

Министерство спорта Российской Федерации

Башкирский институт физической культуры (филиал)
Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования «Уральский государственный университет
физической культуры»

Факультет дополнительного образования

Принято на заседании

УТВЕРЖДАЮ

Ученого совета от _____ 2025 г., Директор _____ Л.Р. Макина
протокол № _____ « ____ » _____ 2025 г.

ПРОГРАММА

профессиональной переподготовки

«ИНСТРУКТОР-ПРОВОДНИК ПО ТУРИЗМУ»

(260 часов)

Форма обучения – очная

Квалификация – инструктор-проводник по пешеходному туризму и трекингу/
инструктор-проводник по водному туризму

Уфа, 2025 год

1. Общая характеристика дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Цель ДОП - создание образовательной среды для формирования у слушателей профессиональных компетенций и трудовых функций, развития навыков их реализации в инструкторской деятельности.

Область профессиональной деятельности слушателей включает в себя:

- подготовка, сопровождение, обслуживание и обеспечение безопасности туристов при организации и прохождении некатегорированных и категорированных туристских маршрутов в природной среде.

Объектами профессиональной деятельности слушателей являются:

- лица, замещающие должности (претендующие на замещение должностей), для получения квалификации «Инструктор-проводник при занятиях пешеходным туризмом и трекингом (5 уровень квалификации, код «А»)». Лица, кто решил получить новую квалификацию и (или) приобрести и развить имеющиеся знания, компетенции и навыки в области пешеходного туризма и трекинга.

Слушателями являются лица, имеющие или получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование. Желателен практический опыт в сфере пешеходного туризма.

1.1. Нормативная правовая база разработки дополнительной профессиональной программы профессиональной подготовки

Нормативно-правовую базу разработки ДОП составляют:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ).

2. Приказ Минобрнауки РФ от 01.07.2013 года № 499 (в ред. приказ от 15.11.2013 № 1244) «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Федеральный закон от 20 апреля 2021 г. N 93-ФЗ "О внесении изменений в Федеральный закон "Об основах туристской деятельности в Российской Федерации" в части правового регулирования деятельности экскурсоводов (гидов), гидов-переводчиков и инструкторов-проводников" (Собрание законодательства Российской Федерации, 2021, N 17, ст. 2879)

4. Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 декабря 2021 г. N 914н "Об утверждении профессионального стандарта "Инструктор-проводник".

5. Приказ Министерства образования и науки РФ от 7 мая 2014 г. N 474 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 43.02.10 Туризм".

6. Приказ Министерства образования и науки РФ от 8 июня 2017 г. N 516 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 43.03.02 Туризм".

7. Нормативно-методические документы Минобрнауки России.
8. Положение Башкирского института физической культуры (филиала) ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры».

Цель и задачи реализации программы

Цель: качественное изменение профессиональных компетенций, необходимых для выполнения следующих трудовых функций в рамках имеющейся квалификации, необходимых для ведения профессиональной деятельности в сфере туризма, физической культуры и спорта.

Задачи: приобретение знаний, умений и навыков в области туризма, физической культуры и спорта; физическое совершенствование; формирование культуры здорового и безопасного образа жизни; укрепление здоровья детей и взрослых.

1.3. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимые для освоения программы

К освоению дополнительной профессиональной программы профессиональной подготовки допускаются: лица, имеющие высшее или среднее профессиональное образование, а также студенты выпускных курсов.

Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца.

1.2. Планируемые результаты обучения (перечень и характеристики формирующихся компетенций и трудовых функций)

В соответствии с профессиональным стандартом 33.023 «Инструктор-проводник», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 декабря 2021 года N 914н от 24 декабря 2021 года N 914н, программа направлена на формирование и (или) совершенствование следующих трудовых функций:

А/01.5 Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

А/02.5 Сопровождение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

А/03.5 Проведение работ во время аварийных ситуаций при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.

Профессиональные компетенции:

ОПК-1. Способен применять технологические новации и современное программное обеспечение в туристской сфере;

ОПК-2. Способен осуществлять основные функции управления туристской деятельностью;

ОПК-3. Способен обеспечивать требуемое качество процессов оказания услуг в избранной сфере профессиональной деятельности;

ОПК-4. Способен осуществлять исследование туристского рынка, организовывать продажи и продвижение туристского продукта;

ОПК-5. Способен принимать экономически обоснованные решения, обеспечивать экономическую эффективность организаций избранной сферы профессиональной деятельности;

ОПК-6. Способен применять законодательство Российской Федерации, а также нормы международного права при осуществлении профессиональной деятельности;

ОПК-7. Способен обеспечивать безопасность обслуживания потребителей и соблюдение требований заинтересованных сторон на основании выполнения норм и правил охраны труда и техники безопасности;

ОПК-8. Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности.

Планируемые результаты освоения дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Трудовые функции (компетенции)		Профессиональная компетенция			
А/01.05					
Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	Необходимые знания	Физико-географические особенности района путешествия.	ОПК-1	Способен разработать туристский продукт на основе современных технологий	Знать: физико-географическое особенности, погодно-климатические условия, флору и фауну, особенности водных ресурсов района путешествия; социально-культурные особенности, традиции, нормы и правила поведения принятые в районе путешествия; принципы составления локального прогноза погоды; состав и свойства личного и группового снаряжения; способы организации бивуака в различной местности, правила охраны природы при занятиях туризмом, правила соблюдения экологической безопасности.
		Погодно-климатические условия района путешествия.			
		Флору и фауну района путешествия.			
		Характер и особенности района путешествия			
		Особенности водных ресурсов: реки, ручьи, озера.			
		Социально-культурные особенности района маршрута.			
		Традиции, нормы и правила поведения, принятые в районе путешествия.			
		Базовые принципы составления краткосрочного локального прогноза погоды на основе анализа доступных метеорологических данных и собственных наблюдений за погодой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.			
		Правила безопасности при использовании различных видов личного, группового, страховочного и специального ту-			

		<p>ристского снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Методы организации бивуаков в лесной и горной местности.</p> <p>Общие принципы охраны природы при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Основные способы соблюдения экологической безопасности и минимизации негативного воздействия на природу при проведении путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p>		
	Необходимые умения	<p>Разрабатывать и планировать маршрут при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p> <p>Собирать и анализировать информацию о физико-географических и социально-культурных особенностях района маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Оценивать риски предполагаемого маршрута, включая оценку погодно-климатических условий при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Составлять подробный график маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Планировать запасные варианты прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Разрабатывать план действий при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастном случае в группе при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Регистрировать туристские группы и туристов в территориальных органах Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (далее МЧС</p>		<p>Уметь: разрабатывать и планировать маршрут похода, собирать и анализировать информацию физико-географических и социально-культурных особенностей района маршрута; составлять план-график маршрута; оценивать риски на маршруте, включая погодно-климатические и др.; планировать запасные варианты маршрута на случай непредвиденных и чрезвычайных происшествий; регистрировать туристские группы и туристов в территориальных органах МЧС; составлять списки необходимого снаряжения и подготавливать его к маршруту; планировать питание и питьевой режим на маршруте, составлять раскладку продуктов; проводить инструктаж по технике безопасности на маршруте; планировать связь и проверять средства связи на маршруте.</p>

