



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МОБУ гимназии №5
им. Туренко Е.Г.

Канц Е.В. Канищева

01.09.2023 г.

План
работы школьного туристического клуба «Вертикаль»
МОБУ гимназии №5 им. Туренко Е.Г. на 2023-2024 учебный год

№ п/п	Месяц	Организационные мероприятия	Ответственный
1	Сентябрь	1. Инструктаж по ТБ на занятиях. География и природа родного края. 2. Мастер-класс «Организация бивуака». 3. Обучение установке палатки 4. Мастер-класс по разведению костра	Руководитель клуба, Совет клуба
2	Октябрь	1. Обучение приготовлению пищи на костре. 2. Изучение топографических карт и топографических знаков. 3. Чтение топографических карт. 4. Измерение расстояния до недоступных предметов.	Руководитель клуба, Совет клуба
3	Ноябрь	1. Топографическая съёмка местности. 2. Подготовка к походам распределение обязанностей в группе. 3. Подведение итогов похода	Руководитель клуба, Совет клуба
4	Декабрь	1. Оформление походного дневника. 2. Виды травм в походах. 3. Мастер-класс по оказанию первой помощи пострадавшему: перевязки. 4. Мастер-класс по оказанию первой помощи пострадавшему: СЛР. 5. Транспортировка пострадавшего: мастер-класс по изготовлению носилок	Руководитель клуба, Совет клуба
5	Январь	1. Гигиена туриста: гигиена тела, одежды и обуви. 2. Обеспечение безопасности в походе. 3. Преодоление препятствий: спуски и подъемы.	Руководитель клуба, Совет клуба
6	Февраль	1. Преодоление препятствий: переправы. 2. Кроссовая подготовка. 3. Игры на свежем воздухе. 4. Личное снаряжение туриста	Руководитель клуба, Совет клуба
7	Март	1. Групповое снаряжение туриста. 2. Узлы и их применение в туризме (мастер-класс). 3. Отработка навыков завязывания туристских узлов.	Руководитель клуба, Совет клуба
8	Апрель	1. Страховки и самостраховки. 2. Траверс склона с альпенштоком (мастер-класс). 3. Горизонтальный и вертикальный маятник. 4. Подъём по склону по перилам спортивным способом.	Руководитель клуба, Совет клуба

		5. Подъём по склону по судейским перилам с самостраховкой.	
9	Май	1. Навесная переправа. 2. Переправы с самонаведением и снятием перил. 3. Соревнования по спортивному туризму.	Руководитель клуба, Совет клуба

1. Учебно-тренировочные сборы турбаза «Саят-Нова» и турбаза «Ореховая»- 1 раз в месяц
2. Чемпионаты и первенства по спортивному ориентированию г. Сочи по графику
3. Открытый городской фестиваль «Черное море» с 14.10 по 05.11
4. Городские соревнования по спортивному туризму по графику
5. Городская краеведческая игра «Квест-2024»- март-апрель
6. Городские соревнования по скалолазанию
7. Летний палаточный лагерь
8. Квест-походы
9. Экологические акции

Руководитель школьного
туристического клуба «Вертикаль»



М.Г. Алексанян