

# Организационные вопросы школы базового уровня



vlt-1.livejournal.com  
© 2016 Pinchuk Vitaly



# Информация по школе

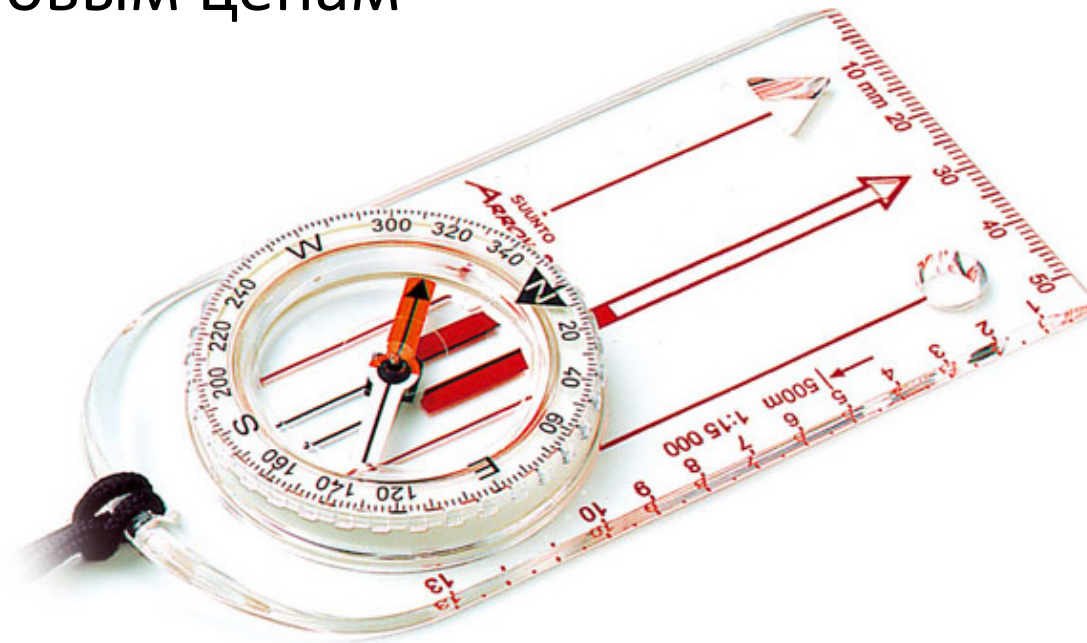
- Форум <http://tkmgtu.ru/>
- Группа ВК <https://vk.com/velomgtu>
- Рассылка по почте (которую вы указали в анкете)
  
- Потапенко Валерия Борисовна
- WhatsApp 916 446 72 77
- VK <https://vk.com/newgraywolf>





