

Учебный модуль

«Практические навыки приключенческого и горного туризма в условиях, приближенных реальности, а также по оказанию первой медицинской помощи в условиях горного туризма»

для гидов.



В учебном модуле были использованы методики и практики, разработанные и апробированные Туристическими организациями в условиях горного туризма. Некоторые подкрепляющие видео материалы к тренингу были заимствованы с проектов по развитию и туристических ассоциаций в КР.

В учебном модуле были учтены рекомендации туристических операторов и поставщиков услуг, работающих в области приключенческого туризма.

Учебный модуль был разработан в рамках проекта «Содействие торговле», под-проектом «Усиление цепочки добавленной стоимости Приключенческого туризма», финансируемого Правительством Финляндии и реализуемого Программой развития ООН.

Бишкек, 2023 г.

ОБ АВТОРАХ

Мекен Маматкулов – Эксперт FSDS по туризму, исполнительный директор Туристической организации Дестинация Жалал-Абад, занимается горным туризмом более 15 лет, инструктор детско - юношеского туризма, 2 разряд по спортивному ориентированию и туризму. Тренер и консультант по разработке тур маршрутов и туров для туристов.

Сергей Назаров - профессиональный проводник туристических маршрутов по специальности горный гид, профессионал горного спасателя, профессионал по горному скалолазанию.

С 2007 года с целью прокладывания туристических маршрутов начал выезды в Кичик-Алайский район, где покорил ряд вершин и перевалов, таких как пик Скобелева 5051 м, пик Андижан 4134 м, пик Алтын бешик 3880 м и др. Двукратный Обладатель диплома 1 степени участника открытого чемпионата южной столицы по спортивному скалолазанию 2018 и 2019 годов.

СОДЕРЖАНИЕ

Аббревиатуры	4
1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА И ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ТРЕНИНГОВОГО МОДУЛЯ.	5
1.1. Резюме тренингового модуля.....	7
1.2. Программа тренинга.....	8
2. Вводный блок.....	10
3. Определение и виды приключенческого туризма.	12
4. Терминология приключенческого туризма.....	13
5. Работа гида с туроператорами и поставщиками услуг в предоставлении услуг гида в ЦДС приключенческом туризме.....	14
6. Ориентирование на местности. Основы топографии. Горный Рельеф.....	15
7. Туристическая экипировка и снаряжение.....	16
8. Закрепление пройденного материала.....	17
9. Медицина в горном походе. Принципы скорой и неотложной медицинской помощи.....	18
10. Горная болезнь, симптомы профилактика и лечение.....	19
11. Культурные и этические аспекты, безопасность во время туров.....	20
12. Питание в горном походе.....	21
13. Вязание узлов (теория), приемы страховки.....	22
14. Закрепление пройденного материала.....	23
15. Практическая часть по работе со снаряжением, подъем и спуск по веревке.....	24
16. Практическая часть по работе со снаряжением, полиспаст, сооружение переправы.....	25
17. Практическая работа по правильной сборке палатки и рюкзака.....	26
18. Подведение итогов тренинга, выходное тестирование.....	27
19. ПРИЛОЖЕНИЯ.....	28
Приложение 3. Презентации и видео материалы к тренингу.....	34
Приложение 4. Пример чек-листа для гида на подготовку приключенческого тура.....	35
Приложение 5. Пример план-график приключенческого тура.....	36
Приложение 6. Пример список группы приключенческого тура.....	37
Приложение 7. Список участников. (Заполняется тренером до начала тренинга).....	38
Приложение 8. Образец. Результаты оценки эффективности и качества мероприятия. (Составляется тренером после проведения опросника оценки эффективности и качества тренинга).....	39
Приложение 9. Описательный отчет о проведении обучающего мероприятия. (Составляется тренером по завершению всех процедур тренинга)	40

