



**Программа курсов повышения квалификации
«Организация туристского похода выходного дня с
обучающимися»**



Ковальков Дмитрий Владимирович,

**педагог-организатор Московского детско-юношеского центра
экологии, краеведения и туризма**

**Снаряжение личное для пешеходных маршрутов.
Общий обзор.**



Правильно подобранное личное снаряжение – залог комфорта всей команды!

Проблема одного участника = проблема всей команды!

От подбора личного снаряжения зависит каким станет путешествие:

приключенческим походом или походом с приключениями...



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов





ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ТУРИСТСКОМУ СНАРЯЖЕНИЮ

- БЕЗОПАСНОСТЬ ЭКСПЛУАТАЦИИ
- ПРОЧНОСТЬ/НАДЁЖНОСТЬ
- МИНИМАЛЬНЫЙ ВЕС И ОБЪЁМ
- ПРОСТОТА В ИСПОЛЬЗОВАНИИ
- МНОГОФУНКЦИОНАЛЬНОСТЬ
- КОМФОРТНОСТЬ
- ГИГИЕНИЧНОСТЬ
- ЭСТЕТИЧНОСТЬ



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов



глобальное

верх

НИЗ

прочее

обувь

голова -
руки



ГЛОБАЛЬНОЕ ИЛИ ОБЩЕЕ

Паспорт, деньги, билеты, банковские карты, полис ОМС, ключи	1	200
Рюкзак	1	2150
фонарик налобный	1	92
Спальник + гермомешок	1	900
Коврик	1	450
Гермомешки	1	350
Чехол на рюкзак	1	163
Личная аптечка +зщётка + паста	1	298
КЛМН	1	400
Сидушка	-	0
		5000



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов



ВЕРХ – одежда выше пояса

Куртка мембранная	1	600
Кофта флисовая	0	0
Тёплое термобельё верх (с капюшоном)	1	309
Лёгкое термобельё верх (сон)	1	184
Пуллон (свитер) из Primaloft	0	0
Куртка легкая штормовая	1	95
Пуховка с гермой	1	314
Футболка	1	116
Пончо от дождя	0	0
		1618



НИЗ – одежда ниже пояса

Брюки ходовые	1	230
Брюки мембранные	1	473
Термобельё низ	1	131
Трусы	3	168
Брюки тонкие	1	223
Термобельё низ-теплое(спальное)	1	331
		230
		1556



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов



ОБУВЬ

Ботинки	1	1850
Кроссовки	1	500
Гамаша	1	350
Носки ходовые	2	170
Носки спальные	1	61
Носки цивильные (они же запасные)	1	43
тапки кроксы	1	400
		3374



ГОЛОВА-РУКИ

Панама с полями	0	0
Подшлемник с лицевой маской	0	0
Накомарник	0	0
Перчатки рабочие	0	0
Перчатки флисовые	1	71
Шапка	1	71
Бандана/buff	2	71
Варежки	1	55
Рукавицы	1	135
		403



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов



ПРОЧЕЕ или всякая важная мелочь

Пластиковая бутылка	1	36
Платок носовой	1	58
Очечник с запасными очками от близорукости	0	0
Туалетная бумага	1	115
Зубочистка	8	4
Влажные салфетки	0	0
Часы	1	184
Телефон	0	0
Компас	0	0
Спички в гермоупаковке + кусочек оргстекла	1	21
Прочее	1	10
Зажигалка	1	13
Мешочки	3	50
Личный ремнаборчик	0	0
Компрессионные чулки/наколенник	0	0
Блокнот и карандаш	0	0
Сюрприз	1	863
		1354



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов



Глобальное
5000

Верх
1618

Низ
1556

ИТОГО: 13,305 кг

Прочее
1354

Обувь
3374

голова –
руки 403



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов



глобальное

верх

НИЗ

прочее

обувь

голова -
руки



Снаряжение личное для пешеходных маршрутов





Снаряжение личное для пешеходных маршрутов



• **Может/наверное пригодится**

- в итоге чего-то не хватало или «не хватило»



• **Брать нужное**

- применение удалось найти всему... и личной аптечке



• **Не брать лишнего**

- использовалось всё по назначению и в разных ситуациях. (кроме аптечки)