# Компас

Будет организована закупка компасов Москомпас по оптовым ценам



# Суббота (23.11) Большое Ночное Ориентирование (факультатив)





| Дата          | Темы занятий   | кол-во часов | тип занятия |
|---------------|--|--------------|-------------|
| 14.11.2019    | Организационное занятие. Правила обучения в школе.   | 1,0          | лекция      |
| 14.11.2019    | История развития велотуризма. История клуба, традиции. Развитие велосипедного туризма на современном этапе. Видео и фото походов и соревнований. | 2,0          | лекция      |
| 21.11.2019    | Привалы и ночлеги, необходимое снаряжение.   | 2,0          | лекция      |
| 21.11.2019    | Виды туризма, их особенности и перспективы развития  | 1,0          | лекция      |
| 23.11.2019    | БНО соревнования по ночному ориентированию   |              | факультатив |
| 28.11.2019    | Ориентирование на местности. Работа с картой и компасом  | 2,0          | лекция      |
| 28.11.2019    | Основные руководящие материалы по спортивному туризму  | 1,0          | лекция      |
| 5.12.2019     | Туризм, природа, право. Основные документы.  | 1,0          | лекция      |
| 5.12.2019     | Ориентирование на местности. Работа с картой и компасом. Особенности велосипедног  | 2,0          | семинар     |
| 07.12.2019    | Проверка снаряжения, измерения и ориентирование (в парке Москвы)   | 4,0          | практика    |
| 07.12.2019    | Значимые и командообразование.   | 2,0          | практика    |
| 12.12.2019    | Топография   | 2,0          | лекция      |
| 12.12.2019    | Семинар по привалам и ночлегам   | 1,0          | лекция      |
| 19.12.2019    | Наблюдения и измерения в походе  | 2,0          | лекция      |
| 19.12.2019    | Семинар по топографии  | 1,0          | семинар     |
| 21.12.2019    | Топография и ориентирование на местности (в Лыткарино)   | 8,0          | практика    |
| 24.12.2019    | Организация питания в велосипедном походе  | 2,0          | лекция      |
| 24.12.2019    | Семинар по наблюдениям в походе  | 1,0          | семинар     |
| 25.12.2019    | Клубный Новогодний Интернатив  |              |             |
| 1-3.01.2020   | Новогодние навигулы!   |              |             |
| 08.01.2020    | Песенный вечер   |              |             |
| 16.01.2020    | Снаряжение для велопохода  | 2,0          | лекция      |
| 16.01.2020    | Семинар по питанию   | 1,0          | семинар     |
| 18.01.2020    | Привалы и ночлеги, соревнование по кострам(ИПС)  | 8,0          | практика    |
| 23.01.2020    | Основы физической подготовки и планирование тренировок, специфика вида   | 2,0          | лекция      |
| 23.01.2020    | Семинар по топографии (топдиктант)   | 1,0          | семинар     |
| 25-26.01.2020 | Маршрутный выход с ориентированием. Организация лагеря в зимнее время (проверка снаряжения). (ИПС)   | 12,0         | практика    |
| 30.01.2020    | Узлы и веревки, применение в туризме()   | 2,0          | лекция      |
| 30.01.2020    | Короткие и длинные азимуты   | 1,0          | семинар     |
| 1-2.02.2020   | ЛНО соревнования по ночному ориентированию   |              | факультатив |
| 06.02.2020    | Виды и выбор велосипеда и навесного снаряжения   | 1,0          | лекция      |
| 06.02.2020    | Анатомия велосипеда  | 1,0          | лекция      |
| 8-9.02.2020   | Карауль, маршрутный выход («Звездочка»)  | 12,0         | практика    |
| 13.02.2020    | Перевозка груза, медицинское обеспечение и доврачебная помощь, аптечка   | 2,5          | лекция      |
| 13.02.2020    | Азимуты  | 0,5          | семинар     |
| 20.02.2020    | Обслуживание велосипеда в походных условиях, ремнабор  | 2,0          | лекция      |
| 20.02.2020    | Узлы и веревки()   | 1,0          | семинар     |
|               | Выход в группу, подготовка к зимнему сезону, соревнования, маршрутный выход  |              |             |

- Лекции
- Семинары
- Практика
- Факультатив
- УТП
- Защита отчета
- Консультация
- Экзамен
- Соревнования
- Осенний слет
- Гусятник
- Диплом



# Факультативы до УТП



- **23-24.11.2019 БНО!**
- 1-2.02.2020 ЛНО
- 11-12.04.2020 Звездная гонка (3x9)
- 1-5.05.2020 МТБ Крымский веломарафон
- 9-11.05.2020 Матч городов России (Хвалынский)
- 16-17.05.2020 ММБ весна
- 30-31.05.2020 БОР-2020





- Обязательно ли ходить на все выходы, сколько можно пропустить?
- Можно ли пройти УТП с другой школой?
- Можно ли записать к конкретному инструктору?
- Можно ли на фэте в поход?
- Когда начнем кататься на велосипедах?
- Когда будет первый выход?
- По какому принципу будет деление на группы?



Есть вопросы?





A photograph of a bedroom. In the foreground, a bed with white bedding is visible. In the background, there is a wooden door on the left and a window with light-colored curtains on the right. The room is lit with warm indoor lighting.

Привалы и  
ночлеги

Организация  
лагеря

# ВИДЫ ОТДЫХА В ВЕЛОПОХОДЕ

ОСТАНОВКА

ПРИВАЛ

НОЧЛЕГ

ДНЕВКА  
(полудневка)





# ОСТАНОВКА



# Остановка

## Запланированная

Обычная

- По времени
- По километражу

Тематическая

- Закупка продуктов
- Осмотр достопримечательностей
- Обмен валюты
- Пополнение запасов воды
- Фотосессия
- ...

