

ЦЕНТРАЛЬНЫЙ СОВЕТ ПО ТУРИЗМУ И ЭКСКУРСИЯМ

УПРАВЛЕНИЕ САМОДЕЯТЕЛЬНОГО ТУРИЗМА

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ПРОВЕДЕНИЮ
УЧЕБНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
ПО СПЕЛЕОТУРИЗМУ**



Москва — 1976

Одобрено Управлением самодеятельного туризма Центрального совета по туризму и экскурсиям и рекомендовано для работников советов по туризму и экскурсиям, советов ДСО, туристских клубов и туристских секций коллективов физической культуры.

ВВЕДЕНИЕ

Спелеотуризм в последние годы развивается такими темпами, что это требует квалифицированно поставленной работы по подготовке кадров спелеотуристов.

Как при обучении спелеотуристов начального уровня — участников спелеопутешествий, так и при подготовке инструкторов и инструкторов-методистов, необходимы методические материалы.

В первой части методических рекомендаций даются советы по организации набора слушателей и проведению учебного процесса, рассказывается о работе начальника школы и заведующего учебной частью, приводятся образцы методических разработок для проведения лекционных и практических занятий.

Во второй части говорится о выборе места и порядке проведения спелеолагеря, об особенностях работы инструктора с новичками в пещерах, о распределении обязанностей в лагере и построении учебного процесса.

Настоящие методические рекомендации предназначены как для инструкторов, так и для спелеотуристов, не имеющих этого звания, участвующих в учебных мероприятиях.

ОРГАНИЗАЦИЯ ШКОЛЫ ПРЕДЛАГЕРНОЙ ПОДГОТОВКИ

Начальную подготовку спелеотуристов следует проводить в школах предлагерной подготовки (ШПП), организованных при секциях спелеотуризма местных советов по туризму и экскурсиям. Предлагаем следующий порядок организации и проведения таких школ.

На первом этапе бюро секции спелеотуризма должно: назначить начальника и завуча школы, утвердить тренерско-преподавательский состав, подобранный начальником и завучем ШПП, рассмотреть и утвердить учебный план (если он отлича-

ется от утвержденного Центральным советом по туризму и экскурсиям) и учебное расписание.

Далее бюро секции должно получить согласие комиссии по кадрам местного совета по туризму и экскурсиям на проведение школы и утвердить на Президиуме совета по туризму и экскурсиям. Эти документы посылаются на согласование с Центральным советом по туризму и экскурсиям (с Центральной секцией спелеотуризма и Центральной комиссией по кадрам).

Одновременно следует разработать методические материалы для лекционных и практических занятий и памятку по технике безопасности.

Следующий этап работы бюро:

оповещение о наборе в школу,
организация начальником и завучем учебного процесса,
контроль за проведением учебного процесса.

Назначение начальника и завуча школы

Назначение руководства школы является одной из самых важных задач бюро секции, так как от деловых качеств и организаторских способностей начальника и завуча зависит весь ход учебного процесса. Руководители школы должны иметь кроме большого спелеологического опыта опыт организаторской работы и желательно, чтобы они имели звание инструктора спелеотуризма. Начальник и завуч школы в своих действиях должны руководствоваться разработанным и утвержденным Положением о школе (если такого Положения нет, то его необходимо разработать и утвердить до начала набора в школу). Положение не должно противоречить документам, принятым в системе подготовки туристских (спелеотуристских) кадров. Ниже приводится пример Положения.

ПОЛОЖЕНИЕ

о школе спелеотуристов... областного совета по туризму и экскурсиям

1. Школа спелеотуристов является предлагаемой и обязательной ступенью подготовки новичков спелеотуристов. Организует и проводит школу секция спелеотуризма... областного совета по туризму и экскурсиям.

Обучение в школе производится без отрыва от производства по программе, утвержденной Центральным советом по туризму и экскурсиям. Слушателем школы может быть любой гражданин, достигший 18 лет и прошедший собеседование в приемной комиссии.

2. Школа спелеотуристов... областного совета по туризму и экскурсиям состоит из отделений, во главе каждого отделения стоит тренер.

Норма занимающихся слушателей отделений школы — пять—семь человек на одного тренера.

3. Состав тренеров школы утверждается на бюро секции спелеотуризма. Начальником, завучем и тренерами школы могут быть лица, не имеющие звания инструктора спелеотуризма.

Тренер, рекомендованный любой низовой секцией, полностью подчиняется всем решениям тренерского совета школы и бюро секции совета по туризму и экскурсиям.

Тренер школы проводит семинарские и практические занятия согласно учебному плану и расписанию занятий школы и обязан участвовать во всех мероприятиях школы, в противном случае он отстраняется от работы с соответствующей записью в книжке спелеотуриста.

4. Слушатели школы обязаны выполнять все решения тренерского совета, регулярно посещать занятия и тренировки. Тренерский совет имеет право исключать слушателей из школы за пропуск пяти занятий, а также за грубые нарушения правил распорядка школы.

Слушателям школы, прошедшим курс обучения и успешно сдавшим физнормативы и экзамены по теории и практике, выдается удостоверение единого образца. Окончившие школу спелеотуристов могут быть допущены к прохождению спелеолагеря первого года обучения. Повторная сдача экзаменов разрешается в случае положительного решения тренерского совета, но не ранее чем через шесть месяцев.

Примечания: 1. Лица, не достигшие 18 лет, проходят подготовку в отделениях школы при Доме пионера и школьника.

2. Экзамены проводятся по экзаменационным билетам, утвержденным комиссией по кадрам... областного совета по туризму и экскурсиям.

Положение утверждается комиссией по кадрам и аттестации... областного совета.

Подбор тренерско-преподавательского состава

От квалификации и инструкторских качеств тренерско-преподавательского состава зависят качество обучения и уровень подготовки слушателей.

Тренерами следует назначить инструкторов по спелеотуризму. Можно привлекать в качестве тренеров опытных спелеотуристов, не имеющих квалификации инструктора.

В качестве преподавателей следует привлекать опытных спелеотуристов или специалистов, по роду деятельности связанных с темами учебного плана.

Кроме тренерско-преподавательского состава к работе в школе в качестве стажеров привлекаются спелеотуристы, имеющие спелеопыт и проявившие интерес к инструкторской работе. В этих случаях начальник школы должен разработать Положение о стажерах.

Пример Положения о стажере.

ПОЛОЖЕНИЕ

о стажере школы предлагающей подготовки

Стажер — это будущий тренер, он является помощником тренера отделения.

Стажер прикрепляется к тренеру отделения с целью прохождения практики учебно-воспитательной и методической работы.

При успешном прохождении стажировки в школе, стажер получает право на прохождение стажировки в спелеолагере.

При работе со стажером тренер отделения обязан помогать стажеру и поручать (с последующей проверкой):

- подготовку места для занятий, учебных пособий;
- проведение занятий с отдельной группой или со всей школой;
- показ того или иного технического приема;
- проверку выполнения приема слушателями;
- проведение занятий с отделением;
- оказание помощи в отработке предложенного приема;
- проведение проверки конспектов;
- разбор домашних заданий (при непосредственном участии самого тренера);
- ведение отдельного участка работы в отделении (с повседневной проверкой тренером).

Положение о стажере должно быть утверждено местной секцией спелеотуризма, при которой организована ШПП.

Составление учебного плана

Учебный план и программа школы предлагающей подготовки спелеотуристов утверждены Центральным советом по туризму и экскурсиям (приложение 1). Утвержденные материалы содержат минимум необходимых требований к предлагающему обучению спелеотуристов и предусматривают знание слушателями основ туризма. В зависимости от местных условий, предполагаемого уровня подготовленности слушателей, каждая секция может увеличить количество часов по любой из тем или включить дополнительные темы. Ниже приведены примеры таких тем.

Таблица 1

№ п/п.	Наименование темы	Количество часов			
		всего	в том числе		
			лекций	практических занятий	на местности
1	2	3	4	5	6
1.	Топография	17	2	1	14
2.	Ориентирование на поверхности	9	1	—	8
3.	Биваки	5	1	—	4
4.	Преодоление водных препятствий	11	1	2	8

Разработка учебного расписания

На основе принятого учебного плана завуч школы должен разработать расписание занятий. Можно не придерживаться строго последовательности тем учебного плана, но необходимо учитывать возможность преподавателя или тренера провести занятие в данное время. Расписание следует составлять таким образом, чтобы каждое занятие со слушателями школы опиралось бы на уже прочитанный ими материал (например, тему «Страховка и самостраховка» проводить вслед за темой «Снаряжение спелеотуриста»).

Расписание просматривает тренерский совет школы и передает бюро секции. После утверждения расписание становится директивным планом школы.

Порядок согласования с местными советами и Центральным советом по туризму и экскурсиям

Когда спелеосекцией подготовлены все необходимые материалы для официального оформления школы:

выписка из протокола заседания бюро секции о назначении начальника и завуча школы;

выписка из протокола заседания бюро секции об утверждении тренерско-преподавательского состава;

дополнения к программе и учебному плану (если они имеются);

утвержденное расписание,

то эти материалы согласуются с местным советом по туризму и экскурсиям и официально направляются этим советом на согласование в Центральный совет по туризму и экскурсиям (срок отсылки материалов не позднее чем за два месяца до начала работы школы).

Разработка методических материалов для лекционных и практических занятий

Тренерско-преподавательский состав и руководство школы обязано разработать и утвердить на бюро секции методические материалы на первые три—четыре занятия по расписанию школы. Это должно быть сделано до начала работы школы. Тренерский совет должен неукоснительно придерживаться правила: ни одно занятие, ни одна лекция не должны проходить без предварительного рассмотрения методики и объема учебного материала. Они должны быть хорошо подготовлены и проработаны. Поскольку проведение практического занятия сложнее (по сравнению с подготовкой

к лекции), то ниже приведен пример практического занятия на тему «Магнитное склонение».

Место проведения — открытая местность.
Количество обучаемых — шесть-семь человек.

Время — четыре часа.

Цель занятий — научить слушателей учитывать магнитное склонение в своей практической деятельности.

Материальное обеспечение — на каждого слушателя иметь: карту местности масштаба не мельче 1:100000, планшет, визирную линейку, карандаш, транспортир, тетрадь, компас.

Занятие проводят тренер и стажер.

Занятия проводятся по следующему плану:

Таблица 2

№ п/п.	Содержание	Время	Способ подачи материала
1	2	3	4
1	Объявление цели и темы занятий	10 мин.	Объявляется отделению на местности
2	Дается формулировка определения. Называется цифра магнитного склонения для данной местности	15 мин.	
3	Восточное (+) и западное склонение (—) склонение		Предлагается всем записать магнитное склонение данной местности
4	Значение магнитного склонения, в частности, для туризма. Компас — единственный прибор, с помощью которого точно определяются: стороны света, точка нахождения, направление движения	15 мин.	Рассказ. Устное объяснение. Отдельным слушателям дается задание определить географическое направление на юг, север, восток, запад
5	Разница между азимутом географическим и магнитным. Значение этой разницы. Способы определения географического азимута на карте (транспортир, угломерный круг). Поправка при перенесении географического азимута на местность. Формула записи азимута.	10 мин.	Устное объяснение. Показ тренером. Определение истинного направления на запад (проверяется у каждого слушателя)
6	Практическое применение склонения при определении направления на ориентир	10 мин.	Тренер показывает ориентир, имеющийся на карте и на местности, и предлагает одному слушателю самостоятельно найти географический азимут и проверить, есть ли расхождение с магнитным азимутом

Таблица 2
(продолжение)

1	2	3	4
7	То же — на многие ориентиры с определением величины расхождения	20 мин.	То же. Тренер дает каждому отдельный ориентир с той же целью
8	Практическое применение склонения при перенесении азимута с местности на карту и обратно по формуле: с местности на карту склонение прибавляется, а с карты на местность — вычитается	10 мин.	Тренер дает слушателям ориентиры и отдельные местные предметы (на местности) и предлагает сначала определять расхождения, т. е. склонение магнитного азимута (а затем наоборот) географического азимута
9	Маршрутная съемка	60 мин.	Тренер разбивает отделение по два-три человека и каждой группе предлагает сделать маршрутную съемку небольшого участка пути
10	Разбор-проверка исправленных азимутов	20 мин.	По окончании съемки все записанные азимуты исправляются на географические
11	Движение (одиночное) по заданным географическим азимутам	30 мин.	Тренер выдает каждому слушателю задание, записанное в географических азимутах и предлагает совершить маршрут.
12	Разбор занятия и ошибок. Подведение итогов. Контрольные вопросы	40 мин.	Тренер проводит в виде беседы

Примечание. Занятие проводится на местности на точке, которая известна и имеется на карте. Тренер заранее знакомится с местностью и подготавливает контрольные маршруты.

Разработка памятки по безопасности во время учебных выходов на местность

Любое мероприятие школы должно проводиться только после ознакомления слушателей с правилами безопасности. Особенно это касается выходов слушателей школы на местность и занятий по технике спелеотуризма.

В начале занятий школы (а в отдельных случаях и перед практическим занятием) каждый слушатель должен быть

ознакомлен с памяткой по безопасности. Разработка и утверждение такой памятки должны предшествовать началу учебного процесса.

Пример такой памятки приведен ниже.

ПАМЯТКА **по безопасности во время учебных выходов на местность**

1. Точно и немедленно выполнять распоряжения тренеров и о всякой замеченной опасности немедленно докладывать тренеру.
2. Посадку в поезд и выход на платформу производить лишь при полной остановке поезда.
В вагон садиться по одному отделению на площадку.
На ходу поезда дверей не открывать, из вагонов не высываться.
3. На занятия приходить строго в той форме и с тем снаряжением, которые указаны тренером. Перед занятием проверять исправность снаряжения и оборудования.
4. Приводить на занятия посторонних запрещается.
5. На занятиях иметь паспорт или удостоверение личности.
6. Соблюдать осторожность во время передвижений по лесу, трав и кореньев в рот не брать, неизвестных ягод и грибов в пищу не употреблять.
7. О малейших признаках заболеваний, травм, утомления, потертостей своевременно докладывать тренеру.
8. Без разрешения тренера не пить воды из рек и водоемов, строго соблюдать питьевой режим.
9. Запрещается употреблять спиртные напитки и появляться в нетрезвом виде на занятиях.
10. На привалах за территорию лагеря без разрешения дежурного тренера не уходить.
11. Без разрешения тренера не купаться, переправ не устраивать.
12. Порубок деревьев не производить, тяжелых бревен и камней не перетаскивать.
При рубке сухих сучьев под деревьями не стоять. Без разрешения тренера лазить на деревья воспрещается.
13. Свечи и спички в палатках не зажигать.
14. Горящих спичек и окурков в лесу не бросать, костра без разрешения не разводить, горящих костров без присмотра не оставлять.
15. Огнеопасными веществами (бензином, керосином и т. д.) костры не разжигать.
16. Аккуратно обращаться с огнем и кипятком. Ведра с горячей пищей ставить или у своего костра, или далеко от костра в специально отведенном месте.
Костровые принадлежности, топоры, пилы и другие режущие предметы упаковать в рюкзак, на биваке складывать в определенное место.
17. Каждый обязан выполнять все правила страховки и само-страховки.
18. Производить переключку перед выходом в поход, разведку и т. п. и по возвращении, перед перекуром и после него.

