



дополнительное
образование

Министерство образования и науки
Челябинской области
Государственное бюджетное учреждение
дополнительного образования
«Областной Центр дополнительного
образования детей»
(ГБУДО ОЦДОД)
Котина ул., д. 68, Челябинск, 454081
Тел. 8 (351) 225-01-08, 8 (351) 232-16-56
E-mail: ocdod@mail.ru
Сайт: www.ocdod74.ru
ОКПО 45639188, ОГРН 1027403775398
ИНН\КПП 7452024031\745201001

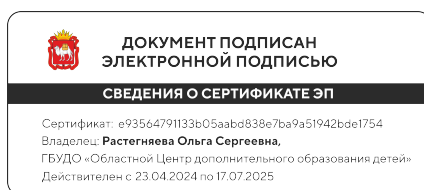
Руководителям
органов местного самоуправления
муниципальных образований
Челябинской области, осуществляющих
управление в сфере образования

19 марта 2025 г. № 287
на № _____ от _____

В соответствии с решением Регионального координационно - методического совета по развитию детского туризма в Челябинской области от 22.10.2024 г., ГБУДО «Областной Центр дополнительного образования детей» разработаны методические рекомендации «Организация и проведение краткосрочных пешеходных походов с обучающимися Челябинской области» (приложение).

Методические рекомендации разработаны в целях достижения ожидаемых результатов Плана основных мероприятий, проводимых в рамках Десятилетия детства на период до 2027 года, утвержденного распоряжением Правительства Российской Федерации от 23.01.2021 г. №122-р в части выполнения минимальных показателей охвата детей походно-экспедиционными формами работы с учетом нормативных и методических документов по состоянию на октябрь 2024 года.

Директор



О.С. Растегниева

ПРИЛОЖЕНИЕ
к письму ГБУДО «Областной Центр
дополнительного образования детей»
19 марта 2025 г. № 287

**Организация и проведение
краткосрочных пешеходных походов
с обучающимися Челябинской области**
(Методические рекомендации)

Челябинск, 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
1. Общие положения	3
2. Цели и задачи походов с обучающимися	5
3. Алгоритм организации и проведения похода	5
3.1 Определение цели и задач похода	5
3.2 Определение даты, продолжительности и ответственных лиц за проведение похода	6
3.3 Комплектование группы	6
3.4 Распределение обязанностей (походных должностей). Краткая характеристика должностей	6
3.5 Разработка маршрута	9
3.6 Режим движения и привалы	11
3.7 Снаряжение	12
3.8 Питание	12
3.9 Составление сметы похода. Определение источников финансирования	12
3.10 Подготовка документации	13
3.11 Регистрация группы	13
3.12 Проведение инструктажа с руководителями и участниками похода	14
4. Требования к руководителю, заместителю руководителя (помощнику) и участникам похода	14
5. Обязанности руководителя и заместителя руководителя похода	14
6. Обязанности и права участников похода	15
7. Опасные факторы и меры безопасности	16
8. Нормативно-правовые документы	23
9. Приложения	
Приложение 1. Приказ о проведении похода	25
Приложение 2. Рекомендуемый перечень туристского снаряжения общеобразовательной организации	26
Приложение 3. Примерный перечень продуктов питания, рекомендуемых при составлении суточного рациона юного туриста в походах и путешествиях	27
Приложение 4. Журнал регистрации маршрутных листов	28
Приложение 5. Журналы инструктажа руководителей и обучающихся по технике безопасности при групповых выездах	28

ВВЕДЕНИЕ

Методические рекомендации разработаны государственным бюджетным учреждением дополнительного образования «Областной Центр дополнительного образования детей» в целях формирования единых подходов при организации и проведении краткосрочных пешеходных походов с обучающимися и утверждены Региональным координационно - методическим советом по развитию детского туризма в Челябинской области 22.10.2024 г.

Предназначены для педагогических работников образовательных организаций, организаций отдыха и оздоровления обучающихся с целью формирования и повышения их компетентности в вопросах организации и проведения краткосрочных пешеходных походов с обучающимися, а также специалистов органов исполнительной власти муниципальных образований Челябинской области, осуществляющих государственное управление в сфере образования.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Методические рекомендации по организации и проведению краткосрочных пешеходных походов с обучающимися (далее – Рекомендации) являются основанием для определения цели, задач, порядка организации и проведения краткосрочных пешеходных походов образовательными организациями, расположенными на территории Челябинской области.

Краткосрочные пешеходные походы могут включаться в дополнительные общеобразовательные (общеразвивающие) программы, планы воспитательной работы, планы мероприятий, программы смен лагерей образовательных организаций, организаций отдыха и оздоровления детей и иных организаций.

Методические рекомендации разработаны с учетом следующих нормативных документов и методических рекомендаций по состоянию на октябрь 2024 года:

- приказ Минпросвещения России и Минэкономразвития России от 19.12.2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий»;

- приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 04.05.2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. Приказа Минздрава РФ от 07.11.2012 г. №586н);

- приказ МЧС России от 29.03.2023 № 270 «Об утверждении Порядка информирования территориальных органов МЧС России о маршрутах передвижения, проходящих по труднодоступной местности, водным, горным, спелеологическим и другим объектам, связанных с повышенным риском для жизни, причинением вреда здоровью туристов (экскурсантов) и их имуществу, и Порядка хранения,

использования и снятия с учета территориальными органами МЧС России информации о маршрутах передвижения, проходящих по труднодоступной местности, водным, горным, спелеологическим и другим объектам, связанных с повышенным риском для жизни, причинением вреда здоровью туристов (экскурсантов) и их имуществу».

- инструкция по организации и проведению в природной среде мероприятий с обучающимися Российской Федерации, реализуемые в форме походов в рамках проведения школьного, муниципального, регионального и федерального этапа Всероссийских мероприятий, связанных с походно-экспедиционной деятельностью (утверждена приказом ФГБОУ ДО «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения» от 16.02.2021 № 52);

- методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися (письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 ноября 2015 года N 09-3173);

- предписание главного санитарного врача по Челябинской области «О дополнительных мерах по профилактике клещевых инфекций в Челябинской области».

Основные понятия, используемые в настоящих Рекомендациях:

Краткосрочный пешеходный поход (далее – поход) – прохождение пешком организованной группы детей в природной среде определенного участка местности с образовательными, воспитательными, культурно-познавательными, исследовательскими, рекреационными, спортивными и иными целями продолжительностью от одного (более 4-х часов) до трех дней и общей протяженностью от семи до тридцати километров.

Поход продолжительностью менее 4 часов и протяженностью менее 7 км является **туристской прогулкой**.

Организатор краткосрочного пешеходного похода – образовательные организации, организации отдыха и оздоровления детей и иные организации (далее - организации), проводящие краткосрочные пешеходные походы.

Рекомендуется привлечение к организации походов профильных образовательных организаций дополнительного образования детей - центров и станций детско-юношеского туризма и краеведения, а также многопрофильных учреждений, в которых имеются структурные подразделения, связанные с походно-экспедиционной деятельностью.

Туристская группа (далее группа) – это коллектив людей, объединившихся для совершения похода на добровольных началах, и обладающий структурой, основанной на постоянном или временном распределении обязанностей.

Руководитель похода или руководитель группы (далее - руководитель) — совершеннолетний работник организации, являющейся организатором похода, на которого возложены обязанности и ответственность по разработке маршрута похода, подготовке участников к походу, подготовке снаряжения, продуктов питания, медицинской аптечки и пр. Непосредственно в походе отвечает за жизнь и здоровье участников, их моральное состояние, обеспечивает выполнение цели и задач похода. Принимает решения по действиям туристской группы в походе, несет за них ответственность.

Руководитель должен иметь опыт участия в походе, сложность которого аналогична планируемому к прохождению с обучающимися. Рекомендуется

подготовка руководителя по программам «Организатор (инструктор) детско-юношеского туризма».

Участник похода или участник группы (далее - участник) — несовершеннолетний обучающийся, допущенный по состоянию здоровья к участию в походе. Принимает участие в подготовке похода и выполняет некоторые обязанности на маршруте похода, определяемые его походной должностью.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КРАТКОСРОЧНЫХ ПОХОДОВ С ОБУЧАЮЩИМИСЯ

Любой туристский поход с обучающимися должен иметь развивающую ребенка цель. Цели могут быть образовательными, воспитательными, культурно-познавательными, исследовательскими, рекреационными, спортивными и другие.