## Вынужденная

- Ремонт
- Состояние участников
- Ориентирование
- Погодные условия
- Разведка
- Характер дороги



# Остановка

## Продолжительность:

- в простых походах



- в сложных походах





# Остановка

## Место:

- запланированное



- случайное





# Остановка





# Остановка





# Остановка





# Остановка





# ПРИВАЛ/ОБЕД



# Привал/обед

## 1. Вид →

- Бутерброды + чай/вода (большой перекус)
- Горячий (полный обед)
- В кафе

## 2. Время →

- После 2/3 дневного маршрута
- После 4-5 переходов
- После сложных препятствий (в середине дня)

## 3. Продолжительность →

- Вид обеда
- Состояние участников
- Характер маршрута
- Погода

## 4. Место →

- Безопасность
- Вода
- Дрова
- Защита от ветра

## 5. Порядок проведения →

- Работа дежурных
- Действия остальных





# Привал/обед





# Привал/обед





# Привал/обед



# Привал/обед





# Привал/обед



# Привал/обед





# Привал/обед



# НОЧЛЕГ





# Ночлег

## 1. Когда выбирается место

- Во время подготовки к походу
- По маршруту – за 20-30 мин. до конца движения
- Минимум за 1-1,5 часа до наступления темноты

## 2. Тщательный выбор места

- Сухое, ровное, скрытое
- Источник питьевой воды
- Наличие дров
- Отсутствие комаров



## 3. С учетом специфики похода

- В горах – верховья рек, под перевалами, горелки (если нет дров)
- В пустыне – около колодцев или воду с собой, горелки



# Ночлег

## 4. Безопасность

- **Не рекомендуется** останавливаться:
  - на берегу реки ниже селений по течению, возле водоемов со стоячей водой;
  - на речных отмелях, низких берегах рек, в руслах пересохших рек, на дне каньонов и ущелий,
  - у подножья крутых склонов, под нависающими скалами, в лавиноопасных местах;
  - на перевалах, вершинах;
  - в заповедниках;
  - на старых зимниках и дорогах;
  - под линиями электропередач
- В случае ухудшения погоды предусмотреть выезд на дорогу



## 5. Продолжительность сна

- не менее 6-8 часов





# Ночлег

## 6. В оборудованных местах

- гостиницы, частный сектор, турприюты и базы КСС, турстоянки



# Ночлег

**Еще раз ТРИ условия правильного  
ночлега:**



**ВОДА**



**ДРОВА**



**ОТСУТСТВИЕ «НАСЕЛЕНКИ»**





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег





# Ночлег



# Ночлег





# Ночлег



# ДНЕВКА





# Дневка

## Цель:

- отдых, восстановление сил
- награда за сложный участок
- осмотр района

## Бывает:

- запланированная
- вынужденная
- сэкономленная

## Требования:

- более тщательный выбор места
- активное времяпровождение (без подвижных игр)

## Опасности:

- пренебрежение техникой безопасности
- погоня за сэкономленной дневкой

## Свободное время:

- меню (грибы, ягоды, рыбалка)
- ремонт и обслуживание велосипедов и другого снаряжения
- культурная программа (экскурсии, достопримечательности)
- баня



# Дневка





## Виды отдыха в велопоходе

### Остановка

5-10 минут

- переодеться
- перекусить
- попить
- спросить
- купить
- зеленая

Ставим в известность руководителя!

### Привал/обед

1-1,5 часа

- горячий с костром
- горячий без костра (термос)
- холодный (сухой)
- другие варианты...

~2/3 пути  
«Обед нужно заслужить» или  
«Война войной, а обед по расписанию»

### Ночлег

8-12 часов

- безопасность
- наличие дров
- вода
- укрытие
- маскировка

Ровная площадка, скрытая от посторонних глаз, для обеспечения полноценного отдыха. Не привлекать внимание!