		<p>России) или в службах спасения.</p> <p>Подготавливать снаряжение при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p> <p>Составлять списки необходимого снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Проверять личное и групповое снаряжение перед выходом на маршрут при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p> <p>Планировать питание и питьевой режим на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Составлять раскладку продуктов и меню питания, питьевого режима с учетом предпочтений клиентов (участников группы) и специфики приготовления пищи и водообеспечения в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Проводить инструктаж по правилам безопасности перед выходом на маршрут при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Планировать связь на маршруте, проверять исправность средств связи.</p>			
	<p>Трудовые действия</p>	<p>Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p> <p>Сбор и анализ информации о физико-географических и социально-культурных особенностях района маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Оценка рисков предполагаемого маршрута, включая оценку погодных-климатических условий при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Составление подробного графика маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>			<p>Владеть: навыками разработки и планирования маршрута похода, сбора и анализа информации о физико-географических и социально-культурных особенностях района маршрута; навыками составления плана графика маршрута; оценкой рисков на маршруте, включая погодные-климатические и др.; планированием запасных вариантов маршрута на случай непредвиденных и чрезвычайных происше-</p>

		<p>Планирование запасных вариантов прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Разработка плана действий при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастном случае в группе при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Организация регистрации туристских групп и туристов в территориальных органах Министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (далее МЧС России) или в службах спасения.</p> <p>Подготовка снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p> <p>Составление списков необходимого снаряжения при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Проверка личного и группового снаряжения перед выходом на маршрут при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p> <p>Планирование питания и питьевого режима на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Составление меню питания и раскладки продуктов, питьевого режима с учетом предпочтений клиентов (участников группы) и специфики приготовления пищи и водообеспечения в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Проведение инструктажа по правилам безопасности перед выходом на маршрут при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Планирование связи на маршруте, проверка исправности средств связи.</p>			<p>ствий; организацией регистрации туристских групп и туристов в территориальных органах МЧС; составлением списков необходимого снаряжения и подготовкой его к маршруту; планированием питания и питьевого режима на маршруте, составлением раскладки продуктов; проведением инструктажа по технике безопасности на маршруте; планированием связи и проверкой средств связи на маршруте.</p>
Сопровож	Необхо-	Способы проведения пешеход-	ПК-2	Способен	Знать: как проводить

<p>дение и обеспечение безопасности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p>	<p>идимые знания</p>	<p>ных маршрутов в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>	<p>сопровождать туриста на маршруте и обеспечивать их безопасность</p>	<p>пешеходные маршруты и обеспечивать их безопасность; приёмы мониторинга, анализа и оценки различных видов опасностей в природной среде; способы ориентирования с использованием специальных технических средств и без них; способы организации жизнедеятельности на маршруте — разбивка бивуака, приготовление пищи, обеспечение питьевой водой; контакты территориальных органов МЧС России или спасательных служб региона проведения путешествия; способы коммуникации с клиентом и основы психологии малых групп.</p>
		<p>Мониторинг, анализ и оценка различных видов опасностей и рисков при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>		
		<p>Основные способы обеспечения безопасности</p>		
		<p>Способы ориентирования в лесной и горной местности как с использованием специальных средств, в том числе технических (карты, компасы, спутниковые навигационные системы), так и без использования специальных технических средств (по небесным светилам, по местным признакам и явлениям природы)</p>		
		<p>Способы организации быта, питания в пешеходных путешествиях в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>		
		<p>Основные способы организации бивуаков в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>		
		<p>Основные способы приготовления пищи и добычи воды, её очистки и обеззараживания в походных условиях при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>		
		<p>Номера контактных телефонов территориальных органов МЧС России или спасательных служб в районе прохождения маршрута</p>		
		<p>Основные способы поддержания коммуникации с клиентом или группой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом</p>		
		<p>Основные способы разрешения конфликтных ситуаций</p>		
<p>Необходимые умения</p>	<p>Обеспечивать безопасность, профилактику и минимизацию опасностей и рисков, возможных на всех этапах прохождения маршрута при занятиях пе-</p>	<p>Уметь: обеспечивать безопасное прохождение маршрута; передвигаться по тропам с различным покрытием</p>		

	<p>пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Передвигаться в лесной и горной местности по тропам с разным покрытием и без троп, с учётом разной растительности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Передвигаться по простым горным травянистым, осыпным и снежным склонам, не требующим применения альпинистской страховки при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Переправляться через лесные и горные реки</p> <p>Ориентироваться в лесной и горной местности используя топографические карты и компас, без применения карт и компаса, а так же в условиях плохой видимости при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Пользоваться спутниковыми навигационными системами</p> <p>Готовить пищу в походных условиях</p> <p>Обустраивать бивуаки в лесной и горной местности.</p> <p>Поддерживать коммуникацию с клиентом или группой при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>		<p>и без них по разнообразному растительному покрову; передвигаться по простым травянистым, осыпным и снежным склонам не требующим применения группового страховочного снаряжения; переправляться через равнинные и горные реки; ориентироваться на местности с помощью технических средств и без них; пользоваться спутниковыми навигационными системами; готовить пищу и обустраивать бивуаки в природных условиях; поддерживать коммуникацию с клиентами в разных условиях во время прохождения маршрута.</p>
<p>Трудовые действия</p>	<p>Сопровождение клиентов во время пешеходных путешествий в лесной и горной местности при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Руководство группой на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Принятие мер безопасности во время прохождения маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Выбор оптимальной тактики прохождения маршрута в зависимости от потенциальных опасностей при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>		<p>Владеть: навыками сопровождения клиентов во время путешествий в природной среде; руководством процесса передвижения группы в природной среде и обеспечения её жизнедеятельности; техникой и тактикой прохождения маршрута обеспечивающей оптимальные безопасные условия нахождения в природной среде; ориентированием на местности; навыками организации движения</p>

	<p>Движение группы на маршруте: лидирование и замыкание при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Ориентирование на местности, выбор оптимального темпа передвижения и режима отдыха при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Выбор оптимального темпа и режима отдыха при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Коммуникация с клиентами, оказание помощи клиентам, консультирование и инструктирование клиентов во время маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Налаживание быта, организация питания и питьевого режима клиентов на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Приготовление и организация приема пищи, питьевой воды при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Обустройство бивуаков и мест отдыха на маршруте при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p> <p>Принятие мер по минимизации негативного воздействия на природу при занятиях пешеходным туризмом и трекингом.</p>			и отдыха группы; организацией жизнедеятельности коллектива в природной среде — бивуак, организация питания, обеспечения водой; применением экологических норм и правил поведения в природной среде; навыками разрешения конфликтных ситуаций.
--	---	--	--	---

1.4. Нормативная трудоемкость обучения

Трудоемкость обучения по данной программе – 260 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя. Общий срок обучения – 8 недель.

