

Разработка маршрута многодневного похода

*Геращенко Георгий Васильевич,
педагог дополнительного образования
отдела туризма и краеведения
МАУ ДО «Владивостокский городской
Дворец детского творчества»*

Район проведения похода

Приморский край, Партизанский район. Маршрут: п. Тигровый - р. Тигровая - с. Сергеевка - р. Партизанская - п. Лозовый.

Целевая аудитория:

Школьники, студенты, родители. Маршрут подходит туристам, не имеющим туристско-спортивной подготовки.

Цели похода:

Утверждение принципов здорового образа жизни и формирование навыков пребывания и выживания в природной среде. Совершенствование физического и нравственного потенциала, восстановление работоспособности, поддержание, укрепление, сохранение здоровья. Дальнейшее развитие спортивного туризма в Российской Федерации,

Задачи похода

1. Повышение интереса учащихся к занятиям спортивным и оздоровительным туризмом путем развития инфраструктуры, агитационной и просветительской деятельности в средствах массовой информации.

2. Вовлечение максимально возможного числа детей, подростков, молодежи, семей и взрослых всех возрастов в систематические занятия различными видами спортивного туризма, как наиболее доступного и социально-ориентированного вида спорта, физической культуры, проведения досуга и активного отдыха.

3. Создание мотивации и условий для здорового образа жизни;

4. Совершенствование навыков участников похода в области техники и тактики водного туризма.

5. Развитие физической выносливости и силы.

6. Работа в команде. Отработка навыков поддержания положительного психологического климата коллектива в новых условиях.

Название похода: «Партизанский поток»

Географическое положение

Район путешествия – южная часть Приморского края. Он расположен на юге Дальнего Востока, в юго-восточной части Российской Федерации. На севере граничит с Хабаровским краем, на западе с КНР, на юго-западе с КНДР, с юга и востока омывается Японским морем. Крупный залив — Петра Великого. Берега залива сильно изрезаны и образуют внутренние заливы: Амурский, Уссурийский, Посьета, Восток.

Максимальная протяжённость края (от устья реки Туманная до истоков реки Самарга) около 900 км. Наибольшая ширина (от долины реки Уссури до побережья Японского моря) около 280 км. Общая протяжённость границ края 3000 км, из них морские около 1500 км.

Крайние точки:

Самая северная точка края расположена у истока реки Дагды (притока Самарги) — $48^{\circ}23'$ с.ш.

Южная — в устье реки Туманной (Туманган, Тумыньцзян) на границе с КНДР — $42^{\circ}18'$ с. ш.

Западная — близ истока реки Новгородовка — $130^{\circ}24'$ в. д.

Восточная — мыс Золотой — $139^{\circ}02'$ в. д.

Расстояние между крайними точками равно:

Северной и южной по меридиану — 900 км.

Западной и восточной по равноудалённой параллели — 430 км.

Физико-географические характеристики

Центральную и восточную части края занимают горы Сихотэ-Алинь, на западе — Уссурийская и Приханкайская низменности. Самой высокой вершиной края является гора Аник высотой 1933 метра, расположенная на северо-востоке края у границы с Хабаровским краем.

Крупные острова: Русский, Путятина, Аскольд, Попова, Рикорда, Рейнеке, Большой Пелис.

На юго-западе находится крупное озеро Ханка, по нему проходит граница с Китаем. Крупнейшей рекой края является Уссури, истоки реки Уссури находятся на склонах горы Снежная, к северо-востоку от горы Облачная.

Высокогорная растительность

Высокогорная растительность Сихотэ-Алиня складывается пятью типами: горные тундры, горные луга, кустарниковые заросли, заросли стлаников, подгольцовые редины криволесий. Эти типы выделяются по преобладанию в них жизненных форм растений, формирующих физиономический облик ландшафта. Высокогорная растительность занимает немногим более 1% площади Сихотэ-Алиня, но отличается большим разнообразием в связи с различием жизненных форм доминантов высокогорных растительных сообществ и чрезвычайной мозаичностью экологических условий в верхнем поясе гор.

Г о р н ы е т у н д р ы встречаются небольшими участками, чередующимися с зарослями кустарников и стлаников, с 1300-1400 м, а выше 1500-1600 м ландшафт горных тундр становится преобладающим. Наиболее распространены три группы ассоциаций горных тундр.

Щ е б н и с т а я л и ш а й н и к о в а я т у н д р а формируется в наиболее суровых условиях на куполообразных вершинах и полого-выпуклых водоразделах, открытых ветрам всех румбов. Значительная часть поверхности не покрыта растительностью, общее покрытие редко превышает 0,4м. Преобладают накипные и листоватые лишайники.

В е р е с к о в о - л и ш а й н и к о в ы е горные тундры занимают слабо выпуклые склоны разной экспозиции. Здесь есть уже, хотя и не сплошной и слабо развитый почвенный покров. Щебнисто-каменистые обнажения сравнительно редки. Растительность занимает большую часть поверхности.

К у с т а р н и к о в о - м о х о в ы е тундры формируются на участках с более развитыми, хотя и маломощными щебнистыми почвами и длительно

сохраняющимся снегом. Лишайниково-моховой ярус хорошо развит, покрывает всю поверхность, разнообразен по видовому составу.

Г о р н ы е л у г а. Настоящих альпийских лугов, свойственных европейским высокогорьям, на Сихотэ-Алине нет. Естественные безлесные участки травянистой растительности встречаются небольшими участками на высоте от 1200 до 1600 м. Они формируются преимущественно в местах скопления снега и не образуют самостоятельной высотной полосы. Площадь отдельных участков редко превышает 0,5 гектара, обычно меньше. Наиболее часто встречаются густые заросли высокотравья очень разнообразного состава, в котором обычно нет явно преобладающих видов.

В местах, занимаемых сезонными наледями постоянно существуют вейниково-разнотравные небольшие луговинки, которые Б.П. Колесников (1969) назвал «наледными лугами».

З а р о с л и с т л а н и к о в и к у с т а р н и к о в . Наибольшее распространение среди стланиковых и кустарниковых растительных сообществ верхнего горного пояса Сихотэ-Алиня имеет древесная формация к е д р о в о г о с т л а н и к а. Биологической особенностью стланика является его способность полегать на землю после первых морозов и прятаться, таким образом, под снегом от самых сильных зимних холодов. Поэтому он избегает местообитаний, где снег сдувается зимними ветрами. Формируются густые, практически непроходимые заросли, диаметр стволов у комля достигает 20 и даже 30 см, длина стволов до 5-7 м, высота зарослей до 3 м. По мере увеличения высоты местности, заросли кедрового стланика становятся редкими. Их высота снижается до 1-1,5 м, а сомкнутость - до 0,5-0,6 м, затем они деградируют до небольших групп и отдельных экземпляров среди горных тундр. Сомкнутость их близка к 1,0 м, а высота обычно не превышает 1,0 м. Видовой состав зарослей беден, другие виды растут только в редких прогалинах в сплошном пологе микробиоты.

К р и в о л е с ь я Сихотэ-Алиня представляют собой переходные формы древесной растительности от прямоствольных лесов к зарослям стлаников и кустарников. Они нигде не образуют сплошной высотной полосы, занимая

разнообразные местообитания, где есть хотя бы небольшой слой примитивной почвы с достаточным увлажнением. Наиболее часто участки криволесий занимают пологие участки и террасовидные уступы предводораздельных склонов, пологие ложбины и седловины.

В северной части края в составе криволесий появляется лиственница, которая на верхнем пределе иногда сама принимает стелющуюся форму. Высота криволесий колеблется в пределах 2-4 м, а на ветробойных участках их высота всего 1-1,5 м. В подлеске часто участвуют вересковые кустарники и кустарнички. Травяной покров сплошного яруса не образует. Криволесья являются высотным форпостом лесов и имеют выдающееся склонозащитное и водорегулирующее значение. При уничтожении пожарами они сменяются каменистыми осыпями и россыпями.

Туристские возможности Приморского края

Туристский потенциал Приморского края привлекает к себе любителей путешествий. По оценкам специалистов, здесь имеется более 520 укромных таежных урочищ и разнообразных природных объектов (озера, водопады, древние потухшие вулканы, пещеры и др.), которые уникальны в научном, познавательном и эстетическом отношении.

Особенно красивы ландшафты морских побережий с обширными открытыми пространствами в окружении леса с опушками живописных очертаний с далекими перспективами, которые открывают морские дали.

На территории края насчитывается не менее ста горных вершин, которые представляют интерес для пешего туриста. Из них наиболее посещаемыми являются: Ливадийская (Пидан), Графская, Ольховая, Облачная, Высокая и др. Неизменный интерес у самодеятельных туристов вызывают древние потухшие вулканы. Наиболее известны среди местных туристов вулкан Барановский (берег реки Раздольная), вулкан на Графской сопке (район города Дальнереченска), а также вулкан, расположенный на мысе Поворотный.

Территорию края пересекает около 1650 рек длиной более 10 км каждая. Каждая река по-своему прекрасна. У одной живописны берега. Другая – украшена каскадом сверкающих на солнце водопадов. Краеоведам и туристам известно около 30 водопадов. Из них наиболее живописны Беневские водопады, Милоградовский, Большой Амгинский, красивейший в крае водопад Арсеньева, Шкотовский.

В Приморском крае насчитывается около 3 тыс. озер. Например, в бассейне реки Уссури расположено 2,8 тыс. мелких озер и оз. Ханка, которое является крупнейшим естественным водоемом Приморского края. В Хасанском районе расположено несколько небольших пресноводных озер площадью от 0,2 до 3,3 кв. км: Дорицини, Качеги, Сак, Карасье, Хасан, здесь же соленое озеро Тальми площадью 36 кв. км. В пределах береговой полосы Японского моря сосредоточено большое количество озер (не менее 60), отделенных от моря узкими песчаными косами, с солоноватой или соленой водой. Как правило, эти прибрежные озера (лагуны) не велики, но весьма живописны, и выделяются обилием водоплавающих птиц, таких как морская и хохлатая чернети. Здесь часто можно встретить даже лебедя-кликуну и несколько видов гусей.

В Приморье имеется совершенно особый тип небольших подпрудных и термокарстовых (горных) озер. Эта группа самая малочисленная. В настоящее время самодеятельным туристам известно более полутора десятка горных озер. Из них наиболее посещаемыми являются: Алексеевское, Тони, Шандуйские озера и Озерные плато.

Разнообразие природных условий и ресурсов Приморья обеспечивает достаточно широкие возможности для путешественников. Здесь можно организовать походы любой категории сложности и по многим видам туризма. Так, наличие горной страны Сихотэ-Алинь позволяет проводить сложные пешие туристские походы, а достаточно густая речная сеть – водные путешествия. Наличие устойчивого снежного покрова на территории западного Сихотэ-Алиня, а также в среднегорье южного, центрального и северного Сихотэ-Алиня, за исключением узкой полосы побережья Японского моря, обеспечивает неизменный и устойчивый интерес к этим районам со стороны большого числа туристов-лыжников.

Автотуристы могут воспользоваться практически всей сетью существующих дорог, которая позволяет проникнуть даже в самые укромные горно-таежные или прибрежные места. Однако в связи с особенностями хозяйственного освоения Приморья, разнообразием и контрастностью природных условий весьма неодинаковы туристские возможности различных его районов. Поэтому в настоящее время по степени туристско-рекреационной привлекательности на северо-восточном склоне Сихотэ-Алиня определены два района: юго-восточный, охватывающий Ливадийский хребет и бассейны рек Партизанская и Киевка, и северо-восточный, включающий восточный склон Сихотэ-Алиня между реками Кема и Самарга.

Исходя из географии собирательского и спортивно-промыслового, а также зимних видов горного туризма, среди самостоятельных туристов наиболее перспективным считается район западного предгорья Сихотэ-Алиня.