Аббревиатуры

КТ	Категория трудности
GPS	Global Positioning System (система глобального позиционирования)
СОП (SOP)	Стандартные Операционные Процедуры
UIAA	(Union Internationale des Associations d'Alpinisme) Международный союз альпинистских ассоциаций
ИСС	Индивидуальная Страховочная Система
ЭЗ	Энергозатраты
ЧСС	Частота Сердечных Сокращений
АД	Артериальное Давление
ПАО	Порог Аэробного Обмена
МПК	Максимальное Потребление Кислорода
ССС	Сердечно-сосудистая Система
ВОЛ	Высотный Отек Легких
ВОМ	Высотный Отек Мозга
DPO	Duty Personal Outewear (строго рекоменгуемая одежда/обувь)
DPE	Duty Personal Equipment (строго рекомендуемое личное снаряжение)
ACE	Additional Clothes Equipment (дополнительная личная одежда/снаряжение)
STE	Special Tour Equipment (специальное снаряжение для тура)

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА И ИНСТРУКЦИЯ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ТРЕНИНГОВОГО МОДУЛЯ.

Настоящий Учебный модуль устанавливает цель, задачи и порядок по обучению гидов приключенческому и горному туризму в целевых регионах проекта, а также регулирует отношения между обучающим (тренером) и обучающимися (участниками проекта).

В учебном модуле приведена основная информация о процедурах обучения по методологии тренинговых модулей, которые включают совокупность целей и задач, методик и подходов обучения, учебных элементов, форм контроля качества, критериев оценки.

Основные характеристики процесса обучения можно выделить в следующей форме (особенности обучения):

- Процессуальный двусторонний характер взаимосвязанной деятельности тренера и учащихся, т.е. коллаборативное взаимодействие тренера и учащихся;
- Самостоятельная работа и усвоение информации;
- Проблемно-ориентированные методы обучения;
- Обеспечение условий, приближенный к реальности, для раскрытия, реализации и развития потенциала учащихся.

В процессе обучения будут применены различные методики и инструменты передачи информации от обучающего (тренера) к обучающимся. В этой связи, необходимо выделить следующие технологии подачи информации в процессе обучения:

Лекции – тренер предоставляет информацию при использовании визуальных средств, таких как флипчарт доска и презентация.

Домашние задания – учащиеся без постоянного надзора тренера глубже будут практиковаться и узнают материал.

Дискуссии – возможность обмениваться мнениями и совместно развивать свое понимание учебного материала. Обучающиеся обсуждают определенную тему, высказывают своё мнение и слушают позиции других.

Практические работы – в зависимости от характеристики учебных программ, процесс обучения будет проходить на базе соответствующих помещений или приближенных к реальным ситуациям.

Полученные знания измеряются результатами входных и выходных тестирований и анкетирования эффективности тренинга, а также путем обратной связи при закреплении пройденного материала.

Дополнительно процесс обучения будет подкрепляться следующими элементами:

- Руководство для тренера по обучающим модульным блокам, которое позволяет тренеру эффективно взаимодействовать с обучающимися, указывать и объяснять информацию.

- Моделирование профессиональной деятельности (комплекс работ и задач по основным профессиональным функциям целевых участников обучения).
- Самостоятельная познавательная деятельность, направленная на поиск, обработку, усвоение тренинговой информации.
- Обучение развитию критическому мышлению. Способность ставить новые вопросы, вырабатывать разнообразные аргументы, принимать независимые продуманные решения в реальных условиях.
- Использование онлайн ресурсов – для участников постоянно будет доступны учебные материалы и презентации на гугл драйфе.
- Проведение интерактивных занятий - игровые элементы и обучающие видео материалы.
- Групповые работы - ученики работают над реальной задачей или проектом вместе, каждый вносит свой вклад в общую работу.
- Совместное изучение кейсов — группа анализирует конкретные примеры и ситуации, предлагает решения и обсуждает их.

Программа тренинга рассчитана до 3-х дней, где в первый и второй день тренинга участники будут получать теоретические и практические знания, третий день будет проводиться отдельно в форме консультаций через некоторое время после прохождения участниками тренинга.

Тренинговая программа по обучению гидов состоит из 13 тематических направлений (тренинговых модулей).

Учебный модуль состоит из ключевых тематических сессий, расписанных по следующей структуре:

- длительность темы модуля;
- необходимые материалы для проведения тематической сессии;
- поставленные задачи в рамках тематической сессии;
- процедура проведения тренинговой сессии;
- примечания для тренера;
- подкрепляющие материалы в виде презентаций и раздаток;
- рекомендации к прочтению дополнительных публикационных материалов.