Оповещение туристов о наборе слушателей в школу

Получив официальное разрешение на проведение школы, областная секция начинает набор слушателей. Способы оповещения

выбираются исходя из местных условий. При выборе способа оповещения необходимо, чтобы о наборе было известно как можно большей аудитории.

Собеседование с желающими заниматься спелеотуризмом

При широком оповещении о наборе в школу могут записаться люди, даже не имеющие представления о спелеотуризме, с различным физическим и психическим состоянием. Задача тренерского совета тактично провести беседу с каждым, выяснить причины, побудившие отозваться на объявление, выяснить противопоказания к занятиям спелеотуризмом и т. п., а также объяснить цель школы, учебный процесс и его завершение. Зачастую при такой беседе предполагаемый слушатель понимает, что он поддался минутному побуждению и указанный вид туризма ему не по душе. Этим достигается уменьшение отсева из школы в ходе ее работы.

После собеседования будущий слушатель должен подать следующие документы на зачисление в школу:

личное заявление, медицинскую справку, заполненную анкету, справки о спелеопутешествиях (если они были).

Ряд секций практикует заполнение анкеты по определенной форме, в которой указываются все данные, необходимые в дальнейшей работе. Пример анкеты дан ниже.

АНКЕТА

на слушателя школы предлагерной подготовки

1. Фамилия, имя, отчество
2. Год рождения
3. Партийность
4. Образование
5. Основная профессия
6. Общественная работа
7. Каким видом спорта занимаетесь?
8. Инструкторское звание
9. Участие в учебных мероприятиях и в качестве кого (в школах, на курсах, семинарах и т. п.)
10. Сколько лет занимаетесь спелеотуризмом?
11. Самые сложные пройденные Вами пещеры (год, в качестве кого)
12. Время, удобное для занятий
13. Домашний адрес, телефон

Подпись

Дата

После принятия документов слушателю сообщается день и час организационного занятия.

УЧЕБНЫЙ ПРОЦЕСС В ШКОЛЕ ПРЕДЛАГЕРНОЙ ПОДГОТОВКИ

Начало учебного процесса

Когда набран контингент слушателей, тренерский совет на основании собеседований и анкет разбивает слушателей по отделениям.

Оптимальное для школы количество отделений три—шесть. При наличии в школе от трех до шести отделений назначается освобожденный начальник или завуч школы, при количестве отделений более шести освобожденными являются и начальник, и завуч.

Распределение слушателей по отделениям желательно вести с учетом их туристской и общефизической подготовки для того, чтобы уровень слушателей в отделении был примерно одинаков. Одинаковый уровень подготовки слушателей в отделении позволяет с большей отдачей использовать опыт тренера. Число слушателей в отделении в начале учебы не должно превышать 10—12 человек. Это обусловлено необходимостью учитывать неизбежный отсев из школы в процессе учебы. Принятое количество слушателей в отделении пять—семь человек. В случае, если количество слушателей в отделении стабилизируется вне этого предела, необходимо либо объединить отделения, либо создать новые.

На первом (организационном) занятии до слушателей доводится программа и расписание занятий, порядок проведения занятий, требования школы. Слушателей знакомят с руководителями школы. По школе отдается приказ о порядке дня занятий, списочном составе отделений с указанием тренера, стажера (если он есть) и старосты. Пример приказа приведен ниже.

П Р И К А З

по школе спелеотуризма... совета по туризму и экскурсиям

Дата

§ 1

Поздравляю слушателей с началом занятий.

§ 2

К занятиям школы приступить с (указывается дата).

§ 3

Сформировать из слушателей школы... отделений:

1-е отделение — тренер (фамилия, имя, отчество)
стажер (фамилия, имя, отчество)
староста (фамилия, имя, отчество)

слушатели: 1. ...

2. ... и т. д.

2-е отделение — ...

3-е отделение — ... и т. д.

§ 4

Дежурным по школе назначаю 1-е отделение. Дежурным тренером — ...

§ 5

Лекционные и семинарские занятия проводить по (указывается дата) в (указывается место). В случае переноса места и времени занятий слушатели будут предупреждаться заблаговременно.

Тренировочные занятия проводить по (указывается дата) в (указывается место).

Начальник школы _____

После общего (организационного) занятия проводятся занятия по отделениям. На занятиях по отделениям тренер представляется слушателям, а слушатели сообщают необходимые данные о себе: фамилию, имя, отчество, род занятий, туристский опыт и т. п. Кроме этого тренер знакомит слушателей с требованиями школы в части дисциплины, о порядке дежурства и обязанностях дежурного отделения, форме одежды при проведении учебных выходов и тренировочных занятий и т. п.

Желательно, чтобы каждый тренер отделения вел самостоятельный журнал отделения. Ниже приводится перечень граф журнала:

1 страница: фамилия, имя, отчество; дата и год рождения; партийность; домашний адрес; образование; телефон; личное снаряжение, которое есть у слушателя школы; спелеопыт; учет посещаемости;

2 страница: учет посещаемости;

3 страница: учет успеваемости.

Проведение учебного процесса

Учебный процесс должен проводиться в строгом соответствии с разработанным и утвержденным расписанием.

Учебный план школы предлагаемой подготовки охватывает 15 тем. Эти темы можно разделить на три группы: естественно-географическую, техническую и специальную подготовку. Естественно-географическая подготовка — это с 1 по 7 темы, техническая — с 10 по 14 и специальная — 8, 9 и 15 темы.

Занятия по первым семи темам носят в основном лекционный характер. В процессе чтения лекции необходимо

рекомендовать слушателям обращаться к специальной литературе. Лекции по 3—7 темам ознакомительные и дают общие представления. Детальное изучение этих тем необходимо поручить слушателям. Практика работы школ показывает, что слушатели с большим интересом самостоятельно расширяют свои знания по темам (после лекций), если школы регулярно выходят в походы в воскресные дни и тренеры отделений обращают внимание слушателей на те или иные явления природы.

Проверке слушателей на понимание отдельных вопросов способствуют домашние задания. Примерный перечень домашних заданий по общетуристской тематике изложен ниже.

1. Туристские возможности родного края.
2. Подготовка похода (в роли руководителя, завхоза, завуча).
3. Обязанности руководителя в походе.
4. Обязанности завхоза в походе.
5. Расчет питания на группу.
6. Описание маршрута похода (в котором уже были).
7. Меры безопасности в походе.

В ходе учебного процесса необходимо проводить проверку навыков и умений слушателей. Это достигается как на практических занятиях, так и при проведении контрольных работ. Темами контрольных работ могут быть.

1. Топография (в виде диктанта).
2. Питание (в виде ответов на контрольные вопросы).
3. Снаряжение (задание на набор снаряжения для группы при посещении шахты или пещеры определенной категории сложности).

Лекционные занятия по технической и специальной подготовке следует сопровождать «показом» практического применения читаемого материала. Вслед за лекциями необходимо проводить практические занятия — сначала целиком посвященные данной теме, а затем по отдельным разделам темы во время выхода школы на местность. Безусловно, каждое занятие должно быть обосновано и давать максимум полезного материала слушателям. В качестве примера ниже приводим разработку по теме «Физическая подготовка спелеотуриста», которая может служить основой для проведения как лекционных, так и практических занятий, а также для правильной организации тренировок слушателей.

При выходах школ на местность или на тренировочные занятия по физической и технической подготовке обязательно должны отрабатываться вопросы техники работы с веревкой и на лестнице, вопросы страховки и самостраховки, техники и тактики топографической съемки.

Тренерский совет школы должен постоянно следить за тем, чтобы все темы основательно прорабатывались слушателями и не допускать того, чтобы тому или иному слушателю делали скидку по некоторым темам из-за хорошей физической или технической подготовки.

Строгое соблюдение дисциплины от начала и до конца занятий должно стать законом школы. Ничто так не действует на укрепление дисциплины как строгий регламент или, если хотите, церемониал начала занятий: обязательное построение слушателей школы перед занятиями, сдача рапорта тренерами отделений дежурному тренеру, отдача приказа о начале занятий и объявление темы занятий. Безусловно, при этом обязанности и права дежурного тренера должны быть регламентированы положением или памяткой дежурного тренера школы. Ниже приводится пример памятки «Права и обязанности дежурного тренера школы».

ПРИМЕРНАЯ ПАМЯТКА

Права и обязанности дежурного тренера школы

1. Дежурный тренер назначается начальником школы.
2. В обязанности дежурного тренера и его отделения входит: подготовка к проведению всех занятий в день дежурства, включающая подготовку помещений к занятиям и приведение их в порядок после них, обеспечение порядка и выполнение всех необходимых общешкольных обязанностей.
3. Дежурный тренер:
 - а) проводит построение всей школы, принимает рапорты отделений и зачитывает приказ по школе;
 - б) контролирует проведение лекционных, семинарских занятий и занятий по физической подготовке;
 - в) собирает сведения о явке слушателей на занятия;
 - г) организует посадку слушателей в поезд при выездах;
 - д) заполняет журнал дежурного тренера;
 - е) после занятий сдает дежурство вновь назначенному дежурному.

Организация и проведение тренировок в рамках учебного процесса

ОБЩИЕ ЗАМЕЧАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ СПЕЛЕОТУРИСТА

Среди других видов туризма спелеотуризм занимает особое место. Даже начинающий спелеотурист, спускающийся в первую свою карстовую полость, попадает в ситуацию, требующую от него значительной отдачи физической и нервной энергии. Нехватка этих ресурсов хотя бы у одного участника может привести к срыву спелеопутешествия и даже к несчастному случаю. Возросшая за последние годы сложность спелеотуристских маршрутов, территориальная отда-

ленность пещер от населенных пунктов, расположение их, как правило, в высокогорных районах настоятельно требуют от спелеотуриста всестороннего физического развития, способности к длительным нагрузкам, быстроты реакции и целого комплекса туристских и специальных навыков. Надлежащая физическая подготовка спелеотуриста является также одним из важных факторов безаварийного посещения пещеры и обеспечения надежной контрольно-спасательной службы. Многолетняя практика работы спелеошкол, лагерей и экспедиций самым решительным образом подтверждает все эти теоретические аргументы о необходимости высокого уровня тренированности спелеотуриста, поэтому в подавляющем большинстве спелеосекциями нашей страны приняты на вооружение различные тренировочные планы, включающие, в основном, непосредственно предэкспедиционный период времени и сводящиеся к эпизодическим тренировочным занятиям в оставшуюся часть года. Такой ритм физической подготовки, возможно, и удовлетворителен для опытных, имеющих хорошую спортивную закалку спелеотуристов; но он ни в коем случае не может быть использован для тренировки новичков — слушателей первого и второго года школ предлагерной подготовки. Вопрос о приобретении новичком необходимой для прохождения спелеолагеря спортивной формы не должен и не может решаться аккордным путем, в течение одного-двух месяцев; это длительный, постепенный процесс. Поэтому учебная программа школы должна быть в значительной своей части посвящена физической подготовке спелеотуриста. При рассмотрении этого вопроса следует предусмотреть как теоретический разбор основ тренировки спелеотуриста, так и сами тренировки, проводимые регулярно по заранее составленному перспективному плану. При этом нет необходимости начинать с чтения лекций и проведения семинаров по физической подготовке. Наоборот, желательно начинать тренировочный комплекс с первых дней занятий в школе. Это, во-первых, будет способствовать лучшему усвоению слушателями школы теоретических знаний, а, во-вторых, позволит удлинить срок их предлагерной физической подготовки. Специфика тренировок спелеотуриста заключается в том, что их подготовка и проведение требуют твердого знания определенных технических навыков при работе со снаряжением для спуска и подъема в карстовых полостях и неукоснительного выполнения всех норм и правил безопасности, которые соблюдаются и в естественных условиях — при штурме пещер. Поэтому до начала тренировочных занятий с лестницами, веревками, на скалах и с различными вспомогательными средствами подъема и спуска необходимо провести со слушателями школы два—три практи-

ческих занятия, специально посвященных этим темам. Инструктор, стажер или тренер школы во время тренировки должен обеспечить необходимый контроль за выполнением правил техники безопасности и требовать от слушателей школы строгой дисциплины и выполнения всех его указаний, не допускать анархии, нарушения тренировочного плана и общественного порядка.

Помимо общефизической подготовки и специальных занятий тренировочный план школы должен предусматривать ряд туристских походов, цель которых — не только тренировать у новичков выносливость и дать им туристские навыки, но также способствовать становлению коллектива, воспитывать чувство товарищеской взаимопомощи, столь необходимое в любом путешествии, особенно, в спелеотуристском.

Успешный штурм зачетных пещер спелеолагеря первого и второго года обучения требует от участника, как отмечалось, хорошей физической подготовки. Выпускники школы должны легко сдавать физические нормативы комплекса ГТО 2-ой степени в своей возрастной группе. Приобретение такой спортивной формы связано с весьма напряженным тренировочным ритмом и большими нагрузками на организм человека. Эти нагрузки, несмотря на строгую постепенность их введения, могут быть противопоказаны людям с заболеваниями сердечно-сосудистой системы и некоторыми другими. Поэтому, прежде чем приступить к тренировке, слушатели обязаны представить руководству медицинские справки о состоянии здоровья и отсутствии подобных противопоказаний. На протяжении всего тренировочного периода следует осуществлять регулярный медицинский контроль.