Большим потенциалом для развития морского туризма обладает юго-западное Приморье с его расчлененной береговой линией, контрастным рельефом побережья, множеством островов и обилием других ресурсов, вызывающих туристский интерес. Для пешеходного туризма особенно интересны:

- уссурийская тайга Среднего Сихотэ-Алиня, особенно в северной части, где она сохранилась нетронутой,
- отроги хребта Сихотэ-Алинь, идущие в южном и восточном направлении,
- хребет Карту между реками Кема и Максимовка.

Сезонность: май–октябрь. Возможны маршруты I–V категории сложности.

Для лыжного туризма интересны центральные и северные районы края, где снежный покров держится постоянно с декабря по март месяцы. Для маршрутов более удобны пологие западные склоны хребтов и русла замерзших рек. На побережье Японского моря, особенно в южной части, снежный покров в некоторые годы отсутствует. Возможны маршруты I–V категории сложности.

В крае имеются лыжные и слаломные трассы для обучения и тренировок. Имеются скалодромы для подготовки к соревнованиям по технике горного туризма. Хотя в целом возможности для горного туризма в крае отсутствуют. Ближайшие горные маршруты возможны на Саянах, Камчатке, хребте Кодар.

Приморье самый благоприятный район для водного туризма (на байдарках, надувных лодках, катамаранах, рафтах, плотах).

Интересные маршруты по рекам: Зева, Бикин, Арму, Самарга, Единка, Максимовка, Кема, Уссури. Водные маршруты совершаются в то же время, что и пешеходные. Во время весенних половодий и летних паводков проходимыми для туристских судов становятся многие мелкие реки юга края: Милоградовка, Киевка, Партизанская, Арсеньевка и др. На реках Шкотовка, Тигровая и Партизанская обычно проводятся соревнования по технике водного туризма. Возможны маршруты I–IV категорий сложности. Кема – 3У (усложнённая, с элементами пятёрки).

Районы спортивного автотуризма – это дороги без покрытий. В связи с развитием лесозаготовок весь край покрылся сетью лесовозных дорог, по которым можно проехать в самые отдаленные и еще недавно недоступные районы. В целом по краю возможно совершать маршруты I–IV категорий сложности.

Спелеотуризм привязан к карстовым полостям, которые в крае встречаются часто. Старейшая пещера «Мокрушинская» находится в Ольгинском районе. Много пещер в районе города Дальнегорск, Партизанском, Шкотовском, Спасском и Яковлевском районах. Посещать пещеры лучше зимнее время, когда меньше их степень обводнённости.

Тренировочные пешеходные маршруты обычно совершаются в окрестностях Владивостока. Во Владивостоке маршруты (походы) выходного дня образуют плотное «кольцо посещаемости». Оно простирается от 20 до 70 км от города. Чтобы добраться сюда, требуется 1–2 часа. Это самая популярная зона пеших походов, которые проводятся с вечера пятницы до вечера воскресенья.

Общие сведения о реке Партизанской

Географическое положение. Река Партизанская находится на юге Приморья. Берёт начало с гор Пржевальского – южного отрога хребта Сихотэ-Алинь. Истоки реки находятся в пределах плоскогорья Сковорода. Долина реки ограничена с востока Партизанским хребтом, с юго-запада Ливадийским, с севера и северо-запада

горами Пржевальского. Впадает в залив Находка Японского моря. Сопка Сестра (318 м) на побережье обозначает устье реки.

Длина реки 142 км, площадь бассейна 4140 кв. км.

Характеристика реки. Река Партизанская и её притоки имеют горный характер: быстрое течение, каменисто-галечное дно, перекаты и малую глубину. Ниже села Владимиро-Александровского начинается приустьевая часть реки: увеличивается глубина (до 3 м и более), дно становится в основном илистым или песчаным, слабое течение и отсутствие перекатов, ширина достигает 60-80 м. Во время прилива или волнений на море вода в приустьевой части становится солоноватой, возникает обратное течение.

Река Тигровая – правый приток Партизанской – от ущелья Щёки до устья имеет полуравнинный характер. Долина Тигровой на этом участке изрезана протоками, старицами, ручьями, сухими руслами и достигает ширины 3-4 км. Много длинных неглубоких плёсов с илистым дном и слабым течением. Вода в речке полупрозрачная из-за большого количества взвешенных глинистых частиц, течение среднее и слабое. Вода в Тигровой летом гораздо теплее, чем в реке Партизанской перед их слиянием. Устье реки Тигровой на 90 м выше уровня моря.

Гидрологический режим. Среднегодовой расход воды в реке Партизанской – 36,9 куб. м/с. Питание реки в основном дождевое. Питание грунтовыми водами относительно слабое.

Ледостав проходит в конце ноября-декабре. В конце ноября появляются забереги, иногда идёт шуга. Обычно к середине декабря речка полностью замерзает. Сходит лёд в марте. Ледохода на реке Партизанской нет. С начала марта появляются провалы и промоины во льду в середине русла. К концу марта речка полностью тает. В верховьях горных ключей наледи сохраняются до мая.

Зимой выпадает около 10% годовой суммы осадков и речки переходят на подземное питание. Расход воды становится наименьшим. На горных ключах распространены наледи. Когда русла ключей перемерзают до водоупорного слоя, грунтовые воды выше мест перемерзания создают большой напор и выходят на

поверхность ледяного покрова ключей через трещины и тут же, на поверхности льда замерзают.

Половодья из-за малоснежных и морозных зим на Партизанской нет, а если после необычно многоснежной зимы уровень воды и поднимается, то очень незначительно.

Летом и в первой половине осени для реки Партизанской обычны наводнения. Их причина – обильные дожди и ливни, приносимые морским муссоном и тропическими циклонами (тайфунами). Как правило, в летние месяцы выпадает более 50% годовой суммы осадков, а за 4 месяца – июнь, июль, август и сентябрь – до 75%. Но в отдельные годы половина годовой суммы осадков выпадает не за лето, а за 1 дождь, который длится несколько суток. Тогда расход воды увеличивается в десятки раз, уровень воды поднимается на 2-3 м и происходят крупные наводнения. Река затапливает поля, окраины населённых пунктов, а также смывает мосты, водозащитные дамбы и земляное полотно дорог. При очень больших наводнениях вода может подниматься до 6 м. Наводнение может длиться несколько недель. Причём в горных ключах вода поднимается и падает быстрее. Большинство наводнений случается в разгар циклонической деятельности на Тихом океане в конце лета и начале осени.

Наибольшее количество пасмурных дней приходится на июнь. Среднее количество осадков 770-800 мм/год.

Топонимия. На картах XVIII – 1-й пол. XIX в. р. Партизанская носила тунгусо-маньчжурское название *Тарфунь* или *Тарфунь-Бира*. В 1861 г. на картах впервые появилось название *Сучан*, которое окончательно закрепилось к концу 1860-х гг. Название это, несмотря на своё китайское звучание, имеет не до конца выясненное происхождение. Существует более десяти версий перевода топонима *Сучан*, но ни одно из них не может считаться в значительной мере достоверным и приоритетным. р. Тигровая носила название *Сица*. Об уникальности этого названия тоже не может быть речи, т.к. на старых картах Приморского края таких названий притоков рек не меньше 10.

Названия *Сучан* и *Сица* как и многие другие китайские и китаизированные географические названия в Приморском крае сохранялись до 1972 г., когда после конфликта между СССР и КНР на острове Даманском были заменены русскими.

Озеро Тёплое. Расположено в посёлке Лозовом в 7 км от города Партизанска. Оно искусственного происхождения: это водохранилище-охладитель тепловой электростанции. Водой озера охлаждаются конденсаторы Партизанской ГРЭС. Периодически производится очистка озера от иловых наносов, выемка грунта береговой полосы с целью увеличения площади охлаждения и полезного объёма.

Длина озера примерно 2000 м, ширина 500 м, глубина 10-12 м. На дне озера преобладают 2 типа грунта: каменисто-песчаный и каменистый. На берегу грунт каменистый.

Вода с ГРЭС поступает в озеро тёплой. В озере вода мутноватая, без запаха. Зимой озеро не замерзает.

На берегу растёт тростник обыкновенный, рогоз широколистный, осока пузырчатая, стрелолист обыкновенный, на мелководье – растения с плавающими листьями (ряски). Наиболее глубокую часть заселили рдест кучерявый и элодея канадская.

Наиболее благоприятные для жизни условия в прибрежной, лучше освещённой, прогретой и богатой кислородом части озера. Здесь кормятся и мечут икру рыбы (горчак, пескарь, гольян). Рыбы крупнее (сазан, сом, карась, верхогляд) живут в зоне открытой воды. На дне озера обитают пресноводные моллюски, беззубки, улитки-физы.

До 1996 г. на озере существовала станция по разведению карповых пород рыб (сазан, карп, карась). Сейчас этого рыбного хозяйства ГРЭС не имеет.

Хорошая транспортная доступность Партизанского района и близость к городу Владивостоку, относительно мягкий климат, обилие природных достопримечательностей – хребты с многочисленными пещерами, смешанные леса, долины, речки и озера, чистое теплое море с песчано-галечными пляжами все это привлекает в окрестности Партизанского района многочисленных отдыхающих. В настоящее время Партизанский район по-прежнему привлекает своими

достопримечательностями массу туристов со всего края. Знаменитый Екатериновский массив обладает рядом уникальных рекреационных свойств, сконцентрированных на небольшой территории (около 50 га). Красивы ландшафт, вертикальные светло-серые скалы с редкими деревьями эндемического можжевельника, озеро-старица р. Партизанской у подножия обрыва скалы Пржевальского, многочисленные пещеры, археологические памятники, и при этом хорошая транспортная доступность – все это делает участок весьма привлекательным для туристов. Памятник природы, излюбленный туристами, г. Лысая представляет собой среднегорную страну с расчлененным рельефом (Чантинза), расположенную в непосредственной близости от железной дороги, что дает возможность заходить на нее с любой стороны. С любой станции (Партизанск, Лозовый, Красноармейский) к сопке идут дороги и тропинки, годами протоптанные туристами. Гора труднодоступная, чтобы достичь ее вершины нужно быть тренированным человеком, так как крутизна подъема после тысячеметровой отметки достигает 40 градусов. Отсюда с высоты 1240 метров открывается живописный вид почти на всю Золотую Долину. Хребет Лозовый (Чандолаз) – самый крупный древний риф на Дальнем Востоке высотой 759 метров. Свою популярность получил благодаря разным пещерам. Хребет уникален, неповторим, полон загадок. Привлекателен хребет для туристов и своими легендами о таинственных пещерах Чандолаза, о пропавших экспедициях, о лабиринте с ходами на многие километры, который якобы проходит внутри хребта. В подземном царстве Чандолаза по легендам находилась галерея барельефов древних каменных скульптур и скрыты сокровища древней цивилизации. Золотая Долина издавна почиталась местными жителями как таинственное и загадочное место. Сколько легенд и сказаний передается из уст в уста. У подножия сопки Брат была большая каменная кумирня в честь бога небесных стихий. Боги этой кумирни были известны тем, что никогда не отказывали просящему их человеку и обладали чудодейственной силой исцелять все недуги. Многие приезжали сюда даже из Китая, чтобы совершать поклонение богам, и всегда получали исполнение своих желаний. И сегодня считается, что на вершинах гор Сестра и Брат повторяется то