Документ, выдаваемый после завершения обучения

Диплом о профессиональной переподготовке установленного в ФГБОУ ВО «Уральский государственный университет физической культуры» образца.

1.6. Организационно-педагогические условия реализации дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Организация образовательной деятельности по программе.

Реализация программы профессиональной переподготовки направлена на получение новых компетенций, необходимой для профессиональной деятельности в сфере физической культуры и фитнеса. Образовательная деятельность по программе предполагает очную форму обучения с применением дистанционных образовательных технологий (лекционные и практические занятия), проведение лекций, консультаций по самостоятельной работе и сдача итогового экзамена.

Материально-техническое обеспечение программы.

Реализация программы предполагает наличие учебной аудитории для проведения лекционных, семинарских и практических занятий.

Оборудование и техническое оснащение учебной аудитории:

- компьютеризированное рабочее место для преподавателя;
- рабочие места для слушателей;
- мультимедийный проектор, экран;
- доступ слушателей к учебно-методической, нормативно-правовой и научной литературе: учебникам, книгам, журналам;
- демонстрационные комплекты учебно-наглядных пособий (таблицы, рисунки, схемы, слайды);
- физкультурно-оздоровительный комплекс для проведения практических занятий, включающий в себя оборудованные спортивные и тренажерные залы и другие помещения, необходимые для занятий.

Форма обучения

Форма обучения – очная, с использованием дистанционных образовательных технологий, которая сочетает контактную работу обучающихся с преподавателем (в том числе применением дистанционных образовательных технологий), включает в себя занятия лекционного типа, и (или) занятия практического/семинарского типа, и (или) групповые консультации, и (или) индивидуальную работу обучающихся с преподавателем.

1.7. Кадровые условия реализации программы

Реализация образовательной программы обеспечивается научно-педагогическими кадрами, имеющими базовое образование, соответствующее профилю преподаваемой дисциплины, или высшее с профессиональной переподготовкой, регулярно проходящие курсы по повышению квалификации. Так же к реализации образовательной программы привлекаются преподаватели, имеющие государственные почетные звания, «За заслуги в развитии туризма в Республике Башкортостан», «Заслуженного тренера России», «Заслуженного работника физической культуры Российской Федерации», спортивные звания (ЗМС, МСМК, МС); лауреаты государственных премий в сфере физической культуры и спорта.

Пестов Николай Михайлович	Директор, «Заслуженный путешественник России», «Лучший тренер Республики Башкортостан», «Мастер туризма», член Русского географического общества	Городской центр туризма, краеведения и экскурсий
Пивень Сергей Олегович	«Мастер туризма» (46), Старший инструктор спортивного туризма Водный (личный №4713-154), Нагрудный знак за развитие туризма в Республике Башкортостан, спортивный судья Всероссийской категории	Городской центр туризма, краеведения и экскурсий
Култаев Андрей Александрович	Спортивный судья первой категории Почетный знак «За заслуги в развитии туризма в Республике Башкортостан» (202)	Городской центр туризма, краеведения и экскурсий
Крутько Виктория Борисовна	канд. пед. наук, доцент	Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК»
Швец Регина Ренатовна	канд. пед. наук, доцент	Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК»
Маликова Алла Рифовна	канд. пед. наук, доцент	Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК»
Омарова Рина Маратовна	Старший преподаватель	Башкирский институт физической культуры (филиал) ФГБОУ ВО «УралГУФК»

2.1. Примерный календарный учебный график программы профессиональной переподготовки

Срок освоения: 260 академических часов

Форма обучения: очная

Содержание дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

<i>Теоретическая часть, всего 87 часа</i>					
	Всего часов	Л	П	СРС	Лектор
Концептуальная основа и нормативно-правовое обеспечение туристской деятельности в РФ					
Установочная лекция: концепция курса, формы работы, тестирование, проведение аттестации.	1	1			Крутько В.Б.
Туризм в России: история и современность.	4	4			Крутько В.Б.
Стратегия развития туризма 2035, Национальный проект "Туризм". Активные маршруты – современный тренд.	2	2			Крутько В.Б.
Международный опыт подготовки инструкторов-проводников	2	2			Крутько В.Б.
Нормативно-правовые обеспечения деятельности инструкторов-проводников: от стандарта к аттестации	4	4			Крутько В.Б.
Активный туризм: особенности заключения договоров с туристами. Взаимодействие с МЧС. Страхование.	4	4			Крутько В.Б.
Всего часов	17	17	0	0	
Общегуманитарные компетенции деятельности инструктора-проводника					
Особенности возрастной психологии, Психология групп. Групповая динамика туристических группах	6	6			Швец Р.Р.
Имидж и этикет инструктора-проводника. Риторика и культура речи Конфликтология - природа конфликта	6	4	2		Омарова Р.М.
Основы экскурсоведения. Методы и приемы экскурсионного рассказа и показа.	4	4			Омарова Р.М.
Паспорт маршрута.	4	4			Крутько В.Б.
Требования к общей физической, специальной физической и технической подготовке на пешеходных маршрутах	4	4			Крутько В.Б.
Всего часов	24	22	2	0	
Топография и ориентирование.					
Топографические и спортивные карты. Условные знаки	6	4		2	Маликова А.Р.
Способы ориентирования на местности	4	4			Маликова А.Р.
Техника и тактика ориентирования	4	4			Маликова А.Р.
Использование современных средств при подготовке и фиксации пройденного маршрута.	4	4			Маликова А.Р.

Метеорология	8	8			Маликова А. Р.
Всего часов	26	24	0	2	
Оказание первой помощи.					
Алгоритм оказания первой помощи	2	2			Попов А.Н.
Первая помощь при острых состояниях, мероприятия по подробному осмотру пострадавшего.	6	2	4		Попов А.Н.
Десмургия	2		2		Попов А.Н.
Первая помощь при ожогах и обморожениях, при переохлаждении и перегревах (<i>Состав медицинской аптечки</i>)	2		2		Попов А.Н.
Первичная диагностика заболеваний, отравление, горная болезнь. (<i>Состав медицинской аптечки</i>)	4		2	2	Попов А.Н.
Транспортировка пострадавшего силами группы с использованием подручных средств.	4		4		Попов А.Н.
Всего часов	20	4	14	2	
Всего часов по модулю	87	67	16	4	

МОДУЛЬ 1

Программа профессиональной переподготовки Модуль специальности «Пеший туризм и трекинг», всего 173 часа					
Пеший туризм. Специальная подготовка (59ч).	Всего часов	Л	П	СР С	Лектор
Подготовка к походу. Общие правила	4	4			Пивень С. О.
Личное и групповое специальное снаряжение для прохождения маршрутов 1 - 2 к.с. при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	8	2	6		Култаев А.А.
Организация движения на маршруте. (Тактика движения на маршруте. Темп передвижения и режим отдыха на маршруте. Лидирование и замыкание группы).	10	4	6		Пивень С. О.
Отработка технических приемов и навыков работы с веревкой. Сматывание и переноска. Маркировка. Вязка узлов. Навеска перил.	12		10	2	Култаев А.А.
Тактические решения при преодолении препятствий. Проведение инструктажа для группы.	6	2	4		Пестов Н.М.
Документация похода. Подготовка маршрутных документов, регистрация в МКК и МЧС.	5	2	2	1	Пестов Н.М.
Основные способы организации быта. Правила организации костров. Виды костров. Безопасность.	14	6	6	2	Култаев А.А.
Всего часов	59	20	34	5	
Отработка навыков по пешеходному туризму. Прохождение туристского похода 1 КС (108ч)					
Скальный рельеф (до 35 град): лазание, движение на трении, точки опоры, организация станций,	14	4	10		Пивень С. О.

