». За КПП идем по накатанной лесной дороге. Через 300 м – указатель «Полигон Лосвидо». Поворачиваем налево (юг) на лесную дорогу. Слева по ходу движения видно оз. Шестено. Выходим на территорию палаточного городка полигона. За КПП началась плохая песчаная дорога, разбитая военной техникой.



Маршрут продолжаем к д. Машково. Здесь т-образный перекресток, на котором мы повернули налево (северо-запад). Прошли еще 200 м по деревне и слева по ходу движения увидели памятник с изо-

бражением воина. Подошли ближе – памятник установлен Героям, павшим в боях за Родину в Великой Отечественной войне.



Продолжаем движение до развилки дорог. Направо дорога идет к д. Полойники, а налево (юг) – к д. Зароново. Поворачиваем налево. Выходим к асфальтовой дороге Витебск–Старое Село. Здесь уже началась д. Зароново. Повернули направо (запад) и продолжили движение по деревне. Через 5 мин дошли до мемориального комплекса, расположенного рядом с дорогой.

Посещаем Народный историко-краеведческий музей «История Зароновского края». Экспозиция музея начинается прямо под открытым небом. Здесь представлены предметы быта и труда крестьянина начала и середины 20 века. Первая экспозиция музея представляет крестьянскую избу, в которой собраны практически все предметы, которыми пользовались наши бабушки и дедушки. Следующая экспозиция рассказывает о возникновении д. Зароново, о древней истории этих земель. Затем раздел, посвященный Великой Отечественной войне, знаменитым уроженцам Зароновской земли. Отдельного внимания заслуживает выставка музыкальных инструментов, где собрана богатая коллекция, как национальных инструментов, так и зарубежных.

Заходим на местное кладбище. Кладбище расположено недалеко от деревни. Из музея выходим на асфальтовую дорогу Витебск–Старое Село, проходим немного в западном направлении и поворачиваем налево (юг) перед дорожным знаком окончания деревни. Через 200 м возле колхозного двора поворачиваем направо (запад) и идем по грунтовой дороге. Здесь местные краеведы обнаружили интересное явление – «Растущие кресты». Несколько лет назад из земли стали проступать древние кресты, и с года в год их появляется все больше и больше.

Продолжаем движение по центральной улице д. Зароново в восточном направлении. На повороте на д. Топорино сворачиваем направо (юг) на гравийную дорогу. Проходим мост через протоку, которая соединяет оз. Княжное и оз. Зароновское. Движемся в южном направлении по гравийной дороге. Направо (запад) уходит дорога к д. Симоновщина, а налево (восток) к д. Топорино. Поворачиваем налево, проходим д. Топорино. Дальше идет хорошая грунтовая дорога.

Входим в д. Казаки, на центральной улице повернули налево (восток), а через 50 м – направо (юг), и дорога приводит к мосту через р. Зароновка. Сразу за мостом поворачиваем направо (запад) на полевую дорогу. Подходим к развалинам водяной мельницы. Эта мельница известна тем, что на



ней долгое время работал у помещика белорусский великан Федор Махнов. Сооружение впечатляет своим величием

Выходим на грунтовую дорогу и возвращаемся в д. Казаки. Идем по центральной улице (запад). В конце деревни дорога идет к полю. Выходим к д. Волково. Поворачиваем налево (юго-запад) к д. Чирино. Пересекаем ручей по мосту, и сразу за мостом направо (запад) уходим

на полевую дорогу. Перед лесом дорога резко поворачивает налево, идем около 300 метров (азимут 270°) по перепаханному полю до выхода к кладбищу. Чуть севернее от кладбища раньше был Великанов Хутор, на котором жил Федор Махнов. Здесь же сохранилась его могила. Обойдя все кладбище, мы все же нашли эту могилу.

Продолжаем движение по полевой дороге на запад вдоль кладбища. Подходим к броду через р. Зароновка. На привал можно остановиться на западном берегу р. Зароновка рядом с бродом (Великанов Хутор). От ручья поднимаемся немного вверх и выходим на гравийную дорогу, поворачиваем направо (юго-восток) к д. Чирино. Налево дорога ведет к д. Волково, а прямо – к д. Старое Село. Продолжаем движение по гравийной дороге. Проходим перекресток дорог – слева подходит дорога от д. Побединщина. Идем прямо по основной дороге. Дорога проходит по лесу. Выходим к садовым участкам.

Пересекаем новую трассу Витебск–Полоцк. Дорога проходит практически параллельно старой. Идем к д. Старое Село. Подходим к железнодорожному переезду (Витебск–Полоцк). За ним поворачиваем направо (северо-запад) в сторону станции.

Рядом со станцией – братская могила героев, павших в борьбе за свободу Родины в Великую Отечественную войну.



Выходим на дорогу, ведущую в Витебск. Посещаем памятник героям, освобождавшим Витебщину от немецко-фашистских захватчиков.

Посещаем музей в УО «Старосельская ГОСШ». Музей начинается прямо со школьного коридора. Здесь представлена схема боевых действий в Витебском районе. Народный историко-краеведческий

музей в Старосельской средней школе образован в 1982 году. Музей является неотъемлемой частью истории Старого Села. В настоящее время в основном фонде музея хранится более 5000 единиц. В музее представлены экспозиции: древнее городище, имение Староселье, железная дорога, средневековая крестьянская изба, великан Федор Махнов, этнография, Старосельская школа, история довоенного периода, военная экспозиция. 26 апреля 1994 года музею было присвоено почетное звание «народный».