1.1. Резюме тренингового модуля.

Тренинговая программа состоит из теоретических и практических блоков, каждый из которых предназначен для тренера/тренеров с последующим проведением тренингов для гидов и инструкторов, работающих с туристами в приключенческом туризме. Тренинговая программа состоит из 13 учебных модулей.

Цель тренинга:

Обучить участников тренинга с практическими навыками приключенческого и горного туризма в условиях, приближенных к реальности, а также основам по оказанию первой медицинской помощи в условиях горного туризма.

Ожидаемые результаты:

- назвать основные понятия приключенческого туризма;
- научатся ориентированию на местности;
- узнают и изучат основные достопримечательности своего целевого региона;
- смогут построить тактику горных походов;
- сформулируют терминологию приключенческого туризма;
- повысят практические навыки приемов страховки, передвижения в горах, обращения с туристской экипировкой и снаряжением;
- научатся основам оказания первой медицинской помощи в условиях горного туризма.

Необходимые материалы:

Необходимая туристская экипировка и снаряжение, флипчарты, маркеры, ножницы, бумажный скотч, белая и цветная бумага, стикеры.

Презентации представлены в виде приложений к учебному модулю.

Срок проведения тренинга:

3 дня (24 часов).

Оптимальное количество участников (-иц):

8-10 человек.

Методы и инструменты работы на тренинге:

Презентация, мини-лекции, индивидуальная и групповая работа, дискуссия, ситуационные задачи, практические упражнения. Полученные знания измеряются результатами входных и выходных тестирований и устного опроса участников путем обратной связи при закреплении пройденного материала.

Особенности тренинга:

Данный тренинг проводится в формате визуального интерактивного предоставления необходимой информации, устного рассказа по отдельным темам и, практического урока по навыкам обращения с экипировкой и приемам по оказанию первой медицинской помощи в условиях максимально приближенным к реальности.

	Название темы: Программа тренинга.	Дата: 2024 г. Стр: 8
---	---	---

1.2. Программа тренинга.

Тайминг	Содержание сессии	Примечания
Первый день		
8:30 – 9:00	Регистрация участников.	Тренер.
9:00 – 9:30	Вводный блок. Приветствие, знакомство. Выработка правил тренинга.	Тренер, участники.
9:30 – 10:30	<u>Учебный модуль 1.</u> Понятие и виды приключенческого туризма.	Презентация, обсуждение.
10:30 – 11:30	<u>Учебный модуль 2.</u> Терминология приключенческого туризма.	Презентация, обсуждение.
11:30 – 12:30	<u>Учебный модуль 3.</u> Работа гида с туроператорами и поставщиками услуг в предоставлении услуг гида в ЦДС приключенческом туризме.	Презентация.
12:30 – 14:00	Обед	
14:00 – 15:00	<u>Учебный модуль 4.</u> Ориентирование на местности. Основы топографии. Горный Рельеф.	Презентация, Практика.
15:00 – 15:30	Кофе-брейк	
15:30 – 16:50	<u>Учебный модуль 5.</u> Туристическая экипировка и снаряжение (Практическая часть).	Презентация, Практика.
16:50 – 17:00	Обратная связь.	Обсуждение.
Второй день		
9:00 – 9:30	Закрепление пройденного материала.	Обсуждение.
9:30 – 10:30	<u>Учебный модуль 6.</u> Вязание узлов (теория), приемы страховки.	Презентация, Практика.
10:30 – 11:30	<u>Учебный модуль 7.</u> Культурные и этические аспекты, безопасность во время туров.	Презентация.
11:30 – 12:30	<u>Учебный модуль 8.</u> Медицина в горном походе. Принципы скорой и неотложной медицинской помощи.	Презентация, Практика.
12:30 – 14:00	Обед	
14:00 – 15:00	<u>Учебный модуль 9.</u> Горная болезнь, симптомы, профилактика и лечение.	Практика.
15:00 – 15:30	Кофе-брейк	
15:30 – 16:50	<u>Учебный модуль 10.</u> Питание в горном походе.	Презентация, Практика.
16:50 – 17:00	Обратная связь.	