подъем, спуск по веревке, спуск партнера по веревке. Движение по несложным скалам: выбор направления, тестирование опор; зацепы, захваты, распоры; постановка ног, положение туловища.				2	
Преодоление участка труднопроходимого болота. Страховка, самостраховка. Использование слег.	8		6	2	Пивень С. О.
Переправы через лесные и горные реки 1А - 1Б к.т. Переправа вброд. Укладка бревна (5 м и более), переправа с перилами.	12	4	8		Пивень С. О.
Движение по тропам. Тактика и техника передвижения. Обеспечение безопасности.	10	2	6		Пивень С. О.
Движение по залесенным, травянистым и снежным склонам. Использование альпенштока, ледоруба, кошек. Отработка приемов самостраховки и самозадержания.	10		8	2	Пивень С. О.
Движение по осыпям: крупным, средним, мелким, «живым».	10		8	2	Пивень С. О.
Отработка простейших приемов страховки. Фактор "рывка".	6		6		Култаев А.А.
Ориентирование и выбор оптимального пути на маршруте в лесной и горной местности. Особенно ориентирования в условиях плохой видимости.	8		6	2	Пестов Н.М.
Организация туристского быта, привалы и ночлеги.	12	6	6		Култаев А.А.
Организация питания и питьевого режима. Составление меню, расчет калорий	6	2	2	2	Култаев А.А.
Обеспечение личной гигиены. Контроль и самоконтроль физического состояния на маршруте.	4	2		2	Пестов Н.М.
Организация аварийного бивуака в лесной и горной местности.	8	2	6		Пестов Н.М.
Всего часов	108	22	72	14	
Всего часов модуля:	167	42	106	19	
Экзамен	6				Крутько, Пестов
Всего программы	260	109	122	23	

МОДУЛЬ 2

Программа профессиональной переподготовки Модуль Специальности "Инструктор-проводник по водному туризму" <i>всего 173 часа</i>					
Отработка навыков по водному туризму. Специальная подготовка. (63ч)	Всего часов	Л	П	СРС	
Водные препятствия, категории трудности, характеристики. Водные маршруты 1 - 2 к.с.	4		2	2	Пивень С. О.
Обзор районов проведения водных маршрутов.	2		2		Пивень С. О.
Особенности организации быта и питания на водных маршрутах	4		2	2	Култаев А.А.
Личное и групповое специальное снаряжение для водных маршрутов 1 - 2 к.с.	4		2	2	Култаев А.А.
Факторы стратегического планирования. Разработка водного маршрута 1 - 2 к.с. (в районе проведения практических занятий)	2		2		Пивень С. О.

Организация движения на маршруте. Тактика и техника преодоления водных препятствий. Лидирование на различном водном рельефе.	6	2	2	2	Пивень С. О.
Требования к общей физической, специальной физической и технической подготовке на водных маршрутах.	8	2	4	2	Крутько В. Б.
Причины травматизма на туристских маршрутах. Основы безопасности и выживания. Инструктаж по технике безопасности, его оформление.	8	4	2	2	Култаев А.А.
Планирование маршрута.	8	4	4		Пивень С. О.
Типы судов, их особенности, назначение.	14	2	10	2	Култаев А.А.
Документация похода. Подготовка маршрутных документов, регистрация в МКК и МЧС.	9	4	4	1	Пестов Н.М.
Отработка навыков по водному туризму. Сплав (110ч)					
Переправы через горные реки и потоки.	6		4	2	Пестов Н.М.
Действия в экстремальных условиях. Поисково-спасательные работы при занятиях водным туризмом.	6	2	2	2	Пестов Н.М.
Динамика водного потока. Уровень воды, особенности планирования маршрута при разном уровне воды. Тактика.	14	4	10		Пестов Н.М.
Техника гребли, управления судном.	28	4	24		Пестов Н.М.
Естественные и искусственные препятствия на водном маршруте. Тактика и техника их преодоления.	24	4	20		Пестов Н.М.
Организация ночлега.	20	2	18		Пестов Н.М.
Всего часов модуля:	167	34	114	19	
Экзамен	6				Крутько, Пестов
Всего программы	260	101	130	23	

Календарный учебный график

Примерный график распределения видов учебной нагрузки по неделям обучения (для одной группы обучающихся)

Теоретическая часть, всего 87 часа				
Неделя	1	2	3	
Установочная лекция: концепция курса, формы работы, тестирование, проведение аттестации.	1			
Туризм в России: история и современность.	4			
Стратегия развития туризма 2035, Национальный проект "Туризм". Активные маршруты – современный тренд.	2			
Международный опыт подготовки инструкторов-проводников	2			
Нормативно-правовые обеспечения деятельности инструкторов-проводников: от стандарта к аттестации	4			
Активный туризм: особенности заключения договоров с туристами. Взаимодействие с МЧС. Страхование.	4			
Особенности возрастной психологии, Психология групп. Групповая динамика туристических группах	6			
Имидж и этикет инструктора-проводника. Риторика и культура речи Конфликтология - природа конфликта	4	2		
Основы экскурсоведения. Методы и приемы экскурсионного рассказа и показа.	4			
Паспорт маршрута.		4		
Требования к общей физической, специальной физической и технической подготовке на пешеходных маршрутах		4		
Топографические и спортивные карты. Условные знаки			6	
Способы ориентирования на местности		4		
Техника и тактика ориентирования		4		
Использование современных средств при подготовке и фиксации пройденного маршрута.		4		
Метеорология		8		
Алгоритм оказания первой помощи			2	
Первая помощь при острых состояниях, мероприятия по подробному осмотру пострадавшего.			6	
Десмургия			2	
Первая помощь при ожогах и обморожениях, при переохлаждении и перегревах (<i>Состав медицинской аптечки</i>)			2	
Первичная диагностика заболеваний, отравление, горная болезнь. (<i>Состав медицинской аптечки</i>)			4	
Транспортировка пострадавшего силами группы с использованием подручных средств.			4	
Всего часов теоретической части	31	30	26	
Всего часов по модулю				87