Особое внимание необходимо уделять самой структуре тренировочного занятия. Само по себе осознание человеком расширения своих физических возможностей побуждает его испытать свои силы на еще более высоком уровне, подняться еще на одну ступень своего физического развития; однако монотонные, неинтересные тренировки могут притупить желание продолжать занятия. По этой причине следует включать в план каждой тренировки новые элементы, на пример: изменение маршрута кросса, коллективную спортивную игру, модификацию силовых или специальных упражнений, испытание технических новинок и т. п. От умелого и творческого подхода тренера к проведению каждого занятия зависит успешное выполнение всего тренировочного плана и задач физической подготовки слушателей школы спелеотуристов к прохождению ими спелеолагеря. Поэтому руководство школы и секции спелеотуризма должно уделять

надлежащее внимание подбору тренерских кадров, проведению с ними методической и педагогической работы.

Подводя итог вышеизложенному, можно сформулировать следующие основные требования к физической подготовке слушателей школы спелеотуризма.

1. Это должна быть, в основном, общая физическая подготовка (ОФП) во всем разнообразии ее форм и включающая специфические элементы спелеотуризма — технику работы со специальным снаряжением и скалолазание.

2. ОФП должна осуществляться на регулярных тренировках, в соответствии с перспективным планом, в котором следует учитывать строгую постепенность возрастания нагрузок и уровень физического развития слушателей школы.

3. Перед началом тренировочного цикла и перед поездкой в спелеолагерь каждый слушатель школы обязан представить медицинское свидетельство об отсутствии противопоказаний к занятиям спелеотуризмом; на протяжении тренировочного периода следует осуществлять регулярный медицинский контроль.

4. На тренировочных занятиях должны выполняться все правила техники безопасности, должны быть предприняты все необходимые меры для предупреждения несчастных случаев.

5. Инструкторский состав и стажеры школы спелеотуристов должны пройти специальную методическую подготовку по проведению тренировочных занятий со слушателями школы предлагерной подготовки и спелеолагеря второго года обучения.

ПЕРСПЕКТИВНЫЙ ТРЕНИРОВОЧНЫЙ ПЛАН И ЗАКОНОМЕРНОСТИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЦИКЛА СПЕЛЕОШКОЛЫ

Тренировочный план слушателей школы должен быть построен таким образом, чтобы по его завершении в течение двух лет каждый выпускник имел необходимые физические данные и технические навыки, включающие знания техники безопасности, позволяющие ему быть участником штурма (в том числе и первопрохождения) карстовой полости III категории сложности. План первого года предусматривает тренировки, направленные на развитие выносливости, силы, выработку быстроты реакции, общее укрепление организма. Наряду с задачами общей физической подготовки в плане первого года есть и задачи по овладению слушателями школы основами техники безопасности и работы со специальным снаряжением, отработке приемов передвижения в горах,

по снежно-фирновым склонам и привитию туристских навыков. В плане второго года главный акцент делается на совершенствовании технических приемов, освоении новейших приспособлений, применяемых в настоящее время для штурма пещер, овладении техникой скалолазания и гимнастической подготовки. Одновременно проводятся занятия, направленные на поддержание достигнутого уровня физического развития и дальнейшее совершенствование его.

Приступая к осуществлению тренировочного плана спелеошколы, тренер должен учитывать индивидуальную физическую подготовку каждого слушателя, для чего следует принять вступительные физические нормативы у всех новичков. На основании полученных данных вся группа слушателей школы предлагерной подготовки разбивается на две подгруппы: хорошо и слабо физически подготовленных новичков. Первая подгруппа может заниматься ОФП со слушателями второго года, тогда как вторая — по плану первого. Работой с лестницами, веревками, скалолазанием и другими специальными упражнениями обе подгруппы занимаются по единому плану первого года, предварительно сдав зачет по технике безопасности. Если группа новичков многочисленна, то, как показывает практика работы школ спелеотуризма, хорошими помощниками тренера школы могут стать наиболее подготовленные слушатели второго года обучения после прохождения ими специальной методической подготовки. На каждого тренирующего должно приходиться не более шести новичков, особенно на технических занятиях.

В ходе выполнения перспективного тренировочного плана школы помимо сдачи слушателями вступительных и предлагерных физических нормативов, может быть рекомендовано также введение одного—двух контрольных физических нормативов для оценки необходимости регулирования интенсивности тренировок или перенесения центра тяжести физической подготовки. В этой связи необходимо отметить, что график тренировочного цикла планов и первого, и второго года не должен быть равномерным. Постепенное возрастание нагрузок одного вида достигает своего максимума и в течение некоторого времени прекращается. Затем идет снятие нагрузок, не спадающее до низкого первоначального уровня, после чего интенсивность вновь плавно нарастает, превосходя предыдущий максимум и достигая нового. Длина такого цикла колеблется от трех—пяти тренировок в начальный период, постепенно удлиняясь до семи—восьми тренировок (без превышения максимума) в предлагерный период. Схематический график повышения интенсивности тренировок изображен на рис. 1. Очень важно, чтобы минимум нагрузок одного вида не перекрывался максимумом другого, так как

Таблица 3 (продолжение)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Июнь	VI	Стадион	29	140	10	40	10	30	30	20
		»	30	140	10	45	10	30	20	25
		»	31	150	10	45	15	30	15	35
		»	32	150	10	50	15	25	15	35
	VII	»	33	140	10	45	15	30	15	35
		»	34	150	10	45	10	35	15	35
		»	35	150	10	50	15	35	15	25
		»	36	160	10	60	10	40	10	30
		»	37	160	10	50	10	30	10	50
		»	38	160	10	50	10	20	10	60
		»	39	150	10	45	15	20	15	45
		»	40	—	—	—	—	—	—	—
	VIII	Стадион	41	150	10	45	10	30	15	40
		»	42	160	10	50	15	30	15	40
		»	43	160	10	50	15	35	10	40
		»	44	160	10	55	15	40	10	30
		»	45	160	10	60	10	40	10	30
		»	46	160	10	50	10	30	20	40
		»	47	150	10	45	15	40	10	30
		»	48	150	10	40	10	30	10	50

Таблица 4
Рекомендуемые физические нормативы
для спелеотуристов
первого и второго года обучения

Вид физиче- ских норма- тивов	Кросс, км/мин.		Лестницы, м/мин.		Подтягива- ние, раз или канат на руках, м		Отжимание на руках, раз		Приседание на одной ноге, раз (правая/левая)	
	муж.	жен.	муж.	жен.	муж.	жен.	муж.	жен.	муж.	жен.
Вступи- тельные	3/15	1,5/8	—	—	7/—	2/—	15	8	7/7	4/4
Контроль- ные, I	5/25	3/18	—	—	9/4	2/1,5	20	10	10/10	5/5
Предла- герные, I,	5/25	3/18	—	—	9/4	2/1,5	20	10	10/10	5/5
Контроль- ные, IIa	5/23	3/16	30/6	20/5	10/5	3/2	25	15	12/12	6/6
Контроль- ные, IIб	6/28	4/21	40/8	30/7	11/6	3/2	28	16	15/15	7/7
Предла- герные, II	6/25	4/20	60/10	40/9	13/8	4/3	30	16	18/18	9/9

лорийное правильное питание и установить твердый режим дня.

План тренировки начального периода занятий в школе предлага-
тельной подготовки спелеотуриста (см. тренировку № 4 перспектив-
ного плана, табл. 3).

1. Разминка — 10 мин. (спортзал)

а) размеренная ходьба, легкие прыжки, установление дыхания;
б) разминка плечевого пояса, мышц спины: вращения корпу-
сом; наклоны корпуса вперед, назад, в стороны, сцепив руки за спи-
ной, вращения рук; сведение и распрямление рук у груди; прогиб
в спине и доставание ладонями пола при наклоне вперед;
в) разминка ног: ходьба прямыми выпадами; перенос тяжести
тела с одной ноги на другую в боковом выпаде; разминка икронож-
ных мышц в упоре о шведскую стенку; наклоны к поставленной на
уровне пояса на шведскую стенку и вытянутой ноге; ходьба на внеш-
ней и внутренней стороне стопы.

2. Кросс — 30 мин. (желательно по пересеченной местности).
Равномерный бег. Тренеру акцентировать внимание на правильной
технике бега: грудная клетка не зажата локтями, параллельное дви-
жение рук вдоль направления перемещения, работа всей стопы при
беге.

3. Силовые упражнения — 20 мин. (спортзал).

Для мужчин — серия упражнений со штангой весом до 30 кг,
для женщин — те же упражнения, но с гантелями не тяжелой
10 кг:

а) жим штанги стоя — 3—5 раз,

б) жим штанги лежа 5—8 раз,

в) подъем штанги на бицепсы — 3—5 раз,

г) вращение корпусом, положив штангу на плечи — 8—10 раз,

д) наклоны корпуса со штангой на плечах — 5—8 раз,

е) приседания в прямом выпаде со штангой на плечах — 5—7
раз на каждой ноге,

ж) упражнения на прессе: прямые и перекрестные «ножницы»,
сидя на полу,

з) подъем на руках и с помощью ног по канату (2 раза по 4 м),
и) вис на одной руке на перекладине или на шведской стенке
(по 15—20 сек. на каждой руке).

4. Игра в баскетбол — 2 тайма по 20 мин. (спортзал).

План тренировки предлагаемого периода занятий в школе пред-
лагательной подготовки спелеотуриста (см. тренировку № 38 перспек-
тивного плана табл. 3).

1. Разминка — 10 мин.

Разминка строится также, как и в первом примере. Можно
разнообразить разминочные упражнения, но основная цель размин-
ки — становление дыхания, разминка мышц плечевого пояса, спи-
ны, ног, стимуляция работы сердца — должна быть достигнута.

2. Бег — 50 мин. Все беговые упражнения рекомендуется де-
лать на пересеченной местности, а не на стадионе, причем перио-
дически менять маршрут кросса. Бег неравномерный: 10 мин. —
спокойный, 500 м — усиленный × 3 цикла. Завершается спокой-
ным бегом.

3. Силовые упражнения — 10 мин. Серия повторяется 2 раза

а) подтягивание на перекладине — 6 раз,

б) отжим от земли на руках — 15 раз,

в) отжим от земли на одной руке в прямом выпаде — 7 раз,

г) вращение корпусом с партнером на плечах — 7—9 раз,

д) наклон корпуса с партнером на плечах — 4—6 раз,

е) приседание с партнером на плечах — 5—7 раз.

4. Лазание по лестнице — 10 мин. (каждый слушатель школы должен пролезть не менее 20 м вверх без переправы).

Лазание по двойной основной веревке на руках и с помощью ног (каждый должен пролезть не менее 10 м вверх) — 10 мин.

5. Скалолазание — 10 мин. Слушатели школы лазают по специальной скальной стенке на высоте не более 1 м от поверхности земли. Тренеру обращать особое внимание на правильность лазания; скалолаз держится одновременно на трех опорах: две руки и нога либо две ноги и рука; воспрещается использовать в качестве опор колени, локти.

При выполнении п.п. 4 и 5 настоящего плана следует обеспечить необходимую страховку.

6. Игра в футбол — 2 тайма по 30 мин.

Все упражнения выполняются на стадионе либо на специально отведенной для тренировок территории под открытым небом.

Завершение работы школы

После теоретических и практических занятий следует провести экзамены. Тренерский совет школы должен разработать и утвердить к этому времени в комиссии по кадрам экзаменационные билеты. Экзаменационные билеты должны содержать все вопросы программы. Рекомендуемое количество билетов — 20 шт. Каждый экзаменационный билет должен охватывать организационные (по туризму и спелеотуризму), естественно-географические, технические и специальные вопросы. Ниже приводятся примерные тексты билетов, на основе которых возможны и другие разработки.

Примерные экзаменационные билеты для школ предлагерной подготовки спелеотуристов и спелеолагерей

Билет 1

1. Роль советского туризма в коммунистическом воспитании масс.
2. Порядок штурма колодцев глубиной до 40 м, диаметром до 1 м и более 1 м. Действия начальника и участников штурма.
3. Снаряжение (групповое, личное, специальное, научное) для прохождения шахты IIБ категории сложности одним отделением.
4. Врачебный контроль и самоконтроль туриста-спелеолога.
5. Карстующиеся породы. Условия образования полостей.

Билет 2

1. Правила организации самостоятельных туристских путешествий на территории СССР и правила посещения пещер.
2. Порядок штурма горизонтальной полости до IIIА категории сложности.
3. Ориентирование в пещере.
4. Основные виды травм в пещерах. Перевязочный материал.
5. Типы карстовых полостей.

Билет 3

1. Порядок создания туристской секции в коллективе физкультуры, ее задачи и структура.
2. Назначение, виды и способы страховки.

3. Виды карт, их назначение. Рамка и зарамочное оформление карт.

4. Доврачебная помощь при укусах ядовитых змей и насекомых.

5. Вторичные образования в пещерах. Их значение для спелеотуриста.

Билет 4

1. Требования к участникам спелеопутешествий. Документация для него и порядок оформления путешествия в МКК.
2. Особенности скалолазания в пещерах.
3. Транспортные средства в пещерах.
4. Доврачебная помощь при растяжениях и вывихах.
5. Трещиноватость карстового массива. Связь направления пещерных галерей с трещиноватостью.

Билет 5

1. Порядок организации школы предлагерной подготовки.
2. Снаряжение группы при поиске пещер. Методика поиска пещер в карстовом районе.
3. Магнитное склонение. Ориентирование по карте в горах.
4. Особенности поведения человека под землей.
5. Признаки периодичности обводнения полостей.

Билет 6

1. Порядок подготовки спелеопутешествия. Права и обязанности руководителя путешествия.
2. Естественные препятствия при подходе к пещерам. Способы преодоления водных преград.
3. Содержание комплексной топоъемки в пещере. Приборы для нее.
4. Профилактика и доврачебная помощь при отравлении пищевыми продуктами и тепловом ударе.
5. Этажность пещер. Связь этажей с речными террасами.

Билет 7

1. Организационная структура и содержание работы спелеосекции.
2. Тактика и техника штурма вертикальной полости IIIА категории сложности.
3. Определение сторон горизонта по солнцу, часам, в ночное время.
4. Доврачебная помощь при кровотечениях и засорении глаз.
5. Микроклиматические наблюдения в пещерах. Приборы.

Билет 8

1. Подготовка отделения к зачетному прохождению пещеры.
2. Техника и тактика штурма обводненных полостей. Меры предосторожности.
3. План, схема, кроки. Топографические знаки.
4. Лекарства, применяемые при болях: головной, зубной, в полости живота.
5. Подземные источники, периодичность их действия.

Билет 9

1. Структура туристских организаций СССР. Роль профсоюзов и комсомола в развитии советского туризма.
2. Оптимальная группа для работы в вертикальной полости типа IIIА категории сложности. Расчет снаряжения, продолжительность штурма.