	Название темы: Программа тренинга <i>(продолжение)</i> .	Дата: 2024 г. Стр: 9
---	---	---

11.00 – 12.30	<u>Учебный модуль 12.</u> Практическая часть по работе со снаряжением, полиспаст, сооружение переправы.	Презентация, Практика.
12:30 – 14:00	Обед	
14:00 – 15:30	<u>Учебный модуль 13.</u> Практическая работа по правильной сборке палатки и рюкзака.	Презентация, Практика.
15:30 – 16:00	Кофе-брейк.	
16:00 – 17:00	Подведение итогов тренинга, выходное тестирование.	

	Название темы: Вводный блок.	Дата: 2024 г. Стр: 10
---	-------------------------------------	--

2. Вводный блок.

2.1. Приветствие и знакомство.

Длительность:	15 мин.
Необходимые материалы:	Бумага для рисования, маркеры, фломастеры.
Задачи:	Познакомить участников(-иц) между собой, а также предоставить возможность создания базы контактов, которые могут быть полезны участникам и участницам в процессе их дальнейшей профессиональной деятельности.
Процедура проведения:	Приветствие тренеров: “Здравствуйте, уважаемые участники и участницы. Мы рады приветствовать вас на нашем тренинге, проведение которого стало возможным благодаря ... (перечислите и поблагодарите организаторов и спонсоров мероприятия). Меня зовут ..., и я являюсь ...” Предлагают начать знакомство с упражнения «Ассоциация». Тренера раздают бумагу и фломастеры, просят нарисовать символ, с которым себя ассоциируют (это может быть растение, животное, природное явление или предмет). Дается время участникам на самостоятельную работу, после чего участники презентуют свои наработки.
Примечания для тренера (тренеров):	Каждый тренер(-ка) представляются отдельно. Необходимо назвать свое полное имя и фамилию и предоставить краткую информацию о должности и опыте. Также важно озвучить участникам и участницам цели и задачи тренинга.

	Название темы: Выработка правил тренинга.	Дата: 2024 г. Стр: 11
---	--	--

6. Выработка правил тренинга.

Длительность:	15 мин.
Необходимые материалы:	Флипчарт, маркеры, стикеры.
Задачи:	Выработка основных правил для эффективного проведения тренинга.
Процедура проведения:	Телефоны — на вибро-режим; Обращение на «ты» (по имени) или на «вы». Важно принять одну форму. Мы рекомендуем для создания климата доверия в группе, предложить обращаться друг к другу на «ты», включая также тренерскую команду. Это психологически уравнивает всех, в том числе и ведущего, независимо от возраста, социального положения, жизненного опыта, и способствует раскрепощению участников тренинга. Общение по принципу «здесь и теперь»/ «здесь и сейчас». Во время тренинга все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, и обсуждают то, что происходит с ними в группе. Толерантность/Уважение — взаимное уважение, доброжелательность, и терпимое отношения к мнениям и точкам зрения других людей, а также к разнообразию современного мира. «Индивидуальный свободный вход/выход» — каждый участник или участница могут выйти во время сессии, если в этом есть острая необходимость, однако делают это по очереди, а не парами, тройками или группами. «Один микрофон» — говорим по очереди. «Я-высказывания» — говорим от своего имени. Безличные слова и выражения типа «Большинство людей считают, что...», «Некоторые из нас думают...» заменяем на «Я считаю, что...», «Я думаю...», «Мне кажется...» и т.д. Тайминг — каждая сессия начинается и заканчивается строго в соответствии с таймингом. «Тренерское СТОП» — в ситуации, если дискуссия ушла в другое русло или обсуждение становится слишком эмоциональным, тренерская команда может воспользоваться этим правилом и прекратить дальнейшее обсуждение. Примечания для тренера (тренеров): Активно вовлекать каждого участника, индивидуальный подход.