От школы по тропинке идем до автобусной остановки на трассе. Здесь поворачиваем направо (юг) и идем по деревне. В конце деревни поворачиваем налево (азимут 150°) на полевою дорогу (идем около колхозного двора). Затем полевая дорога входит в лес. Доходим до асфальтированной дороги, ведущей к оздоровительному лагерю. Дальше идем по асфальтовой дороге (20 м), затем по лесным дорогам.

Переходим р. Зароновка по мостику. Дальше по слабой полевой дороге идем на край леса и дачного поселка (азимут 80°). Выходим на асфальтовую дорогу, по ней идем на северо-восток вдоль территории оздоровительного лагеря «Энергетик».

Доходим до д. Малые Летцы. Выходим к железнодорожной станции Летцы. На поезде едим в г. Витебск. Садимся на автобус до д. Ольгово.

Маршрут № 3: г. Витебск–ст. Грибачи–д. Жуково–д. Дубровки–д. Марченки–оз. Завесно–д. Дубокрай–оз. Сенница–д. Лехово–д. Днико–оз. Днико–д. Стайки–д. Жигари–д. Рудня–р. Ловать–д. Борки–д. Опухлики–оз. Малый Иван–д. Боброво–оз. Большой Иван–д. Заиванье–д. Сереброво–д. Иваново–г. Невель–г.п. Езерище–г. Витебск

Вид туризма: *пешеходный, 1 категория сложности*

Район проведения: *Городокский район, Витебская область*

Невельский, Великолукский районы, Псковской область, Россия.

Активная часть: *134 км*

Интересные объекты

д. Дубровки, Городокский район. Братская могила 427-ми советским воинам, погибшим в годы ВОВ.

д. Дубокрай, Невельский район. Сохранились остатки усадьбы и парка, заложенного в первой половине 19 века дедом маршала Советского Союза Рокоссовского К.К. Дендро основу насаждений составляют деревья местной флоры: клен платовидный, дуб черемчатый (160-180 лет).

р. Ловать. Река протекает по территории Городокского района Витебской области, Невельского, Великолукского и Локнянского района юго-восточной части Псковской области. Берет начало в Невельском районе из озера Ловатец или из болота Читстик, рядом с эти озером. В древней рус-

ской летописи «Повесть временных лет» говорится, что Ловать была частью торгового пути «Из варяг в греки».

д. Лехово. Парк, заложенный комсомольцами в 1961 году. В парке установлен памятник Советской Армии.

д. Опухлики. Центр волости, расположена в 25 км от г. Невеля. население 1200 человек. Имеется средняя школа, клуб, библиотека, медицинский пункт, магазины, отделение связи, санаторий «Голубые озера», ж/д станция. Санаторий «Голубые озера» находится на северном берегу озера Малый Иван, на 450 человек, открыт в 1949 году.

оз. Большой Иван. Находится в Невельском районе. Сточное. Относится к бассейну реки Ловать. Берега высокие, усеяны валунами. Большая часть дна покрыта илами, меньшая песчано-илистыми и каменистыми отложениями. В озере водится судак, лещ, язь, сом, налим, щука и др.

д. Заиванье. На северной окраине деревни находится братская могила, захоронены 315 советских воинов 100-ой отдельной бригады, 21 гвардейской стрелковой дивизии, 3-й ударной армии. На этом же месте расположен памятник пулеметчицы, Герою Советского Союза – Маншук Маметовой, которая в ночь с 14 на 15 октября 1943 года совершила свой героический подвиг. Будучи смертельно раненой, она сдержала наступление фашистов, тем самым позволив перегруппироваться 100-ой бригаде в районе озера Большой Иван и озера Каратай. Маншук Маметова была первой женщиной Средней Азии, удостоенной звания Героя Советского Союза. Похоронена Маншук в г. Невеле. В ее честь названа одна из улиц города.

д. Иваново. Центр волости. Расположена в 8 км от г. Невеля. Население 1332 человек. Бывшее имение генерала И.И. Михельсона (1735 г.). До нашего времени сохранились храм св. Иоанна Предтечи, сооруженный Михельсоном в 1805 году, старинный парк, представляющий собой смесь всевозможных деревьев и кустарников.

г. Невель. Невель как город значится в летописях в конце XV века в царствовании Иоанна Грозного на границе между Московией и Речью Посполитой. Первоначально, это был город-крепость, построенный на рубеже для защиты. Современный Невель находится в 244 км от Пскова и в 62 км от Великих Лук. Город пересекает шоссе Санкт-Петербург – Киев. Из Невеля идут дороги на Полоцк, Витебск, Усвяты, Россоны. К нему подходят железнодорожные магистрали «Великие Луки–Полоцк» и «Санкт-Петербург–Витебск». Город расположен на берегу озера Невель.

Краткое описание маршрута

На дизель-поезде «Витебск–Езерище», доезжаем до станции Грибачи и выходим на маршрут.

По проселочной дороге в восточном направлении движемся к д. Лахи. От деревни продолжаем путь в северо-восточном направлении по лесной дороге в сторону д. Жуково, далее к д. Дубровки, где посещаем братскую

могилу советским воинам, погибшим в годы ВОВ. Продолжаем путь в восточном направлении. Выходим к д. Марченки. Пройдя в восточном направлении по лесной дороге, поворачиваем на дорогу, ведущую к озеру Завесно. Озеро сильно заросшее водной растительностью, берега топкие, смешанный лес вплотную подходит к берегу. Организовываем ночлег.