же, что и на вершинах египетских пирамид. Горы исцеляют пришедших к ним людей. Любителей отдыха у моря заинтересует путешествие по побережью в район поселка Врангель с посещением бухт и лагун Японского моря: Осьминогов, Изумрудной, Окунева, Каменных чудес; экскурсия к 30-метровому скальному ансамблю «Замок Пиратов» в район урочища Краковка вдоль бухт Большой горал, Леший, Золотое руно и лагуны Лапласа к гигантским столбам «Гусаки» и каменным скульптурам. Великолепен отдых на пляжах Триозерья, рыбалка, отдых на песчаных пляжах. Основное богатство района – флора и фауна Уссурийской тайги. Здесь произрастает более двух тысяч видов растений, некоторые из них больше нигде не встречаются. С тропическими растениями (виноград, аралия) соседствуют представители северных широт (ель, лиственница). С весны до осени в районе возможна собирательная рекреация: кедровая шишка, маньчжурский орех, папоротник, лимонник, грибы, боярышник, шиповник, дикий виноград, лекарственные растения. Не менее разнообразна местная фауна здесь встречаются редкие и исчезающие виды птиц: мандаринка, беркут, филин, ястребиный сыч. В прибрежной зоне Японского моря есть креветки, трепанги, гребешки и морские ежи. На территории района располагается 20 памятников природы, а также Николаевское, Шайгинское и Екатериновское городища и несколько древних поселений, представляющих собой археологические памятники времен первого тысячелетия и раннего средневековья, когда территория Приморья входила в составы Бохайского государства, а позднее Чжурчженьской империи. Любителей истории заинтересует Шойгинское городище - историческая местность, связанная с далеким прошлым Приморского края. Здесь обнаружены многочисленные свидетельства культуры и быта эпохи позднего средневековья. Не менее интересны культовые памятники культуры, среди которых особый интерес вызывает церковь, заложенная в 1903 г. в честь Успенья Божией Матери (деревянная была основана в 1886 году) в честь иконы Владимирской. Иоанн Крондштадский благословил построение церкви из камня «Ибо оно достоин до второго пришествия» Редкие по красоте горные массивы, таежные урочища, живописные лагуны и бухты акватории

Японского моря, Золотая Долина реки Партизанская, хороший климат создают прекрасные условия для отдыха туристов в Партизанском районе.

Социально – экономическое состояние Партизанского района

В широкой долине по течению реки Партизанской, обрамленной живописными горами покрытыми тайгой, простирается территория Партизанского района, расположенного в южной части Приморского края. Партизанский район богат уникальной природой, людьми своей историей, в 198 км к югу от административного центра Приморского края - города Владивостока. Расстояние до ближайшего аэропорта- 170 км (в г. Артем), морского порта 45 км до порта Восточный (бухта Врангеля), также ближайшие порты - торговый, рыбный и нефтеналивной г. Находка. Железнодорожной станции - 15 км (железнодорожная станция «Находка»), 6 км (железнодорожная станция Боец Кузнецов). Район имеет несколько выходов к побережью Японского моря, с бухтами, где имеются возможности для организации хозяйств марикультуры и рекреационных объектов (береговая зона отдыха, пляж). Благодаря близости к крупнейшему на Дальнем Востоке российскому порту «Находка», район имеет морской выход ко многим странам АТР, в том числе крупнейшим – КНР, США. Японии и другим. Благодаря выходу крупнейшей железнодорожной магистрали Трансиб (железнодорожная ветка «Угольная - Находка») к портам города Находка, у района появляются возможности для реализации контактных транспортно-транзитных функций в связях России и стран АТР. Район владеет и сухопутными выходами: железнодорожными и автодорожными в соседние близ расположенные страны – Китай, КНДР. Районный центр - село Владимиро-Александровское основано переселенцами Черниговской, Курской и других губерний в 1864 году. Плодородная, хорошо защищенная от ветров и туманов долина реки Сучан (Партизанская) в народе получила название «Золотая Долина». Она была в числе первых освоена переселенцами. На территории муниципального образования "Партизанский муниципальный район" (27 сельских населенных пунктов) официально проживает 30,0 тыс. человек. С начала 1990-х гг. численность населения территории современного Партизанского муниципального

района, как и численность населения большинства населенных пунктов страны, сокращалась. Так за период с 1989 по 1999 гг. общая численность населения района сократилась на 4,1%, а за период с 2006 по 2012 гг. - возросла на 1,64%. Сокращались объемы как прибытия населения в район, так и убытия. С 2006 г. рождаемость по району стала увеличиваться: в репродуктивный возраст постепенно вступают лица, родившиеся в конце 1980-х - начале 1990-х гг., когда рождаемость была чрезвычайно низка. При этом смертность сохраняет высокие значения. Доля лиц в трудоспособном возрасте пока растет, но этот рост достигается за счет сокращения доли детей и подростков. Эти тенденции в совокупности дают основания прогнозировать критическое ухудшение демографической обстановки в районе уже в ближайшие годы. Наблюдаемый в Партизанском муниципальном районе с начала 2000-х гг. рост населения в трудоспособном возрасте имел следствием рост численности трудовых ресурсов. Параллельно росла численность населения, занятого в экономике, и сокращалось незанятое население. С 2010 года по муниципальному району сокращалось число официально зарегистрированных безработных. По итогам 2012 г. уровень безработицы по Партизанскому муниципальному району составил 5,4 %, что в 3 раза выше среднего уровня по Приморскому краю (1,8 %). В то же время для Партизанского муниципального района, как и большинства муниципальных образований России, характерна проблема качественного дисбаланса между спросом и предложением на рынке труда. На начало 2012 г. число вакансий по району в 2,2 раза превышало число лиц, ищущих работу, однако большинство предлагаемых вакансий не удовлетворяли спросу по критериям оплаты труда или квалификации. Показатели общей заболеваемости населения имеют в целом тенденцию к сокращению (в 2012 г. на 100 человек приходилось 288 случаев заболеваний, на 33 % меньше, чем в 2011 г. и на 14% меньше, чем в 2010 г.). По статистике в 2011 - 2012 гг. среди причин смертности в Партизанском муниципальном районе, как и по России в целом, преобладали смерти от болезней системы кровообращения, а также от несчастных случаев, отравлений и травм.

На территории муниципального района за 2012 год зарегистрировано 20,16 преступлений в расчете на 1000 жителей, снижение к уровню 2011 года составило 86,7 %. Привлечено к уголовной ответственности 8,67 человек в расчете на 1000 жителей, к уровню 2011 года снижение составило 84,3%.

Главные задачи экономики Партизанского района:

- увеличение объемов производства по всем отраслям;
- создание благоприятного климата для инвестиционных вложений;
- развитие малого бизнеса.

В ближайшее время планируется реализация следующих целевых программ:

1. строительство деревообрабатывающего цеха в с.Сергеевка (ввод в эксплуатацию в 2005 году);
2. увеличение объема производства ООО “Торгово-строительная компания” (“ТСК”) (кирпичный завод) (объем производства до 2,2 млн. штук в год);
3. реализация социальной программы “Дети России” (строительство центра детского творчества).

Экономика района представлена в основном такими отраслями, как лесная промышленность (ОАО “Сергеевский леспромхоз”, Сергеевский лесхоз, ООО “Санкт-Петербург” и ряд мелких заготовителей) и сельское хозяйство (5 сельскохозяйственных предприятий: ТОО “Новолитовское”, СХПК “Находкинский”, ООО “Ольга”, ООО “Орион”, АПК “Партизанский” и 20 действующих крестьянских хозяйств), которые дают половину доходной части местного бюджета. Кроме того, существуют строительные и строительско-дорожные организации, 2 известковых завода, коммунальное хозяйство, 2 учреждения исправления наказаний, сеть топливозаправочных станций, предприятия торговли, сервиса и т.д.

Наличие на маршруте категорийных препятствий и неблагоприятных факторов

Река Тигровая течет по горно-сопочной местности, почти сплошь покрытой смешанным лесом. Сплав по реке интересен в апреле- мае. Много воды, большая

скорость течения делают препятствия достаточно серьёзными. На участке реки, где будет проходить сплав, встретятся препятствия 1, 2 категории сложности – это прижимы, перекаты, это шивера возле с. Бровничи, это - порог 2 к.с. и прижим возле с. Хмельницкого. На протяжении рек Тигровой и Партизанской много заломов и расчёсок. Особую опасность представляют металлические кольца (арматура) для сетей, которыми рыбаки - браконьеры на перекатах перегораживают р. Партизанскую. Также к неблагоприятным факторам относится встречный ветер с моря (с юга), как правило, во второй половине дня в нижнем течении р. Партизанская.

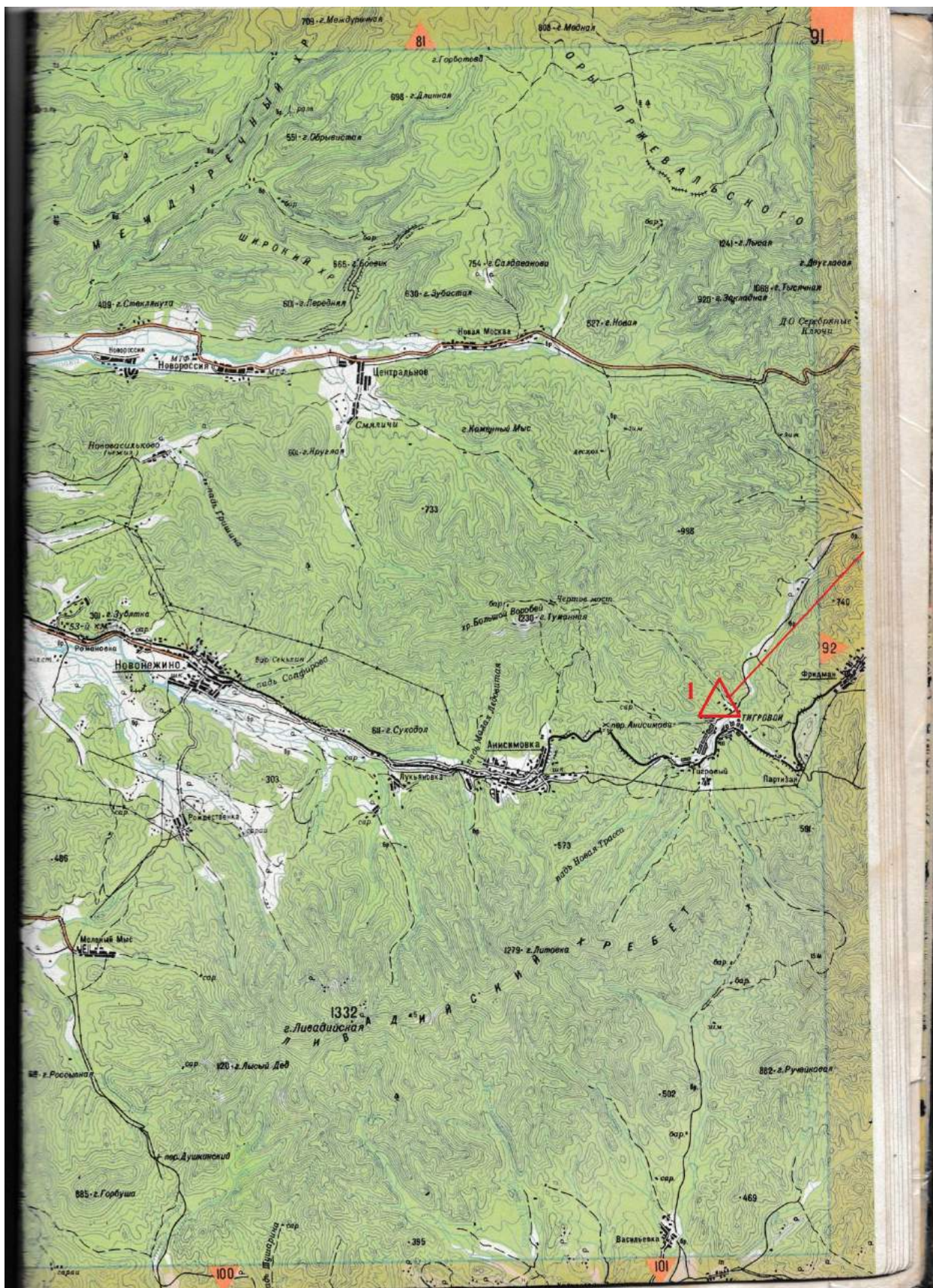


Рис.1. Картограмма шестидневного туристского похода

Масштаб 1: 200 000 (в 1см - 2км)



Рис.2. Картограмма шестидневного туристского похода

Масштаб 1: 200000 (в 1 см - 2 км)

Места культурных и природных достопримечательностей.