3. Личное снаряжение для штурма пещер, требования к снаряжению.

4. Значение и содержание общей и специальной физподготовки спелеотуриста.

5. Главные экскурсионные спелеологические объекты в СССР и за рубежом.

Билет 10

1. Основные показатели сложности пещер.

2. Штурм полости IIIA категории сложности. Действия начальника, первого и последнего участника при спуске и выходе.

3. Расчет группового снаряжения для штурма горизонтальной обводненной пещеры.

4. Страховка при топосъемке колодцев.

5. Походная аптечка. Перечень основных медицинских средств и их применение.

Билет 11

1. Цели и задачи вспомогательной группы.

2. Топосъемка вертикальных полостей.

3. Выбор снаряжения (группового, личного, общего, научного, специального) для пещеры длиной 2—4 км.

4. Эвакуация пострадавшего из двухступенчатой шахты диаметром более 10 м.

5. Первая помощь при укусах змей и ядовитых насекомых.

Билет 12

1. Топографическая съемка горизонтальных полостей, ошибки. Особенности съемки лабиринтов.

2. Ориентирование в пещере.

3. Преодоление основных естественных препятствий при подходе к полости.

4. Спелеофауна. Консервация находок. Основные сведения, помогающие при поиске новых полостей.

5. Биологические особенности поведения человека под землей.

Билет 13

1. Подземная и поверхностная топографическая съемка.

2. Структура и развитие спелеотуризма в СССР.

3. Узлы, назначение. Основные требования к узлам.

4. Карстовые явления. Их распространение в СССР.

5. Специфика условий в пещерах. Травмы. Особенности медицинской аптечки.

Билет 14

1. Структура общественных организаций спелеотуризма в СССР.

2. Контрольный срок. Действия начальника спасательного отряда спелеолагеря по истечении этого срока. Организация спасательных работ.

3. Привязка плана пещеры к рельефу. Способы изображения рельефа.

4. Водно-солевой режим при движении на поверхности и в пещере.

5. Карстовые явления, их распространение на территории СССР.

Билет 15

1. Виды туристских соревнований, их особенности. Организация соревнований по технике спелеотуризма.

2. Основные причины аварийности в спелеотуризме. Меры предупреждения опасностей.

3. Способы определения неизвестного масштаба карты. Как учитывают при ориентировании картографическую генерализацию.

4. Личная гигиена спелеотуриста. Гигиенические требования к одежде, обуви, снаряжению.

5. Связи поверхностных карстовых форм с морфологией пещеры.

Билет 16

1. Значение личного примера в воспитательной работе. Взаимоотношение инструктора с руководимым им коллективом спелеотуристов.

2. Действия начальника и участников при зачетном прохождении полости IIIA категории сложности.

3. Определение сторон горизонта по местным предметам.

4. Причины и симптомы простудных заболеваний, лечение этих заболеваний в походных условиях.

5. Схема описания пещер.

Билет 17

1. Эвакуация пострадавшего из двухступенчатой шахты диаметром более 10 м.

2. Личное снаряжение слушателей при прохождении обводненной пещеры.

3. Доврачебная помощь при переломе руки и ожогах.

4. Пещеры-санатории. Бальнеологические свойства пещер.

5. Содержание отчета о спелеолагере. Порядок оформления отчета.

Билет 18

1. Задачи и действия штурмовой группы при штурме лабиринта длиной 15 км и более.

2. Ориентирование на местности при ограниченной видимости.

3. Режим питания в пещерах до IIIB категории сложности. Нормы продуктов питания.

4. Использование пещер на различных этапах развития человечества. Обитатели пещер.

5. Групповое снаряжение. Спасательный фонд и его формирование.

Билет 19

1. Нормы поведения туристов в путешествии, в населенном пункте, в пещере.

2. Аварийная ситуация. Связь с контрольно-спасательной службой. Порядок проведения спасательных работ.

3. Градусная и координатная сетки карт. Определение места нахождения на карте.

4. Доврачебная помощь при повреждении кожного покрова. Дезинфицирующие средства.

5. Глубинный карст, его формы. Конденсация в пещерах. Связь водных источников и пещер.

Билет 20

1. Традиции советского туризма. Формы и методы пропаганды туризма в коллективе физкультуры.

2. Тактика и техника преодоления сифонов и обводненных галерей.

3. Горизонталь, высота сечения и заложение: определение крутизны склона.

4. Физиологическое происхождение утомления. Оптимальный темп исследования пещер.

5. Натечные формы, их строение и связь с морфологией пещеры.

Экзаменационная комиссия назначается комиссией по кадрам и аттестации местного совета по туризму и экскурсиям совместно с бюро спелеосекции.

По завершении экзаменов тренерский совет составляет отчет (приложение), а бюро секции представляет его совету по туризму и экскурсиям, который один экземпляр направляет на утверждение в Центральный совет по туризму и экскурсиям.

После утверждения отчета слушателям, успешно сдавшим экзамены, выдаются справки единого образца (приложение 2), а руководству школы засчитывается инструкторский балл. Справки слушателям выдаются на местах. На обороте справки дается краткая характеристика слушателя. Характеристика должна содержать ответы на следующие вопросы: техническая, теоретическая и физическая подготовка; моральные качества; рекомендация к дальнейшим занятиям спелеотуризмом.

Слушатель выходит из стен школы. Но он еще не спелеотурист. Тренерский совет школы рекомендует его в спелеолагерь, о чем он сообщает слушателю с указанием точных сроков проведения спелеолагеря.

ОРГАНИЗАЦИЯ СПЕЛЕОЛАГЕРЯ ПЕРВОГО ГОДА ОБУЧЕНИЯ

Подготовка лагеря, распределение обязанностей

Подготовка к проведению спелеолагеря начинается за три—четыре месяца до его начала. Как правило инструкторы, работающие в лагере, участвуют и в работе школы предлагерной подготовки, выпускающей слушателей для этих лагерей, и заранее знакомятся со слушателями. Об особенностях проведения лагерей, в которых инструкторы и слушатели из разных секций, будет сказано особо.

Бюро секции, проводящей спелеолагерь, назначает начальника, заведующего учебной частью и инструкторский состав лагеря. Начальник лагеря несет полную юридическую и моральную ответственность за всех слушателей и инструкторов лагеря и обязан обеспечить успешную работу лагеря в течение всего срока. Начальник лагеря представляет лагерь в спелеосекции и во всех вышестоящих организациях,

несет материальную ответственность перед финансирующими организациями. Он имеет право в процессе подготовки и работы лагеря отстранить от работы не выполняющих своих обязанностей инструкторов и исключить из лагеря участников при неоднократном и грубом нарушении режима лагеря или в связи с их неподготовленностью. Более детально обязанности начальника изложены в примерной памятке.

Памятка начальнику спелеолагеря

1. Начальник спелеолагеря утверждается Центральной комиссией по кадрам по рекомендации бюро Центральной секции спелеотуризма.

2. Начальник прибывает на место проведения сбора, имея при себе анкеты всех его участников.

3. Участники, не имеющие снаряжения, направления от советов и медсправки к прохождению сбора (спелеолагеря) не допускаются.

4. Начальник и завуч спелеолагеря высылают инструкторам письма с указанием, какие темы учебной программы им следует подготовить для работы с отделением или для лекций в спелеолагере.

5. Инструкторский состав прибывает за четыре дня до начала занятий. Слушатели прибывают накануне. Опоздавшие более чем на трое суток отчисляются.

6. До начала занятий необходимо: подготовить темы и конспекты лекций, методический материал, подготовить образцы план-конспектов практических занятий и сами методразработки; разбить состав спелеолагеря по отделениям; назначить ответственных за снаряжение и за питание для всего спелеолагеря; назначить ответственных за снаряжение и питание по отделениям; обсудить с инструкторским советом требования к участникам, методику и единый тактико-технический стиль проведения занятий; уточнить график работы смен и учебное расписание; решить все финансовые вопросы: оплата лекционных и практических занятий, обратные билеты участника, автотранспорт к месту лагеря; совместно с инструкторским советом определить порядок работы сбора, установить режим дня, оформить доску приказов, проверить разбивку слушателей по отделениям, уточнить объекты для учебной работы; отобрать туристское снаряжение для работы (ответственный за снаряжение) и распределить по отделениям; уточнить раскладку питания, проверить наличие медицинской аптечки.

7. В начале и в процессе учебных занятий все мероприятия и назначения объявляются приказами по лагерю (каждый день на утренней линейке), а именно:

прохождение медосмотра и сдача физнормативов;
зачисление в спелеолагерь и отчисление из него слушателей;
назначение стажеров и инструкторов лагеря, начальника спасательного отряда и создание спасательного фонда дежурных инструкторов и отделений.

8. Регулярно проводить заседания инструкторского совета, оформляя их протоколами. Решения совета объявлять приказами по спелеолагерю.

9. Все члены инструкторского совета беседуют с каждым участником по его прибытии в лагерь для выявления уровня его подготовки.

10. Перед началом (или в начале) учебных занятий начальник и инструкторы лагеря проводят разведку и осмотр учебных объектов и тренировочный спуск (хотя бы один).

В процессе занятий завуч лагеря проверяет план-конспекты и методические разработки инструкторского состава, стажеров и слушателей (последнее — на сборе инструкторов).

11. По окончании учебных занятий начальник лагеря сдает отчет о его проведении на т/б (финансовый) и в Центральную секцию спелеотуризма (полный).

Заместителем начальника лагеря является заведующий учебной частью — завуч. Он назначается из числа наиболее подготовленных в методическом отношении инструкторов. Завуч отвечает за учебный процесс в лагере, за правильность и полноту получаемых слушателями знаний и навыков. Инструкторы образуют инструкторский совет — совещательный орган при начальнике лагеря.

Подобранный таким образом состав начинает подготовку лагеря с выбора карстового района и учебных объектов — пещер.

При выезде за пределы своей области (края) необходимо иметь разрешение того совета по туризму и экскурсиям, на территории которого расположен выбранный карстовый район.

Завуч с начальником лагеря составляют учебный план (за основу может быть взят утвержденный учебный план — приложение) и учебное расписание для его реализации, придерживаясь принцип постепенного усложнения изучаемых вопросов и перехода от простых пещер к более сложным.

Завуч должен также составить план работы со стажерами, которые выбираются из числа наиболее подготовленных и развитых слушателей, уже прошедших лагерь второго года обучения (при отсутствии таковых — лагерь первого года и рекомендованных к инструкторской работе). План работы со стажерами включает занятия и лекции для них, задания для самостоятельного выполнения, получение ими навыков работы с группой — иначе говоря, имеет целью расширить их кругозор как спелеотуристов и привить им основы методических навыков как теоретических, так и практических.

Здесь же можно сказать и о конкретной работе инструктора со стажером. Инструктор поручает прикрепленному к нему стажеру (с последующей проверкой) выполнение следующих элементов учебного процесса (школы лагеря):

- подготовка места для занятий;
- подготовка учебных пособий;
- методическая разработка для проведения занятия;
- проведение занятия с отдельной группой или всем коллективом;

показ того или иного технического приема;
 проверка выполнения приема слушателями;
 помощь в отработке предложенного приема;
 проверка конспектов;
 проведение разбора домашних заданий (в присутствии инструктора);

проведение конкретной постоянной работы в отделении (например, утренний зарядка);

проведение разбора выходов группы и дежурств (в присутствии инструктора);

проведение отдельных общешкольных и общелагерных учебных мероприятий.

В качестве примера приведен план учебной работы стажеров и инструкторов при подготовке спелеолагеря.

ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН

учебной работы
 стажеров и инструкторов
 при подготовке спелеолагеря

Таблица 5

№ п/п	Ф., И., О. стажера	Разрабатывает и проводит практическое задание по теме	Проводит занятия с отделением по теме	Составляет методическую разработку на тему
1	2	3	4	5
1		Организация бивака в спелеопутешествии	Страховка и самостраховка, описание пещеры и поверхностных карстопоявлений	«Использование научными приборами при топографической съемке: камеральная обработка материалов»
2		Скалолазание в темноте	Физическая подготовка спелеотуриста	«Тренировочное занятие с новичками в школе»
3		Выбор питания и укладка продуктов	Приготовление пищи в условиях пещер. Страховка и самостраховка	«Выбор пищевого рациона в зависимости от типа пещер»
4		Походное снаряжение спелеотуриста. Индивидуальное снаряжение спелеотуриста	Упаковка снаряжения при движении в пещере	«Транспортировка груза в пещерах (требования к упаковке)»
5		Топографическая съемка горизонтальных плоскостей	Снаряжение и подготовка его к работе	«Кино и фотография в пещерах»

Таблица 5 (продолжение)

1	2	3	4	5
6	Проводит работу со слушателями школы по изготовлению снаряжения спелеотуриста (готовит практические занятия по этой теме)	Проводит занятия с отделением по теме: «Топографическая съемка в пещерах», «Страховка и само страховка», готовит литературу по этим вопросам	«Поверхностная съемка карстового района»	
7	Проводит работу со слушателями школы по описанию поверхности карста (готовит практическое занятие на местности по этой теме)	Проводит занятия с отделением по темам: «Топографическая съемка в пещерах», «Страховка и само страховка», «Ориентирование под землей».	«Организация штурма и топографической съемки полости (вертикальная)»	

При положительной оценке работы стажера в спелеолагере, он имеет предпочтительное право участия в учебных сборах по подготовке инструкторов спелеотуризма и получает это звание по их окончании. Следует различать институт стажеров и стажерство инструкторов, окончивших сборы, но не работавших до них стажерами в лагере. Такие инструкторы получают звание инструктора спелеотуризма только после стажировки в лагере в качестве инструктора отделения под наблюдением опытных начальника и завуча лагеря.

Назначаемый из числа наиболее опытных инструкторов, начальник спасательного отряда обязан продумать систему обеспечения безопасности работы лагеря и меры при возможных аварийных ситуациях.

Начальник спасательного отряда составляет список необходимого спелео- и общетуристского снаряжения, а также список продуктов для спасательного фонда лагеря.

Подготовку снаряжения для спуска в выбранные полости, общетуристского лагерного снаряжения, составление раскладок питания и списка продуктов, медицинской аптечки, ремонтного набора, топопринадлежностей лучше (для получения навыков самостоятельной работы) поручить группам слушателей.