### Дневка / полудневка

20-36 часов (0,5-1 день)

- красиво
- комфортно
- есть куда сходить, что посмотреть
- + все то же, что для ночлега

Необходимо соблюдать повышенные меры предосторожности! В момент релакса увеличивается травмоопасность! Желательно не сидеть на месте, но и не стоит играть в чрезмерно подвижные игры.



# БИВАЧНЫЕ РАБОТЫ





# Бивачные работы

## Организация лагеря:

- место под палатки
- место для велосипедов
- костер/кухня + «пентагон»
- стол
- тент
- туалет
- просушка

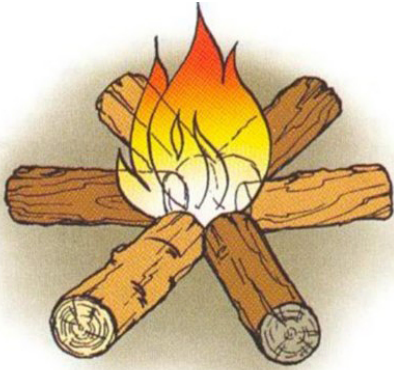
## Дежурные и свободные участники:

- по должностям
- дежурство
- дрова

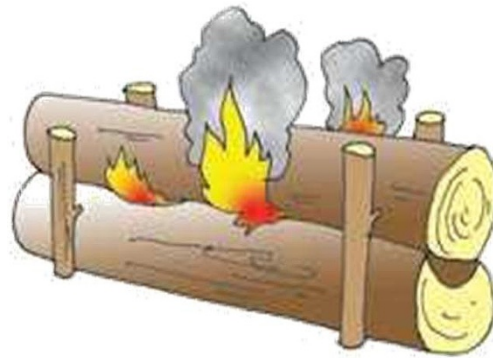
**Личное время - только  
после всех необходимых  
работ по лагерю!**



# Бивачные работы - костры



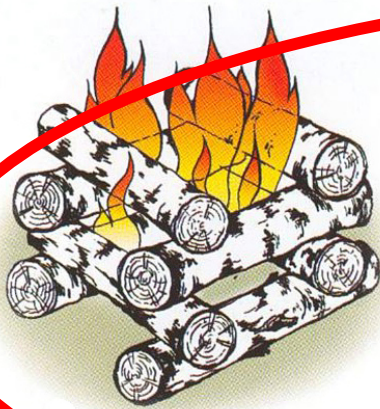
**звезда**



**нодья из 2-х бревен**



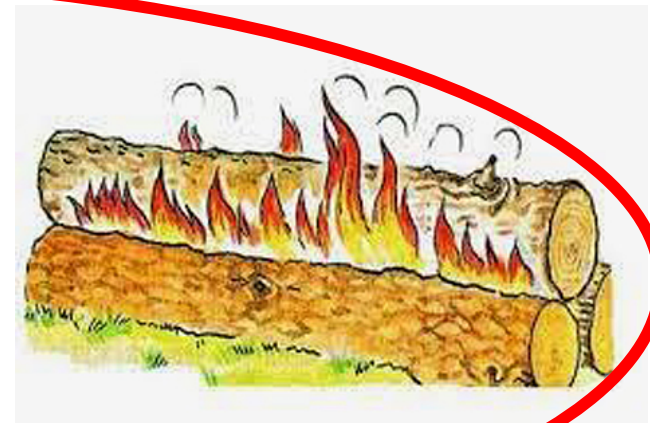
**таежный (охотничий)**



**колодец**



**шалаш**



**нодья из 3-х бревен**



# Бивачные работы – размещение посуды

На камнях/дровах





# Бивачные работы – размещение посуды

На рогульках





# Бивачные работы – размещение посуды



На рогульках



# Бивачные работы – размещение посуды



На  
палке





# Бивачные работы – размещение посуды



На велосипеде





# Бивачные работы – размещение посуды

На  
треноге





# Бивачные работы – размещение посуды



На таганке

# Бивачные работы – размещение посуды



На тросике



# Организация лагеря





# Организация лагеря





# Организация лагеря





# Организация лагеря





# Бивачные работы





# Бивачные работы





# Бивачные работы





# Бивачные работы





**ВОПРОСЫ?**