Маршрут продолжаем в сторону деревни Воблые, о которой напоминает лишь полусгнивший загон для выпаса скота. Пройдя по азимуту 105° через сильно заросшее поле, выходим в смешанный лес, далее по азимуту 95° продолжаем путь в восточном направлении. Болото сухое, но густой слой мха и другой болотной растительности очень затрудняет движение. Выходим к большой вырубке леса, затем к д. Прудок. От деревни Прудок, продолжаем путь в северо-восточном направлении, через д. Дубокрай. Посещаем бывшую усадьбу Рокоссовских. Продолжаем маршрут к д. Лехово по грунтовой дороге в том же направлении.

Далее движемся в северо-восточном направлении по лесной дороге к оз. Днико. Здесь можно организовать ночлег. Западный берег озера оборудован местами для стоянок. Здесь есть беседки для отдыха, места для разжигания костра, а также ямы для мусора, туалеты. Запасы питьевой воды можно пополнить в одноименной деревне, которая находится в километре от места стоянки. Озеро со всех сторон окаймлено сосновым лесом, берега песчаные.

В западном направлении по лесной дороге идем к д. Никулино. Затем в северном направлении по грунтовой дороге движемся к д. Стайки. Продолжаем путь в сторону д. Жигари. В Жигарях посещаем братскую могилу. Далее движемся в северном направлении до д. Осокино, затем в западном до д. Рудня. Цель третьего дня похода – дойти до места слияния двух рек Еменки и Ловати. Движение продолжаем в северном направлении, затем сворачиваем направо, и подходим к реке Ловать. Организовываем ночлег. Воду для питья можно набрать в колонке. Севернее стоянки находится небольшой лес. Подходы к реке хорошие.

Выходим на грунтовую дорогу и продолжаем маршрут в северо-западном направлении. Пересекаем шоссе Невель–Великие Луки у д. Борки. Движемся по лесной дороге в западном направлении к д. Опухлики. Продолжаем маршрут в северном направлении. Обогнув по грунтовой дороге оз. Малый Иван, дойдя до деревни Спас–Белаздынь, сворачиваем влево и движемся в западном направлении по проселочной дороге. Пройдя мимо деревни Боброво, выходим к полуострову, разделявшему оз. Малый Иван от Большого Ивана. Организовываем ночлег. Подход к озеру хороший.

Маршрут продолжаем по лесной дороге, которая постепенно превращается в еле заметную тропинку к д. Семеново. От д. Семеново продолжаем движение в северном направлении. Обойдя оз. Большой Иван с северной стороны, сворачиваем влево и движемся в южном направлении в сторону д. Заиванье. В деревне, посещаем место гибели пулеметчицы, Героя

Советского Союза, Маншук Маметовой. Продолжаем путь в южном направлении. По деревянному мосту пересекаем протоку, разделяющую оз. Большой Иван и оз. Каратай, доходим до д. Стефаново, поворачиваем направо, идем в западном направлении в сторону д. Сереброво. От д. Сереброво вновь идем в южном направлении по грунтовой дороге к д. Иваново. Весь берег озера Иваново окаймляет реликвенный лес, стоянки здесь запрещены. Ночлег организовываем у оз. Верхитно, расположенного в нескольких километрах, севернее д. Иваново. Озеро небольшое, берега песчаные с небольшой растительностью.

Маршрут продолжаем по грунтовой, затем по асфальтированной дороге в южном направлении и входим в г. Невель. Знакомимся с городом, посещаем аллею героев.

На автобусе «Великие Луки–Витебск», доезжаем до ст. Езерище. Пересаживаемся в дизель-поезд «Езерище–Витебск» и заканчиваем маршрут в г. Витебске.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Активный отдых – это способ проведения свободного времени, разнообразность хобби, в процессе которого отдыхающий занимается активными видами деятельности, требующими активной физической работы организма, работы мышц, всего тела. Такой отдых помогает уйти от повседневной рутины, городских стрессов и депрессий. Особенно он рекомендуется тем, кто не желает проводить каникулы или отпуск, лежа на пляже, просматривая телевизор в кровати пятизвездочного отеля

В последнее время туристские походы являются наиболее популярными видами активного отдыха у студентов. Молодежь, пропагандируя здоровый образ жизни, принимает участие в различных спортивных соревнованиях, демонстрируя свою силу и ловкость.

Многодневные туристские походы способствуют появлению новых знакомств, развитию умения работы и общения в коллективе, его сплоченности. Такие походы дают возможность познакомиться с природой, достопримечательностями, бытом городов и деревень, а так же способствуют укреплению духа патриотизма, что очень важно для молодого и подрастающего поколения.