Работу каждой группы слушателей направляет и контролирует один из инструкторов лагеря. Начальник лагеря координирует и контролирует работу инструкторов по подготовке лагеря и обеспечивает отправку заявки на спелеолагерь в Бюро Центральной секции спелеотуризма через местный совет по туризму и экскурсиям не позднее чем за месяц до начала работы лагеря. К этому времени уже должен быть известен состав слушателей лагеря, т. е. сданы экзамены в школе.

К заявке на лагерь в выбранном районе и выбранные сроки должны прилагаться: список инструкторского состава, список слушателей и стажеров, список пещер с указанием глубины (или категории) планируемого прохождения, учебный план и расписание работы лагеря, план работы со стажерами.

Заявка включает также выписку из решения Бюро секции о проведении лагеря и сопровождается письмом, подписанным председателем местного совета по туризму и экскурсиям.

Когда полностью известен состав участников, из числа слушателей или стажеров назначаются ответственный за снаряжение в лагере и его помощник, которые по спискам, разработанным в группах и скоординированным начальником лагеря, завучем и начальником спасательного отряда, получают снаряжение и ведут полный учет его использования, следят за его сохранностью и исправностью и по окончании работы лагеря отчитываются за него перед начальником лагеря. Подобным образом ответственный за топографическое снаряжение обеспечивает приобретение необходимых инструментов и расходных материалов и выдает их для работы групп в лагере по требованию инструкторов.

Питание в полевых условиях, обеспечение его калорийности и разнообразия во многом зависит от опыта завхоза. Поэтому при назначении завхоза из числа слушателей лагеря первого года, имеющих небольшой туристский опыт, дневные раскладки и списки продуктов должны быть тщательно проверены при подготовке лагеря опытным инструктором или начальником лагеря.

В лагере завхоз выдает дежурному отделению суточную норму продуктов и следит за сохранностью всего запаса, принимает меры к его пополнению.

В спелеолагере целесообразно иметь освобожденного медицинского работника, лучше врача. При его отсутствии медицинское обслуживание поручают или слушателю с медицинским образованием, или одному из инструкторов.

В обязанности медицинского работника входит комплектование аптечки при подготовке лагеря, проверка соблюде-

ния в лагере санитарно-гигиенических норм, в том числе проверка качества пищи, предупреждение витаминной недостаточности и оказание медицинской помощи в случае необходимости.

Группа по обеспечению переезда должна иметь расписание движения транспорта по пути следования, разработать запасные варианты, своевременно обеспечить проездными билетами состав лагеря.

Лагерь может начать работу, когда получено разрешение от Бюро Центральной секции спелеотуризма, слушатели прошли медицинский контроль, подтвержденный справками, сдали предлагерные физнормативы, имеют исправное личное спелеоснаряжение, подготовлены все виды общественного снаряжения, продукты, аптечка, обеспечен проезд к месту проведения лагеря.

Несколько по-иному обстоит дело при подготовке лагерей тех секций, где нет своих инструкторов спелеотуризма и приглашаются инструкторы из других секций. Тогда подготовка лагеря с учебно-методической точки зрения ведется инструкторским составом, а подготовка снаряжения и питания проводится слушателями под руководством стажеров.

Контроль за фактическим состоянием дел — теоретической, практической и физической подготовкой слушателей со стороны начальника лагеря и завуча затруднены. Поэтому в лагере такого типа необходимы: более длительное время для оценки степени подготовленности слушателей, большие усилия инструкторов и порой изменение учебного плана.

Для лагерей такого смешанного состава надо планировать большие — на три-четыре дня — сроки работы, так как может возникнуть необходимость увеличения числа занятий по какой-то теме, кроме того, экзамены должны проводиться только в спелеолагере.

Выбор места лагеря

Секция, проводящая спелеолагерь, должна выбрать место и время его проведения заранее, еще до начала работы школы. Карстовый район для проведения спелеолагеря и место расположения базового лагеря в этом районе должны удовлетворять определенным требованиям.

ТРЕБОВАНИЯ К РАЙОНУ

1. Наличие достаточно изученного карстового массива с набором полостей необходимого типа и категорий сложности: для лагеря первого года обучения — это две горизонтальные и шесть вертикальных пещер (из них должно быть

не менее четырех IА и одна IБ категории сложности).

2. Наличие удобных подходов к району, возможность заброса большого количества продуктов и снаряжения в короткие (до двух суток) сроки из ближайших населенных пунктов с регулярной транспортной связью.

3. Малая разбросанность пещер в карстовом районе.

4. Достаточная осведомленность инструкторского состава лагеря о районе и учебных пещерах.

Время года для лагеря выбирают с таким расчетом, чтобы избежать наиболее дождливых месяцев и исключить время таяния снегов как в самом карстовом районе, так и в горах, питающих наземные и подземные реки и источники данного района.

Из всех проводившихся в 1973—1975 гг. спелеолагерей две трети базировались в Крыму (Караби-Яйла) и на Кавказе (хр. Алек и Воронцовский). Эти районы действительно являются отличными учебными полигонами, так как при большом количестве хорошо изученных пещер различного типа и категорий сложности позволяют осуществить заброс грузов на автотранспорте до места базового лагеря. Однако заповедный режим в лесах Крыма и удаленность источников воды от мест наибольшего скопления пещер ограничивает возможное число лагерей в этом районе.

Для секций Зауралья можно рекомендовать Кутукское урочище на Урале, карстовый район Саян в Красноярском крае, западный берег оз. Байкал в качестве учебного района для лагерей первого года обучения; в последнем районе пещеры разбросаны по большой территории и не совсем достаточно пещер IА—IБ категории сложности.

После выбора района лагеря необходимо определить непосредственно место расположения лагеря в этом районе с учетом следующих факторов:

обеспечение безопасности;

близость к пещерам;

наличие воды и топлива;

удаленность от ближайшего населенного пункта — не более дальности дневного перехода (для своевременного оказания требуемой медицинской помощи).

Так как спелеолагеря в настоящее время не имеют стационарной базы, как например, альпийские лагеря, то успех и безопасность их работы зависят как от места бивака, так и от усилий слушателей по благоустройству лагеря, от соблюдения ими дисциплины и санитарно-эпидемиологических норм, и, конечно, от организации всей жизни в лагере.

В карстовых районах требования, предъявляемые к безопасности лагеря, определяют перечисляемые ниже особенности разбивки бивака. В сильно закарстовленном районе

нельзя ставить палатки на склоне или на дне карстовой воронки, а также вблизи сухого русла, которое в паводок может заполняться потоком воды. Необходимо учитывать опасность селя при установке лагеря. Неучет этого привел к тому, что лагерь спелеоэкспедиции на Кавказе в 1969 г., расположенный в распадке, был ночью уничтожен селом. Люди спаслись лишь благодаря случайности.

В лесных районах опасность могут представлять перестоявшие и сухие деревья, так, падение буков при сильном ветре и снегопаде в горах Кавказа — заурядное явление. Опасность пожара должна быть предупреждена известными общетуристскими профилактическими мерами.

Иногда разбивают бивак, особенно для небольшого числа спелеотуристов, в гроте. При этом надо оценить опасность выпадения камней из потолка грота, вероятность паводка. В горах необходимо выбирать район, безопасный при сходе лавин, при оползнях, вдали от сыпучих склонов и осыпей.

Разводить костры, т. е. устраивать кухню или сушилку, нельзя вблизи входа в пещеру. Током воздуха дым может быть втянут в пещеру и, если там находятся люди, привести к тяжелым последствиям.

Из общетуристских принципов устройства лагеря необходимо подчеркнуть важность правильного режима пользования водой. Сверху вниз по течению ручья должны располагаться места отбора воды для приготовления пищи, мытья посуды, умывания и стирки. Места для отходов и туалеты нельзя размещать на склонах ручья, вода которого используется туристами. Посуду, личную и общественную, надо мыть водой с горчицей или кипяченой водой. Несоблюдение санитарно-гигиенических норм приводило в ряде случаев к массовому отравлению участников лагерей и спелеоэкспедиций.

Все эти и другие вопросы темы «Привалы и биваки», входящей в учебный план лагеря первого года, полезно при чтении лекции на эту тему связать с особенностями данного лагеря и попросить слушателей указать его достоинства и недостатки.

Особенности учебной работы в лагере

По вопросам работы инструктора с группой и по учебной работе на сборах туристов существует большое число пособий. Основные моменты в работе спелеолагеря приведены в программно-методическом материале «Подготовка общественных кадров по спелеотуризму», Минск, 1968. Здесь

же разбирается более подробно ряд организационных и методических вопросов.

В организационном аспекте работа лагеря определяется приказами начальника лагеря. Спелеолагерь считается открытым с момента оглашения приказа начальника лагеря о его работе. Первый приказ определяет время начала работы лагеря, численность и состав отделений, их инструкторов и стажеров; им назначаются комендант и завхоз лагеря, ответственные за снаряжение и медицинскую помощь, определяется распорядок дня в лагере, его границы и т. п.

Во время первого знакомства инструкторы знакомят слушателей своих отделений с инструкцией по технике безопасности и проверяют ее усвоение, после чего каждый слушатель расписывается в журнале по технике безопасности о прохождении инструктажа.

С самого начала работы лагеря все должны быть ознакомлены с порядком выхода из лагеря. Выход с территории лагеря производится только с разрешения выпускающего по лагерю — это начальник лагеря, начальник спасательного отряда, дежурный инструктор или завуч лагеря — и с обязательной записью в журнал выходов. Журнал выходов находится, как правило, у дежурного инструктора. Графы журнала включают пофамильный список выходящей группы с указанием старшего, список взятого снаряжения и продуктов, цель выхода, место работы группы, срок выхода, ориентировочный и контрольный сроки возвращения, подписи старшего группы и выпускающего. При возвращении группы записывается срок возвращения и ставятся подписи выпускающего и старшего группы. Журнал выходов должен сохраняться до утверждения отчета о спелеолагере.

Работа лагеря — это, с одной стороны, работа отделений, проведение общелагерных лекций, занятий, а с другой — работа инструктора с отделением, причем последнее может иметь решающее значение в подготовке спелеотуриста, потому что стиль работы, техническая подготовка, отношение слушателей к спелеологии определяются опытом, педагогическими способностями инструктора. Работа инструктора включает следующие элементы:

проведение теоретических и практических занятий и тренировок на поверхности; учебных спусков в пещеры, зачетных спусков; проведение учебных спасательных работ, учебных поисково-разведочных работ. Обсуждение планов предстоящих спусков в пещеру и разбор прошедших спусков, подведение их итогов; дежурство по лагерю и отделению; выполнение слушателями постоянных или периодических поручений; проведение бесед; утренних линеек; организация отдыха слушателей; проведение экзаменов; итогового собра-

ния лагеря или сбора; мероприятия по обеспечению безопасности слушателей на всем протяжении учебного процесса.

Слушателей необходимо разбивать по отделениям (пять—шесть человек, а при наличии стажера — семь—восемь в отделении) еще в процессе подготовки лагеря. При невозможности это сделать заранее отделения формируют в начале работы лагеря, подбирая в них слушателей примерно одинакового уровня подготовки.

Воспитательная работа со слушателями начинается с организации работы лагеря в течение дня — обязательная зарядка, утренняя и вечерняя линейка, точное выполнение распорядка дня — и продолжается во всех элементах лагерной жизни — от дежурства по лагерю до разбора на инструкторском совете зачетного штурма, причем, основная тяжесть этой работы, как, впрочем, и учебной, ложится на инструктора отделения.

В первые же дни работы с отделением, еще до начала обучения собственно спелеотуризму, начинается формирование отделения как коллектива. В этом состоит основная цель работы инструктора. Он должен по первому впечатлению оценить каждого слушателя как личность и выбрать стиль работы с ним.

Обычно в отделении почти все имеют какую-либо постоянную обязанность — ответственный за снаряжение, за питание, за аптечку, за топографические принадлежности. План каждого штурма пещеры обсуждается, а позже и составляется слушателями отделения. При распределении «ролей» при штурме пещер необходимо каждого слушателя испробовать на различной работе — и в штурмовой группе, и в группе топографической съемки, геологической съемки, и в группе навески снаряжения, и в группе описания пещеры и составления отчета о штурме.

Инструктору необходимо знать, что успех работы во многом определяется его авторитетом, атмосферой в отделении, недопустимостью подмены требовательности грубостью, доброжелательности — панибратством, мелочной опекой. И если рюкзак у инструктора на переходе не меньше, чем у участников, а в соблюдении правил лагеря он не позволяет себе делать исключение, то это для слушателя больше значит, чем много слов о дисциплине и трудолюбии.

В процессе обучения слушателей инструктору необходимо исподволь приучить их, по крайней мере, тех, кто может и хочет серьезно заняться спелеологией, к мысли о будущем, о специализации в этой спортивно-научной области деятельности. Ибо по окончании двух лет обучения спелеотурист станет полноправным членом секции и увидит, что деятельность ее разделяется на ряд ветвей, которые тесно перепле-

таются друг с другом, но почти для каждого одна из них является основной.

Основные направления деятельности в спелеологии — спортивная сторона (совершенствование тактики и техники, в том числе подводных работ, разработка личного и группового снаряжения, методов топографической съемки, вопросов питания); учебно-методическая (получение звания инструктора, разработка учебных программ, совершенствование методики, наглядных пособий); научная (исследование различных форм карста, роль воды, оценка карстовых районов и т. д., т. е. область, где знания любителя должны быть на профессиональном уровне; фото-и киносъемка; археология и т. д.).

Предварительный выбор одного из этих видов деятельности, как основного, поможет начинающему спелеотуристу более рационально использовать учебные возможности лагеря.

Учебный процесс в целом по лагерю осуществляется в виде лекций для всего состава слушателей, практических занятий и бесед, проводимых со всеми слушателями, и занятий по отделениям, проводимых в лагере, на скалах, в пещерах и на подходе к ним.

После устройства бивака следует обзор района и работа отделений на скалах. Одновременно читаются лекции по подготовке слушателей к посещению первых пещер.

Получаемые и закрепляемые основные приемы и навыки по технике работы на отвесных и наклонных скальных участках должны остаться у слушателей на все время занятий спелеологией, и поэтому особенно важно проверить правильность выполнения слушателями приемов и их твердого усвоения. Работа на скалах проводится, как правило, по отделениям. В местах, где нет удобных скальных выходов, скальные занятия проводятся на широких и неглубоких входных колодцах полостей. Работа на скалах разрешается слушателям только после изучения ими инструкции по технике безопасности и проверки их знаний в вязании узлов.