	Учебный модуль 1. Название модуля: Определение и виды приключенческого туризма. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 12
---	---	---

3. Определение и виды приключенческого туризма.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Флипчарт, маркеры, проектор, экран, компьютер, раздаточный информационный материал.
Задачи:	➤ Разъяснение видов приключенческого туризма. ➤ Формулировка вопросов исследований, которые могут быть предметом дальнейших изысканий в области приключенческого туризма. ➤ Определение потенциальных направлений развития и совершенствования этой формы туризма.
Процедура проведения:	В начале данной сессии тренер информирует всех участников о проведении входного тестирования. Входное тестирование пройдет в онлайн формате через заполнение онлайн вопросов. В формате визуального интерактивного предоставления необходимой информации участникам дается термин приключенческого туризма, какие функции выполняет приключенческий туризм, и какие существуют виды туризма.
Примечания для тренера (тренеров):	Проводит сессию в интерактивной форме с активным вовлечением участников.
Подкрепляющие материалы:	Вопросы входного тестирования находятся в конце тренингового модуля как приложение. Ссылка на презентации: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing

	Учебный модуль 2. Название темы: Терминология горно-приключенческого туризма. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 13
---	---	---

4. Терминология приключенческого туризма.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Флипчарт, маркеры. Проектор, экран, компьютер.
Задачи:	Изучить происхождение и развитие ключевых терминов приключенческого туризма. Ориентироваться и использовать международную общепринятую терминологию в приключенческом туризме.
Процедура проведения:	Тренер знакомит участников с основной терминологией применяемой в приключенческом туризме, рассказывает о зарождении альпинизма, о таких терминах как акклиматизация, адаптация, степенях сложностей горных маршрутов и перевалов, наименованиях форм горного рельефа, методах страховки и некоторых способах передвижения в горах, а также в виде визуального предоставления информации участникам показывается также видеоролики тех природных явлений (сель, лавины) с которыми они могут столкнуться в ходе похода в горы.
Примечания для тренера (тренеров):	Тренера стараются каждого участника вовлечь в процесс обсуждения терминов в приключенческом туризме, а также узнать у участников местную терминологию которую они используют.
Подкрепляющие материалы:	Презентации по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	https://studwood.net/1093374/turizm/teoretiko_metodologicheskie_po_dhody_issledovaniyu_aktivnogo_turizma

	Учебный модуль 3. Название темы: Работа гида с туроператорами и поставщиками услуг в предоставлении услуг гида в ЦДС приключенческом туризме. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 14
--	---	---

5. Работа гида с туроператорами и поставщиками услуг в предоставлении услуг гида в ЦДС приключенческом туризме.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Флипчарт, маркеры. Проектор, экран, компьютер, раздаточный информационный материал.
Задачи:	Повысить знания и понимание участников тренинга о ЦДС приключенческого туризма.
Процедура проведения:	Уточнение ожидаемых результатов у участников методом опроса, таких как улучшение профессиональных навыков гида, повышение уровня обслуживания клиентов и развитие эффективного взаимодействия с туроператорами и поставщиками услуг.
Примечания для тренера (тренеров):	Работа гида с туроператорами и поставщиками услуг в ЦДС важна для создания полного и удовлетворяющего туристического опыта в приключенческом туризме. Тесное сотрудничество и постоянное развитие отношений с партнерами помогут оставаться конкурентоспособным и успешным в этой сфере.
Подкрепляющие материалы:	Презентации по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	https://zhetyssu.travel/upload/iblock/94a/Analiz-tseepochki-dobavlennoy-stoimosti.pdf

	Учебный модуль 4. Название темы: Ориентирование на местности. Основы топографии. Горный Рельеф. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 15
--	---	---

6. Ориентирование на местности. Основы топографии. Горный Рельеф.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Проектор, экран, компьютер, топографические карты местности, компас.
Задачи:	Освоение навыков ориентирования при помощи карт, компаса и других ориентиров.
Процедура проведения:	Объяснить основные элементы карты, включая шкалу, легенду, контурные линии и компасные указатели. Провести практический урок по работе с компасом. Рассмотреть различные типы местности и их влияние на ориентирование. Попросить участников выделить ключевые признаки, которые могут помочь им в навигации. Провести урок ориентирования без использования карт и компаса.
Примечания для тренера (тренеров):	Нагляднее провести изучение методов ориентирования, и максимально использовать карты, устройства для ориентирования в работе гида.
Подкрепляющие материалы:	Презентация, топографические карты, навигаторы, компас. https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPTThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Ориентирование на местности по методичкам тур клубов, размещенные в интернете.