ЛИТЕРАТУРА

1. Васильев И.В. помощь инструктору туризма. – М.: Профиздат, 1966.
2. Вестник детско-юношеского туризма в России. – 1992. – № 2.
3. Ганопольский В.И. Уроки туризма. – Минск: НМ центр, 1998.
4. Зарх Б.Л. Организация и проведение туристско-краеведческой и экскурсионной работы в оздоровительных лагерях учащихся. – Витебск, 1990.
5. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов. – М.: ФиС, 1990.
6. Кокорев Ю.М. Туризм – школа воспитания. – Минск: Польша, 1982.
7. Красикова Т.С. В поход – с детьми. – Минск: Польша, 1989.
8. Курилова В.И. Туризм. – М.: Просвещение, 1998.
9. Леонова Л.Н., Тищенко Л.Д. Туризм – лучший отдых. – М.: Медицина, 1967.
10. Организация и проведение массовых мероприятий в летних туристско-краеведческих лагерях. – Минск: РЦДЮТ, 1999.
11. Туризм в школе. – М.: ФиС, 1983.
12. Усыскин Т.С. В классе, в парке, в лесу. – С.-Петербург, 1992.
13. Центральный совет по туризму и экскурсиям: метод. рекомендации «Воспитательная работа в туристском клубе». – М., 1986.
14. Центральный совет по туризму и экскурсиям. Составление письменного отчета о пешеходном туристском путешествии школьников. – М., 1985.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ ПРИКАЗ № 698 от 24 ноября 1999 г.

Об утверждении Инструкции по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися

В целях широкого использования туристских походов и экскурсий в деятельности учебно-воспитательных учреждений и безопасного их проведения

ПРИКАЗЫВАЮ

1. Утвердить Инструкцию по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися (прилагается).
2. Главному управлению социальной и воспитательной работы (Г.А. Бутрим) в 3-х дневный срок представить данный приказ на правовую экспертизу в установленном порядке в Министерство юстиции Республики Беларусь.
3. Контроль за выполнением данного приказа возложить на заместителя министра О.Г. Слуку.

Министр

В.И. Стражев

ИНСТРУКЦИЯ по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися

1. Общие положения

1.1. Настоящая инструкция определяет порядок проведения некатегорийных (продолжительностью до 5 дней) туристских походов и экскурсий на территории республики и за ее пределами учащимися общеобразовательных школ всех типов, профессионально-технических училищ, средних специальных и внешкольных учреждений, воспитанниками детских домов и школ-интернатов системы Министерства образования Республики Беларусь.

1.2. Категорийные (спортивные) туристские походы проводятся в соответствии с Правилами проведения категорийных туристских походов,

утвержденных постановлением коллегии Центрального совета по туризму и экскурсиям от 26 мая 1987 г. № 9–19.

1.3. Туристский поход (далее – поход) – это прохождение группы учащихся по определенному маршруту активным способом передвижения (пешеходный, лыжный, водный, велосипедный, комбинированный) с познавательными и учебными целями, а также с целью воспитания.

1.4. Туристская экскурсия (далее – экскурсия) – это посещение одного или нескольких достопримечательных мест в учебно-познавательных и воспитательных целях.

2. Обязанности учебно-воспитательных учреждений, которые проводят походы и экскурсии

2.1. Администрация учебно-воспитательного учреждения, которое проводит поход, экскурсию обязана оказать содействие руководителям групп в их организации и проведении. Администрация учебно-воспитательного учреждения, проводящего поход, экскурсию несет ответственность за их безаварийность и педагогические результаты. В то же время администрация учебно-воспитательного учреждения не несет ответственность за происшествия, которые являются следствием неправильных действий руководителя, в этом случае ответственность несет сам руководитель похода, экскурсии.

Финансирование походов и экскурсий осуществляется в соответствии с нормативными документами Министерства образования Республики Беларусь и других организаций, которые проводят эти мероприятия в соответствии с утвержденными планами.

2.2. Руководитель учреждения, проводящего поход, экскурсию, имеет право назначать руководителя похода (с его согласия) без заместителя. Он же с согласия руководителя похода, экскурсии и исходя из количественного состава группы вместо заместителя может назначать помощника руководителя из числа учащихся, имеющего опыт участия в походах, экскурсиях.

2.3. Администрация учебно-воспитательного учреждения, проводящего поход, экскурсию, обязана провести инструктаж с руководителем похода, экскурсии и его заместителем (помощником) о мерах безопасности участников (приложение 1) и сделать запись об этом в соответствующем журнале (приложение 2), подписать приказ о проведении похода, экскурсии, выдать группе маршрутный лист установленного образца (приложение 3).

3. Требования к руководителям, заместителям (помощникам) руководителей и участникам походов, экскурсий

3.1. Группы для проведения походов, экскурсий формируются из учащихся, объединенных на добровольных началах общими интересами на основе совместной учебы, занятий в кружках и секциях, трудовой деятельности, места жительства, обладающих необходимым опытом и осуществляющих подготовку запланированного похода, экскурсии.

3.2. Руководителем и заместителем руководителя туристского похода может быть лицо из числа педагогических сотрудников учреждения образования, которому администрация доверяет руководство группой учащихся, имеющих опыт многодневных походов (для походов), опыт участия в экскурсиях (для экскурсий).

3.3. Количество участников в группе должно быть не менее восьми человек. Минимальный возраст участников – шесть лет.

4. Права и обязанности руководителя и заместителя руководителя похода, экскурсии

4.1. Руководитель и заместитель руководителя туристской группы назначается администрацией учреждения, проводящего поход, экскурсию.

Если в походе, экскурсии участвуют 3 и более групп с количеством участников не менее 30 учащихся и их маршруты и графики движения в основном совпадают, то общее руководство этими группами может быть возложено на специально назначенного старшего руководителя.