Примерный список тем, отрабатываемых на скальных занятиях, включает следующие вопросы.

1. Передвижение по скальным участкам местности.
2. Крепление лестниц, веревок. Естественные и искусственные опоры, крючья, выбор и распределение опор.
3. Страховка, виды страховки, удержание срывающегося груза, имитация срыва человека.
4. Движение по вертикали на лестнице с верхней страховкой и на самостраховке.
5. Спуск по веревке с верхней страховкой и самостраховкой.
6. Спортивный спуск-подъем по веревке.
7. Скалолазание.

Инструкторам, имевшим длительный перерыв в работе на скалах, полезно самим принять активное участие в этих занятиях для восстановления навыков и спортивной формы.

При расположении лагеря в высокогорном районе занятия на скалах являются, кроме того, хорошим средством активной акклиматизации.

По достижении участниками уровня технической подготовки, позволяющего работать в вертикальных полостях, начинается период собственно спелеологического обучения — посещение пещер. При этом приобретаются практические навыки, опыт топографической съемки в пещере и проведения метеорологических наблюдений, закрепляются технические знания, полученные на скальных занятиях.

Одновременно проводится обучение элементам спасательных работ, поверхностной топографической съемки, поиска пещер. Каждый слушатель должен составить по результатам съемки план пещеры или нитку маршрута на поверхности. Особое внимание следует уделить процессу камеральных работ, проверке умений и навыков слушателей при составлении топографических планов. Необходимо добиться правильного и точного выполнения планов, разрезов и разверток пещер с самого начала работы, даже если для этого придется переделывать топографическую съемку в пещере, неоднократно перечерчивать планы.

Чтение лекций о пещерах желательно проводить на местности, позволяющей иллюстрировать основные положения лекции. Доходчивость лекций и занятий повысится, если приводить примеры из практики отделений, при разборе объектов, известных слушателям.

Работа всех отделений в лагере проводится в соответствии с графиком. График работы, составленный заранее, корректируется в процессе учебной работы. При составлении графика стараются обеспечить полную нагрузку отделений. Так, дни дежурств отделения совмещают со временем обработки результатов топографической съемки, с работой части дежурного отделения на поиске или съемке на поверхности. При работе в плотном временном режиме растет эффективность учебного времени, однако по мере посещения все большего количества пещер растет и усталость слушателей, которая часто усугубляется ненастной погодой. Для отдыха и восстановления сил при двадцатидневном сроке работы лагеря надо делать, примерно через 10 дней, день отдыха для всего лагеря или для отделений по очереди, когда слушатели могут привести в порядок себя и личное снаряжение.

Для снятия психического напряжения, появляющегося у большинства людей при длительной работе в пещерах, можно рекомендовать такое средство, как вечера песни. Гитара

в лагере не только помогает легче переносить тяготы жизни и работы в полевых условиях, не только повышает жизненный тонус всех участников лагеря, но и сплачивает коллектив, сближает людей, которым вместе приходится работать в сложных условиях пещер.

Повышение интереса к техническим приемам и лучшее овладение ими можно обеспечить спортивными элементами в обучении. Прохождение специально разработанной с учетом специфики спелеотуризма трассы эстафеты на личное первенство лагеря, эстафета по отделениям, спортивные игры — все это вносит разнообразие в ход учебного процесса и поэтому особенно способствует поддержанию спортивной формы и овладению техникой спелеотуризма.

В связи с рядом возникавших в последнее время в спелеопутешествиях аварийных ситуаций выявился определенный недостаток в подготовке слушателей в школах и лагерях. При хорошей физической и теоретической подготовке проявляется отсутствие или слабость психологической подготовки слушателей и недостаточная тактическая подготовка.

Сложность посещения пещер требует «закладывать» в людях с первых шагов в спелеологии способность предвидеть опасности и стойко переносить неожиданные трудности. Случаи глубокого переохлаждения при штурмах пещер Кавказа показали необходимость воспитания психически устойчивой личности при длительном воздействии неблагоприятных факторов. Наряду с такими факторами, как отличная физическая тренировка, высокая тактическая и техническая грамотность, спелеотурист должен уметь объективно оценить свои силы, иметь смелость высказать эту оценку и отказаться от участия в работе, превышающей его возможности. Это позволит ему при неожиданно возникшей опасности принять верное решение и правильно распределить силы.

Психологическая подготовка слушателей лагеря может включать создание неожиданных для слушателей ситуаций, близких к аварийным (учебные опасательные работы, отключение у слушателей одного из источников света в пещере и т. п.); оценка каждым слушателем поведения и состояния своих товарищей по группе в какой-то момент работы в пещере — привитие навыков объективной оценки состояния людей, чувства ответственности за всю группу; тренировка на длительное (несколько часов) одиночество в пещерах.

При создании учебных усложненных ситуаций инструктор должен оценивать физическое состояние и психический склад каждого слушателя и, разумеется, исключить возможность перехода учебной аварийной ситуации в действительную.

В завершение этого раздела приводим примерные материалы по двум темам учебного процесса лагеря.

Инструкция для проведения практического занятия на тему: «Использование вспомогательных технических средств при штурме карстовых полостей» (способы подъема по веревке).

1. Прохождение карстовых полостей со сложной морфологией, с протяженными и обводненными горизонтальными ходами и вертикальными колодцами, с узкими щелями и ледовыми участками требует привлечения большого числа участников, устройства подземных базовых лагерей и промежуточных пунктов питания. Заброска снаряжения в таком спелеоспутешествии, равно как и выемка снаряжения из пещеры, занимают в таком случае большую часть времени штурма, физически выматывают участников, сжимают сроки и снижают качество проведения наблюдений под землей. Одним из наиболее технически сложных для прохождения участков пещеры следует считать вертикальные и круто наклонные карстовые колодцы, преодоление которых требует дополнительного снаряжения — лестниц, веревок, скальных и шлямбурных крючьев, молотков, карабинов и пр., — чаще всего это снаряжение громоздко, неудобно в транспортировке и сложно в эксплуатации. В особенности, все это относится к применению лестниц. Поэтому в последнее время в спелеотуризме все больше и больше применяются приемы подъема и спуска по вертикальным участкам пещер только с помощью веревок. Проблема спуска по веревке была решена сравнительно давно — около 10 лет назад — после изобретения «рогатки» и позднее — «шайбы» (издавна известные альпинистские способы спуска по веревке «дюльфер» и «на карабине» в силу специфики пещерных условий оказались мало приемлемыми). Проблема же подъема по веревке долгое время оставалась открытой, хотя время от времени и делались не очень удачные попытки использовать для системы подъема схватывающие узлы. Появившиеся три—четыре года назад механические приспособления — «самохваты» позволили уже значительно упростить и сделать более экономной во времени (при подъеме) известную систему со схватывающими узлами. Эта система (или способ) довольно широко применяется и сейчас, когда спелеотуристы получили новую, более универсальную конструкцию самохвата — «жумары» (это условное название самохвата подобного типа получили во Франции, где они были изобретены). Однако этот способ предусматривающий попеременную работу каждой ноги при выходе по веревке, на протяженной вертикали требует большой затраты физических сил, хорошей гимнастической подготовки и любой просчет при подготовке к подъему этим способом может привести к затруднительному положению на маршруте, а в наихудшем случае — к созданию аварийной ситуации. Универсальные самохваты («жумары»), кроме того, что они позволяют осуществлять подъем упомянутым выше способом «нога — нога», могут быть также использованы для выемки снаряжения, страховки, устройства страховки — автомата и применены для другого способа подъема по веревке, к описанию которого мы и приступаем.

2. Принцип этого способа подъема заключается в следующем: как и в предыдущем случае поднимающийся имеет две точки опоры на веревке (кроме страховки или самостраховки, осуществляющейся независимо). Однако в отличие от первого способа сам участник подъема имеет три точки опоры: две — на ногах — к одному «жумару» и одна — на поясной обвязке (беседке) — к другому. Конструкция «жумара» (рис. 2) позволяет укрепить его между беседкой и грудной обвязкой таким образом, чтобы обеспе-

чивался свободный ход вверх и эксцентрик зажимал веревку в муфте при нагрузке, направленной вниз. К беседке «жумар» крепится карабином, к грудной обвязке — с помощью решпнура, так как применение карабина в данном случае препятствует свободному ходу эксцентрика, в результате чего может произойти проскальзывание веревки в муфте. Второй «жумар» при помощи карабина крепится к стремянам, идущим сразу на две ноги, и устанавливается на веревке выше первого (см. рис. 3). Подъем по веревке производится так: поднимая вверх одной или двумя руками «жумар»,

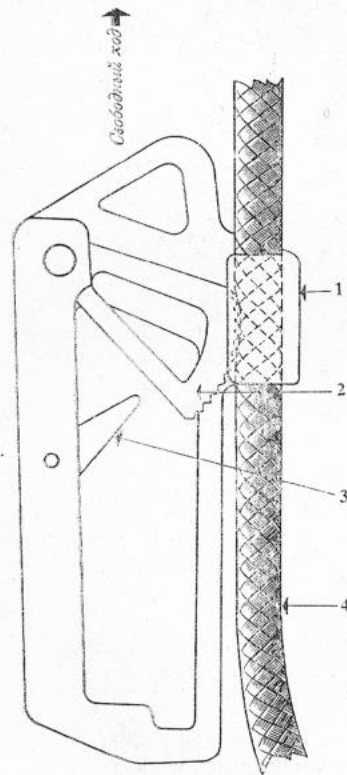


Рис. 2.

1 — муфта, 2 — эксцентрик, 3 — предохранитель, 4 — веревка

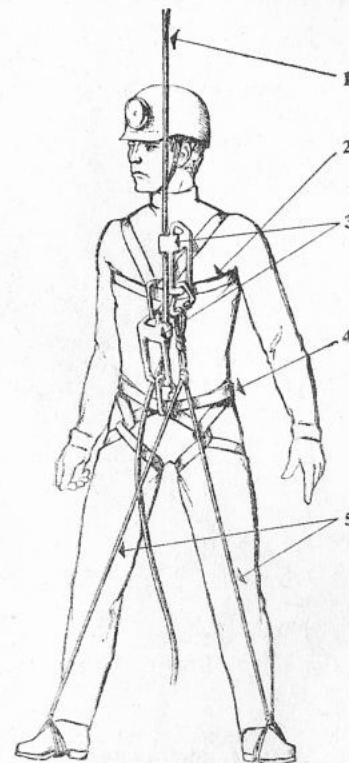


Рис. 3.

1 — основная веревка, 2 — обвязка, 3 — самохваты, 4 — беседка, 5 — стремяна

прикрепленный к стремянам, спелеотурист одновременно подтягивает ноги коленями к груди, при этом желательно обеспечить максимально большой шаг (на практике шаг получается 30—50 см при оптимально подогнанном снаряжении). Затем, опираясь обеими ногами на стремяна, спелеотурист встает на вытянутые ноги, причем грудная обвязка сама подтягивает «жумар», закрепленный между ней и беседкой, и нет необходимости поднимать его руками. Чтобы при подъеме центр тяжести тела спелеотуриста находился ближе к веревке (тем самым уменьшается опрокидывающий момент), можно

плекс технических приемов, максимально быстро и с наименьшими энергетическими затратами провести эвакуацию из карстовой полости в случае, например, ее затопления в лаводок. От участника спелеопутешествия требуется почти автоматическое применение разнообразных тактических приемов. Эти тактические приемы должны быть усвоены спелеотуристом в широком диапазоне: от таких простых, как выход из вертикальной полости без съемки снаряжения по-сменной тройкой, когда на каждом колодце участники тройки выходят поочередно с самостраховкой и осуществляют верхнюю страховку двух остальных, до сравнительно сложных задач определения необходимости устройства базового подземного лагеря, его расчетов, обеспечения, заброски и выемки или составления расписания работы вспомогательной и штурмовой (а то и нескольких) спелеологических групп. Основы овладения этими тактическими приемами должны преподаваться спелеотуристу с самых первых лет его обучения в школе предлагерной подготовки и во время прохождения им спелеолагеря первого года обучения. Не просто прохождение пещеры, а ее планомерное прохождение и акцентирование внимания новичков на этом пункте позволит не только лучше усвоить технику штурма, закрепить приобретенные навыки, но и заложит основу всей дальнейшей спелеологической практики спелеотуриста, даст ему пример для творческого осмысливания возможностей исследования пещер и, помимо всего, позволит организованно, с соблюдением всех правил безопасности, произвести штурм карстовых полостей, включенных в план работы спелеолагеря.

2. Штурм карстовой полости, в том числе и такой несложной, как включаемой в план прохождения участниками спелеолагеря, должен быть тщательно подготовлен. Прежде всего эта подготовка предусматривает подбор необходимого снаряжения: группового (лестницы, веревки, крючья, скальные молотки, инструменты для топографической съемки и т. п.) и личного (обвязки, карабины, свет, различное вспомогательное снаряжение). Помимо контроля за подготовкой снаряжения, инструктор отделения спелеолагеря должен особое внимание уделить составлению тактического плана штурма пещеры, заблаговременно ознакомить с этим планом слушателей отделения, выяснить, насколько хорошо каждый усвоил свои задачи, запомнил порядок своих действий, насколько согласованным оказывается взаимодействие участников в группе и отдельных групп между собой.

Непосредственно перед началом штурма инструктор обязан проверить у всех участников наличие двух исправных источников света, полного комплекта правильно подогнанного индивидуального снаряжения, средств самостраховки.

По окончании первой навески на вертикали следует удостовериться в правильности завязанных узлов, забитых крючьев, независимости крепления основной и вспомогательной (страховочной) опор, проверить, завернуты ли муфты у карабинов, обеспечена ли самостраховка у страхующего и т. д. Во время штурма пещеры и при проведении топоросемочных либо других работ инструктор должен найти себе такое место среди участников штурма, чтобы держать в поле зрения все происходящее в пещере, осуществлять контроль за работой всех групп (желательно, чтобы на одного инструктора приходилось не более двух групп по три человека в каждой). Присутствие инструктора в пещере не должно быть пассивным наблюдением. Ему следует наладить работу во всех вверенных ему группах, своевременно корректировать допускаемые участниками ошибки, следить за осуществлением тактического плана штурма полости и выполнением всех правил техники безопасности при работе в пещере. Требуя дисциплины и организованности от других, инструктор сам должен являть пример дисциплинированности, организованности и собранности, сам должен следовать предписанным правилам техники безопасности и выполнять тяжелую физическую работу по переноске, выемке и маркировке спелеологического снаряжения наравне с новичками.