От с. Бровничи до с. Хмельницкое природный парк урочище «Хмельницкие щёки» или более позднее красочное название «Щёки Дарданеллы». Вдоль р. Тигровая по берегам к реке прижимаются красивейшие высоченные каньонообразные скалы - останцы, похожие на древние замки, поросшие кедрами и пихтами. С крутых склонов к реке сползают каменные осыпи – курумники. По весне все скалы полыхают ярко малиновым цветом рододендронов, в простонародье называемом багульником.

В с. Хмельницкое установлен памятник жителям с. Хмельницкое – партизанам, принимавшим участие в гражданской войне с белогвардейцами и интервентами.

Аварийные выходы с маршрута

1. От моста с. Бровничи примерно 12 км до ст. Фридман на попутной машине или 1км по грунтовой дороге до трассы, где проходит автобус Владивосток – Партизанск.
2. Из с. Хмельницкое примерно 2 км по грунтовой дороге до трассы, где проходит автобус Владивосток – Партизанск.
3. Из с. Казанка – попутной машиной или рейсовым автобусом 5км до ст. Партизанск и электричкой до Владивостока.
4. Из с. Орёл попутной машиной до ст. Партизанск и электричкой до Владивостока.
5. С р. Партизанская на участке с. Сергеевка – с. Фроловка – с. Орёл примерно 2 км до трассы и попутной машиной или рейсовым автобусом 5км до ст. Партизанск и электричкой до Владивостока.

Места пополнения продуктов: п. Тигровый, с. Бровничи, с. Хмельницкое, с. Казанка, г. Партизанск, с. Сергеевка, с. Фроловка.

Места обслуживания сотовой связи:г. Партизанск

График похода по дням с указанием способа передвижения и сложных участков похода

Даты	Дни пути	Участки маршрута	Км	Способы передвижения
1. 08.19	1	Владивосток-п. Тигровый, остановка электрички 94 км и примерно 2 км пешком до места старта на р. Тигровая, Стоянка с ночёвкой	94 по Ж/Д либо свой микроавтобус.	Электричка
2. 08.19	2	94 км р. Тигровая – впадение ручьёв Трактовый – Золотой с левой стороны в р. Тигровая. На левом берегу стоянка с ночёвкой	14	Сплав
3. 08.19	3	Брод за с. Хмельницкое. Пересечение грунтовой дороги и р. Тигровая. На правом берегу стоянка с ночёвкой	16	Сплав. Сложный участок. Шиверы, порог и прижим перед с. Хмельницкое
4. 08.19	4	После слияния р. Тигровой с р. Партизанская у с. Орёл. На левом берегу реки Партизанская стоянка с ночёвкой	24	Сплав
5. 08.19	5	От с. Орёл до с. Сергеевка заброска на попутной машине, либо на своём микроавтобусе, либо на договорном автотранспорте. От с. Сергеевка до с Орёл сплав	32	Сплав

б. 08.19	б	От с. Орёл до станции п. Лозовый. От Лозового во Владивосток по Ж/Д 210 км. Электричка либо на своём микроавтобусе.	24	Сплав
-------------	---	---	----	-------

Итого 110 км.

Примечание. При желании и возможности если добавить ещё два дня сплава по р. Партизанская и удлинить маршрут от с. Молчановка до с. Владимиро-Александровское, то добавится ещё 40 км. сплава. В сумме $110 + 40 = 150$ км. Можно заявляться на первую категорию.

Заброска и перемещение на своём микроавтобусе очень удобный вариант. Дороги и подъезды к реке имеются. Добавляется запасной водитель, он же охранник лагеря, либо родители на своём авто. Исходя из финансовых возможностей группы, наличия запасных водителей, охранников и автотранспорта нами неоднократно были практически обкатаны все варианты. Все хорошие. Также, исходя из личных обстоятельств, всегда имеется возможность дополнительным участникам подсесть на плавсредство в процессе сплава или кому-то уехать раньше. Мобильная связь МТС, Теле-2, Мегафон имеется на протяжении всего маршрута.

В случае необходимости руководитель договаривается с транспортными предприятиями г. Партизанска или г. Владивостока о предоставлении транспортных услуг

Описание возможных техник движения на маршруте в зависимости от вида передвижения и местности проведения похода.

Сплав на катамаранах, техника гребли, безопасность

Безопасность сплава на катамаранах

1. Сплав на спортивных надувных катамаранах для людей, не имеющих предварительного опыта и технической подготовки мы предлагаем по рекам, имеющим препятствия не выше III к.с. Отличительная особенность таких рек – это достаточно теплая вода и локальный характер препятствий, которые заканчиваются

обширными участками спокойной воды (плесами). При таких условиях не сложно организовать страховку участников на случай переворота катамарана в пороге или падения участника с судна.

2. Обязательным требованием к участникам катамаранных сплавов является умение плавать и отсутствие водобоязни.

3. При прохождении порогов все участники должны иметь на себе спасательные жилеты, надетые и застегнутые по всем правилам.

4. При преодолении быстрых участков реки с множеством камней в русле (шиверы), необходимо, для начала, внимательно слушать команды капитана и быстро и точно их выполнять.

5. В случае выпадения участника с катамарана в воду при прохождении порога, необходимо

а) Не выпускать из рук весло;

б) Постараться удержаться за свой катамаран;

в) Если и это не удалось, то надо без паники, не спеша, плыть к ближайшему от вас берегу

6. Во время сплава и на берегу необходимо всячески предохранять катамаран от контактов с твердыми и острыми предметами, которые могут повредить его оболочку и надувные емкости.

7. Перемещаться по катамарану необходимо осторожно, наступая, по возможности, на раму.

СЛАЛОМНАЯ ТЕХНИКА при сплаве по горным рекам. Ныне спортивный сплав по горным рекам осуществляется на плотках и гребных судах. Плот управляется гребями спереди и сзади, что позволяет ему смещаться вдоль своей поперечной оси и поворачиваться вокруг вертикальной. Гребное судно управляется с помощью весел, которыми гребет каждый член экипажа. Оно имеет собственную скорость вдоль продольной оси, поворачивается вокруг вертикальной, может смещаться вдоль поперечной, а на одно-двухместных судах управляться поворотами продольной оси (креном).

ГРЕБНЫЕ СУДА различаются типом гребли. Так, на байдарках одиночках и двойках применяется байдарочная гребля, а в каноэ одиночках и двойках и в четырехместном катамаране - канойная. Использование в пределах одного судна только одного типа гребли необходимо, чтобы каждый член экипажа оказывал одинаковы, по динамической и временной характеристикам, воздействия на судно, поскольку такие воздействия наиболее эффективны. Слаломная техника открывает особенно широкие перспективы при сплаве по горной реке именно на перечисленных типах судов. Техника управления всеми пятью типами судов строится на одних и тех же принципах; в основе управления любым судном лежит лишь несколько первоначальных технических правил. Слаломная техника предполагает обязательную жесткую фиксированную посадку гребца в байдарке, в каноэ одиночке, двойке и четырехместном катамаране гребец стоит на коленях, охватываемых жесткими упорами, и одновременно сидит на сиденье (на катамаране в простейшем случае - мешок с вещами) высотой 18-24см. В катамаране длина весла равна росту гребца. Ширина хвата (расстояние между кистями, державшими весло) чуть меньше расстояния между локтями разведенных в сторону рук - правило, одинаково для всех судов.

УПРАВЛЕНИЕ СУДНОМ БЕЗОТНОСИТЕЛЬНОГО ВОДНОГО ПОТОКА

I. Гребля. При спортивном сплаве на гребных судах она аналогична гребле на байдарках и каноэ на гладких дистанциях и описана в учебниках по гребному спорту. Но при спортивном сплаве возникают ситуации, когда необходим задний ход. Назад гребут в обратном порядке, по сравнению с греблей вперед, тыльной стороной весла (это, кстати, характерно для всех кормовых гребков).

а) Для поворотов вокруг вертикальной оси судна применяются дугообразные гребки. В отличие от прямых, используемых для придания хода лодке и производимых ближе к борту, дугообразные гребки делаются по возможности более широкой дуге, дальше от борта. На одиночке такие гребки начинаются от самого носа (или кормы) лодки и заканчиваются у кормы (носа). На двух - четырехместном

судне рабочем подем будет нос (корма) - уровень туловища гребца т.е. носовой гребец гребет от носа до своего уровня либо (в обратную сторону) от своего уровня до носа лодки, а кормовой для своего уровня или наоборот. При дугообразном гребке от носа туловище наклонено в сторону лопасти и как бы следует за ней, поворачивая весло. Рука, тянущая весло (нижняя), выпрямлена и идет как можно дальше от туловища, а верхняя сильно согнута, кисть ее всегда на уровне носа гребца. При дугообразном гребке от кормы позвоночный столб гребца наклоняется к борту, но ни в коем случае не вперед и не назад; обе руки почти выпрямлены (чуть согнуты в локтевых суставах). В начальный момент весло горизонтально и лежит на воде, кисти обеих рук находятся на уровне воды. Когда же производится гребок, ни одна рука не должна быть согнута больше другой. Гребок как бы выполняется телом гребца, а руки служат передаточным звеном между основным двигателем - телом и опорой о воду - веслом. Дугообразные гребки выполняются тыльной стороной лопасти.

б) ПРИТЯЖЕНИЯ. Предназначены для боковых смещений судна и поворотов, особенно при большой разности скоростей судна и воды. Чтобы свободно пользоваться многообразными вариантами притяжений, достаточно научиться двум элементарным упражнениям.

- Притяжение простейшего типа. Лопать весла погружается в воду на уровне туловища. Нижняя рука вытянута в сторону, верхняя, сильно согнутая, кистью касается носа гребца. Из этого исходного положения и осуществляется притяжение - подтягивание лопасти к борту. Работает в основном туловище, руки лишь способствуют этому: нижняя сгибается (как бы тянет за ручку дверь, открывая ее), а верхняя толкает весло прямо от носа гребца в сторону. В общем, обычный гребок, только не вперед, а в бок. За счет такого притяжения судно будет смещаться вбок.

- Притяжение "восьмерками". Весло опускается вертикально, лопать образует некоторый угол атаки в направлении движения судна. Затем лопать протягивается в перед к носу (угол атаки при этом выдерживается неизменным), разворачивается кистями и протягивается к корме. В результате постоянно повторяемого движения возникает сила, обслуживающая боковое параллельное смещение судна. При

движении лопасти к носу нижняя рука должна постоянно с самого начала движения) опережать верхнюю. Обе руки на участке от локтя до весла составляют прямой угол с веслом. Верхняя кисть все время находится на уровне носа гребца, в поле его зрения. Мнение, что эта кисть может находиться над головой, а тем более за головой гребца, ошибочна.