4.2. Руководитель и его заместитель, а также старший руководитель несут ответственность за жизнь, здоровье детей и безопасное проведение похода, экскурсии, за выполнение плана мероприятий, содержание оздоровительной, воспитательной и познавательной работы, правил пожарной безопасности, охраны природы, памятников истории и культуры.

4.3. Руководитель обязан:

До начала похода, экскурсии:

– обеспечить комплектование группы с учетом интересов, интеллектуальной, физической и технической подготовленности учащихся;

- допускать к участию в походах, экскурсиях детей с согласия родителей;

– организовать всестороннюю подготовку участников похода, экскурсии, проверить наличие необходимых навыков и знаний, обеспечивающих безопасность, умение плавать (если планируется купание), оказывать доврачебную помощь, провести инструктаж по безопасному поведению участников;

– организовать подготовку и подбор необходимого снаряжения, и продуктов питания, выявить возможность пополнения запасов продуктов на маршруте (для походов); составить смету расходов; подготовить маршрутный лист и приказ на проведение похода, экскурсии;

– ознакомиться с условиями похода, экскурсии, определить все находящиеся на пути медучреждения и отделения связи, изучить сложные участки маршрута и наметить способы их преодоления, при необходимости получить консультацию в экспертно-туристской комиссии, у опытных туристов и краеведов;

– проверить наличие справок о состоянии здоровья (при проведении походов), подготовить аптечку с необходимым количеством медикамен-

тов, перевязочных материалов, кровоостанавливающих жгутов, дезинфицирующих растворов;

– подготовить картографический материал, разработать маршрут и график похода, экскурсии, план краеведческой, общественно-полезной работы и других мероприятий, проводимых группой на маршруте.

В походе, на экскурсии:

– строго соблюдать утвержденный маршрут;

– принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников похода, экскурсии, вплоть до изменения маршрута или прекращения похода, экскурсии в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также в случае необходимости оказания помощи пострадавшему;

– принять срочные меры по доставке травмированных или заболевших участников похода, экскурсии в ближайшее медицинское учреждение;

– организовать в случае необходимости оперативную помощь другой туристской группе, находящейся в данном районе;

– строго выполнять указания руководителю по выбору места и организации купания участников (приложение 4);

– делать отметки в маршрутном листе о прохождении маршрута.

5. Обязанности и права участников похода, экскурсии

5.1. Участник похода, экскурсии обязан:

– активно участвовать в подготовке, проведении похода, экскурсии и составлении отчета;

– строжайше соблюдать дисциплину, а также возложенные на него собранием группы поручения;

– своевременно и качественно выполнять указания руководителя и его заместителя (помощника);

– знать и неукоснительно соблюдать правила пожарной безопасности, правила безопасности на воде, обращения со взрывоопасными предметами, способы предупреждения травматизма и оказания доврачебной помощи;

– бережно относиться к природе, памятниками истории и культуры;

– своевременно информировать руководителя и его заместителя (помощника) об ухудшении состояния здоровья или травмировании.

5.2. Участник похода, экскурсии имеет право:

– пользоваться туристским снаряжением и спортивными сооружениями учреждения, проводящего путешествие;

– участвовать в выборе и разработке маршрута.

**ПОСТАНОВЛЕНИЕ МИНИСТЕРСТВА СПОРТА И ТУРИЗМА
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ
15 августа 2006 г. № 26**

**ОБ УТВЕРЖДЕНИИ
ПРАВИЛ ПРОВЕДЕНИЯ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ**

На основании Положения о Министерстве спорта и туризма Республики Беларусь, утвержденного постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 29 июля 2006 г. № 963, Министерство спорта и туризма Республики Беларусь ПОСТАНОВЛЯЕТ:

Утвердить прилагаемые Правила проведения туристских походов.

Министр

А.В. ГРИГОРОВ

**ПРАВИЛА
ПРОВЕДЕНИЯ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ**

ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Правила проведения туристских походов (далее – Правила) разработаны на основании Национальной программы развития туризма в Республике Беларусь на 2006–2010 годы, утвержденной постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 24 августа 2005 г. № 927 (Национальный реестр правовых актов Республики Беларусь, 2005 г., № 137, 5/16437), и определяют порядок организации и проведения спортивных туристских походов юридическими и физическими лицами на территории Республики Беларусь и за ее пределами.

2. Туристский поход – прохождение группой туристов заранее спланированного маршрута с познавательными, спортивными, учебными или иными целями. Маршрут туристского похода – заранее спланированный, отображенный на топографической карте путь передвижения туристской группы, включающий место (места) для ночевки, радиальные выходы, классифицированные участки и другие элементы туристского похода.

3. Туристские походы в зависимости от их целей подразделяются на: спортивный туристский поход – туристский поход, маршрут которого включает классифицированные участки, число которых и категории трудности определяются маршрутно-квалификационной комиссией; оздоровительный туристский поход – туристский поход на маршруте, не имеющем классифицированных участков; учебно-спортивный туристский поход – составная часть системы подготовки руководителей и инструкторов спортивного туризма, проводится в районе, определенном учебным планом занятий на технических маршрутах; степенной туристский поход – туристский поход с детьми, имеющий уменьшенные параметры по протяженности и продолжительности похода. Степенные туристские походы подразделяются на три сте-

пени сложности согласно таблице 1 приложения 1. Основанием для проведения степенных туристских походов является маршрутный лист.