В ходе работы в карстовой полости инструктор может провести некоторые изменения тактического плана, способствующие правильному ходу штурма, например, чтобы не создавать очереди и не утомлять людей бездейственным ожиданием, дать дополнительное задание одной из групп в случае, если другая, затянув выполнение своей задачи, выходит на вертикали позже установленного срока. Самому инструктору следует выходить из пещеры последним, хотя могут быть и исключения (например, у новичков нет опыта выхода по лестнице с самостраховкой). По окончании штурма в лагере инструктор должен произвести детальный разбор выполнения тактического плана и работы каждого из участников прохождения полости, указать на недостатки, выделить лучших. Желательно, чтобы участники дали самооценку своей работы, высказали свои замечания и пожелания.

3. При составлении тактического плана штурма карстовой полости можно рекомендовать руководствоваться следующими основными требованиями:

а) план должен быть конкретным, строго рассчитанным по времени для каждого участника штурма. Задачи штурма и каждой группы должны быть четко сформулированы;

б) при составлении плана необходимо учесть категорию сложности пещеры и ее морфологическую структуру;

в) при распределении обязанности в группах следует принять во внимание уровень физической, технической, а также психологической подготовки каждого участника, его опыт в прохождении карстовых полостей и работы в них;

г) график спусков и подъемов участников на вертикалях или в других местах пещеры, требующих применения специального снаряжения, должен учитывать пропускную способность этого снаряжения при выполнении всех правил безопасности, предусматривать дополнительное время на возможные задержки при работе со снаряжением или другие затруднения;

д) инструктор, составляя план штурма, должен строго определить свое место в отделении и свои задачи при штурме пещеры.

4. В качестве одного из возможных вариантов приведем план штурма пещеры IА категории сложности с комплексной морфологической структурой, не обводненной (образ — шахта «Крубера» на крымском карстовом плато Караби-Яйла, рис. 5).

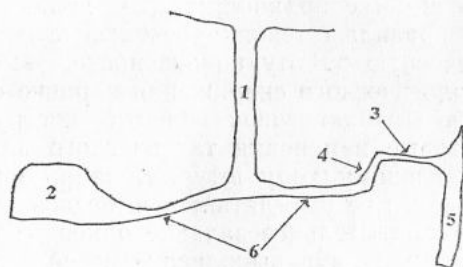


Рис. 5.

Вертикальный разрез-развертка пещеры (к тактическому плану штурма)

1 — входной колодец (35 м), 2 — зал, 3 — верхний ход, 4 — скальный участок (6 м), 5 — слепой колодец (20 м), 6 — галерея

Штурм предполагается осуществить отделением новичков — спелеотуристов в количестве шести человек (5 мужчин, 1 женщина), успешно закончивших школу предлагерной подготовки, сдавших физические нормативы и обладающие элементарными техническими навыками. Задача штурма: произвести комплексную полунинструментальную топографическую съемку карстовой полости.

Отделение разбивается на две группы по три человека.

Задача первой группы (участники под номерами 1—3, мужчины):

а) произвести топографическую съемку слепого колодца и верхнего хода над скальным участком (с навеской и выемкой снаряжения на данном участке пещеры).

Задача второй группы (участники под номерами 4, 5 — мужчины и под номером 6 — женщина):

а) произвести навеску снаряжения на входном колодце;
б) произвести топографическую съемку галереи и входного колодца;

в) осуществить выемку снаряжения из входного колодца.

Групповое снаряжение, необходимое для штурма пещеры:

а) входной колодец: лестница 40 м, веревка (10 мм), 2×40 м;

б) слепой колодец: лестница 20 м, веревка (10 мм) 25 м, транспортировочный мешок — 1;

в) скальный участок: репшнур (или веревка 8 мм) 15 м.

Каждая группа должна иметь полный комплект снаряжения для топографической съемки, каждый участник штурма — полный комплект индивидуального снаряжения и два независимых исправных источника света.

График работы первой группы.

Спуск во входной колодец (очередность: 1, 2, 3) по веревке с самостраховкой — 20 мин. Первый номер имеет с собой транспортировочный мешок со снаряжением для слепого колодца и скального участка. Маршрут по галерее до скального участка — 5 мин. Преодоление скального участка — 25 мин. Маршрут по верхнему ходу и навеске снаряжения на слепой колодец — 30 мин. Спуск участника номер 1 по лестнице с самостраховкой в слепой колодец и топографическая съемка его снизу вверх; одновременная топографическая съемка верхнего хода участниками под номерами 2, 3 — 40 мин.

Съемка снаряжения со слепого колодца, упаковка его, маршрут по верхнему ходу, преодоление вниз скального участка, съемка репшнура с него — 30 мин.

Маршрут по галерее до дна входного колодца — 5 мин. Выход участников под номером 1, 2 из пещеры по лестнице с верхней страховкой (обеспечивается уже вышедшими участниками второй группы) — 30 мин. Подъем транспортировочного мешка со снаряжением первой группы — 10 мин. Выход из пещеры участника под номером 3 по лестнице с верхней страховкой — 15 мин.

Если при подходе ко дну входного колодца первой группы оказывается, что лестница занята выходящей второй группой, то участники первой группы могут осмотреть оставшуюся часть пещеры — левую галерею и зал.

График работы второй группы.

Спуск во входной колодец (очередность: 4, 6, 5) по веревке с самостраховкой — 25 мин. Маршрут для ознакомления с галереей — 25 мин. Топографическая съемка галереи и зала (начиная с зала) — 1 час. Выход участника под номером 4 из пещеры по лестнице с самостраховкой — 10 мин. Выход участника под номером 6 из пещеры по лестнице с верхней страховкой — 15 мин. Выход участника под номером 5 из пещеры с топографической съемкой входного колодца по лестнице с верхней страховкой — 20 мин.

Работа инструктора.

Инструктор спускается вслед за участником под номером 3 и ведет первую группу к скальному участку, где показывает приемы его преодоления. После этого он возвращается к дну входного колодца, где встречает вторую группу, проводит ее по галерее. Затем, оставив вторую группу делать топографическую съемку, инструктор поднимается в верхний ход и проверяет правильность навески снаряжения на слепом колодце; затем помогает организовать топографическую съемку в первой группе. Ко времени выхода из пещеры второй группы, инструктор должен подойти к дну входного колодца и проконтролировать правильность подъема с самостраховкой участника.

етника под номером 4, затем, встретив первую группу, проводит ее (при наличии свободного времени) в зал. Выходит из пещеры последним. Участвует в выемке и упаковке снаряжения из входного колодца.

Для того чтобы графики работы групп были наилучшим образом согласованы, рекомендуется представлять их в виде наглядных схем с использованием условных обозначений, как это изображено на рис. 6.

Сжатые сроки представленного тактического плана обуславливаются исключительно узкостью стоящей перед группами задачей. Сюда не входят, конечно, такие пункты, как осмотр всей пещеры всеми участниками штурма либо тренировка каких-либо технических приемов.

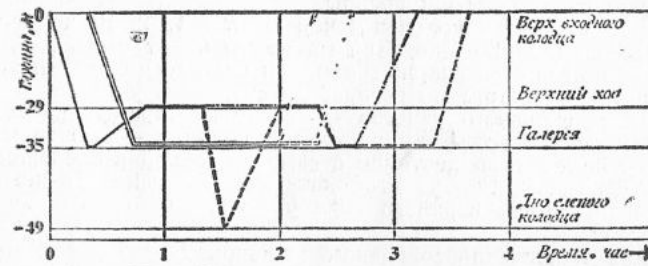


Рис. 6. Условные обозначения:

— группа I, группа II,
- - - участник номер 1, - · - · участник номер 2, 3,
- - - - участник номер 5, - · · - · участник номер 4, 6

Завершение работы лагеря

Завершающий этап работы лагеря начинается с подготовки зачетного штурма пещер IIБ категории сложности. С момента получения задания (план пещеры, выполняемая в пещере работа) отделение, включая стажера, самостоятельно, без помощи инструктора, готовится к штурму. Слушатели разрабатывают план штурма, работу отдельных групп, определяют их состав и руководителей, составляют список необходимого снаряжения и продуктов, назначают сроки работы и контрольный срок возвращения в лагерь. Подготовительная работа ведется под руководством стажера, и ее результаты доводятся до сведения всех членов отделения. Наиболее рациональной была бы работа каждого отделения в своей полости. При невозможности этого отделением, посещающим одну пещеру, даются разные задания. При обязательной для всех топографической съемке эти задания могут включать работу с гидронивелиром и альтиметром, геологическую съемку, взятие проб воды и воздуха, проведение метеонаблюдений и т. д.

После подготовки отделение защищает свой план штурма на инструкторском совете лагеря. При наличии в этом пла-

не недостатков, не приводящих к созданию аварийной ситуации, целесообразно отложить их разбор до обсуждения результатов штурма, чтобы слушатели могли на себе почувствовать все свои удачные и неудачные решения.

После утверждения плана штурма на инструкторском совете отделение, хорошо отдохнув, начинает его реализацию. В работе отделения в пещере принимают участие в качестве наблюдателя один или несколько инструкторов. Последние могут вмешиваться в работу членов отделения только при их действиях, создающих опасную для жизни ситуацию. По результатам штурма полости делается ее план. Этот план и отчет о штурме представляются на инструкторский совет для решения о его зачете. При формировании этого решения большую роль играют замечания инструкторов-наблюдателей.

После окончания работы в пещерах проводятся экзамены за курс спелеолагеря. Перед проведением экзаменов инструкторы должны представить начальнику и завучу лагеря характеристики слушателей, являющиеся результатом наблюдений за работой слушателя в течение всего срока работы лагеря. Характеристика на слушателя должна отражать склад его характера, деловые качества, его способности как члена коллектива, черты слушателя как спортсмена и спелеотуриста, уровень подготовки, рекомендовать (или не рекомендовать) дальнейшие занятия спелеотуризмом. В качестве одной из форм работы со стажерами можно поручить им составление первой редакции характеристики слушателей. Характеристика на самого стажера должна, кроме вышеперечисленных элементов, содержать сведения о его возможностях как руководителя и воспитателя.

Слушатели, рекомендованные к дальнейшим занятиям спелеотуризмом, сдают экзамены комиссиям, состоящим из инструкторов и начальника или завуча лагеря.

Результаты экзаменов включают оценку теоретических знаний (ответ по билету), навыков и умения практически их применять. Последние два элемента отражаются в книжке спелеотуриста, которая выдается ему по окончании спелеолагеря. Характеристика на слушателя, утвержденная на инструкторском совете, помещается на пятой странице той же книжки (приложение 4).

После оценки деятельности слушателей работу лагеря нужно закончить общим собранием, на котором очень полезно узнать мнение слушателей о данном мероприятии. При закрытии лагеря необходимо убрать территорию лагеря, засыпать ямы с мусором и кострища.

Лагерь считается состоявшимся, а результаты его работы официально признанными, когда Бюро Центральной сек-

ции спелеотуризма утвердит отчет о работе лагеря. Отчет должен включать материалы, указанные в организационно-методических указаниях Центрального совета по туризму и экскурсиям (приложение 6) по составлению отчета. Организационная работа лагеря представляется в отчете описанием работы лагеря, расписанием его работы, наиболее важными приказами по лагерю (все события в жизни лагеря регламентируются приказами, которые являются официальными документами лагеря).

Учебная работа отражается в отчете завуча, в фактическом учебном плане, в протоколах заседаний инструкторского совета (на которых обсуждаются как методические, так и организационные вопросы, чрезвычайные происшествия), в отчетах о работе отделений и экзаменационных ведомостях. В отчет входят также сведения об инструкторах, слушателях, стажерах (фамилия, имя, отчество, домашний адрес, место работы, год рождения, спелеостаж и опыт), их характеристики, реализация плана работы со стажерами. Необходимой частью отчета является оценка прошедшего лагеря, выявление его достоинств и недостатков, рекомендации и предложения по работе лагерей спелеотуризма в будущем. В качестве приложений в отчет входят некоторые из планов пещер, выполненные в лагере, методические разработки стажеров, планы-конспекты лекций, описание соревнований и прочие материалы, которые могут отразить различные стороны деятельности спелеолагеря.

Приложение 1
Учебный план* школы предлагерной подготовки спелеотуриста

№ п.п.	Наименование темы	Количество часов			
		лекций	практических занятий		
			в помещении	на местности	
1	2	3	4	5	
1	Советский массовый туризм	2	2	—	—
2	Туристские возможности родного края	4	4	—	—
3	Значение и содержание исследований карстовых полостей	3	3	—	—
4	Карстовые явления	2	2	—	—
5	Вторичные образования в пещерах (минералы)	2	2	—	—
6	Охрана природы в подземных полостях	1	1	—	—
7	Описание пещер	2	2	—	—
8	Научная и видовая кинофотография	4	2	—	2

1	2	3	4	5	
9	Физическая подготовка спелеотуриста	3	2	1	—
10	Снаряжение спелеотуриста	6	2	4	—
11	Ориентирование и топографическая съемка в подземных полостях	12	3	3	6
12	Передвижение в горах	10	1	—	9
13	Страховка и самостраховка	12	1	2	9
14	Обеспечение безопасности в спелеопутешествии	8	3	—	5
15	Гигиена, самоконтроль спелеотуриста. Доврачебная медицинская помощь	6	2	2	2
Всего		77	32	12	33

* Печатается по выпуску «Подготовка общественных кадров по спелеотуризму», Минск, 1969.

Приложение 2

УДОСТОВЕРЕНИЕ № _____

Тов. _____
(Ф., И., О.)

_____ прошел предлагерную подготовку в секции спелеотуризма _____

_____ совета по туризму и экскурсиям в отделении инструктора _____

_____ (Ф., И., О.)

_____ (№ удостоверения)

и сдал зачет по следующим дисциплинам с оценкой:

1. Техника работы с веревкой _____

2. Техника работы на лестнице _____

3. Страховка _____

4. Техника топографической съемки пещер _____

5. Физподготовка и сдача физнормативов _____

Председатель секции _____

_____ (Ф., И., О. и № удостоверения)

Начальник семинара _____

(школы) _____

_____ (Ф., И., О. и № удостоверения)

М.П. < >

19 г.