Цель похода должна быть одна, и она обязательно должна быть сформулирована и доведена до каждого потенциального участника похода. А вот задач может быть несколько, но решение каждой из них направлено на достижение цели похода.

Итак, азбучные истины, касающиеся целей похода, сводятся к следующему:

1. Во всяком походе должна быть намечена цель, которую надо словесно сформулировать и довести до сведения всех участников похода.

2. Для похода нельзя намечать много различных целей. Лучший вариант – это одна цель. Если целей намечено больше одной, среди них должна быть совершенно четко определена главная.

3. Организация похода зависит от целей похода, при этом в первую очередь учитывается главная цель.

4. В походах новичков, как правило, не должно быть специальных заданий. Цель такого похода заключается в успешном прохождении маршрута и овладении элементарными туристскими навыками.

«Как правило, перед походами новичков не следует ставить никаких специальных целей, кроме того, как успешно пройти данный маршрут и чему-то научиться. Слишком многим должен еще овладеть новичок, слишком, занято его внимание выполнением элементарных с точки зрения опытного туриста вещей. Передвижение по маршруту, ориентирование, разбивка бивака, разведение костра, приготовление пищи – все это представляет самостоятельные задачи для новичка, и овладение каждым из этих умений может быть для него целью похода. Только после того, как юный турист овладел всеми этими навыками, он может применить свои знания и навыки для достижения каких-то других целей» (Бардин К.В. Азбука туризма).

Главной же целью руководителя должна быть такая — организовать и провести поход так, чтобы каждый участник похода вернулся из него с новыми для себя знаниями, умениями и ожиданием следующего похода.

3. АЛГОРИТМ ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЯ ПОХОДА

Рекомендуется проведение походов включать в план работы образовательной (к началу учебного года) или оздоровительной организации (к началу летней оздоровительной компании). Это значит, что на подготовку к походу имеется в распоряжении достаточное количество времени, в т.ч. на подготовку будущих руководителей походов.

3.1. Определение цели и задач похода.

Цели и задачи определяются на основании, например, образовательной

программы организации, образовательной программы объединения в общеобразовательном учреждении или учреждении дополнительного образования детей, плана воспитательной работы класса в общеобразовательном учреждении и т.п. Вместе с тем, при проектировании цели и задач необходимо ориентироваться на возможности достижения результата в краткосрочном походе, например, развитие физических способностей или экологического мышления обучающихся и т.д.

3.2. Определение даты, продолжительности и ответственных лиц за проведение похода.

Дата похода также определяется вышеперечисленными планами организаций и объединений, в которых обозначены ориентировочные сроки.

Продолжительность и протяженность похода зависит от возраста участников похода, их подготовленности, а также определенных цели и задач похода.

Руководителем похода, как правило, назначается руководитель объединения обучающихся - классный руководитель, педагог дополнительного образования, воспитатель или вожатый отряда.

Оформляется все это приказом руководителя организации (приложение 1).

3.3. Комплектование группы.

В качестве основы для комплектования походной группы лучше выбрать: школьный класс, объединение дополнительного образования, отряд в организации отдыха и оздоровления детей, которые, чаще всего, являются детьми примерно одного возраста и физического развития, и уже знакомые друг с другом.

По количественному составу походные группы могут различаться, но в группу краткосрочного похода целесообразно включать менее 8 обучающихся. Максимальное количество обучающихся определяется администрацией организации, проводящей поход с учетом мнения руководителя похода. Предпочтительна группа 8-15 человек.

К участию в походе допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и по его результатам допущенные к участию в походах. Медосмотр может быть пройден в общеобразовательной организации в начале учебного года (ежегодный медосмотр), физкультурно-спортивном диспансере, поликлинике по месту жительства. Несовершеннолетние участники похода должны принести заявление от родителей (законных представителей) о согласии на участие их ребенка в походе.

Все участники туристских походов должны иметь прививки в соответствии с Предписаниями главного санитарного врача по Челябинской области, опубликованных на момент выхода туристской группы.

Группу обучающихся сопровождают взрослые из расчета 1 взрослый на 8-12 обучающихся, но, в любом случае, не менее 2 человек — руководитель и заместитель руководителя. Приветствуется участие в походе класса или объединения дополнительного образования родителей обучающихся в качестве сопровождающих.

3.4. Распределение обязанностей (походных должностей). Краткая характеристика должностей.

Каждый участник похода должен быть наделен какой-либо походной должностью, которую он начинает исполнять еще в допоходный период (период подготовки), продолжает выполнять во время похода и завершается написанием краткого отчета по своей должности после окончания похода, на основании этих отчетов руководитель похода составляет отчет о походе. Могут быть следующие должности.

Командир группы (варианты староста, капитан).

Наиболее опытный и взрослый участник из числа обучающихся. Если группа

одного возраста, то командиром назначается наиболее авторитетный участник. Руководителю похода следует поручить часть своих дел командиру в зависимости от его квалификации и способностей. Иногда, для поддержания его авторитета, «принародно» советоваться с ним по каким-либо вопросам. Командир — проводник решений руководителя.

Штурман.

Его задача разработать «нитку» маршрута (проложить маршрут на карте) исходя из цели и задач похода и обозначенных обязательных точек посещения. Нитка маршрута согласовывается с руководителем и после ее утверждения определяется график движения, места обеденных и ночных привалов. Когда маршрут полностью согласован, производится подготовка картографического материала. В походе штурман ведет по намеченному маршруту, постоянно следит за текущим местонахождением группы. При необходимости корректирует карту.

Завхоз или завснар — заведующий хозяйством, снаряжением.

Его задачи:

- перед походом подготовить общественное или групповое снаряжение с учетом количества участников, а также условий похода — без ночлега, с ночлегом в палатках или в домиках (стационарных палатках) приютов, приготовлением пищи на костре или горелках;
- распределить снаряжение по участникам для транспортировки его на маршруте;
- следить за состоянием снаряжения на маршруте;
- после окончания похода подготовить снаряжение к хранению (при необходимости высушить, обеспечить ремонт).

Начпрод или начпит - начальник продуктов, начальник питания.

Получив данные о количестве приемов пищи от руководителя или командира группы, составляет меню и согласовывает его со всеми участниками похода. Далее составляет список продуктов и их количество. Осуществляет закуп продуктов, их фасовку и равномерное распределение по участникам для транспортировки. При необходимости перераспределяет продукты на маршруте. Ведет учет продуктов.

Реммастер — мастер-ремонтник.

Его задачи:

- совместно с завхозом проверить снаряжение перед походом, при необходимости произвести ремонт;
- исходя из снаряжения, предусмотреть возможные неисправности и собрать ремонтный набор, состоящий из материалов и инструментов;
- производить ремонт снаряжения (в т.ч. личного) на маршруте;
- после окончания похода проверить снаряжение и, при необходимости, произвести ремонт.

Казначей или финансист.

Перед походом составляет смету похода. Ведет учет расходов финансов, составляет ведомости, собирает и хранит билеты, чеки, квитанции, входные билеты в национальные или природные парки и т.д. По окончании похода составляет финансовый отчет.

Санитар.

Перед походом составляет список медаптечки, приобретает медикаменты, упаковывает их. Как правило, санитар транспортирует аптечку на маршруте. При необходимости и с разрешения руководителя оказывает необходимую помощь участникам. Проводит профилактические гигиенические мероприятия в походе. Ведет учет медикаментов (журнал выдачи медикаментов).

Хронометрист.

Участник, осуществляющий контроль за режимом движения. Ведет ежедневные записи, указывая время выхода и время привала, временной размер ходки (время движения от одного привала до другого, как правило, её продолжительность – 30-40 минут). Также записывает время преодоления какого-либо препятствия или выхода на ориентир (вышли к реке, преодолели брод, вышли на просеку). Указывает время изменения характера дороги или тропы (тропа стала сырой, начался подъем). По окончании ходового дня «расшифровывает» записи, сделанные на ходу, подсчитывает чистое ходовое время.

Ответственный за техническое описание.

Работает в паре с хронометристом, дополняя указаниями направлений движения, направлений на объекты, характеристиками естественных препятствий, высот над уровнем моря и т. д. Описывает места обеденных привалов и ночлегов (наличие и характеристика воды, наличие дров, растительность). Работа по этой должности нужна для заполнения раздела «Техническое описание», который является наиболее важным и полезным (для других туристских групп) в отчете о походе.