в) ЗАЦЕП - боковое притяжение носа (кормы) при движении судна вперед (назад). Эта фаза сходна с фазой движения лопасти вперед в упражнении "восьмерка", только здесь лопасть вместе с руками гребца, гребцом и судном не протягиваются вперед, а неподвижны относительно друг друга и вода набегают спереди. В такой ситуации эффект "зацепа" аналогичен эффекту первой фазы "восьмерки" - происходит подтягивание носа (кормы) к лопасти. Если весло в упражнении "восьмерка" ставить не вертикально, а как можно ближе к горизонтальному положению (нижняя рука вытянута, кисть верхней по-прежнему перед носом гребца), возникает подъемная сила, используемая в качестве опоры на весло. Аналогичный эффект возникает и при дугообразных гребках как от носа, так и от кормы, если лопасти придать соответствующий угол атаки. Отметим, что каноэ-одиночке (реже - двойке и катамаране, у передних гребцов) применяются гребля, притяжение, дугообразные гребки от носа до своего уровня, дугообразные гребки от своего уровня до носа со стороны, противоположной той, с которой гребет спортсмен, и без изменения хвата весла - на перехвате.

г) ОТТАЛКИВАНИЕ. Выше описывались приемы, используемые при работе как байдарочным, так и канойным веслом. Однако техника каноэ имеет в своем распоряжении еще одну разновидность бокового смещения судна - отталкивание, овладеть которым необходимо. В каноэ (одиночке, двойке, катамаране) гребец может смещать вбок судно на свою руку (т.е. в сторону, с которой он гребет) путем притяжений. На не "свою" руку он может делать это путем притяжения, осуществляемых на перехвате, и отталкиванием. Отталкивание основано на том, что гребец как бы отодвигает лодку вбок веслом, как рычагом подцепляя воду лопастью, а серединой упираясь в край судна.

Лопасть, параллельная продольной оси лодки, вертикально погружается в воду у самого борта (и даже заводится под судно). Нижняя рука прижимает гриф весла к борту, жестко фиксируя центр вращения рычага. Туловище развернуто и наклонено в сторону весла. Верхняя рука немного согнута, кисть перед носом гребца. Затем гребец разгибается, верхняя рука, помогая туловищу, резко тянет рукоятку весла в направлении, перпендикулярном к борту. При этом весло давит в борт и смещает лодку вбок. Движение можно повторить, для чего в заключительной фазе отталкивающего гребка лопасть повернуть на 90 градусов в исходное положение, затем произвести отталкивающий гребок. Как и описанные выше типы притяжений, такое отталкивание редко применяется в чистом виде. Чаще всего оно используется в комбинации с другими управляющими гребками и имеет большое значение для корректировки курса судна

д) Связующим элементом между различными движениями служит так называемая безопорная проводка весла, являющаяся при маневрировании соединительным элементом между различными гребками, если они проводятся с одной стороны. Владение безопорной проводкой важно для слитности и быстроты действий при разворотах судна, когда рациональнее производить все необходимые движения, не вынимая весло из воды: это повышает остойчивость и мобильность судна. Наиболее употребительна безопорная проводка лопасти весла вдоль борта от уровня своего туловища ребром вперед и внутренней стороной к судну к точке начала нового гребка. При этом необходимо расслабить кисть нижней руки, ведущей весло, толкать веретено весла вперед ладонью (локоть расположен параллельно борту), лишь слегка схватывая его пальцами. Тогда лопасть занимает положение, при котором сопротивление воды ее движению минимально и не затрудняет управления веслом, а готовность гребца перейти к любому действию, максимальна. Часто весло проводят, несколько развернув лопасть внутренней стороной вперед, осуществляя при проводке лёгкое параллельное притяжение. При этом риск затягивания лопасти встречным потоком воды под судно минимален. Весло при проводке почти вертикально, что достигается позицией верхней руки у головы гребца, как при параллельном притяжении.

ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ СИТУАЦИИ НА БУРНОЙ ВОДЕ

На бурной воде судно управляется, как и на гладкой, добавляется только правило накренения судна (исключая катамаран). Судно нужно кренить от струи, подставляя потоку днище. Подчас лодка оказывается в месте, где на нее набегают сразу две или более струй (или даже невозможно разобраться в массах воды, стремящихся перевернуть лодку, - воронки, "бочки", сбой струй и т.п.). В таких случаях лодку нужно откренивать от более мощной струи. Так, при попадании в валы, "бочки" лодку необходимо кренить на вал, "бочку". Это правило, пожалуй, самое главное для плавания по бурной воде. Приведем элементарные ситуации на бурной воде, которые, заметим, исчерпывают запас компонентов, необходимых для решения произвольной задачи по сплаву в пороге.

1. Выход из улова на струю и заход обратно в улов. Это упражнение на бурной воде подобно описанному выше повороту в движении с помощью "зацепа", добавляется лишь правило крена. Катамаран не нуждается в крене, и поворот из улова на струю происходит, как и на гладкой воде. Отметим, что угол крена тем больше, чем больше разность струи и улова. Обратный заход в улов и струя меняются местами.

2.Траверсирование.

Бывает необходимо, выйдя в струю, не разворачиваться вниз носом, а переехать от улова на струю дальше, возможно, переплыть на другой берег. Переплытие с одного края струи на другой с сохранением угла между продольной осью лодки и струей в определенных пределах называется т р а в е р с о м. Этот очень важный элемент нужно специально тренировать. У траверса есть характеристики (для катамарана - одна): 1) угол между осью лодки и струей - угол траверса; 2) крен лодки (от струи). При увеличении скорости потока крен лодки необходимо увеличивать. Угол траверсирования уменьшается при возрастании и увеличивается при ослаблении скорости потока. Выбирать угол следует таким образом, чтобы совершить траверс за минимальное время и с минимальной потерей расстояния (т.е.

чтобы расстояние по реке от начала до конца траверса было минимальным). Бывает, что траверсируют - "по валу" - когда судно находится во впадине между валами и появляется составляющая сила тяжести, из-за которой судно как бы соскальзывает с вала против течения. В этом случае и крен лодки и угол траверса делаются очень большими, тогда удается "проехать" по валу без гребли и совсем без потери расстояния.

3. Прохождение сливов.

Общее правило прохождения сливов, для всех судов - входить в середину языка и держаться перпендикулярно гребню слива. Однако это правило трансформируется, в особенности для байдарок, в зависимости от высоты и крутизны слива. Чем выше и круче слив, тем выше поперечный вал, стоящий за сливом. В какой-то момент он приобретает обратный гребень. При большой крутизне, когда слив превращается в водопад, перед обратным валом возникает бочка. Широкие пологие водосливы не выше 1 м на байдарке можно преодолеть лагом, разворачивая судно на сливе, (телемарк). Судно нужно откренить в сторону слива и поддерживать опорой на весло со стороны слива. Также можно преодолевать более высокие пологие сливы, пересекая слив наискось и уходя вбок от нижнего вала при наличии, сбоку свободного пространства. Если свободного пространства нет, байдарка может проходить сливы до 2 м высотой напрямую, как и другие суда, разогнавшись для протыкания нижнего вала. Плоты, катамараны и длинные надувные суда (ПСН, НДЛ) достаточно хорошо проходят вал, стоящий под сливом, при достаточной скорости, запасе плавучести и приемлемой высоте слива. Реальная опасность переворота через корму возникает при прохождении вала под сливом более короткими и жесткими надувными судами типа ЛАС и СП. За счет набора скорости на сливе опорная поверхность дна при входе на вал уменьшается, и ударом обратного гребня лодка может быть опрокинута. Чтобы избежать переворота, при входе на вал рекомендуется уменьшить скорость, передним гребцам вывеситься вперед, чтобы проломить гребень вала. Необходимо также проходить вал строго перпендикулярно его гребню.

4. Прохождение водопадов.

При прохождении водопадов нужно тщательно взвесить возможности судна и экипажа, мощь потока и бочки, тип слива - прямой, косой или винтовой, наличие препятствий ниже по течению. Суда должны проходить водопад, направляя нос строго перпендикулярно гребню слива. После прыжка суда сильно погружаются в пенную бочку и тормозятся в ней. Поэтому уже на заходе должен быть максимально облегчен нос и приобретена скорость. В бочке необходимо энергично грести вперед, глубоко погружая весла. Перед самым прыжком на плоту следует убрать носовую гребь. В бочке весьма вероятно смывание гребцов, поэтому перед прыжком всем необходимо застраховаться. При преодолении водопада на байдарке нос ее лучше направлять под небольшим (не более 30°) углом к гребню, иначе она может встать свечой. Байдарка разворачивается на нужный угол непосредственно перед прыжком. Сразу после прыжка делается первый гребок со стороны, нижней по течению, с целью удержаться о воду и вытащить судно из-под слива. В бочке очень важно правильно держать крен, сообразуясь с ее нестационарными струями. В момент прыжка и погружения в бочку гребцы должны отклониться назад, при выходе из бочки - вперед. Оценить возможность прохождения водопада можно только на основании опыта. Плоты проходят иногда водопады высотой до 4 м, байдарки - до 2 м, катамараны и надувные суда - 2,5-3м.

5. Прохождение вала.

Гребные суда и плоты могут преодолевать стоячие валы значительной высоты. Крутые валы преодолеваются перпендикулярно гребню вала, при этом гребные суда развивают скорость для протыкания гребня вала. Если есть возможность, лучше идти краем струи, где высота валов меньше. При преодолении крутых косых валов судно должно быть перпендикулярно гребню вала на самом гребне, между валами оно может быть под углом, доворот производится в последний момент. Плоты катамараны и надувные суда преодолевают крутые валы высотой немного меньшей, чем длина судна, байдарки - высотой до 1,5 м. Пологие валы можно проходить перпендикулярно гребню, не развивая скорости, гребные суда проходят пологие валы лагом, задавая крен к валу и опираясь на него лопастью весла, воткнутой в вал горизонтально. Так же байдарка может удерживаться от переворота в крутых валах,

если вошла в них лагом. На гребне вала притяжениями обоих гребцов, выполняемыми в разные стороны, байдарку легко развернуть перпендикулярно гребню. Пологие валы преодолеваются без ограничения высоты. Короткие, более жесткие надувные суда типа ЛАС и СП при входе на крутой вал резко поднимают нос, а при переходе через гребень - корму, что может привести к выбрасыванию гребцов в воду. Более длинные надувные суда изгибаются, принимая форму вала.

6. Прохождение бочки.

Это такое препятствие, которое лучше обойти, если для этого есть возможность. Если такой возможности нет, например, при прохождении водопадов, бочку следует проходить на скорости, перпендикулярно гребню того слива, за которым она образовалась. Грести в бочке нужно, глубоко погружая весла, чтобы достать до глубинного плотного слоя воды, текущего в направлении течения. В момент входа в бочку гребцам следует отклониться назад, в момент всплывания судна в пене бочки нужно наклониться вперед. Бочка может надолго задержать судно, а в случае попадания его параллельно гребню слива, образующего бочку, и перевернуть его.

7. Прохождение каменистых участков.

На участках с большим количеством камней при движении сходу гребные суда прежде всего уменьшают скорость наплыва на препятствие. Для ухода от камней используются притяжения для разворотов и смещений используются "тени" больших камней. Катамаран может использовать траверс, а также наезды на небольшие камни одним из баллонов с целью торможения или разворотов. Небольшие камни можно пропускать между гондолами. Плот на таких участках движется по основной струе, где относительно меньше камней и также использует для смещения "тени" больших камней, забрасывая в них корму или нос (при движении с разворотами). Иногда приходится проходить ворота между мелко сидящими подводными или полуподводными камнями, ширина которых меньше ширины плота или катамарана. Такие ворота проходятся с открениванием на один борт.

8. Прохождение прижима.