Учебный план спелеологического лагеря
первого года обучения

№ п/п.	Наименование темы	Количество часов			
		всего лекций	Практические занятия		
1	2	3	4	в помеще- нии	на мест- ности
I. Естественно-географическая подготовка					
1	Обзор района лагеря	3	1	—	2
2	Формирование карстовых полостей	4	2	—	2
3	Происхождение вторичных образований (минералы)	3	—	—	3
4	Методика и техника исследования карстовых полостей	8	2	2	4
Итого		18	5	2	11
II. Техническая подготовка					
1	Топография и топографическая съемка в карстовой полости	18	2	8	8
2	Привалы и биваки	8	1	—	7
3	Страховка и самостраховка	22	2	2	18
4	Передвижение и преодоление естественных препятствий на подходах к пещерам	15	2	—	13
5	Организация и техника спуска в карстовые полости	16	2	2	12
6	Обеспечение безопасности	14	3	3	8
7	Транспортировка пострадавшего	9	—	2	7
Итого		102	12	17	73
III. Тренировочные и зачетный выходы в карстовые полости					
1	Учебно-тренировочные выходы в пещеры простые и I категории сложности	8	—	—	—
2	Зачетный выход в пещеру или шахту	15	—	3	12
Итого		15	—	3	12
Всего		135	17	22	96

Страницы книжки спелеотуриста,
отражающие обучение слушателя
в спелеолагере первого года

Тов. _____ проходил в спелеолагере « _____ » обучение по программе первого года и получил следующие оценки по специальной подготовке:

1. На скалах (страховка, работа с веревкой) _____
2. В вертикальных полостях (работа с лестницей) _____
3. В горизонтальных пещерах _____
4. По топосъемке и описанию пещер _____

Предлагательскую подготовку проходил в секции совета по туризму, удостоверение № _____

Руководитель спелеолагеря

М. П. _____ (фамилия, имя, отчество и № удостоверения)

« _____ » 19 ____ г.

ХАРАКТЕРИСТИКА

Тов. _____ подготовлен для посещения карстовых полостей _____ категории сложности.

Руководитель спелеолагеря

_____ (фамилия, имя, отчество и № удостоверения)

ЭКЗАМЕНАЦИОННАЯ ВЕДОМОСТЬ СДАЧИ ВЫПУСКНЫХ ЭКЗАМЕНОВ СПЕЛЕОЛАГЕРЯ

(сбора)

отделение № _____ инструктор _____
стажер _____

№ п/п.	Фамилия, имя, отчество	Номер билета	Оценка знаний			Общая оценка	Примечание
			теория	практика*	навыки, умения*		

* Оценка выставляется по разделам, указанным в книжке спелеотуриста

Завуч спелеолагеря _____ (подпись)

Инструктор отделения _____ (подпись)

ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ КАДРОВ ПО СПЕЛЕОТУРИЗМУ

I. Общие положения

1. Настоящие указания определяют порядок организации и проведения учебных мероприятий по спелеотуризму. Отдельные отклонения могут быть допущены с разрешения Центрального совета по туризму и экскурсиям. Все секции и лица, нарушающие настоящие указания, несут дисциплинарную ответственность.

2. Спелеотуристские учебные мероприятия могут проводиться в следующих формах:

- сборы инструкторов-методистов;
- сборы инструкторов по спелеотуризму;
- семинары руководителей семинаров по спелеотуризму;
- семинары руководителей спелеопутешествий;
- семинары начальников спасательных отрядов учебных мероприятий;
- спелеолагерь первого и второго года обучения;
- школа предлагающей подготовки;
- семинары председателей секций и председателей подкомиссий МКК.

3. Учебные мероприятия, указанные в пп. а-д, проводит Центральный совет по туризму и экскурсиям через Центральные туристские курсы и Центральную секцию спелеотуризма.

Учебные мероприятия, указанные в пп. е-з, проводятся советами по туризму и экскурсиям, клубами туристов через секции спелеотуризма (с обязательным утверждением бюро республиканской, краевой, областной секции), с разрешения Центральной секции спелеотуризма.

Организации, проводящие спелеотуристские учебные мероприятия обеспечивают материальную базу, подбор инструкторско-преподавательского состава, контролируют правильность постановки учебно-воспитательного процесса.

II. Порядок организации и оформления школы предлагающей подготовки

1. Для оформления школы предлагающей подготовки необходимо представить в Центральную секцию спелеотуризма следующие материалы (в одном экземпляре):

- решение бюро республиканской, краевой, областной секции спелеотуризма об организации школы, список инструкторского состава и сроки проведения;
- учебное расписание занятий школы по следующей форме:

Дата	Тема занятий	Кто проводит

III. Рекомендации по проведению школы

1. Руководителями школы предлагающей подготовки и тренерами отделений могут быть лица, не имеющие звания инструктора спелеотуризма.

2. Практические занятия по ориентированию, топографической съемке, страховке и само страховке и другие проводятся на местности в родном крае с использованием подходящих учебных объектов (скалы, стенки и т. д.).

3. Если практические занятия проводятся в карстовых полостях, то для занятий разрешается использовать горизонтальные и вертикальные полости I категории сложности, а инструкторский состав должен быть укомплектован инструкторами, имеющими звание инструктора спелеотуризма.

4. Топографические материалы полостей (с описанием предполагаемой учебной работы) также должны быть представлены одновременно с документами, указанными в п. II настоящих указаний.

5. Выезд слушателей школы предлагающей подготовки (для районов, не имеющих карстовых полостей) осуществляется в рамках сроков проведения школы (в соответствии с письмом Центрального совета по туризму и экскурсиям № 1476/2 от 14.03.1973 г.).

IV. Порядок организации и проведения спелеолагеря первого и второго годов обучения

Для получения разрешения на проведение спелеолагеря первого и второго годов обучения необходимо представить в Централь-

ную секцию спелеотуризма следующие материалы (в одном экземпляре):

1. Решение бюро республиканской, краевой, областной секции спелеотуризма об организации спелеолагеря первого и второго годов обучения, список инструкторского состава, сроки и место проведения.

2. Учебное расписание занятий. План работы завуча со стажерами.

3. Топографические планы и описание учебных объектов, если объекты не приведены в «Классификационном перечне пещер СССР».

4. Состав слушателей с указанием зачетного им предыдущего учебного мероприятия.

5. Начальником и завучем лагеря, инструкторами отделений могут быть лица, имеющие подтвержденное звание инструктора спелеотуризма.

Примечания. 1. В период между спелеолагерями первого и второго года обучения целесообразно проводить школы второго года обучения.

2. Проведение лагерей в два срока по сокращенной программе в 10 дней не рекомендуется.

V. Регламентация оформления учебных мероприятий

1. Документы для утверждения школ предлагерной подготовки, спелеолагерей первого и второго годов обучения представляются в Центральный совет по туризму и экскурсиям за два месяца до начала работы учебного мероприятия с сопроводительным письмом на бланке соответствующего совета по туризму и экскурсиям за подписью председателя или заместителя председателя.

2. Проведение очередного учебного мероприятия (ШПП, спелеолагеря первого и второго годов обучения) может быть разрешено только после получения отчета о ранее проведенном учебном мероприятии.

3. Проведение учебного мероприятия за пределами республики, края, области или привлечение спелеотуристов из других советов по туризму и экскурсиям для участия в проводимых мероприятиях могут совершаться только с разрешения и по заданию Центральной секции спелеотуризма, а также по согласованию с соответствующими организациями и ведомствами (письмо Центрального совета по туризму и экскурсиям за № 1476/2 от 14.03.1973 г.).

VI. Зачет учебных мероприятий и квалификация участников

1. Зачет проведения школы предлагерной подготовки проводится по представлению отчета, выполненного в соответствии с требованиями (приложение) настоящих указаний. Начальнику школы при наличии более трех отделений и завучу при наличии более шести отделений засчитывается стажировка в качестве инструктора, если они имеют данное звание.

Начальник, завуч и тренеры отделений (при условии зачета школы) могут получить право на прохождение спелеолагеря второго года обучения.

2. Зачет проведения лагеря первого и второго годов обучения проводится по представлению отчета, выполненного в соответствии с требованиями (приложение) настоящих указаний.

Инструкторам отделений (при условии зачета спелеолагеря) мо-

жет быть зачтена стажировка, а начальнику или завучу лагеря — один балл на звание инструктора — методиста при условии представления им двух методических разработок по любой из тем учебной программы.

Примечания. 1. Минимальное число отделений при организации школы и лагерей — три. При числе отделений от трех до шести — освобожденным может быть либо завуч, либо начальник школы, при шести и более отделениях — освобожденными от работы с отделением могут быть оба руководителя школы или лагеря.

2. Руководители учебных мероприятий при зачете инструкторской работы должны руководствоваться критерием качества учебной работы инструктора с отделением, а не количеством выходов в пещеры в качестве руководителя. Стажер или инструктор обязаны представить методическую разработку по одной из тем учебной программы (по усмотрению завуча учебного мероприятия).

3. Квалификация инструкторского и стажерского состава указывается в едином ежегодном квалификационном списке общественных кадров по спелеотуризму.

Ежегодный квалификационный список составляется на основании утвержденных отчетов по проведенным учебным мероприятиям.

Инструктор спелеотуризма, не прошедший стажировку в течение трех лет, теряет свое звание.

Стажер—инструктор сохраняет право на прохождение сборов инструкторов по спелеотуризму в течение двух лет.

Спелеотурист второго года обучения, не участвующий в течение двух лет в спелеопутешествиях, теряет квалификацию до одного года обучения и право участия в спелеопутешествиях. Для восстановления квалификации он должен сдать экзамены по программе лагеря первого года обучения (школы второго года) и пройти повторно курс спелеолагеря второго года обучения.

Спелеотурист первого года обучения сохраняет свою квалификацию и право обучения в лагере второго года в течение одного года. По истечении времени он должен сдать экзамены по курсу школы предлагерной подготовки и пройти повторно курс спелеолагеря первого года обучения.

Спелеотурист, окончивший ШПП, сохраняет право на прохождение спелеолагеря первого года обучения в течение одного года.

Спелеотурист, не сдавший экзамен по курсу ШПП или лагеря, имеет право на повторный экзамен через полгода. Прохождение полного курса ШПП разрешается через два года.

4. Право сдачи экстерном на звание инструктора имеют стажеры, включенные в квалификационный список. Для приема экзаменов экстерном (по заявке соответствующего совета по туризму и экскурсиям) Центральная комиссия по кадрам и Центральная секция спелеотуризма назначают и утверждают специальную комиссию.

5. Дисквалификация спелеотуристов.

Срок действия дисквалификации определяется с даты протокола организации, утверждающей документ о дисквалификации. Во время этого срока спелеотурист не имеет права участвовать в мероприятиях, на которые распространяется дисквалификация. При полной дисквалификации спелеотурист отстраняется от занятий спелеотуризмом. Если во время дисквалификации спелеотурист не подчиняется принятому решению и в обход его или с ведома нижестоящей (по отношению к принявшей решение) организации принимает участие в спелеотуристских мероприятиях, то указанному лицу либо удваивается срок дисквалификации, либо ему запре-

щается заниматься спелеотуризмом, а руководитель нижестоящей секции дисквалифицируется.

После окончания сроков дисквалификации спелеотурист продолжает заниматься спелеотуризмом с той ступени, до уровня которой он дисквалифицирован. На время дисквалификации спелеотурист, как правило, не должен выбираться в руководящие органы.

Примечание. Дисквалификация спелеотуриста как инструктора автоматически влечет за собой запрещение руководства спелеопутешествиями на тот же срок.

Приложение

Примерное содержание отчета о работе школы предлагерной подготовки спелеолагеря первого и второго годов обучения.

1. Организационная работа:

а) место и время проведения;

б) график работы отделений;

в) список слушателей по отделениям по следующей форме:

№ п/п.	Фамилия, имя, отчество	Совет по туризму и экскурсиям*	Год рождения	Место работы и должность
1	I отделение			
2				
3				
4				
1	II отделение			
2				
3				

г) основные приказы по школе (лагерю), регламентирующие проведение мероприятия.

2. Учебная работа:

а) отчет начальника (завуча) об учебной работе и работе инструкторского совета;

б) методические материалы, подготовленные стажерами и инструкторами. Учебная работа стажеров и инструкторов;

в) указание о новых находках в теории, практике, замечания по отдельным разделам программы.

3. Самостоятельная работа слушателей в составе отделения в зачетном выходе:**

а) при подготовке к зачетному выходу;

б) в полости во время зачетного выхода;

в) графический материал по зачетному выходу.

4. Подведение итогов мероприятия:**

а) экзаменационные ведомости;

б) список пещер, пройденных слушателями с указанием выполненной ими работы;

в) краткие характеристики слушателей;

г) характеристики инструкторов и стажеров.

Примечание. * Наименование совета по туризму и экскурсиям указывать в том случае, если слушатель из другого совета по туризму и экскурсиям.

** Разделы 3а, б, в и 4б, в — приводятся в отчетах о работе спелеолагерей.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3
Организация школы предлагерной подготовки	3
Назначение начальника и завуча школы	4
Подбор тренерско-преподавательского состава	5
Составление учебного плана	6
Разработка учебного расписания	7
Порядок согласования с местными советами и Центральным советом по туризму и экскурсиям	7
Разработка методических материалов для лекционных и практических занятий	7
Разработка памятки по безопасности во время учебных выходов на местность	9
Оповещение туристов о наборе слушателей в школу	10
Собеседование с желающими заниматься спелеотуризмом	11
Учебный процесс в школе предлагерной подготовки	12
Начало учебного процесса	12
Проведение учебного процесса	13
Организация и проведение тренировок в рамках учебного процесса	15
Завершение работы школы	24
Организация спелеолагеря первого года обучения	28
Подготовка лагеря, распределение обязанностей	28
Выбор места лагеря	34
Особенности учебной работы в лагере	36
Выработка тактических приемов прохождения пещер в спелеолагере первого года обучения	45
Завершение работы лагеря	50
Приложения	



Центральный совет по туризму и экскурсиям

Центральное рекламно-информационное
бюро «Турист»

Москва — 1976

Составители: В. А. Кучин, А. П. Ефремов,
Р. Н. Сайфи
Редактор Л. И. Зепина
Худ. редактор К. С. Солищева
Техн. редактор Ю. И. Иванов
Корректоры О. Г. Иксанова, Е. В. Сафронова



Л-73658	Подписано к печати 12/VII 1976 г.	Формат 60×90 1/16
Уч.-изд. л. 3,3	Усл. печ. л. 4,0	Тираж 10000 экз.
Цена 17 коп.	Заказ 5201	Изд. № КМ-1402

МОТ, Загорский филиал