Фотограф.

По заранее согласованному плану с руководителем похода осуществляет съемку группы в полном составе в начальной и конечной точке маршрута, обозначенных в маршрутных документах промежуточных точках. Также ведется съемка действий группы при преодолении препятствий, мест сложных для ориентирования, биваков. Фотографии иллюстрируют техническое описание маршрута.

Летописец.

Ведет записи о жизнедеятельности группы в походе, описывает: физическое и эмоциональное состояние участников, диалоги, действия, описывает природу, мысли, желания и т.п. Также в написании летописи могут принимать участие члены группы по их желанию. Такие записи могут быть полезны при выпуске стенгазет, подготовке туристских праздников.

Метеоролог. Перед походом узнает особенности климата района проведения похода и прогноз погоды на дни проведения похода. Доводит до сведения участников для подготовки личных вещей. В походе ведет метеонаблюдения и пытается прогнозировать погоду.

Краевед. В допоходный период собирает сведения о районе путешествия — история, топонимика, экономика, интересные объекты, музеи... На привалах доводит эти сведения до участников похода. Если на маршруте встречается какой-то неизвестный объект, то после похода пытается найти сведения о нем и делится ими с другими участниками.

Ответственный за исследование. В любом походе с обучающимися должна быть краеведческая составляющая, связанная с непосредственной работой на маршруте: сбор растений для гербария, изучение малой реки, сбор геологических образцов, описание объекта и т.д. Тема исследования выбирается таким образом, чтобы она могла быть достигнута на маршруте. Тема исследовательской работы может быть выбрана самостоятельно, но лучше, если группа получит задание от какой-либо организации (лесничества, музея, комитета по экологии, исследовательского института и т.д.), а после успешного его выполнения получит отзыв от этой организации о качестве проделанной работы. До похода нужно ознакомиться с методикой выполнения исследований, подготовить необходимое оборудование и материалы. Во время похода предусмотреть время для проведения исследований. После похода собранные материалы обрабатываются, и оформляется соответствующим образом. Основные выводы материалы исследования включаются

в отчет.

Отчет о походе, краеведческое задание, стенгазета могут быть размещены в школьном музее или показаны на туристском празднике в образовательном учреждении или на мероприятии муниципального уровня, на туристском празднике в организации отдыха и оздоровления детей по итогам смены.

3.5. Разработка маршрута.

Разработка маршрута является одной из самых сложных задач для руководителя, особенно начинающего. Любая ошибка при разработке маршрута может повлиять на успешность мероприятия и даже привести к неблагоприятным последствиям.

В краткосрочных походах принимают участие как «новичковые» группы, участники которых только начинают заниматься туристско-краеведческой деятельностью, так и более опытные юные туристы. И, если для новичков такой поход является итоговым мероприятием, в котором обучающиеся практикой закрепляют полученные в течение учебного года знания, то для имеющих опыт юных туристов краткосрочные походы являются подготовкой к многодневным походам. В них отрабатываются навыки преодоления естественных препятствий, которые встретятся в многодневном походе (переправы, движение по осыпям и т.д.), а также навыки ориентирования на местности (движение по карте и компасу, движение по азимуту, движение с помощью приборов спутникового позиционирования). Для опытных туристов краткосрочные походы могут проводиться и в период межсезонья, когда отрабатываются навыки проживания при пониженных температурах и передвижения по первому снегу осенью или фирновым снежникам в весенний период.

Первые походы рекомендуется проводить в окрестностях своего населенного пункта, а в крупных городах, при наличии крупных парков или прилегающих лесов, и в пределах города. Например, Челябинский городской бор, расположенный внутри города, имеет протяженность с севера на юг 5,5 км, а Каштакский бор, примыкающий к Челябинску с севера - более 10 км.

При разработке маршрута следует учитывать:

- возраст участников;
- состояние здоровья и физическую подготовленность;
- специальную туристскую подготовленность (умение обращаться со специальным туристским снаряжением);
- имеющийся туристский опыт участников и руководителя;
- имеющиеся в районе похода краеведческие объекты,
- психологические особенности участников;
- развитость дорожно-тропиночной сети;
- наличие локальных (переправы через реки, подъемы на вершины и перевалы) и протяженных (буреломы, траверсы, осыпи, густые заросли высокой травы или низкорослых кустарников или деревьев, заболоченность) препятствий.

По *продолжительности* краткосрочные походы могут быть однодневными, двух- и трехдневными. Ночлеги в двух-трехдневных походах могут быть как в помещении (школа в соседней деревне, домики или стационарные палатки на туристских приютах), так и в полевых условиях, т. е. в палатках.

Продолжительность похода взаимосвязана с *протяженностью*. Общая протяженность краткосрочных походов составляет менее тридцати километров. Минимальная протяженность краткосрочных пешеходных походов составляет пять километров в случае сдачи норм ГТО (с проверкой туристских навыков) и не менее

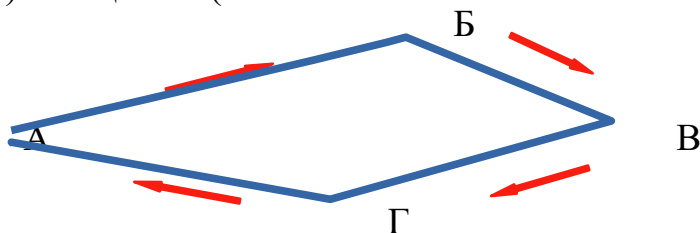
семи километров в походах с образовательными, оздоровительными и иными целями. При расчете пройденных километров учитываются весь маршрут, даже если группа продвигалась туда и обратно по одной и той же дороге (в отличие от степенных и категорийных маршрутов, где в таких случаях считается расстояние только в одну сторону).

По способу построения маршрут может быть:

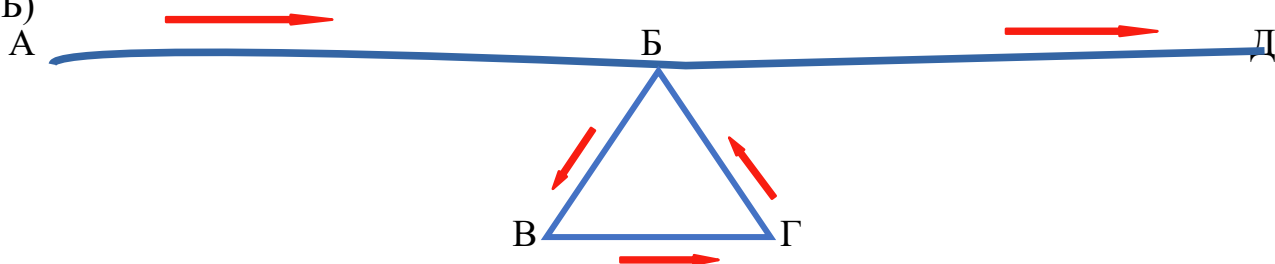
1) линейным (из точки А в точку Б)



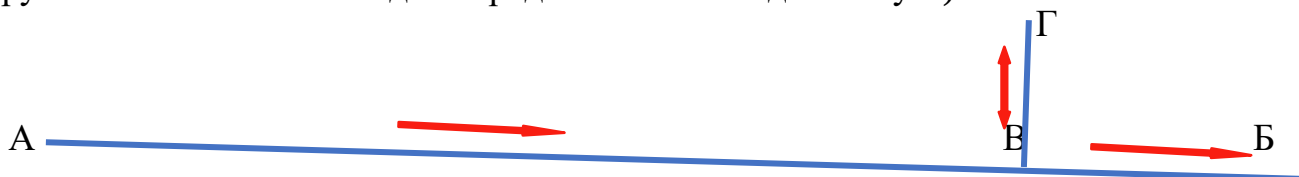
2) кольцевым (точка А — точка Б — точка В — точка Г — точка А)