Программа профессиональной переподготовки					
Модуль специальности «Пеший туризм и трекинг», всего 173 часа					
Неделя	4	5	6	7	8
Подготовка к походу. Общие правила	4				
Личное и групповое специальное снаряжение для прохождения маршрутов 1 - 2 к.с. при занятиях пешеходным туризмом и трекингом	8				
Организация движения на маршруте. (Тактика движения на маршруте. Темп передвижения и режим отдыха на маршруте. Лидирование и замыкание группы).	6	4			
Движение по тропам. Тактика и техника передвижения. Обеспечение безопасности.	10				
Движение по залесенным, травянистым и снежным склонам. Использование альпенштока, ледоруба, кошек. Отработка приемов самостраховки и самозадержания.			10		
Движение по осыпям: крупным, средним, мелким, «живым».		10			
Отработка простейших приемов страховки. Фактор "рывка".	6				
Отработка технических приемов и навыков работы с веревкой. Сматывание и переноска. Маркировка. Вязка узлов. Навеска перил.		12			
Скальный рельеф (до 35 град): лазание, движение на трении, точки опоры, организация станций, подъем, спуск по веревке, спуск партнера по веревке. Движение по несложным скалам: выбор направления, тестирование опор; зацепы, захваты, распоры; постановка ног, положение туловища.		6	10		
Преодоление участка труднопроходимого болота. Страховка, самостраховка. Использование слег.			8		
Переправы через лесные и горные реки 1А - 1Б к.т. Переправа вброд. Укладка бревна (5 м и более), переправа с перилами.				12	
Тактические решения при преодолении препятствий. Проведение инструктажа для группы.				6	
Ориентирование и выбор оптимального пути на маршруте в лесной и горной местности. Особенности ориентирования в условиях плохой видимости.				8	
Организация туристского быта, привалы и ночлеги.			4	8	
Основные способы организации быта. Правила организации костров. Виды костров. Безопасность.					14
Организация питания и питьевого режима. Составление меню, расчет калорий					4
Обеспечение личной гигиены. Контроль и самоконтроль физического состояния на маршруте.					4
Организация аварийного бивуака в лесной и горной местности.					8
Документация похода. Подготовка маршрутных документов, регистрация в МКК и МЧС.		2	3		
Экзамен					6
Всего часов первого модуля	34	34	35	34	36
Всего часов по модулю	173				

Программа профессиональной переподготовки
Модуль специальности "Водный туризм" *всего 173 часа*

Неделя	4	5	6	7	8
Водные препятствия, категории трудности, характеристики. Водные маршруты 1 - 2 к.с.	4				
Обзор районов проведения водных маршрутов.	2				
Особенности организации быта и питания на водных маршрутах	4				
Личное и групповое специальное снаряжение для водных маршрутов 1 - 2 к.с.		4			
Факторы стратегического планирования. Разработка водного маршрута 1 - 2 к.с. (в районе проведения практических занятий)	2				
Организация движения на маршруте. Тактика и техника преодоления водных препятствий. Лидирование на различном водном рельефе.		6			
Переправы через горные реки и потоки.		6			
Требования к общей физической, специальной физической и технической подготовке на водных маршрутах.	2				
Причины травматизма на туристских маршрутах. Основы безопасности и выживания. Инструктаж по технике безопасности, его оформление.	4	4			
Действия в экстремальных условиях. Поисково-спасательные работы при занятиях водным туризмом.	6				
Планирование маршрута.	4	4			
Документация похода. Подготовка маршрутных документов, регистрация в МКК и МЧС.	2	4			
Типы судов, их особенности, назначение.				10	4
Динамика водного потока. Уровень воды, особенности планирования маршрута при разном уровне воды. Тактика.		4	10		
Техника гребли, управления судном.	4				24
Естественные и искусственные препятствия на водном маршруте. Тактика и техника их преодоления.				24	
Организация ночлега.			20		
Документация похода. Подготовка маршрутных документов, регистрация в МКК и МЧС.		4	5		
Экзамен					6
Всего часов 2 модуля: 173	34	36	35	34	34
Всего программы 260 часов; 87 заочно+ 139 очное + 28 самостоятельная работа +6 экзамен					

Вопросы к квалификационному экзамену «Водный туризм»».

1. Тестовые вопросы Тема: «Нормативно – правовое обеспечение деятельности инструктора проводника по водному туризму»

1. Какой документ регулирует туристскую отрасль в РФ?
2. Какое ведомство в России отвечает за деятельность туристской отрасли?
3. В каком документе указаны необходимые для инструктора – проводника знания, умения и навыки?
4. Что из перечисленного относится к трудовым функциям инструктора проводника по водному туризму?

5. Разработка и планирование маршрута при занятиях водным туризмом является обязательной трудовой функцией для инструктора – проводника по пе-

шеходному туризму?

6. Что из перечисленного НЕ относится к необходимым знаниям инструктора проводника по водному туризму?

7. Кто отвечает за разработку плана действий при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастном случае в группе при занятиях водным туризмом? 8. Кто проводит инструктаж по технике безопасности туристов перед прохождением маршрута?

Тема: «Оказание первой помощи»

1. Во время оказания первой помощи пострадавший внезапно побледнел, перестал реагировать на окружающее. Укажите, с чего вы начнете оказывать первую помощь:

2. Для временной остановки артериального кровотечения необходимо выполнить следующие действия:

3. Какая частота надавливания при проведении компрессии грудной клетки является правильной?

4. Какое положение следует придать пострадавшему с травмой груди?

5. Какие признаки являются признаками артериального кровотечения?

6. Что проверяется у пострадавшего при определении признаков жизни?

7. По какому признаку контролируется правильная глубина вдоха искусственного дыхания при проведении сердечно-легочной реанимации?

8. В каких случаях первая помощь НЕ оказывается?

9. Какие мероприятия первой помощи выполняются при признаках закупорки дыхательных путей умеренной степени?

10. Какие признаки являются признаками внутреннего кровотечения?

11. Как осуществляется наблюдение за пострадавшим, которому оказана первая помощь?

12. Что является основными способами остановки кровотечения при ранении головы?

13. Какие мероприятия по оказанию первой помощи при внезапной потере сознания нужно провести?

14. Какой алгоритм действий применяется при оказании помощи при утоплении?

Тема: «Топография и спортивное ориентирование»

1. Топографические карты – самые подробные. Для чего тогда нужны карты OSM или ГГЦ?

2. Как правильно ориентироваться по Солнцу и часам?

3. Что такое азимут?

4. К какому ориентиру лучше привязываться при заходе в лес (или в целом – при движении по азимуту)?

5. В каком формате нужно сохранить трек для заливки в навигатор Garmin?

6. Какое приложение на телефон для офлайн-навигации наиболее удобно?

7. Что значит «упреждение» при движении по азимуту?

8. Как «привязаться» к линейному ориентиру (дороге) при заходе в лес, при условии, что нужно вернуться на неё?