Для прохождения неосложненных камнями прижимов производится смещение судна к внутреннему в повороте краю струи, например параллельным притяжением для надувных судов, кормовым траверсом для байдарок и катамаранов. Мощные прижимы на байдарках и надувных судах можно преодолевать, заранее развернув судно и сплавляясь кормой вперед, чтобы в нужный момент уйти от прижима. Катамаран можно поставить в струе кормой к прижиму "корабликом". При выборе соответствующего угла к течению струя будет выталкивать катамаран к внутреннему берегу поворота за счет более сильного давления на корму, находящуюся в более сильной струе, чем нос. Экипаж должен поддерживать нужный угол. При прохождении прижима плотом плот смещается на внутренний край струи обеими гребями. Самое главное - поддерживать правильный угол, чтобы ось плота была параллельна струе, то есть плот нужно ориентировать не относительно прижима, а относительно струи.

Если прижим осложнен камнями у выпуклого берега, то гребные суда маневрируют от камня к камню, используя траверсы и "тени" камней. Для плота в этом случае остается мало места и времени и его нужно использовать наиболее эффективно. Плоты и надувные суда могут пройти прижим и по отбойному валу, если заранее уйти от него не удалось. Непосредственно у прижима судно нужно развернуть параллельно отбойному валу, а нос чуть отвернуть в струю. Наиболее опасны прижимы без отбойного вала, с подсосом воды под берег. Если есть сомнения в прохождении такого прижима, суда лучше провести или обнести.

Список группового и индивидуального снаряжения

Общественное групповое снаряжение

1. Палатка 3-4 местная, 2-3 шт, учитывая индивидуальные перед выходом.
2. Спасательные жилеты.
3. Весла, каски.
4. Гермоупаковка на 50-70-90 литров под личные вещи.
5. Гермоупаковка для габаритных предметов на каждом катамаране. Для палаток,

пенки, рюкзаков и общественного снаряжения.

6. Катамараны для сплава 2 шт.
7. Комплект котлов и костровое хозяйство (на группу).
8. Костровой, кухонный и влаговетрозащитные тенты на палатки (на группу).
9. Аптечка (общего назначения).
10. Ремонтный набор в футляре.
11. Топор, пила в чехле.
12. Верёвки для привязки груза.
13. Карабины 6 шт.
14. Рыболовные принадлежности (на любителя).
15. Гитара в прочном футляре (на умельца и любителя).
16. Карты, компасы, техническое описание маршрута, сводные лоции.маршрутная книжка.
17. Радиостанции 3 шт., зап. Батарейки.
18. Бинокль 2 шт.
19. Чальные верёвки на катамараны
20. Рыболовный комбинезон с сапогами 1-2 шт.
21. Тетрадь для записей, краеведения и дневника, авторучки.
22. Насосы 2шт.
23. Гермобоксы для фото и видеоаппаратуры.
24. 2шт. канделябра с запасом свечей.
25. Два десятка пластинок «Фумитокс».
26. Мощные аккумуляторы для видеокамер и телефонов.
27. Лопата сапёрная (для костра и окапывания палаток)
28. Герметичные контейнеры с креплениями (бочки) под продукты. От осадков и мышей.
29. Мяч в/б, ф/б.
30. Съёмные фанерные палубы на катамараны для груза и пассажиров, они же бивачные столы 2 шт.

Личные вещи:

		Вес
1	Билеты, документы + полис, деньги (все в герметичной упаковке, чтобы не намокло).	0,1
2	Лейкопластырь и медикаменты от своих хронических болезней (если они есть).	0,2
3	КЛМН (кружка, ложка, миска, нож складной). Плюс аварийный острый нескладной нож в чехле на спасжилете.	0,3
4	Налобный фонарик, запасные батарейки	0,2
5	Средства личной гигиены (зубные щетка и паста, бритва, пена, мыло, в т.ч. хозяйственное для стирки, влажные и сухие салфетки, туалетная бумага и др.).	0,2
6	Небольшое полотенце (желательно быстросохнущее).	0,1
7	Солнцезащитные очки на резинке футляром (в солнечную погоду вода сильнобликует).	0,1
8	Мобильный телефон, фотоаппарат и т.д. Если вы решили взять в поход электронные приборы, постарайтесь позаботиться заранее о зарядке (зарядите заранее и без надобности не включайте) и влагозащите (желательно обезопасить от намокания герметичной упаковкой).	0,5
9	Емкость для питьевой воды (возможно пластиковая бутылка), термос.	0,2
10	Большая сумка/рюкзак для личных вещей (возможны большие сумки). Носить вещи особо не придётся, поэтому прочность должна быть на первом месте (в расчёте на челночные обносы препятствий по буреломным берегам).	2,5
11	Спальник — должен соответствовать предполагаемым погодным условиям (в идеале температура комфорта спальника должна быть на 5 градусов выше самых низких прогнозируемых	1,7

	температур, для девушек желательно еще выше).	
12	Индивидуальная палатка по желанию и для храпунов. Палатка должна быть двухслойной (с тентом) и герметичной сеткой от комаров и гнуса, с рабочими замками. При этом вес палатки значения не имеет..	2
13	Коврик (пенка, каримат) — это ваш матрас на время похода. Коврик должен быть прочным.	0,2
14	Сидушка (подпопник, хоба) — небольшой кусочек коврика (пенки, каримата). При помощи резинки прикрепляется вокруг бёдер и позволяет сидеть практически на любых поверхностях, без опасности запачкаться, простудится и т.д.	0,1
15	Мусорные кульки большого литража для упаковки вещей (помогут сохранить ваши вещи сухими во время сплава).	0,1
16	Удобная разношенная быстросохнущая обувь, которая прочно фиксируется на ноге (кроссовки). В этой обуви проводится большая часть дня и она будет регулярно намочать (во время посадки/высадки, перетаскивания плавсредства через косы, благодаря брызгам от весел и т.д.). Стельки войлочные. На сплаве от потёртостей на голую ногу сначала надеваются шерстяные носки, затем синтетика.	0,5
17	Сменная обувь (резиновые шлепки, кроссовки, короткие сапожки для биваков) для стоянок, поезда и т.д.	2
18	Прочная и легкая одежда для гребли (в зависимости от погоды, это могут легкие длинные штаны, футболка, рубашка с длинным рукавом). Одежда не должна сковывать движений, дышать и быстро сохнуть. Она должна защищать вас от солнечных ожогов в солнечную погоду. Плюс защитные лёгкие штаны из техкапрона с нашитыми наколенниками кубиками из пенополиуретанового коврика и сидушкой.	1,5

19	Непромокаемая и непродуваемая штормовая одежда: куртка и штаны. Для этих целей отлично подходит одежда из мембранных тканей, но если такой одежды нет (или нет возможности купить, она достаточно дорого стоит), то можно обойтись обычным плащём– дождевиком с капюшоном.	1,5
20	Для сплава в многодневную дождливую погоду желательно иметь лёгкий неопреновый гидрокостюм. Функции спасжилета и теплозащиты.	1,5
21	Теплая одежда для стоянок: флисовая кофта, теплые штаны, теплые носки неопреновые или шерстяные — минимум 2 пары, и, возможно, легкие перчатки с шапочкой (в зависимости от прогноза погоды). Вечером у реки может быть прохладно. У костра искусственная капроновая одежда быстро прогорает от любой случайной искры. Поэтому дополнительно необходимы брезентовая штормовка и штаны, которые не жалко.	1,5
22	Сменная одежда: трусы, футболки (если тепло, хватает и двух, при ежедневной стирке), носки (не больше трех пар). Купальный костюм.	0,5
23	Головные уборы для защиты от солнца: кепка с козырьком, панамка с пришитой косынкой. Головные уборы обязательно должны защищать не только вашу голову, но и шею с ушами, иначе есть риск сильно обгореть.	0,2
24	Крем для рук, для лица. Гигиеническая помада от ожогов губ.	0,1
25	Спички в гермоупаковке (в т.ч. на спасжилете), зажигалка	0,05
26	Полиэтилен под палатку, Тент на палатку (Накрывается палатка, предохраняет от продолжительного дождя, помогает сохранить тепло)	1
27	Широкий качественный скотч, изолента	0,2
28	Бельевые прищепки	0,1

29	Шнур капроновый. Диаметр 4-6 мм, до 10 метров.(Центральная оттяжка под тент, для сушки вещей).	0,2
30	Москитная сетка + репеллент	0,1
31	Рабочие перчатки 2 пары	0,1
32	Инд. ремнабор. Иголки, нитки, ножнички, верёвочки и пр.	0,2
	Итого	18,75

Ремонтный набор

1. Бензин «Калоша»	200 мл	200 мл
2.Клей резиновый.	200 мл	300 мл
3.Ткань 58	5-6 заплат, общей площадью на А4+три-пять полос 10x70см	+кусок 70x70 см
4. Пробки для надувных гондол	4	
5.Растворитель под ПУ клей (Этилацетат)	400	500
6.ЭТА или ПУ клей	400	600
7. Ткань для баллонов виниплен	Аналогично (п.3)	
8. Ткань для чехлов: ТЕЗА	Аналогично п. 3	
9.Ткань ПОЛИЭСТЕР	7x40см зел	А4оранж,А8 син.
10.Нитки тонк. бел.черн толст бел.	по 50	толст.-100

11. Иглы большие мал.	5 5	5 10
12. Крючок (шило) сапожн.		1
13. Изолента	2	5
12. Скотч монтажный	1	2
13. Запасные лопасти, шурупы для них	2	
14. Запасные крепления, винты, гайки		
15. Ножницы	1	2
16. Точильный камень мал., надфиль	1	напильник плоск.
17. Пассатижи	1 мини	+1 малые
18. Отвертка крест/плоская	1	
19. Топорик в чехле	1	1
20. Шкурка	10x20 Крупная, средняя, мелкая	3шт.
21. Горелка, газ. баллон		1-1
22. Зап. трубка для баллона		
23. ХБ ветошь	10x20	20x20
24. Напильник	Надфиль, напильник плоский,	

	круглый, 3 уг.	
25. Проволока медная, железная мягкая Д 2-3 мм.		
26. Булавки		10
27. Стропы 2см 3см 4см	10 м	
28. Веревка расходная, репшнур Д 4-6-8 мм 20м.	(Крепление груза к катамарану, оттяжки и пр.)	
29. Нож		
30. Прочный герметичный футляр под ремнабор.		

Кухонное оборудование :

Таганок, котлы – вставки с крышками 5шт (10,9,8,6,5 л.) в т.ч. под баню и техническую воду

Костровой тросик с крючьями

Варежки-прихватки

Газовая печка с баллонами

Противень

Сковорода

Тазы и большие миски

Термосы-фляги 2

Поварёшки 2 шт

Жидкость для мытья посуды

Хозяйственное мыло

Губки, мочалки, металлические сеточки

Разделочные доски

Ветошь

Лопатки для блинов 2 шт.

Ножи общественные 3 шт., ложки, вилки

Спички, зажигалки

Резина (оргстекло) для розжига

Кухонный фонарь + подвешиваемый светильник общественный.

Футляр под кухонное оборудование

Поскольку на данном маршруте длительного переноса груза на себе на большие расстояния не предвидится, особых ограничений в весе нет.

Список возможных должностей в походе

- 1.Руководитель
- 2.Помощник руководителя
3. Штурман – лоцман –логист - проводник
4. Медик - санитар
5. Ремонтный мастер
6. Заведующий снаряжением
7. Картограф - топограф
8. Хронометрист
9. Завхоз по питанию
10. Фотограф - видеооператор
11. Краевед
12. Летописец
13. Повар
14. Костровой
15. Гитарист
16. Финансист
17. Постановщик лагеря

Список необходимых медикаментов

АПТЕЧКА

НАИМЕНОВАНИЕ, КОЛИЧЕСТВО. перевязочные материалы

Бинты стерильные широкие 4

Бинты стерильные средние 3

Бинты нестерильные широкие 3

Бинты нестерильные средние 3

Салфетки стерильные 3

Жгут 1

Пластырь в рулоне 2 Бинт эластичный 2

Вата 1

Пластырь бактерицидный 15

Инструменты

Ножницы 1

Перчатки медицинские 1 пара

Термометр медицинский 1

НАИМЕНОВАНИЕ, КОЛИЧЕСТВО, ПОКАЗАНИЯ, ДОЗИРОВКА.