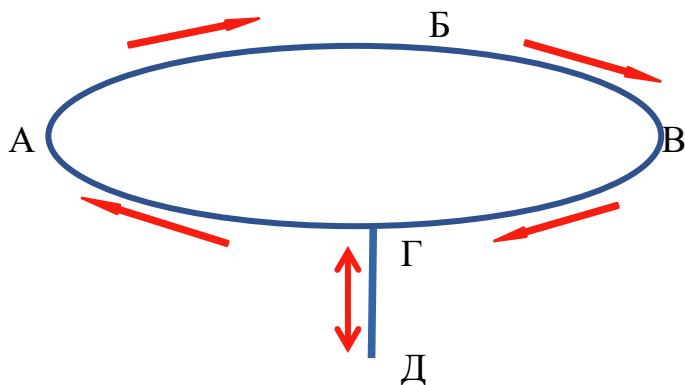
3) комбинированным, содержащим элементы линейного и кольцевого маршрута (на линейном маршруте А — Б — Д из точки Б выполнен кольцевой выход Б — В — Г — Б)



4) с включением коротких, относительно всего маршрута, радиальных выходов, обычно налегке, к какому-либо природному или историческому объекту (на линейном маршруте А — Б из точки В сделан радиальный выход в точку Г)



или на кольцевом маршруте А — Б — В — Г — А из точки Г сделан радиальный выход в точку Д)



При разработке маршрута можно воспользоваться отчетами туристских групп, совершавших походы в районе намеченного похода, туристскими путеводителями, если таковые имеются по району похода, консультациями опытных специалистов — членов МКК, а также ресурсами сети Интернет.

3.6. Режим движения и привалы.

Для поддержания работоспособности юного туриста на протяжении всего походного дня необходимо установить посильную нагрузку на организм и предоставить время на отдых для восстановления после нагрузки.

Ритмичное чередование нагрузки, т. е. переходов (или ходок на языке туристов) и отдыха, т. е. привалов, называется *режимом движения*. Привалы бывают кратковременными, обеденными, с остановкой на ночлег, а также вынужденными.

Временная продолжительность ходок и кратковременных привалов зависит от возраста участников, их походного опыта и физической подготовленности, условий тропы (в подъем или на спуск, твердая или раскисшая и скользкая после дождя, заболоченная и т. п.).

Можно рекомендовать следующие режимы движения:

Возраст, лет	Продолжительность ходки, мин.	Продолжительность привала, мин.
7-8	15-20	5-10
9-10	20-25	5-10
11-12	30-35	10-15
13-14	35-40	10-15
15-17	40-45	15

Для поддержания темпа движения не рекомендуется устанавливать неоправданно большую продолжительность кратковременных привалов. Можно каждый третий привал увеличить на 5-10 минут для гигиенических и профилактических процедур.

Обеденный привал в зависимости от плана на день и погодных условий может быть продолжительностью от 1,5 до 4 часов. Если после обеда нужно идти большое расстояние, то привал занимает 1,5-2 часа. Этого времени хватит для сбора дров, приготовления и приема пищи, гигиенических процедур и небольшого послеобеденного отдыха. Увеличивать время обеденного привала целесообразно в жаркую погоду, чтобы переждать в тени самые знойные часы. Также в это время можно выполнять краеведческие исследования. Требования к месту обеденного привала немного: наличие пригодной для питья воды (лучше ручей или река) и сухих дров (лучше хворост).

Подбирать место привала для организации ночлега следует начать не позднее 18:00 часов и более тщательно, чем для обеденного. Необходимо учитывать, чтобы места, выбранные для установки палаток, были вдалеке от деревьев, которые могут упасть самостоятельно или с небольшой помощью ветра — сухостойные, горелые, сильно наклоненные. Места для палаток не должны быть в низине или прямо на берегу реки, на звериной тропе или на дороге (даже заросшей). Желательно, чтобы бивуак располагался в месте, которое, с одной стороны, было бы защищено от сильного ветра, но в то же время слегка продувалось, чтобы избежать плотного скопления комаров и мошки.

На маршруте могут быть вынужденные привалы, которые организуются вне запланированного режима движения. Причинами такого привала может быть острая

необходимость в ремонте снаряжения (рюкзак) или обуви, оказании первой помощи, поиск брода, места переправы и т.д.

3.7. Снаряжение.

Исходя из маршрута похода, его продолжительности и прогноза погоды руководителем совместно с завснарком составляется и затем доводится до участников список *личного снаряжения* (рюкзак, спальник, коврик, сидуха) и вещей (обувь, одежда, туалетные принадлежности, КЛМН, фонарик, спички или зажигалка, личная аптечка). Личным снаряжением пользуется только один турист, тот кому оно принадлежит.

До похода составляется список *группового или общественного снаряжения*, которым будут пользоваться все участники группы. К нему относятся палатки, тент, костровые принадлежности (котлы, тросик или таганок, пила, топор) или горелки с топливом к ним (газ, бензин), а также медицинская аптечка, фото-видеоаппаратура, ремнабор, необходимое для исследовательской работы оборудование. Известна практика, когда 2 одинаковых спальника-одеяла соединяются молниями и получается так называемый конверт, в котором могут уместиться 3-4 юных туриста. Таким образом спальники становятся групповым снаряжением. Или, например, в трехместной палатке помещается три коврика, но разместиться на ночлег может 4-5 юных туристов, соответственно 1-2 коврика можно не брать, а те, что будут взяты в поход, становятся групповым снаряжением.

В учебно-тренировочных краткосрочных походах может быть использовано как личное (страховочные системы, каски, карабины, устройства для подъема-спуска по веревке), так и групповое *специальное снаряжение* (веревки, карабины, полиспасты и т.д.). Специальное снаряжение применяется для преодоления естественных препятствий на маршруте.

Рекомендуемый перечень туристского снаряжения общеобразовательной организации приведен в Приложении 2.

Основные требования к снаряжению:

- 1) Прочность, надёжность.
- 2) Оптимальный вес и объем.
- 3) Ремонтопригодность.
- 4) Безопасность, простота и удобство пользования.
- 5) Соответствие характеристик снаряжения задачам использования.

3.8. Питание.

Использовать для приготовления пищи только те продукты, которые указаны в примерном перечне продуктов питания при составлении суточного рациона юного туриста в походах и путешествиях (Приложение 2).

Для начала необходимо выяснить у всех участников похода, включая взрослых, имеется ли пищевая аллергия. Если имеется, то необходимо исключить такие продукты из списка. После этого составляется меню, высчитывается количество необходимых продуктов, осуществляется их закупка и фасовка.

Приготовление пищи должно производиться только на один прием. Вся недоеденная пища утилизируется (закапывается в землю). Поэтому на первые приемы пищи следует несколько уменьшить норму закладки продуктов.

3.9. Составление сметы похода. Определение источников финансирования.

В смету включаются расходы на:

- проезд на транспорте, если таковой необходим,
- снаряжение и оборудование,

- питание,
- медаптечку,
- приобретение входных билетов в национальные или природные парки, музеи.

В финансировании похода могут быть задействованы бюджетные, привлеченные и (или) родительские средства.

3.10. Подготовка документации.

Руководитель группы обязан иметь при себе следующие документы:

1) Копию организационно-распорядительного акта организатора (приказ, распоряжение, и т.п.) о проведении похода (Приложение 1) с указанием планируемого маршрута, сроков проведения, состава туристской группы.

2) Список детей с указанием данных паспортов или иных документов, удостоверяющих личность.

3) Письменное согласие родителей (законных представителей) на участие ребенка в походе.

4) Медицинское заключение о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой или медицинское заключение о допуске к прохождению спортивной подготовки или занятиям физической культурой и спортом, если ребенок в рамках программы мероприятия принимает участие в соревнованиях по правилам видов спорта, или медицинской справки о состоянии здоровья ребенка, отъезжающего в организацию отдыха детей и их оздоровления (за исключением случаев, если данные о медицинском заключении о принадлежности несовершеннолетнего к медицинской группе для занятий физической культурой внесены в список детей, являющихся членами организованной группы, и если в рамках программы мероприятия ребенок не принимает участие в соревнованиях по правилам видов спорта).

5) Копию полиса обязательного медицинского страхования на каждого ребенка, за исключением случаев проведения мероприятия организацией отдыха детей и их оздоровления.

Маршрутным документом туристской группы является маршрутный лист, заверенный руководителем организации (подпись, печать). Для учета маршрутных листов в образовательной организации необходимо вести журнал регистрации маршрутных листов (Приложение 4).