9. Какому расстоянию на местности соответствует 5 см на карте масштаба

Тема: «Общетуристская подготовка»

1. Где нельзя располагать костер при организации бивуака?
2. В каком месте нельзя ставить палатку?
3. Как правильно выбрать место для бивуака?
4. Какие продукты рекомендованы брать в поход?
5. Какие продукты не рекомендовано брать в поход?
6. Укажите, какие продукты являются наиболее калорийными?
7. Укажите продукты, являющиеся сильными аллергенами.
8. Укажите типы правильной упаковки продуктов для похода.
9. Что из перечисленного является групповым снаряжением?
10. Что из перечисленного относится к личному снаряжению?
11. Какой оптимальный вес рюкзака рекомендован для 3-дневного похода?
12. Аптечка является принадлежностью личного или группового снаряжения?

Тема: «Специальная подготовка по водному туризму»

1. «Простое» препятствие: валы, несложная шивера, порог, прижим, завал, скорость воды и уклон невелики – это описание препятствий какой категории сложности?
2. На основании каких данных каждый туристский маршрут мы относим к соответствующей категории сложности?
3. От чего зависит выбор региона маршрута похода?
4. Из его состоит перечень организационных мероприятий перед выходом на маршрут?
5. От чего зависит скорости движения на маршруте?
6. Какие занятия требуется провести с группой туристов перед началом маршрута?
8. Какие виды осмотра препятствий существуют?
9. Как проходит основная струя реки, когда река поворачивает?
10. Какой участок реки называется языком?
11. Какие типы валов встречаются на водоемах?
12. Падающая с уступа вода обладает избытком кинетической энергии, которая тратится на формирование циркуляции и обратного течения (обратки) - это описание какого явления?
13. Как необходимо проходить прижим?
14. Назовите опасные объекты на воде (не структурного типа).

Практические задания к квалификационному экзамену (выполняются в природной среде, на соответствующем рельефе).

Блок № 1. «Работа с веревкой».

1. Продемонстрировать навык вязания основных узлов, применяемых в пешеходном туризме и трекинге, пояснить их особенности и назначение (проводник «восьмерка», булинь, «восьмерка одним концом», стремя, шкотовый, грейпвайн, УИАА).
2. Осуществить организацию станции и закрепление веревки (станционная петля, основная веревка).

3. Осуществить организацию страховки для экскурсантов при движении вверх.
4. Осуществить организацию страховки при движении вниз.

Блок 2. «Организация бивуака. Питание на маршруте».

1. Осуществить выбор места для бивуака. Организация бивуака на болотистой местности с обеспечением безопасности.
2. Осуществить выбор места для кухни.
3. Оборудовать место для приема пищи.
4. Оборудовать место для туалета.
5. Обозначить места для забора воды и мытья посуды.
6. Натянуть тент.
7. Поставить палатку.
8. Сложить костер.
9. Пример составления раскладки продуктов питания на группу.
10. Упаковка и транспортировка продуктов питания.

Блок 3. «Работа с группой. Психология, конфликты, ожидания туристов».

1. Провести инструктаж по технике безопасности.
2. Создать группу.
3. Определить роли и обязанности каждого участника в группе.
4. Продемонстрировать коммуникативные навыки при общении с группой.
5. Продемонстрировать способы выхода из конфликта.

Блок 4. «Топография и ориентирование».

1. Осуществить ориентирование карты и привязку карты к местности.
2. Определить стороны горизонта.
3. Определить точки стояния (по 2-3 ориентирам).
4. Осуществить движение по азимуту.
5. Осуществить движение по линейным, площадным и точечным.
6. Осуществить движение с упреждением.
7. Осуществить ввод координат объекта в GPS – навигатор.
8. Осуществить привязку карты к GPS – навигатору.
9. Осуществить поиск заданных точек с помощью GPS – навигатора.
10. Осуществить движение с помощью GPS – навигатора по заданному маршруту.

Блок 5. «Подготовка к походу».

1. Составить паспорт маршрута.
2. Подготовить уведомление в МЧС
3. Описать тактику прохождения маршрута
4. Описать выход из аварийной ситуации
5. Рассчитать необходимое количество группового снаряжения для группы 10 человек.

Блок 6. «Специальная подготовка по водному туризму». Отработка и закрепление навыков использования личного и специального снаряжения.

1. Разместить на судне лично/специальное снаряжение.

2. Прочитать условные сигналы.
3. Продемонстрировать навыки работы со спасательным концом.

Блок 6.1 «Специальная подготовка по водному туризму». Отработка базовых приемов страховки, самостраховки, самосплава на реках

1. Продемонстрировать самосплав в активной и пассивной фазах.
2. Продемонстрировать прием самосплава по струе с заходом в улово.
3. Отработать технику самосплава приема прохождения бочки.

Блок 6.2 «Специальная подготовка по водному туризму». Отработка тактики, техники движения при осмотре препятствий

1. Определить безопасную траекторию движения.
2. Провести инструктаж по технике безопасности.
3. Отработать прием страховки с берега.

Блок 6.3 «Специальная подготовка по водному туризму». Управление судами.

1. Отработать посадку на судно, высадку с судна.
2. Отработать технику причаливания.
3. Отработать управление судном на ровной/бурной воде.
4. Отработать прием прохождения судном валов носом, лагом, полулагом, кармой.
5. Отработать прием захода в улово, выхода на струю.

Блок 6.4 «Специальная подготовка по водному туризму». Прохождение препятствий.

1. Отработать прохождение бочки носом, лагом, полулагом.
2. Отработать навыки управления судном при попадании в бочки, прижимы, навалы, мели.

Блок 6.5. «Специальная подготовка по водному туризму». Страховка туристов (экскурсантов).

1. Отработка навыков самосплава с туристом (экскурсантом).
2. Отработка руководства с берега действиями клиента при самосплаве.
3. Отработка броска и ловли спасательного конца.

Блок 7. «Аварийная ситуация в походе».

1. Осуществить сбор информации по протоколу 5 W.
2. Провести инструктаж по спасательным работам.
3. Передать информацию по радиации.
4. Оказать первую помощь пострадавшему.
5. Организовать безопасную транспортировку пострадавшего по пересеченной местности.

Блок 8. «Оказание первой помощи»

1. Продемонстрировать алгоритм проведения первичного осмотра пострадавшего, определение признаков жизни (на статисте)
2. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при сильном кровотечении. (на статисте)

3. Продемонстрировать алгоритм сердечно-легочной реанимации пострадавшего. (на специальном манекене)
4. Продемонстрировать алгоритм первой помощи пострадавшему с травмой груди. (на статисте)
5. Продемонстрировать общий алгоритм первой помощи при травме. (на статисте)
6. Продемонстрировать алгоритм определения черепно-мозговой травмы и первой помощи при ее наличии. (на статисте)
7. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при ожоге. (на статисте)
8. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при переохлаждении. (на статисте)
9. Описать алгоритм первой помощи при полной или частичной закупорке дыхательных путей? (на специальном манекене или на статисте в специальном защитном жилете)
10. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при травме опорно-двигательного аппарата. (на статисте)
11. Организовать транспортировку пострадавшего из опасной зоны. (на статисте)
12. Организовать транспортировку пострадавшего на высокий берег. (на статисте)
13. Организовать транспортировку пострадавшего по тропе. (на статисте)
14. Продемонстрировать алгоритм вторичного (обзорного) осмотра пострадавшего. (на статисте)
15. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при судорогах и судорожном припадке? (на статисте)
16. Продемонстрировать действия, применяемые при оказании помощи при утоплении? (на специальном манекене и статисте)

Вопросы к квалификационному экзамену «Пешеходный туризм и трекинг».