Антисептики наружного действия Перекись водорода 40 мл. Промывание ран, смачивание тампонов. Способствует остановке наружных кровотечений

Йод 1 уп. При обработке краев ран и мелких повреждений кожи (царапин, мелких ссадин, мозолей) НЕ ОБРАБАТЫВАТЬ значительные поверхности поврежденной кожи

Пантенол пенный спрей 1 уп. Раны, ожоги, в том числе солнечные. Взболтать баллончик и распылить с расстояния ок. 10 см. Поверх образующейся пены можно накладывать повязки.

Спирт этиловый 40 мл Обработка кожи при ожогах, обморожениях, перед инъекциями. Вдыхание паров при отеке легких, в том числе при утоплении после реанимационных мероприятий

Фурацилин таблетки 20 табл. Воспалительные заболевания верхних дыхательных путей, раны, в том числе гнойные, ожоги. Таблетки заранее растолочь в порошок.

Развести в кипяченой или, в крайнем случае, в воде из родника, желательно подогретой до t тела (из расчета 1 табл по 0,1 г или 5 табл по 0,02 г на 0,5 л воды).раствор должен иметь желтый «канареечный» цвет. Можно использовать его для полоскания горла, для промывания ран и ожоговых поверхностей.

Калия перманганат 1 уп. При использовании препарата обращать внимание на то, чтобы в растворе не было нерастворившихся кристалликов – они оказывают сильное прожигающее действие на поврежденную кожу и слизистые оболочки.

- обеззараживание воды 2-3 кристаллика на литр до получения бледно-розовой окраски.

- промывание желудка Используется несколько более концентрированный раствор розового цвета (4-5 крист. на литр)

- обработка мозолей, потертостей, опрелостей Раствор насыщенного малинового цвета (около 10 крист. на литр)

«Левомеколь» мазь 1 уп. Гнойные раны Мазью пропитываются стерильные салфетки, кот. рыхло заполняют рану. Перевязки ежедневно 1 раз в день.

Пантоцид Табл. 1 уп . Дезинфицирующее ср-во для обеззараживания воды 1 табл. на 0,5 л воды. Обеззараж. происходит в теч. 15 мин. Вкус воды при этом не изменяется.

Средства, применяемые при поражениях глаз и ушей.

Альбуцид капли 2 Воспалительные заболевания или травмы глаз. По 2-3 капли 4-5 раз в день.

Софрадекс. Глазные и ушные капли Воспалительные заболевания или травмы глаз и ушей. При забол. Глаз по 1-2 капли через 2-3 часа в течение 2-3 дней. При забол. Уха по 2- 3 капли 3-4 раза в день

Болеутоляющие и жаропонижающие средства.

Анальгин - хинин Табл. по 0,5 г 20 табл. Умеренные боли различного происхождения. 1 табл. ВРД 2 табл. ВСД 4 табл.

Баралгин Табл. по 0,5 г 20 табл. Желудочные, кишечные, почечные и т.д. колики, головная и зубная боль, травматические боли. 1 табл. ВРД 2 табл. ВСД 4 табл.

Цитрамон Табл. по 0,5 г 20 табл. Головная боль 0,5-1 табл.

Аспирин Табл. по 0,5 г или 0,325 г 20 табл. Головная боль при горной болезни, лихорадка. 1-2 табл. ВСД 2 табл.

Сердечно – сосудистые средства.

Валидол 10 табл. Боль в груди, укачивание, истерика, тошнота. 1-2 табл. под язык до полного растворения

Валокордин (Корвалол) капли 1 уп. Несильные боли в груди, сердцебиение, истерия, укачивание, бессонница. 15-40 капель с небольшим количеством жидкости или на сахаре до еды.

Аммиак (нашатырный спирт) 1 уп. Для возбуждения дыхания и выведение больных из обморочного состояния. Смочить ватку, поднести к носу больного.

Нитроглицерин под язык

Противоаллергические средства.

Супрастин Табл. 20табл. Аллергические заболевания кожи, носа, глаз и т.д. 1 табл. во время еды 2-3 раза в день. ВСД 6 табл.

Фенкарол Табл. 0,025 и 0,05 г 20табл. Аллергические заболевания кожи, носа, глаз и т.д. 0,025-0,05 г 3-4 раза в день после еды. Спазмолитики. Препараты этой группы снимают и предотвращают спазм гладкой мускулатуры, т.е. кишечника, желудка, мочеточников, желчевыводящих путей, матки, кровеносных сосудов.

Ношпа Табл. 40 табл. Спастические боли желудка, кишечника, приступы желче- и моче каменной болезни, болезненные месячные. По 1-2 табл. 2-3 раза в день

Успокаивающие и снотворные средства.

Реланиум (седуксен, валиум) табл. и драже 10 табл. Эмоциональное перенапряжение, тревога, страхи, расстройства сна, для снятия судорог. 1-3 табл. на прием, до 3 раз в день. ВРД 4 табл., ВСД 12 табл.

Лекарства, применяемые при болезнях органов дыхания.

Галазолин 0,1 % Капли для носа 1 уп. Насморк Простудный и аллергический Закапать в нос по 2-3 капли в каждую ноздрю.

Каметон аэрозоль 1 уп. Воспаление носа, глотки, гортани. Распылять во рту и в носу 3-4 раза в день по 1-2 сек.

Либексин Табл. 20 табл. Сухой кашель 1-2 табл. 3-4 раза в день или на ночь.

Бромгексин Табл. и драже по 8 мг. 20 табл. Влажный кашель, обладает отхаркивающим эффектом. По 1 табл. 4 раза в день. Действие обычно наступает примерно через сутки после начала лечения.

Лекарства, применяемые при болезнях желудка и кишечника.

Фестал драже 30 табл. Для улучшения пищеварения при приеме обильной или жирной пищи. 1-3 драже во время или сразу после еды.

Беллалгин Табл. 10 табл. Боль и спазмы в желудке (при гастритах). По 1 табл. 2-3 раз в день после еды. ВРД 2 табл, ВСД 7 табл.

Фуразолидон Табл. 30 табл. Кишечные инфекции с поносом, инфекции мочевых путей. После промывания желудка (в случае кишечных инфекций) по 2 табл. 4 раза в сутки в теч. 2 дней, затем по 2 табл. 3 раза в сутки в теч. недели. Запивать большим количеством жидкости. ВРД 4 табл. ВСД 16 табл.

Уголь активированный Табл., порошок, гранулы. 50 табл. Пищевые токсикоинфекции, отравления Табл. общей массой 20-30 г растолочь в порошок, смешать с водой (около стакана), выпить в виде взвеси. Меньшие дозы малоэффективны!

Имодиум капсулы 20 табл. Лечение поносов аллергической, лекарственной, эмоциональной, инфекционной природы, а также связанных со сменой питьевой воды и режима питания Первая доза – 2 капсулы, затем после каждого жидкого стула по 1 капсуле. ВСД 6 капсул. При нормализации стула или его отсутствии более 12 часов препарат не применять!

Церукал Табл. 20 табл. Рвота, тошнота, икота различного происхождения, метеоризм. При морской болезни и укачивании неэффективен. 1-2 табл. 3-4 раза в день до еды. При сильной рвоте таблетку растолочь в порошок и растворить в небольшом количестве теплой воды. ВРД 2 табл. ВСД 6 табл.

Разные средства для наружного применения.

Оксолиновая мазь 1 уп. Герпес на губах Нанести на поврежденную кожу 2-3 раза в день.

Апизатрон, Финалгон мазь 1 уп. Для разогревания мышц и связок после растяжений, перенапряжения, обморожений. Небольшое количество мази нанести на

область кожи размером с ладонь и легко втереть в неповрежденную кожу с помощью растирки. Сильно не втирать. После применения вымыть руки с мылом!
 Индовазин, Троксевазин гель 1 Ушибы, синяки Нанести на болезненную область, слегка втереть. Повторять в течение дня несколько раз. ВРД - высшая разовая доза
 ВСД – высшая суточная доза.

Меню (в зависимости от графика движения), формирование раскладки, расчёт среднесуточной калорийности и общий вес продуктов на каждого туриста.

Раскладка продуктов по дням

П Е Р В Ы Й Д Е Н Ь

ЗАВТРАК

№ п/п	грамм на человек	калорий- ность	на группу 10 человек
1 Гречка	90	285	900
2 Тушенка	50	166	500
3 Хлеб	100	267,5	1000
4 Лук	10	4,5	100
5 Чеснок	5	6	50
6 Сахар	40	160	400
7 Чай	2,5	-	25
8 Соль	3	-	30

Всего на завтрак: 300,5 889 3005

ОБЕД

1 Суп гороховый	50	150	500
2 Картофель	50	43	500
3 Хлеб	100	267,5	1000

4 Сало	40	336	400
5 Лук	10	4,5	100
6 Чеснок	5	6	50
7 Кисель	15	11	150
8 Сахар	30	120	300
9 Соль	4	-	40

Всего на обед: 304 938 3040

УЖИН

1 Рис	90	301	900
2 Сухое молоко	50	230	500
3 Сгущенное молоко	40	130	400
4 Сахар	60	240	600
5 Сыр	40	138	400
6 Печенье	40	170	400
7 Чай	2,5	-	25
8 Соль	3	-	30

Всего на ужин: 325,5 1209 3255

Всего за день: 930 3036 9300

В Т О Р О Й Д Е Н Ъ

№ п/п	грамм на	калорий-	на группу
	человек	ность	10 человек

ЗАВТРАК

1 Макароны	100	336	1000
------------	-----	-----	------

2 Тушенка	50	166	400
3 Хлеб	100	267,5	100
4 Лук	10	4,5	100
5 Чеснок	5	6	50
6 Сахар	40	160	400
7 Чай	2,5	-	25
8 Соль	3	-	30

Всего на завтрак: 310,5 940 3105

ОБЕД

1 Суп рисовый	50	150	500
2 Картофель	50	43	500
3 Хлеб	100	267,5	1000
4 Сало	40	336	400
5 Лук	10	4,5	100
6 Чеснок	5	6	50
7 Компот (кофе)	15	40	150
8 Сахар	30	120	300
9 Соль	4	-	40

Всего на обед: 304 967 2432

УЖИН

1 Манка	90	301	900
2 Сухое молоко	50	230	500
3 Сгущенное молоко	40	130	400
4 Сахар	60	240	600
5 Сыр	40	138	400
6 Печенье	40	170	400

7 Чай	2,5	-	25
8 Соль	3	-	30

Всего на ужин:	325,5	1209	3255
Всего за день:	940	3016	9400

ТРЕТИЙ ДЕНЬ

N п/п	грамм на человек	калорий- ность	на группу 10 человек
-------	---------------------	-------------------	-------------------------

ЗАВТРАК

1 Крупа пшеничная	100	326	1000
2 Тушенка	50	166	500
3 Хлеб	100	267,5	1000
4 Лук	10	4,5	100
5 Чеснок	5	6	50
6 Сахар	40	160	400
7 Чай	2,5	-	25
8 Соль	3	-	30

Всего на завтрак:	310,5	930	3105
--------------------------	--------------	------------	-------------

ОБЕД

1 Суп вермишелевый	50	150	500
2 Картофель	50	43	500
3 Хлеб	100	167,5	1000
4 Сало	40	336	400
5 Лук	10	4,5	100
6 Чеснок	5	6	50

7 Какао (кофе)	10	37	100
8 Сгущенное молоко	40	130	400
9 Соль	4	-	40

Всего на обед: 309 974 3090

УЖИН

1 Вермишель	100	336	1000
2 Сухое молоко	50	230	500
3 Сахар	90	360	900
4 Сыр	40	138	400
5 Печенье	40	170	400
6 Чай	2,5	-	25
7 Соль	3	-	30

Всего на ужин: 325,5 1234 3255

Всего за день: 945 3278 9450

Далее на следующие 3 дня раскладка повторяется. Итого продуктов на 10 человек на 6 дней $9300 + 9400 + 9450 = 28150 \times 2 = 56 \text{ кг } 300 \text{ г}$. Дополнительно, учитывая пожелания участников, исходя из личных предпочтений и на перекусы список продуктов может меняться и докупаться в населённых пунктах на маршруте (Крупы, овощи, фрукты, сухофрукты и т. д.)