Бланк маршрутного листа можно скачать на сайте региональной физкультурно-спортивной общественной организации «Федерация спортивного туризма Челябинской области» на главной странице в разделе «Бланки - Бланки МКК» [Title \(sporttur74.ru\)](http://sporttur74.ru).

3.11. Регистрация группы.

В соответствии с Приказом МЧС России от 29.03.2023 № 270 руководитель туристской группы за 10 дней до выхода на маршрут должен сообщить в территориальный орган Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) о планируемом маршруте. Осуществить регистрацию можно:

- 1) при личном обращении в территориальный орган МЧС России,
- 2) посредством заказного почтового отправления в территориальный орган МЧС России с уведомлением о вручении,

3) онлайн-регистрация на официальном сайте МЧС России (является наиболее удобной формой).

При подаче онлайн-заявки на регистрацию необходимо указать состав и количество участников, руководителей, контактные телефоны, подробную информацию о маршруте и т.д. (см. п. 5 Приказа). Ответственный сотрудник ведомства в субъекте РФ обязан обработать заявку в течение одного рабочего дня, после чего передать сведения в спасательное подразделение, в зоне ответственности которого планируется маршрут. Туристской группе будет присвоен регистрационный номер, который сообщается руководителю группы.

За один день до выхода на маршрут руководитель группы по телефону должен проинформировать о предстоящем выходе на маршрут и, если требуется, уточнить предоставленные ранее сведения. Также требуется сообщить об окончании активной части маршрута.

В соответствии с п.2.1. Правил по организации и проведению походов и экспедиций с обучающимися Челябинской области (Приложение 1 к Положению о Региональной ведомственной маршрутно-квалификационной комиссии Челябинской области приказа Министерства образования и науки Челябинской области от 14.02.2025г. №01/471) до начала похода организатор похода должен разместить информацию о его проведении на сайте государственного бюджетного учреждения дополнительного образования «Областной Центр дополнительного образования детей» (ocdod74.ru) путём заполнения онлайн таблицы.

3.12. Проведение инструктажа с руководителем и участниками похода.

Администрация образовательной организации, проводящей поход, обязана провести целевой инструктаж по обеспечению безопасности обучающихся в походе с руководителем похода и его заместителем (помощником). Записи о проведении инструктажа производятся в соответствующем журнале

Руководитель группы проводит инструктаж с обучающимися о мерах обеспечения безопасности при проезде на транспорте и в походе, о чем производится запись в журнале регистрации инструктажа по технике безопасности в туристских походах.

Форма заполнения журналов в Приложении 5.

4. ТРЕБОВАНИЯ К РУКОВОДИТЕЛЮ, ЗАМЕСТИТЕЛЮ РУКОВОДИТЕЛЯ (ПОМОЩНИКУ) И УЧАСТНИКАМ ПОХОДА

Руководитель краткосрочного похода должен соответствовать следующим требованиям:

- работник организации, проводящей поход;
- возраст — не моложе 18 лет;
- туристский опыт — участие в походе, сложность которого аналогична планируемому;
- умения — ориентироваться на местности, разводить костер и пользоваться горелками, готовить пищу, организовывать туристский бивуак, оказывать первую помощь, и иные навыки необходимые для пребывания в природной среде.

Заместителем руководителя может быть совершеннолетнее лицо, имеющее опыт участия в походе, сложность которого аналогична планируемому (в т.ч. родитель обучающегося, волонтер-общественник).

Требования к участникам похода. К участию в походе допускаются привитые от клещевого энцефалита обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и по его результатам допущенные к участию в походах. К самым простым походам допускаются обучающиеся семилетнего возраста.

5. ОБЯЗАННОСТИ РУКОВОДИТЕЛЯ И ЗАМЕСТИТЕЛЯ РУКОВОДИТЕЛЯ ПОХОДА

Руководитель похода и его заместитель несут ответственность за жизнь, здоровье обучающихся и безопасное проведение похода, за выполнение плана мероприятия, содержание образовательной, оздоровительной, воспитательной и познавательной работы, правил пожарной безопасности, охраны природы, памятников истории и культуры.

Руководитель похода обязан:

1) до начала похода:

- в соответствии со сложностью и целями прохождения маршрута обеспечить комплектование группы с учетом интересов, интеллектуальной, физической и технической подготовленности обучающихся;

- подготовить документы, необходимые для проведения похода;

- провести инструктаж по безопасному поведению участников похода, организовать всестороннюю подготовку участников похода, проверить наличие необходимых навыков и знаний, обеспечивающих безопасность, умение плавать (в водных походах, если планируются переправы вброд, купание);

- распределить между участниками похода поручения (походные должности);

- организовать подготовку и подбор необходимого снаряжения и продуктов питания, выявить возможность пополнения запасов продуктов на маршруте;

- составить смету расходов;

- подготовить картографический материал, средства навигации и связи (при наличии), разработать маршрут и график похода, план краеведческой, общественно полезной работы и других мероприятий, проводимых группой на маршруте;

- ознакомиться с условиями похода, определить все находящиеся на пути медицинские организации и отделения связи, органы МЧС и МВД, изучить сложные участки маршрута и наметить способы их преодоления, при необходимости получить консультацию у опытных туристов и краеведов;

- ознакомиться с информацией о состоянии здоровья каждого из предполагаемых участников похода, получить допуск врача (школьного, медицинской организации) на участие в походе обучающихся; подготовить аптечку первой помощи с необходимыми медикаментами и перевязочными материалами, провести инструктаж по оказанию первой помощи;

2) в походе:

- руководствоваться нормативными и правовыми актами, регламентирующими безопасное проведение мероприятий с обучающимися;

- соблюдать утвержденный маршрут и график движения;

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

пострадавшему или заболевшему участнику похода;

- оказывать первую помощь и принимать срочные меры по доставке травмированных или заболевших участников похода в ближайшее медицинское учреждение; информировать при необходимости родителей ребёнка и образовательную организацию, проводящую данный поход;

- по возможности, делать отметки в маршрутном листе о прохождении маршрута.

6. ОБЯЗАННОСТИ И ПРАВА УЧАСТНИКОВ ПОХОДА

Участник похода обязан:

- активно участвовать в подготовке, проведении похода и составлении отчета о походе;

- строжайше соблюдать дисциплину, а также выполнять возложенные на него поручения (походную должность);

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

- знать и неукоснительно соблюдать правила пожарной безопасности, обращения с взрывоопасными и легковоспламеняющимися предметами, правила безопасности на воде, уметь оказывать первую помощь;

- бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, уважительно относиться к руководителям и товарищам, местным жителям;

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

Участник похода имеет право:

- пользоваться туристским снаряжением и спортивными сооружениями организации, проводящей поход;

- участвовать в выборе и разработке маршрута;

- после окончания путешествия обсуждать на собрании группы действия любого из участников, публиковать свои дневники похода, фото- и видеоматериалы, обсудить поход в социальных сетях.

7. ОПАСНЫЕ ФАКТОРЫ. МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ

Все образовательные программы туристско-краеведческой направленности (краткосрочные или рассчитанные на обучение в течение нескольких лет) реализуются с учетом обучения безопасному нахождению в природной среде. Каждый юный турист должен научиться безопасно, не отклоняясь от нужного направления преодолевать маршрут и встречающиеся на нем препятствия, безопасно работать у костра, безопасно организовать бивуак и т. д. Но все же иногда в походах случаются неприятные ситуации как по объективной (природной), так и по субъективной причине (человеческий фактор). Причем причиной подавляющего большинства неприятных ситуаций, а иногда и несчастных случаев, является именно человеческий фактор.