1. Тестовые вопросы Тема: «Нормативно – правовое обеспечение деятельности инструктора проводника по пешеходному туризму и трекингу»
 1. Какой документ регулирует туристскую отрасль в РФ?
 2. Какое ведомство в России отвечает за деятельность туристской отрасли?
 3. В каком документе указаны необходимые для инструктора – проводника знания, умения и навыки?
 4. Что из перечисленного относится к трудовым функциям инструктора проводника по пешеходному туризму?
 5. Разработка и планирование маршрута при занятиях пешеходным туризмом и трекингом является обязательной трудовой функцией для инструктора – проводника по пешеходному туризму?

6. Что из перечисленного НЕ относится к необходимым знаниям инструктора проводника по пешеходному туризму?

7. Кто отвечает за разработку плана действий при возникновении чрезвычайной ситуации или несчастном случае в группе при занятиях пешеходным туризмом и трекингом?

8. Кто проводит инструктаж по технике безопасности туристов перед прохождением пешеходного маршрута?

Тема: «Оказание первой помощи»

1. Во время оказания первой помощи пострадавший внезапно побледнел, перестал реагировать на окружающее. Укажите, с чего вы начнете оказывать первую помощь:

2. Для временной остановки артериального кровотечения необходимо выполнить следующие действия:

3. Какая частота надавливания при проведении компрессии грудной клетки является правильной?

4. Какое положение следует придать пострадавшему с травмой груди?

5. Какие признаки являются признаками артериального кровотечения?

6. Что проверяется у пострадавшего при определении признаков жизни?

7. По какому признаку контролируется правильная глубина вдоха искусственного дыхания при проведении сердечно-легочной реанимации?

8. В каких случаях первая помощь НЕ оказывается?

9. Какие мероприятия первой помощи выполняются при признаках закупорки дыхательных путей умеренной степени?

10. Какие признаки являются признаками внутреннего кровотечения?

11. Как осуществляется наблюдение за пострадавшим, которому оказана первая помощь?

12. Что является основными способами остановки кровотечения при ранении головы?

13. Какие мероприятия по оказанию первой помощи при внезапной потере сознания нужно провести?

Тема: «Топография и спортивное ориентирование»

1. Топографические карты – самые подробные. Для чего тогда нужны карты OSM или ГГЦ?

2. Как правильно ориентироваться по Солнцу и часам?

3. Что такое азимут?

4. К какому ориентиру лучше привязываться при заходе в лес (или в целом – при движении по азимуту)?

5. В каком формате нужно сохранить трек для заливки в навигатор Garmin?

6. Какое приложение на телефон для офлайн-навигации наиболее удобно?

7. Что значит «упреждение» при движении по азимуту?

8. Как «привязаться» к линейному ориентиру (дороге) при заходе в лес, при условии, что нужно вернуться на неё?

Тема: «Общетуристская подготовка»

1. Где нельзя располагать костер при организации бивуака?
2. В каком месте нельзя ставить палатку?
3. Как правильно выбрать место для бивуака?
4. Какие продукты рекомендованы брать в поход?
5. Какие продукты не рекомендовано брать в поход?
6. Укажите, какие продукты являются наиболее калорийными?
7. Укажите продукты, являющиеся сильными аллергенами.
8. Укажите типы правильной упаковки продуктов для похода.
9. Что из перечисленного является групповым снаряжением?
10. Что из перечисленного относится к личному снаряжению?
11. Какой оптимальный вес рюкзака рекомендован для 3-дневного похода?
12. Аптечка является принадлежностью личного или группового снаряжения

Тема: «Специальная подготовка по пешеходному туризму и трекингу»

1. Если встать лицом к ветру, с какой стороны будет находиться область низкого давления?
2. Какому расстоянию на местности соответствует 5 см на карте масштаба 1:200 000?
3. Что необходимо учесть при оценке сложности переправы горной реки и выборе тактики переправы?
4. Как организуется страховка по отношению к переправляющемуся при переправе через реку вброд с шестом?
5. Как должны быть закреплены по отношению к бревну перила при переправе через реку по бревну?
6. Как следует подниматься по мелкой осыпи?
7. Сколько человек может одновременно работать на одном участке перил?
8. Как следует подниматься по мелкой осыпи?
9. Как при спуске по травянистому склону (до 35о) следует ставить ногу во избежание падения?

Общие вопросы по обеспечению безопасности:

1. Какие туристские узлы требуют обязательного наличия контрольного узла или узлов?
2. Как осуществляется привязывание пострадавшего к носилкам?
3. Где должна располагаться страховочная веревка при переправе
4. Где должна располагаться сопровождающая веревка при переправе
5. Какие по крутизне горные склоны наиболее лавиноопасны?
6. Как организуется страховка по отношению к переправляющемуся при переправе через реку вброд с шестом?
7. Какая крутизна склона считается лавиноопасной при глубине снега более 1 метра?
8. Что из перечисленного относится к мерам, направленным на обеспечение безопасности участников, на маршруте?
9. Субъективные опасности в туризме?
10. Какое место на рельефе будет наиболее опасным для поражения молнией при грозе в горах?
11. Как обезопасить себя от попадания молнии при грозе в горах?

12. Каким видом страховки являются перила?
13. В какое время суток в высокогорье уровень воды в верховьях горных рек достигает своего максимума?
14. Каким основным условиям должно отвечать место бивуака?
15. При подъеме и приближении по снежному склону к выходу скал в чём наибольшая опасность?
16. Какой стороной палатка ставится к ветру?
17. На какой период действует локальный лавинный прогноз?

2. Практические задания к квалификационному экзамену (выполняются в природной среде, на соответствующем рельефе).

Блок № 1. «Работа с веревкой».

1. Продемонстрировать навык вязания основных узлов, применяемых в пешеходном туризме и трекинге, пояснить их особенности и назначение (проводник «восьмерка», булинь, «восьмерка одним концом», стремя, шкотовый, грейпвайн, УИИАА).
2. Осуществить организацию станции и закрепление веревки (станционная петля, основная веревка).
3. Осуществить организацию страховки для экскурсантов при движении вверх.
4. Осуществить организацию страховки при движении вниз.

Блок 2. «Организация бивуака. Питание на маршруте».