4. Туристские походы в зависимости от способа и условий передвижения подразделяются на пешеходные, горные, лыжные, водные, велосипедные, мотоциклетные, автомобильные, конные, спелео, парусные. Туристские походы могут включать несколько видов походов.

5. Участники туристских походов обязаны соблюдать законодательство страны (места) временного пребывания, Хартию туризма.

6. Туристские походы проводятся по решению маршрутно-квалификационных комиссий, создаваемых республиканскими и местными органами управления физической культуры, спорта и туризма.

7. Для участия в туристском походе из числа физических лиц, объединенных общими интересами и обладающих необходимыми навыками, опытом и уровнем подготовки для прохождения запланированного маршрута, на добровольной основе формируются группы, возглавляемые руководителем.

8. Организацию и проведение туристского похода, оформление соответствующей документации, в том числе и отчетной, осуществляет руководитель туристского похода. Руководитель туристского похода избирается из числа членов туристской группы, уполномоченных маршрутно-квалификационной комиссией на осуществление функций руководителя туристского похода.

9. Участники и руководители туристских походов, а также состав туристских групп должен соответствовать требованиям согласно приложению 2.

ОСНОВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ К ПОРЯДКУ СОЗДАНИЯ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МАРШРУТНО-КВАЛИФИКАЦИОННЫХ КОМИССИЙ

10. Маршрутно-квалификационные комиссии являются общественными органами и создаются с целью координации деятельности по организации и проведению туристских походов. В состав маршрутно-квалификационных комиссий могут включаться представители общественных туристских объединений, организаций, осуществляющих туристическую деятельность, и иные лица.

11. Республиканская маршрутно-квалификационная комиссия создается при Министерстве спорта и туризма Республики Беларусь и осуществляет общее руководство маршрутно-квалификационными комиссиями, создаваемыми при местных органах управления физической культуры, спорта и туризма.

12. Маршрутно-квалификационные комиссии областей и г. Минска создаются при управлениях физической культуры, спорта и туризма областных, Минского городского исполнительных комитетов после согласования их полномочий и состава с республиканской маршрутно-

квалификационной комиссией. Городские и районные маршрутно-квалификационные комиссии создаются при отделах физической культуры, спорта и туризма городских и районных исполнительных комитетов после согласования их состава, полномочий и решения вопроса о целесообразности их создания в вышестоящей маршрутно-квалификационной комиссии по территориальному признаку.

13. Маршрутно-квалификационные комиссии: проводят консультации по выбору маршрута спортивного туристского похода и иным вопросам, связанным с их организацией и проведением; принимают решения о выпуске туристских групп на маршрут спортивного туристского похода; выдают заключения о соответствии заявленного маршрута опыту туристской группы и категории сложности маршрута туристского похода, а также о готовности туристских групп к выходу на маршрут туристского похода; рассматривают и регистрируют соответствующую документацию о проведении туристского похода, в том числе отчетную; обеспечивают организацию и проведение туристских спортивных походов, экспедиций и других мероприятий по спортивному туризму; рассматривают материалы на присвоение участникам спортивных туристских походов разрядов и званий по спортивному туризму; осуществляют проведение профилактической работы по предупреждению несчастных случаев на маршрутах туристских походов; определяют категорию сложности маршрутов спортивных туристских походов и категорию сложности препятствий; вносят предложения о присвоении спортивных званий и разрядов в области спортивного туризма; осуществляют контроль за соблюдением настоящих Правил участниками туристских походов; организуют сбор и обработку информации о маршрутах спортивных туристских походов; анализируют причины и условия несчастных случаев и разрабатывают рекомендации по обеспечению безопасности при проведении спортивных туристских походов.

ОБЯЗАННОСТИ И ПРАВА УЧАСТНИКОВ ТУРИСТСКОГО ПОХОДА

14. Руководитель туристского похода обязан:

обеспечить подбор участников туристской группы с учетом их физической подготовленности, умения и навыков, технической оснащенности, а также психологической совместимости членов туристской группы; организовать медицинский осмотр участников туристской группы; изучить район, сложные участки предполагаемого маршрута туристского похода и способы их преодоления, подготовить необходимый картографический материал; провести при необходимости тренировки туристской группы; организовать подготовку и подбор снаряжения, продуктов питания, обеспечить комплектование медицинской аптечки, ремонтного набора, составить смету на проведение туристского похода; оформить необходимые документы (маршрутную книжку, маршрутный лист, сообщение в поисково-

спасательные службы районов похода); письменно согласовать с маршрутно-квалификационной комиссией и поисково-спасательной службой района, в котором планируется проведение спортивного туристского похода, дату его начала и завершения; соблюдать маршрут туристского похода и выполнять указания и рекомендации маршрутно-квалификационной комиссии; принимать необходимые меры по обеспечению безопасности участников туристского похода, вплоть до изменения маршрута туристского похода или его прекращения в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также в случае необходимости оказания помощи пострадавшему, другой туристской группе или местному населению. При этом усложнение маршрута туристского похода допускается лишь в исключительных случаях и не дает основания для повышения зачетной категории сложности туристского похода; сообщить в ближайшую поисково-спасательную службу, органы внутренних дел, а также в маршрутно-квалификационную комиссию о факте несчастного случая; подготовить отчет о проведенном туристском походе и представить его в маршрутно-квалификационную комиссию.