При проведении походов возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

Опасный фактор	Меры безопасности
Потеря ориентировки, отставание от группы	Добросовестная подготовка картографического материала в 2-х экземплярах (ламинация или упаковка в файл). Наличие навигаторов (телефонов с установленными приложениями) и компасов в 2-х экземплярах. Постоянный контроль местонахождения. Почувствовав, что идете по дороге не в том направлении, остановитесь, попытайтесь сверить карту бумажную и в навигаторе. Один из руководителей может пройти дальше по дороге, возможно, она повернет дальше в нужную сторону, если нет, то нужно вернуться к тому месту, где местонахождение группы было определено правильно и произвести разведку в другую сторону. Определять время, на которое «разведчики» покидают группу. Во время передвижения по маршруту передвигаться плотным строем, не растягиваться. Если есть необходимость остановиться, сообщить руководителю, самостоятельную остановку не производить. Замыкающий строй участник в таком случае должен остановить группу. Если, по какой-либо причине, участник отстал от группы, то ему следует остановиться и ждать, когда за ним вернутся. Нельзя пытаться догнать группу — группа может свернуть с тропы и пойти по азимуту. Нельзя «убегать» вперед от группы — на развилке группа может уйти по другой дороге. Если это произошло, то следует вернуться к развилке и ждать группу — она могла пройти развилку, а могла и не успеть.
Травмы, связанные с падениями (на тропе, дороге)	Падение может произойти на скользкой тропе, можно запнуться за камень, бревно, корень дерева, попасть ногой в нору животного... Чтобы не упасть следует пользоваться дополнительными точками опоры — трекинговыми палками, альпенштоком и внимательно смотреть под ноги и за действиями впереди идущего участника.
Травмы ног, связанные с неправильно подобранной обувью (натёртости, надавы, подворачивание стопы)	Обувь участника должна соответствовать размеру его ноги с небольшим запасом (0,5-1 размера, т. к. вес рюкзака увеличивает нагрузку на стопу, и она становится несколько шире, к тому же к концу ходового дня возникает некоторая отечность). С другой стороны, обувь не должна быть слишком просторной. Обувь должна надежно фиксировать стопу, не допуская её движения внутри себя. В противном случае от трения возникнет мозоль, которая может лопнуть, а в рану проникнуть грязь или инфекция. Также в свободной обуви легко подвернуть ногу в голеностопном суставе. Сбившийся носок или язычок ботинки может начать давить на сухожилие — это очень болезненно и болевые ощущения могут длиться несколько суток. Лучший вариант походной обуви — туристские или трекинговые ботинки с плотной подошвой и «зацепистым» рисунком протектора. Хороший вариант трекинговые кроссовки, которые изготавливаются из толстой кожи, они также имеют хорошую подошву. Беговые кроссовки менее прочные, они могут быть легко проткнуты сучком, порезаны острым краем камня с травмированием ноги. Кеды имеют плоскую подошву, в них можно поскользнуться в грязи, на мокрой поверхности камня, бревна или корня дерева.
Травмы, связанные с	Движение в густых зарослях травы, особенно высокой, опасно тем,

передвижением на участках с буреломами, густыми зарослями травы, кустарников, деревьев	что плохо видно, что находится под ногами — камни, ямки, норы. Первые участники идут, раздвигая траву руками или палками, остальные идут по их следам. Эти же неприятности скрываются и в сплошных зарослях низкорослых деревьев и кустарников, так называемом стланике. Идти нужно, не торопясь и проверяя поверхность под стлаником альпенштоком. При движении по густым зарослям высокого кустарника или молодой поросли деревьев нужно соблюдать дистанцию между участниками около 3 метров, чтобы зацепившаяся за рюкзак или оттянутая рукой впереди идущего участника ветка, в момент освобождения не попала по лицу идущего позади. На участках буреломов туристу приходится перешагивать через упавшие деревья, перелазить через них сверху или подлазить под них снизу. Как правило, на буреломных участках упавшие деревья лежат вершинами в одном направлении. Движение по участкам буреломов, особенно в еловых или пихтовых лесах, дополнительно опасно тем, что можно наткнуться на торчащие из ствола обломки сучьев телом или головой, зацепиться за них одеждой, рюкзаком. Такие участки лучше обходить.
Травмы, связанные с падением участника или камней на участника на осыпных участках (мелкая осыпь, курумники)	На участках мелкой осыпи (размером с ботинок и меньше) всегда есть «живые», т.е. неустойчиво лежащие на поверхности, камни. Чем круче склон, тем «живее» камни. Наступив на такой камень, можно потерять равновесие и упасть. Другая опасность таких камней в том, что они могут начать самостоятельно, или после незначительного воздействия на них, двигаться вниз кувыркаясь и подпрыгивая по склону по непредсказуемой траектории. Чтобы такой камень, спущенный кем-то из участников, не попал в другого, двигаться нужно с набором или потерей высоты поперек склона и в колонну по-одному. Еще один способ подъема или спуска на мелкой осыпи — движение плотной группой с дистанцией не более 1 м. В этом случае начавший движение камень можно остановить, пока он еще не набрал скорость. Передвигаться на мелкой осыпи почти невозможно без самостраховки альпенштоком - третьей точки опоры. На участках средней и крупной осыпи, так называемых курумниках, возможно провалиться одной или даже двумя ногами между камней. Чем крупнее камни, тем больше расстояние между ними. Особенно опасно движение по курумнику под дождем, т. к. поверхность камней часто покрыта лишайником, который в сухую погоду не мешает движению, но под дождем напитывается водой и становится очень скользким. По курумнику нельзя бегать и прыгать, нужно ходить наступая на камни. Несмотря на большой вес, некоторые камни могут покачнуться, если наступить на край. Также опасно передвигаться по курумнику с опорой альпенштоком или трекинговыми палками с металлическим наконечником — металл по камню скользит легко и можно потерять равновесие. Часто по курумнику на спуске или в подъем передвигаются с опорой на руки. Осыпные участки лучше обходить. В учебных походах с целью отработки навыков передвижения по осыпям необходимо иметь

	защитные каски.
Травмы при переправах через ручьи и реки	Переправы через ручьи и реки могут быть по мосту, вброд, по бревну, по навесной переправе. Переправа по мосту наиболее безопасная, но только в том случае, если мост не имеет повреждений - отверстий, в которые можно провалиться, отсутствие перил ограждения. Если мост с большой грузоподъемностью (предназначен для проезда автомобилей), то идти по нему одновременно может вся группа. Если же мост пешеходный, да еще подвесной, то при проходе по нему следует выдерживать дистанцию, которую определяет руководитель. Переправу вброд можно осуществлять в тех случаях, когда глубина и скорость течения позволяют участнику передвигаться в потоке самостоятельно. Лучше использовать альпеншток или трекинговые палки для самостраховки, т. к. камни, находящиеся в воде всегда скользкие, а песчаные броды встречаются нечасто. Для отдельных участников группы с малым ростом и весом нужна помощь группы, например переправа стенкой, когда рядом идут один или два участника и переводят легковеса «под ручки». В некоторых случаях производится переправа вброд с самостраховкой по перилам (натянутая веревка между опорами на разных берегах). Участники располагаются по отношению к перилам ниже по течению и переправляются по-одному. При переправе вброд участники должны быть в обуви — можно порезать или наколоть подошву. Лямки рюкзака расслабляются, а пояс расстегивается — в случае падения так легче освободиться от рюкзака и встать на ноги. Целесообразно ниже по течению выставить дополнительного страхующего из числа более взрослых или опытных участников. Переправа по бревну через мелкие ручьи и реки (бревно лежит на дне) позволяет не тратить время на переобувание. Необходима страховка альпенштоком. Переправа по бревну, имеющему только две точки опоры и расположенному над водой, осуществляется с самостраховкой по перилам. При переправе по бревну рюкзак находится на одном плече, а пояс его расстегнут. Если течение и глубина не позволят участнику в случае падения с бревна встать на ноги, то он обеспечивается веревкой сопровождения. Наиболее сложной и требующей большего количества специального снаряжения является навесная переправа, которая организуется из двойной веревки. Кроме того, должна иметься вспомогательная веревка для сопровождения участников и транспортировки рюкзаков (отдельно от участников). Участники обеспечиваются индивидуальной страховочной системой — ИСС и каской. Использование перильных переправ допускается только в учебно-тренировочных походах опытных юных туристов.
Опасности во время купания	Следует помнить, что купание в походе осуществляется, в первую очередь, для соблюдения гигиены. Прежде чем начать купание, руководитель должен лично проверить место купания: глубину, наличие опасных предметов (коряги, сваи, гвозди, стекла), скорость течения реки и ограничить место купания (расстояние от берега и ширину). Запрещено нырять в воду с обрывистого берега,