1. Осуществить выбор места для бивуака. Организация бивуака на болотистой местности с обеспечением безопасности.
2. Осуществить выбор места для кухни.
3. Оборудовать место для приема пищи.
4. Оборудовать место для туалета.
5. Обозначить места для забора воды и мытья посуды.
6. Натянуть тент.
7. Поставить палатку.
8. Сложить костер.
9. Пример составления раскладки продуктов питания на группу.
10. Упаковка и транспортировка продуктов питания.

Блок 3. «Работа с группой. Психология, конфликты, ожидания туристов».

1. Провести инструктаж по технике безопасности.
2. Создать группу.
3. Определить роли и обязанности каждого участника в группе.
4. Продемонстрировать коммуникативные навыки при общении с группой.
5. Продемонстрировать способы выхода из конфликта.

Блок 4. «Топография и ориентирование».

1. Осуществить ориентирование карты и привязку карты к местности.
2. Определить стороны горизонта. 3. Определить точки стояния (по 2-3 ориентирам).

4. Осуществить движение по азимуту.
5. Осуществить движение по линейным, площадным и точечным.
6. Осуществить движение с упреждением.
7. Осуществить ввод координат объекта в GPS – навигатор.
8. Осуществить привязку карты к GPS – навигатору.
9. Осуществить поиск заданных точек с помощью GPS – навигатора.
10. Осуществить движение с помощью GPS – навигатора по заданному маршруту.

Блок 5. «Организация переправ».

1. Организация переправы по бревну. Бревно длиной более 5 м уложено и надежно закреплено. По указанию аттестационной комиссии для переправы по бревну организуется перильная страховка или страховка маятниковой и подтягивающей веревками.

2. Соискатель демонстрирует переправу на целевой берег и обратно.

3. По окончании демонстрации с помощью туристов (экскурсантов) снимает перила.

4. В организации переправы участвует не менее трех туристов (экскурсантов).

5. Организация переправы по перилам вброд. По указанию аттестационной комиссии перила могут быть косыми или со смещенным центром провисания. На целевом берегу перила закреплены на опоре, задействован участник, отвечающий требованиям п.3.8.

6. Для натяжения перил используется полиспаст. В натяжении перил принимают участие не менее трех туристов (экскурсантов).

7. Соискатель демонстрирует переправу на целевой берег и обратно, а также переправу груза туда и обратно.

8. По окончании демонстрации с помощью туристов (экскурсантов) снимает перила.

9. Для обеспечения безопасности все участники должны быть в касках.

10. Организация навесной переправы. На целевом берегу перила закреплены на опоре, задействован участник, отвечающий требованиям п.3.8.

11. Для натяжения перил используется полиспаст (не менее 4:1).

12. В натяжении перил принимает участие не менее трех туристов (экскурсантов).

13. Для обеспечения безопасности все участники должны быть в касках.

14. Переправа вброд «стенкой». В переправе принимает участие не менее трех туристов.

Блок 6. «Подготовка к походу».

1. Составить паспорт маршрута.

2. Подготовить уведомление в МЧС

3. Описать тактику прохождения маршрута

4. Описать выход из аварийной ситуации

5. Рассчитать необходимое количество группового снаряжения для группы 10 человек

Блок 7. «Работа на травянистых, осыпных, скальных и снежно-ледовых

склонах». 1. Инструктаж туриста (экскурсанта) по технике передвижения на травянистом склоне (подъем, спуск, траверс). Критерии оценки.

2. Организация перил на крутом травянистом склоне с обеспечением безопасности при прохождении туристов (экскурсантов).

3. Инструктаж туриста (экскурсанта) по технике передвижения по мелкой осыпи (подъем, спуск, траверс).

4. Демонстрация соискателем навыков передвижения по мелкой осыпи с обеспечением безопасности.

5. Инструктаж туриста (экскурсанта) по технике передвижения по средней осыпи.

6. Демонстрация соискателем навыков передвижения по средней осыпи с обеспечением безопасности.

7. Инструктаж туриста (экскурсанта) по технике передвижения по крупной осыпи.

8. Демонстрация соискателем навыков передвижения по крупной осыпи с обеспечением безопасности.

9. Инструктаж туриста (экскурсанта) по технике передвижения по снежному склону.

10. Передвижение по травянистым, скально-осыпным склонам крутизной от 20° до 45° с двумя туристами (экскурсантами), с обеспечением собственной безопасности и безопасности туристов (экскурсантов).

11. Подъем по скальному рельефу с двумя туристами (экскурсантами) попеременным движением. Маршрут, должен быть оборудован стационарными точками страховки, а также предполагать установку собственных точек страховки.

12. Спуск по скальному рельефу с двумя туристами (экскурсантами) с организацией промежуточной станции, с последующим продергиванием веревки. Маршрут, должен быть оборудован стационарными точками страховки, а также предполагать установку собственных точек страховки.

Блок 8. «Аварийная ситуация в походе».

1. Осуществить сбор информации по протоколу 5 W.

2. Провести инструктаж по спасательным работам.

3. Передать информацию по рации.

4. Оказать первую помощь пострадавшему.

5. Организовать безопасную транспортировку пострадавшего по пересеченной местности.

Блок 9. «Оказание первой помощи» 1. Продемонстрировать алгоритм проведения первичного осмотра пострадавшего, определение признаков жизни (на статисте)

2. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при сильном кровотечении. (на статисте)

3. Продемонстрировать алгоритм сердечно-легочной реанимации пострадавшего. (на специальном манекене)

4. Продемонстрировать алгоритм первой помощи пострадавшему с травмой груди. (на статисте)

5. Продемонстрировать общий алгоритм первой помощи при травме. (на ста-

тисте)

6. Продемонстрировать алгоритм определения черепно-мозговой травмы и первой помощи при ее наличии. (на статисте)

7. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при ожоге. (на статисте)

8. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при переохлаждении. (на статисте)

9. Описать алгоритм первой помощи при полной или частичной закупорке дыхательных путей? (на специальном манекене или на статисте в специальном защитном жилете)

10. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при травме опорно-двигательного аппарата. (на статисте)

11. Организовать транспортировку пострадавшего из опасной зоны. (на статисте)

12. Организовать транспортировку пострадавшего на высокий берег. (на статисте)

13. Организовать транспортировку пострадавшего по тропе. (на статисте)

14. Продемонстрировать алгоритм вторичного (обзорного) осмотра пострадавшего. (на статисте)

15. Продемонстрировать алгоритм первой помощи при судорогах и судорожном припадке? (на статисте)

16. Продемонстрировать действия, применяемые при оказании помощи при утоплении? (на специальном манекене и статисте)

18. Продемонстрировать действия при отморожениях пальцев рук у туриста (экскурсанта).

19. Осуществить переноска пострадавшего подручными средствами по узкой и широкой тропе силами одного и двух участников.

20. Осуществить вязку носилок из шестов для переноски «пострадавшего» в лежачем положении.

Разработчики дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки

Крутько Виктория Борисовна – доцент, канд. пед. наук, заведующий кафедрой сложнокоординационных и циклических видов спорта;

Маликова Алла Рифовна – канд. пед. наук.