15. Руководитель туристского похода имеет право:

исключить после обсуждения на собрании туристской группы из числа участников туристского похода туриста, не подготовленного к прохождению маршрута спортивного туристского похода; передать в случае необходимости руководство туристским походом другому участнику туристского похода соответствующей квалификации.

16. Участник туристского похода обязан:

своевременно выполнять указания руководителя туристского похода; в период подготовки к туристскому походу пройти медицинский осмотр, представить руководителю туристской группы оформленный в установленном порядке страховой полис; своевременно информировать руководителя туристского похода в случае ухудшения состояния здоровья; ознакомиться с особенностями (опасностью туристского похода) и удостоверить полученную информацию своей подписью; участвовать в подготовке туристского похода, тренировках и подготовке отчета о совершенном туристском походе.

17. Участник туристского похода имеет право:

избирать руководителя туристского похода; участвовать в выборе и разработке маршрута туристского похода.

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ СПОРТИВНЫХ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ

18. Для проведения спортивного туристского похода руководитель спортивного туристского похода за 10 дней до начала похода представляет в маршрутно-квалификационную комиссию маршрутную книжку в двух экземплярах; заключение, подтверждающее наличие опыта участия в спортивных туристских походах у руководителя и участников спортивных ту-

ристских походов; картографический и другие материалы о маршруте спортивного туристского похода, а также другие необходимые документы.

19. Основанием для проведения спортивного туристского похода являются маршрутная книжка и заключение маршрутно-квалификационной комиссии о соответствии заявленного маршрута опыту туристской группы и категории сложности маршрута туристского похода, а также о готовности туристских групп к выходу на маршрут туристского похода.

20. Маршруты спортивных туристских походов могут включать восхождение на вершины и траверсы хребтов, при этом их категория сложности должна соответствовать туристскому и альпинистскому опыту членов туристской группы.

21. Протяженность и продолжительность спортивных туристских походов должны соответствовать параметрам согласно таблице 2 приложения 1.

22. В зависимости от уровня технической сложности, количества и категории сложности классифицированных участков (участков маршрута туристского похода, имеющих естественные препятствия, преодоление которых требует специальных знаний и умений в технике ориентирования, передвижения, организации страховки и т.д.), а также протяженности и продолжительности маршрутов спортивные туристские походы подразделяются в порядке возрастающей сложности на походы I, II, III, IV, V и VI категории сложности. Категория сложности классифицированных участков устанавливается маршрутно-квалификационной комиссией.

23. В спортивных туристских походах до V категории сложности включительно одну треть членов туристской группы могут составлять туристы с опытом участия в спортивных туристских походах на две категории сложности ниже.

24. Участники и руководители спортивных туристских походов, маршрут которых включает участки разных видов туристских походов, должны иметь опыт прохождения таких участков согласно требованиям приложения 2.

25. Участники и руководители спортивных туристских походов, проводящихся в межсезонье (время с неблагоприятными для данного вида туризма погодными условиями), должны иметь соответствующий опыт участия (руководства) в спортивных туристских походах, совершенных в межсезонье, или в спортивных туристских походах такой же категории сложности, совершенных в обычных погодных условиях.

26. Допуск к участию в спортивных туристских походах несовершеннолетних детей без их родителей осуществляется при наличии письменного разрешения родителей или их законных представителей.

Приложение 1
к Правилам проведения
туристских походов

Таблица 1

**ПАРАМЕТРЫ ПРОТЯЖЕННОСТИ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ
СТЕПЕННЫХ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ**

Степень сложности	Виды туристских походов	Протяженность в километрах (количество дней) туристских походов		
		2 дня	3 дня	4 дня
III	Пешеходный, лыжный	16	24	32
	Пешеходный в горах	12	18	24
	Водный	14	21	28
	Велосипедный	30	45	60
		4 дня	5 дней	6 дней
II	Пешеходный, лыжный	40	50	60
	Пешеходный в горах	28	35	42
	Водный	32	40	48
	Велосипедный	72	90	108
		6 дней	7 дней	8 дней
I	Пешеходный, лыжный	72	84	96
	Пешеходный в горах	48	56	64
	Водный	60	70	80
	Велосипедный	120	140	160

Таблица 2

**ПАРАМЕТРЫ ПРОТЯЖЕННОСТИ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТИ
СПОРТИВНЫХ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ**

Виды туристских походов и их характеристика	Категория сложности туристских походов					
	I	II	III	IV	V	VI
Продолжительность в днях (не менее)	6	8	10	13	16	20
Протяженность маршрута в километрах (не менее):						
Пешеходный	130	160	190	220	250	300
Лыжный	130	150	180	200	240	300
Горный	100	120	140	150	160	160
Водный	150	160	170	180	190	190
Велосипедный	300	400	500	600	700	800
Автомобильный	1500	2000	2500	3000	3500	
Мотоциклетный	1000	1500	2000	2500	3000	
Парусный	150	200	300	400	500	
Конный	150	200	300			
Количество пещер для спелеотуризма	5	4-5	1-2	1-2	1-2	1