	животного, в которой находятся болезнетворные бактерии. Точно также обстоят дела и с укусами змей и ящериц. К тому же среди встречающихся на Урале змей есть ядовитые — гадюка обыкновенная и гадюка степная. Как правило, животные, услышав человека или его шаги и определив направление его движения, уходят с пути или прячутся. Ящерицы и змеи тоже отползают в сторону. Для предотвращения укусов не пытаться погладить случайно обнаруженных детенышей зверей, при встрече с крупными животными или змеей не провоцировать их на нападение — отступить, обойти. Крупные неприятности могут доставить укусы летающих насекомых — пчел, ос, шершней. Случиться это может только в том случае, если туристы разорят их гнезда или случайно прижмут насекомое. Следует знать, что пчела может ужалить однократно, а осы и шершни многократно. Следует опасаться, если вы увидите кружащихся в одном месте этих насекомых или услышите характерный гул — возможно гнездо разорил какой-то зверь. Нужно срочно покинуть это место, пока не случилось нападение. Целенаправленно на человека могут «охотиться» из летающих насекомых оводы, слепни, мошки, комары, мухи-жигалки, которые высасывают кровь или плазму животных, в т. ч. человека для продолжения рода. Их укусы опасны тем, что они могут переносить вирусы болезней. Меры профилактики заключаются в применении одежды, закрывающей все тело, накомарников и репеллентов для защиты от комаров и мошки. Еще одним опасным «охотником» на человека является клещ — переносчик опасных болезней (клещевой энцефалит, болезнь Лайма или клещевой боррелиоз, различные виды лихорадок). Профилактика укусов заключается в правильной одежде (с клещеуловителями, футболка заправляется в брюки, носки поверх брюк, головной убор), применение отпугивающих репеллентов и осмотр тела и одежды на каждом привале. В целях профилактики клещевого энцефалита нужно обязательно прививаться.
Отравления ядовитыми ягодами, грибами	Употребление в пищу ягод и грибов в походах с обучающимися должно быть запрещено. Даже при употреблении съедобных ягод и грибов может случиться расстройство желудка. Тем более, если в организм попадет несъедобный или вообще ядовитый «дар природы», который внешне может быть похож на съедобный. Руководитель должен внимательно следить, чтобы участники на ходу не срывали и не пробовали ягоды.
Желудочно-кишечные заболевания при употреблении некачественной пищи, некипяченой воды из непроверенного источника	Для предотвращения желудочно-кишечных заболеваний в походе необходимо соблюдать несколько правил: 1. Использовать при приготовлении пищи только те продукты, которые указаны в примерном перечне продуктов питания при составлении суточного рациона юного туриста в походах и путешествиях (Приложение 2). Никаких скоропортящихся продуктов, грибов. 2. Всю приготовленную пищу съесть сразу, не оставляя на следующий приём. 3. Котлы и личную посуду мыть сразу после приема пищи.

	4. На обед и ночлег на реках останавливаться выше населенных пунктов. 5. Проверять реки и ручьи вверх по течению на наличие источников заражения. 6. Воду для питья использовать только кипяченую.
Неблагоприятные погодные условия	<i>Дождь.</i> Иметь влаго-ветрозащитный костюм или накидки на себя и рюкзак, сапоги. При отсутствии накидки на рюкзак все вещи упаковываются в гермомешок внутри рюкзака. Исключить подъемы на вершины и движение в сложной для ориентирования местности. Во время движения по тропе использовать альпеншток (трекинговые палки). <i>Гроза.</i> При приближении грозы нужно заранее побеспокоиться об укрытии не только от дождя, но и от молнии — не укрываться под отдельно стоящим деревом, на возвышенности, затушить костер, металлические предметы сложить в стороне от людей. <i>Сильный ветер.</i> Не устраивать привалов среди горельников, сухостоя, больших поврежденных деревьев. Не подходить к краю обрывов. <i>Понижение температуры.</i> Может случиться в течение дня, ночью, в межсезонный период может сопровождаться выпадением снега. Иметь в запасе теплые вещи в т. ч. шапочку, перчатки. Более резкое понижение температуры происходит в горной местности <i>Жара.</i> Более ранние подъемы и выход на маршрут. Длительный обеденный привал пережидая самый жаркий период дня в тени. Обязателен головной убор (предпочтительна панама). Лучше надевать одежду с длинным рукавом и воротником для предотвращения солнечных ожогов, особенно тем участникам, у которых отсутствует загар, пользоваться солнцезащитным кремом. Иметь большой запас питьевой воды.
Тепловой и солнечный удар	<i>Солнечный удар</i> возможен только в солнечную погоду от длительного воздействия солнечных лучей прежде всего на голову человека. Для предотвращения необходимо находиться в головном уборе, чаще пить, использовать солнцезащитный крем. <i>Тепловой удар</i> может случиться даже в пасмурный день от общего перегрева организма, поэтому одеваться нужно в соответствии с погодой, но делая поправку на движение под рюкзаком. Особенно опасны жаркие безветренные дни с повышенной влажностью. Предпочтительна одежда из материалов, легко впитывающих и испаряющих влагу. Чаще пить и иметь достаточный запас питьевой воды.
Непредвиденные аварийные ситуации природного или техногенного характера	<i>Лесной пожар.</i> При обнаружении лесного пожара нужно определить направление его распространения и возможность его обойти, чтобы выбраться в безопасное место. Сообщить в органы МЧС о ваших наблюдениях (местонахождение группы, место пожара, направление ветра и распространения пожара). Далее действовать по указанию сотрудников МЧС. Если связь отсутствует, руководитель принимает решения по ситуации. Препятствует распространению огня сплошная водная преграда (река определенной ширины, озеро), каменные осыпи. <i>Наводнение.</i> Быстрый подъем воды в реке может случиться после обильных продолжительных дождей как в горах, так и на равнине.

Уровень воды поднимается, скорость течения возрастает — переправа вброд может быть неосуществима. Также могут быть снесены имеющиеся мосты или уложенные для переправы бревна. В горной местности из-за переполнения озера в долине и прорыва дамбы может образоваться *сель* — поток из грунта, камней и воды. Особенно опасно, если наводнение случится ночью, когда туристы спят и находятся в палатках. Поэтому места ночлегов нужно выбирать на возвышенности и на некотором расстоянии от реки, чтобы не рухнуть в палатке в реку вместе с подмытым берегом. Если идет дождь, а на утро запланирована переправа, то лучше осуществить ее с вечера. Также опасно выбирать место для ночлега на реке ниже грунтовой дамбы водохранилища.

Землетрясение. В большинстве случаев происходит в горных районах. Последствиями землетрясения могут быть оползни, обвалы и осыпи камней, обрушение ледников, сход селей и снежных лавин.

Оползни. Оползни случаются начиная с крутизны склона 19°. Оползни глинистого грунта могут случиться даже на некрутых склонах (5-7°) при условии перенасыщения грунта водой. Выбирая место ночлега в период многодневных дождей или после него следует избегать достаточно крутых склонов с объемным выносом грунта (при строительстве дорог, прокладывании трубопроводов, подмытый берег реки).

В зимний период разновидностью оползня является *снежная лавина*, когда на склоне накапливается большая масса снега. Приходит в движение самостоятельно или от сотрясений земной коры, в атмосфере (взрывы, например, на карьере или пролет самолета с выходом на сверхзвуковой режим полета). Также случается при появлении на склоне лыжников или снегоходов. Крупные лавины происходят на склонах 26° и круче.

8. НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ ДОКУМЕНТЫ.

1. Приказ Минпросвещения России и Минэкономразвития России от 19.12.2019 г. № 702/811 «Об утверждении общих требований к организации и проведению в природной среде следующих мероприятий с участием детей, являющихся членами организованной группы несовершеннолетних туристов: прохождения туристских маршрутов, других маршрутов передвижения, походов, экспедиций, слетов и иных аналогичных мероприятий, а также указанных мероприятий с участием организованных групп детей, проводимых организациями, осуществляющими образовательную деятельность, и организациями отдыха детей и их оздоровления, и к порядку уведомления уполномоченных органов государственной власти о месте, сроках и длительности проведения таких мероприятий».

Общие требования определяют:

- что является мероприятием в природной среде с участием детей,
- кто является участником такого мероприятия,
- обязанности организатора мероприятия (образовательная организация, организация отдыха и оздоровления детей в лице руководителя),
- обязанности руководителя мероприятия, руководителя организованной группы детей (в туристском походе это одно лицо).

2. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской

Федерации от 04.05.2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи» (в ред. Приказа Минздрава РФ от 07.11.2012 г. №586н).

Документ определяет 8 состояний, при которых оказывается первая помощь и перечень мероприятий по ее оказанию.

3. ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 г. № 323-ФЗ.

31 статья закона определяет:

- кто должен оказывать первую помощь (... в т. ч. сотрудниками органов внутренних дел РФ, сотрудниками, военнослужащими и работниками Государственной противопожарной службы, спасателями аварийно-спасательных формирований и аварийно-спасательных служб...),

- кто может оказывать первую помощь («... и другие лица вправе оказывать первую помощь при наличии соответствующей подготовки и/или навыков»).

4. Приказ МЧС России от 29.03.2023 № 270 «Об утверждении Порядка информирования территориальных органов МЧС России о маршрутах передвижения, проходящих по труднодоступной местности, водным, горным, спелеологическим и другим объектам, связанных с повышенным риском для жизни, причинением вреда здоровью туристов (экскурсантов) и их имуществу, и Порядка хранения, использования и снятия с учета территориальными органами МЧС России информации о маршрутах передвижения, проходящих по труднодоступной местности, водным, горным, спелеологическим и другим объектам, связанных с повышенным риском для жизни, причинением вреда здоровью туристов (экскурсантов) и их имуществу».

Объясняется, кто, в каких случаях и каким образом должен информировать территориальные органы МЧС России о проводимых мероприятиях в природной среде.

5. Инструкция по организации и проведению в природной среде мероприятий с обучающимися Российской Федерации, реализуемые в форме походов в рамках проведения школьного, муниципального, регионального и федерального этапа Всероссийских мероприятий, связанных с походно-экспедиционной деятельностью (утверждена приказом ФГБОУ ДО «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения» от 16.02.2021 № 52).

Распространяется только на указанные в названии документа мероприятия.

6. Положение о Региональной ведомственной маршрутно-квалификационной комиссии Челябинской области (утверждена приказом Министерства образования и науки Челябинской области от 14.02.2025г. №01/471)

В п.5.3. приложения 1 к Положению «Правила по организации и проведению походов и экспедиций с обучающимися Челябинской области» утверждены условия допуска к краткосрочным походам – требования к участникам и руководителям по количественному составу, возрасту и туристскому опыту.

7. «Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися». Направлены письмом Министерством образования и науки Российской Федерации от 12 ноября 2015 года N 09-3173.

9. ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

ПРИКАЗ

« ____ » _____ 20 ____ года

№ _____

О проведении похода

В целях популяризации и развития детско-юношеского туризма, _____
приказываю:

1. Направить группу _____ с « ____ » _____ 20 ____ г. по
« ____ » _____ 20 ____ г. в количестве ____ человек (____ детей и ____ руководителей) в туристский
поход по маршруту _____.

2. Назначить руководителем группы _____, заместителем
руководителя _____
с возложением на руководителя группы ответственности за жизнь и здоровье детей.

3. Поручить руководителю группы _____:

3.1. Провести соответствующую организационно-подготовительную работу по
качественной и своевременной подготовке группы к походу.

3.2. Провести с участниками похода подробный инструктаж по соблюдению правил
дорожной безопасности, правил поведения в транспорте, общественных местах, правил охраны
природы, памятников истории и культуры, по соблюдению правил техники безопасности,
противопожарной безопасности во время участия в туристском походе, по соблюдению санитарно-
гигиенических норм и правил.

3.3. Обеспечить наличие необходимых документов при проведении похода в соответствии
с действующим законодательством.

3.4. Направить в поисково-спасательное подразделение МЧС России по месту проведения
похода уведомление с указанием сроков туристского похода, маршрута туристского похода, мест
стоянок, количества участников. Получить пропуск на территорию с ограниченным режимом
посещения (заповедник, пограничная зона и т.п.).

3.5. Обеспечить перед выездом группы на маршрут наличие и соответствующее погодным
условиям состояние экипировки участников похода, личное и групповое снаряжение, аптечки
первой помощи.

3.6. При возникновении чрезвычайных ситуаций руководителю группы
незамедлительно сообщить в _____ по телефону _____
и в поисково-спасательный отряд.

3.7. По возвращении участников группы из туристского похода руководителю группы
передать их родителям (законным представителям).

3.8. Установить контрольный срок возвращения из похода до ____ час. « ____ »
____ 20 ____ г. Руководителю группы в указанный срок проинформировать _____ по
телефону _____ об окончании туристского похода.

3.9. Руководствоваться в своей деятельности при организации и проведении туристского
похода действующими нормативно-правовыми актами.

3.10. Контроль за исполнением приказа возложить на _____.

Руководитель организации

_____/_____

С приказом ознакомлены:

Руководитель группы _____/_____

Заместитель руководителя группы _____/_____

« ____ » _____ 20 ____ года

**Рекомендуемый перечень туристского снаряжения
общеобразовательной организации (из расчета на 30 человек) ***

	Наименование оборудования и снаряжения	Количество
1.	Рюкзак объемом не менее 60 литров	30
2.	Палатка с тентом	в зависимости от вместимости
3.	Спальный мешок	30
4.	Коврик теплоизоляционный	30
5.	Сидушка (коврик пенополиуретановый)	30
6.	Тент групповой	3
7.	Ведро туристские (комплект)	3
8.	Оборудование для приготовления пищи (примуса, газовые плиты, горелки и т.п.)	3
9.	Компас жидкостный	30
10.	Лопата саперная	3
11.	Костровое оборудование	3
12.	Пила	3
13.	Ремнабор	3
14.	Аптечка медицинская	3
15.	Карты спортивные, физические, административные, туристские, атласы, схемы	3

**«Методические рекомендации по организации и проведению туристских походов с обучающимися». Направлены письмом Министерством образования и науки Российской Федерации от 12.11.2015 г. № 09-3173.*

Примерный перечень
продуктов питания, рекомендуемых при составлении
суточного рациона юного туриста в походах и путешествиях*

№ п/п	Наименование продуктов	Вес, г
1	Хлеб черный и белый	500
	сухари, печенье, хлебцы хрустящие, мука	200
2	Крупы, макаронные изделия, готовые концентраты каш	100-200
	концентраты супов в пакетах	50
3	Масло сливочное, топленое, растительное	50-60
4	Мясо тушеное, фарш, паштет, печеночный паштет	150
	мясо сублимированное	50
5	Сахар	80-100
	конфеты, шоколад, халва, мед	70-00
6	Колбаса сырокопченая, грудинка, корейка, сало-шпиг, ветчина, сосиски консервированные	50
7	Рыбопродукты, рыба соленая, консервированная в масле, томате, вяленая, холодного и горячего копчения	50
8	Овощи свежие	100
	овощи сухие, сублимированные	50
9	Молоко сухое, сливки сухие	25-35
	молоко сгущенное	50
	яичный порошок	5
10	Сыр, сыр плавленый, брынза, творог сублимированный	20-40
11	Фрукты свежие	100
	сухофрукты разные, концентрированные кисели, орехи, сухой ягодный сок	30
12	Кофе	3
	какао-порошок	10
	чай	4
13	Специи: перец, горчица, лавровый лист, томат (паста, соус), лук, чеснок, лимонная кислота, крахмал, желатин	30-40
14	Витамины, глюкоза	3
15	Соль	10-12

*Приложение к письму Министерства образования Российской Федерации от 11.01.93 г. № 9/32-Ф

ЖУРНАЛ
регистрации маршрутных листов (МЛ)

(наименование организации)

№ МЛ	Ф.И.О. руководителя группы	Количество участников	Сроки проведения	Район путешествия	Роспись в получении маршрутного листа
1					
2					

ЖУРНАЛ
инструктажа руководителей по технике безопасности при групповых выездах

(наименование организации)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество инструктируемого	Дата инструктажа	Сроки проведения мероприятия	Содержание инструктажа с указанием названия инструкции	Фамилия, инициалы проводившего инструктаж	Подпись проводившего инструктаж	Подпись в получении и
-------	---	------------------	------------------------------	--	---	---------------------------------	-----------------------

ЖУРНАЛ
инструктажа обучающихся по технике безопасности при групповых выездах

(наименование организации)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество инструктируемого	Дата инструктажа	Сроки проведения мероприятия	Содержание инструктажа с указанием названия инструкции	Фамилия, инициалы проводившего инструктаж	Подпись проводившего инструктаж	Подпись в получении и
-------	---	------------------	------------------------------	--	---	---------------------------------	-----------------------