Методы наблюдения на маршруте, формирование набора полевых документов руководителя (дневник, бланковки, карты и картосхемы), подбор необходимых экскурсионных и справочных материалов.

Перед походом выбирается цель и предмет исследования исходя из интересов участников похода. Изучать можно историю поселения и образования населённых пунктов на маршруте, участие местных жителей в Гражданской и Великой Отечественной войне, фауну и флору на маршруте, геологию и т.д. Соответственно

формируется и готовится набор полевых документов руководителя – дневник, бланковки, карты и картосхемы, подбираются необходимые экскурсионные и справочные материалы.

Режимы сбора информации в зависимости от цели исследования делятся на:

1. Регулярные стационарные наблюдения
2. Регулярные маршрутные наблюдения
3. Нерегулярные стационарные наблюдения
4. Разовые (случайные) наблюдения.

Наблюдения могут быть скрытые и открытые, в виде опросов, (анкетирования, интервьюирования), метод экспериментов.

Визуальные наблюдения проводятся как невооруженным глазом, так и с помощью бинокля. Помимо бинокля наблюдатель должен располагать GPS-приемником и цифровым фотоаппаратом. Необязательным, но рекомендуемым оборудованием являются дальномер, термометр (для определения темп. воздуха), цифровой диктофон и комплект для сбора образцов (бирки, герметичные пакеты, маркер, 2 м рулетка). Все наблюдения заносятся карандашом в полевой журнал.

Изучение данных сервисов прогноза погоды, описание особенностей погоды в период запланированного похода.

По данным **Примгидромета** (сервис прогноза погоды Приморского края) средние значения погоды в августе в районе путешествия (Партизанский район) составляют:

Температура воздуха днем / ночью	Облачность	Дождливые дни / количество осадков	Температура воды в море	Солнечные часы *
24.2°C/19.3°C	43.3%	6 дней (144.3 мм.)	22.4°C	08ч. 53м.

Климат Приморского края умеренный муссонный. Зима сухая и холодная с ясной погодой. Весна продолжительная, прохладная, с частыми колебаниями температуры. Лето тёплое и влажное, на летние месяцы приходится максимум количества осадков. Осень как правило тёплая, сухая, с ясной погодой. Летом преобладают южные ветра с Тихого океана, а зимой северные, приносящие холодную, но ясную погоду с континентальных районов. Основная особенность — летом обильные осадки и туман. Лето — пора тайфунов, эти тропические циклоны каждый год посещают край, нанося порой огромный ущерб инфраструктуре края и сельскому хозяйству.

Средняя годовая температура от +1 °С в северной части Сихотэ-Алиня до +7 °С на побережье Хасанского района, в Находке и её окрестностях. Средняя температура августа +17...+22 °С.

Самое холодное лето в крае — на побережье Татарского пролива на северо-востоке Приморья. Самое жаркое — на Приханкайской равнине. Абсолютный максимум +41 °С зарегистрирован в Пограничном районе. Средняя температура января от –8 °С до –14 °С на побережье, что в паре с влажностью и ветрами понижает её в 2 раза, а в материковых районах, с более сухим климатом, температура составляет –12...–23 °С. Самая тёплая зима на юге Хасанского района и в окрестностях г. Находка, самая холодная — в горных районах центральной и северной части края. Абсолютный минимум –54 °С зарегистрированный в Красноармейском районе у с. Глубинное связан температурной инверсией в межгорной котловине.

Самые холодные месяцы: декабрь, январь и февраль. Самые тёплые — июнь, июль и август в континентальных районах; июль, август и сентябрь на побережье. Осадков 600—900 мм в год.

Обилие влаги в летнее время способствует развитию мощного растительного покрова. Продолжительность безморозного периода (150—200 дней) способствует вызреванию не только обычных для Российской Федерации культур, но и риса, сои, винограда и других теплолюбивых растений. Очень хорошо в таком климате произрастают огородные культуры, причём сорта огурцов и помидоров, капусты, редиса благодаря большому количеству влаги значительно крупнее, чем в западных

областях. Что же касается фруктов и ягод, то наилучшим доказательством возможности их выращивания в Приморье является обилие в Уссурийской тайге дикорастущих плодовых деревьев, в том числе абрикоса и винограда.

По поступлению солнечной энергии Приморский край занимает одно из первых мест в России. В среднем в Приморье 310 солнечных дней в году при продолжительности солнечного сияния более 2000 часов. К примеру, во Владивостоке число часов солнечного сияния в среднем составляет 2140, в Пограничном — 2510, в Находке — 2400 (для сравнения: в Москве — 1731, в Севастополе — 2340, в Новосибирске — 2077).

Преобладание ясных солнечных дней, отсутствие изнуряющей летней жары делают климат Приморья исключительно полезным для людей. Ценность его увеличивают многочисленные целебные источники и большие залежи грязей. Купальный сезон на побережье залива Петра Великого длится с конца июня до начала октября, а сезон парусного и гребного спорта превышает 250 дней.

План анимационных и досуговых мероприятий

1. **Пинпонг-баскет.** А) теннисный мяч кидаешь об пол, а затем надо поймать его в чашку. Б) Стоит корзинка и в 3-х шагах от неё стоит игрок на коленях, руки за спиной. Ему кидают мячик, он должен лбом его отбить и попасть в корзину.
2. **Снайпер.** На столе стоит пластиковая бутылка, на горлышке которой лежит пинпонговый мячик. На расстоянии 20 шагов от неё стоит игрок. Игрок должен закрыть рукой один глаз и, пройдя это расстояние, сбить шарик щелчком.
3. **Эстафета с полотенцем.** Полотенце мочить и отжимать в ведро. Кто быстрее наполнит ведро водой.
4. **Игра «Третий лишний»**

«Олимпийские игры»

Первый раунд

1. **Остров.** Кладётся мешок, на который становятся участники команды.
- Чем больше человек сумеют поместиться в квадрате, тем лучше.

- Чья команда дольше простоит
 - Мешок складывается пополам и повторить задание
2. **Шарики.** Команды привязывают к ногам (на уровне щиколотки) надувные шарики. Одна команда должна лопнуть шарики другой, наступая на них.
 3. **Пирамида.** Из обуви всей команды складывается пирамида. Чья пирамида будет выше, тот и победил.
 4. **Шапка, соломинка, стул.** Участники должны повторять движения «наоборот»: если ведущий одевает шляпу, они должны её снять, если вынимает изо рта соломинку, они должны взять её в рот, если садится на стул, они встают и т.д. Кто меньше ошибется, тот и выигрывает.

Второй раунд

1. **Перетягивание каната.**
2. **Стакан воды.** Надо выпить стакан воды, потом пробежать 20-30 метров, нагнувшись, прокрутиться на одном месте 15 раз, держась за столб, добежать назад, передать ход другому. Чья команда быстрее.
3. **Волейбол.** Волейбольную сетку (верёвку) закрывают до земли простынями так, чтобы одна команда не видела другой и играют на одной стороне до 5 очков и на другой.
4. **Футбол в связках.** Команда по 2 человека связываются верёвками на уровне пояса. Расстояние между участниками связки до 2м.
5. **Скачки в мешках.**

Сценарий посвящения в водники

Построение участников. Подъём флага РФ, исполнение Гимна РФ. Приветственное слово руководителя. Техника безопасности. Эксклюзивная разминка с растяжками на все группы мышц. Название, девиз, речёвка, строевой шаг с песней. Прохождение туристской полосы препятствий на время. Три варианта прохождения. 1. По очереди по жеребьёвке всей командой. 2. Одновременный старт команд, две нитки. 3. Личное прохождение дистанции с передачей эстафеты.

Возможные этапы: подъём по перилам по крутому склону, траверс, спуск спортивным способом, укладка бревна и переход горизонтальным маятником со снятием перил, мышеловка по пластунски с транспортировкой «пострадавшего» на волокуше, параллельные перила, пересечение реки на катамаране от одного берега до другого и обратно не выплывая за ограничение, костёр (кипячение банки с водой), установка палатки и тента, попадание выброски в квадрат, маятник.

Далее построение, вручение призов победителям. Затем руководитель посвящает новичков похлопыванием веслом по пятой точке столько раз, сколько участнику лет, а помощник выливает на голову посвящаемому ведро воды, подаёт кружку сока и бублик. Троекратное ура и бурные несмолкаемые аплодисменты. Некоторым участникам ветеранам, уже давно посвящённым и изъявившим желание повторно пройти посвящение, возможность такая предоставляется

Смета похода на 1 человека

Проезд Владивосток – Тигровый Ж/Д	200 руб.
Лозовый – Владивосток Ж/Д	250 руб.
Орёл – Сергеевка Автобус аренда	100 руб.
Питание 500 руб. в день x 6 дней	3000 руб.
Хозтовары, канцтовары	200 руб.
Непредвиденные расходы	500 руб.
Итого:	4250 руб.

Финансист ведёт учет, в конце похода оставшиеся деньги возвращает.

Рекламный проект похода

Уважаемые друзья! Приглашаем Вас принять участие в спортивном походе-сплаве «Партизанский поток» по рекам Тигровая и Партизанская с 1 по 6 августа 2019 г.

Сплав состоится по живописнейшим местам Приморского края. Способ передвижения – на спортивных надувных катамаранах. Вы получите незабываемые

впечатления от ощущения быстрого сплава по горным рекам! Увидите природный парк Щёки Дарданеллы со скалами-останцами, похожими на древние замки, научитесь управлять плавсредством и преодолевать командой препятствия и трудности.

Цели похода:

Утверждение принципов здорового образа жизни и формирование навыков пребывания и выживания в природной среде. Совершенствование физического и нравственного потенциала, восстановление работоспособности, поддержание, укрепление, сохранение здоровья.

Задачи похода

1. Повышение интереса к занятиям спортивным и оздоровительным туризмом
2. Вовлечение максимально возможного числа детей, подростков, молодежи, семей и взрослых всех возрастов в систематические занятия различными видами спортивного туризма, как наиболее доступного и социально-ориентированного вида спорта, физической культуры, проведения досуга и активного отдыха.
3. Создание мотивации и условий для здорового образа жизни;
4. Совершенствование навыков участников похода в области техники и тактики водного туризма.
5. Развитие физической выносливости и силы.
6. Работа в команде. Отработка навыков поддержания положительного психологического климата коллектива в новых условиях.



Список рекомендованной литературы

1. Библиотека туриста. Приморский край. Москва. 1975
2. Атлас Приморского края Гл. управление геодезии и картографии. Москва, 1971
3. Отчеты библиотеки сайта Н.А. Костерева:
4. Сайты города Владивосток
5. ЛЕ ПТИ ФЮТЕ Владивосток
6. Картографическая энциклопедия Дальний Восток (материалы от В.А. Кожина)
7. Сайт www.dostoyanie-pokoleniy.ru



8.

Устье р. Партизанской (вид к морю)

9. <http://komanda-k.ru>