Приложение 2
к Правилам проведения
туристских походов

ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ И РУКОВОДИТЕЛЯМ ТУРИСТСКИХ ПОХОДОВ И СОСТАВУ ТУРИСТСКИХ ГРУПП

Сложность похода	Опыт участия и руководства туристским походом			Минимальный возраст (лет)		Минимальный состав группы (в скобках для велопоходов)	Минимальное количество средств передвижения		
	Участник	Руководитель		Участник	Руководитель		Водный туризм	Автомобильный	Мотоциклетный
		Участие	Руководство						
Категория:									
I	-	I<*>	-	13	18	4(2)	1	1	1
II	I	II	I	14	18	4(2)	2	2	2
III	II	III	II	15	18	4(2)	2	2	3
IV	III	V	III	16	19	4(4)	2	2	3
V	IV	V	IV	17	19	6(4) <***>	2	2	3
VI	V	VI	V	18	20	6(6) <***>	2	-	-
Степень:									
I	-	Участие в степенном туристском походе в качестве заместителя руководителя, руководство 2 - 3-дневным туристским походом		11	18	6-15	2	-	-
II	-			10	18	6-15	2	-	-
III	-			9	18	6-15	2	-	-

<*> К руководству спортивными туристскими походами I категории сложности допускаются туристы, не имеющие опыта участия в них, но обладающие достаточными туристскими навыками, полученными в степенных туристских походах.

<***> В спортивных туристских походах V, VI категории сложности допускается на усмотрение маршрутно-квалификационной комиссии сокращение численности до 4 человек (не менее 2 судов), если все участники и руководитель имеют опыт участия и руководства в одном спортивном туристском походе V (VI) категории сложности. При сокращении численного состава группы до 5 человек не более одного участника может иметь опыт участия в спортивном туристском походе на одну категорию сложности ниже заявленного маршрута спортивного туристского похода.

РЕКОМЕНДАЦИИ

по проведению инструктажа по технике безопасности

1. Ознакомить с инструкцией по организации и проведению туристских походов с учащимися руководителя, заместителя (помощника) руководителя.

Инструктаж проводится индивидуально с руководителем и его заместителем (помощником) перед началом похода.

2. В журнале инструктажа записывается дата и номер приказа о проведении похода, количество участников.

3. Обратить внимание инструктируемого на порядок проведения похода, экскурсии, исходя из особенностей вида туризма, маршрута, местных условий.

4. Руководитель, заместитель (помощник) руководителя расписывается за каждое конкретное мероприятие и только за себя.

5. Журнал должен храниться у администрации учреждения, которая проводит мероприятие.

ЖУРНАЛ

проведения инструктажа по технике безопасности

№ п/п	Дата	№ приказа о походе	Фамилия, инициалы, должность инструктируемого	Краткое содержание инструктажа	Фамилия, инициалы инструктирующего	Подпись инструктирующего	Замечание
-------	------	--------------------	---	--------------------------------	------------------------------------	--------------------------	-----------

УКАЗАНИЯ

по организации купания участников туристского похода

Для купания детей выбирается место с песчаным или галечным дном, очищенным от коряг, острых камней, водорослей. Обследование места купания проводится руководителями групп. Купание проводится под непрерывным контролем взрослых, при соблюдении всех мер предосторожности.

Организация купания предусматривает:

- температура воды для купания 18–20 градусов Цельсия;
- продолжительность купания 15–20 минут;
- глубина в месте купания при скорости воды не выше 0,5 м/сек не должна быть выше 1,3 м;
- при промере глубины нужно несколько раз пройти выделенный участок по всем направлениям;
- каждое купание проводится с разрешения руководителя и только в его присутствии;

- для соблюдения и своевременного оказания помощи один из руководителей должен находиться на берегу;
- если в группе имеются пловцы-разрядники, следует привлечь их к дежурству, но нельзя им перепоручать руководство купанием;
- одновременно может купаться не более 8 человек;
- во время купания не допускать криков, объяснив детям, что крик есть сигнал о помощи.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- купание в сумерки и ночное время;
- купание после приема пищи в течение 1 часа.

Приложение
К Инструкции об организации участия обучающихся учреждений образования в туристских походах и экскурсиях

СХЕМА МАРШРУТА ПОХОДА, ЭКСКУРСИИ

Всего с активным способом передвижения _____ км общественно полезная работа, посещение экскурсионных объектов

(название учреждения образования)

МАРШРУТНЫЙ ЛИСТ № _____
похода, экскурсии

Выдан группе туристов _____
в составе _____ человек
совершающей с «_____» _____
года по «_____» _____ года

(вид туризма, пеший, водный, вело и так далее)

туристский поход, экскурсия по маршруту:

(основные пункты)

Руководитель похода, _____
Экскурсии

Подпись ответственного лица организации, проводящей поход, экскурсию

Место печати

Руководитель похода, _____
экскурсии (подпись)
«_____» _____ года

Участники похода, экскурсии

План похода, экскурсии

*Параметры протяженности и продолжительности
спортивных туристских походов*

Виды туристских походов и их характеристика	Категория сложности туристских походов					
	I	II	III	IV	V	VI
Продолжительность в днях (не менее)	6	8	10	13	16	20
Протяженность маршрута в километрах (не менее):						
Пешеходный	130	160	190	220	250	300
Лыжный	130	150	180	200	240	300
Горный	100	120	140	150	160	160
Водный	150	160	170	180	190	190
Велосипедный	300	400	500	600	700	800
Автомобильный	1500	2000	2500	3000	3500	
Мотоциклетный	1000	1500	2000	2500	3000	
Парусный	150	200	300	400	500	
Конный	150	200	300			
Количество пещер для спелеотуризма	5	4-5	1-2	1-2	1-2	1