	Учебный модуль 5. Название темы: Туристическая экипировка и снаряжение. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 16
--	---	---

7. Туристическая экипировка и снаряжение.

Длительность:	80 мин.
Необходимые материалы:	Проектор, экран, компьютер, снаряжение и экипировка необходимая для сессии.
Задачи:	Углубление знаний о туристической экипировке и развитие навыков планирования, анализа и выбора оптимальных решений для конкретных ситуаций.
Процедура проведения:	Тренер вместе с участниками тренинга приступает опросу участников с вопроса, как одеться в горы, чтобы защититься одновременно и от жары, и от холода. После ответов участников дается информация о принципе трехэтапного послойного принципа в одежде в условиях гор. Далее дается информация о понимании трекинговой обуви. На схеме, представленной в ходе презентации, участникам тренер объясняет принцип выбора рюкзака и его ношения. Затем последовательно рассказывается о принципах выбора и использования такого необходимого снаряжения как спальники, коврики, трекинговые палки, налобных фонарей, палаток. Кратко даются виды спец. снаряжения, такого как веревка, карабины, спусковые устройства, средства для подъема, обвязки и каски.
Примечания для тренера (тренеров):	Одновременно с теоретическими аспектами использования снаряжения, объяснить и продемонстрировать практическое понимание его применения.
Подкрепляющие материалы:	Презентация по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Руководство по безопасному туру для гидов, разработанное GIZ.

8. Закрепление пройденного материала.

Длительность:	30 мин.
Необходимые материалы:	-
Задачи:	Короткое повторение пройденного материала в первый день тренинга.
Процедура проведения:	Подготовить набор вопросов или кейсов, связанных с пройденными темами, и провести тестирование знаний участников.
Примечания для тренера (тренеров):	Успеть по времени для разбора вопросов по каждой пройденной сессии.

	Учебный модуль 6. Название темы: Медицина в горном походе. Принципы скорой и неотложной медицинской помощи. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 18
--	---	---

9. Медицина в горном походе. Принципы скорой и неотложной медицинской помощи.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Проектор, экран, компьютер, аптечка.
Задачи:	Повысить знания и навыки об особенностях медицинского обслуживания в горах и развить практические навыки оказания медицинской помощи в экстремальных условиях.
Процедура проведения:	Предварительно доводится до аудитории понятие о первой медицинской помощи и какие существуют основные нормальные показатели организма. Затем в ходе презентации показывается порядок оказания сердечно-легочной реанимации, алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при травматических повреждениях и неотложных состояниях, алгоритмы оказания первой помощи пострадавшим при неотложных состояниях, придание пострадавшему оптимального положения тела, извлечение пострадавшего из автомобиля или труднодоступного места, способы транспортировки пострадавших, состав аптечек первой помощи.
Примечания для тренера (тренеров):	Наглядно на собственных примерах рассказать о принципах оказания первой медицинской помощи, использовать реальные кейсы.
Подкрепляющие материалы:	Презентация по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	https://www.youtube.com/watch?v=hcHYOPhbQNw ФГБУ “Объединенная редакция МЧС России” ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ ПАМЯТКА Москва, 2015

	Учебный модуль 7. Название темы: Горная болезнь, симптомы, профилактика и лечение. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 19
--	--	---

10. Горная болезнь, симптомы профилактики и лечение.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Проектор, экран, компьютер, аптечка.
Задачи:	Обучить участникам глубже понять горную болезнь, ее симптомы и эффективные методы профилактики и лечения.
Процедура проведения:	В форме визуального представления информации дается понятие о таких терминах как адаптация, горная адаптация и наконец определение горной болезни. Очень кратко приводятся сведения о физиологии организма. Когда наступает краткосрочная высотная адаптация. Какие существуют симптомы горной болезни, классификация зон развития горной болезни, когда наступает долговременная высотная адаптация. И наконец профилактика и лечение горной болезни (Планирование акклиматизации, высотный график, ступенчатая акклиматизация, дестабилизирующие факторы, контроль состояния и симптоматическое лечение). Осложнения горной болезни (высотный отек легких и головного мозга). Главное условия успешного лечения — это немедленный спуск вниз!
Примечания для тренера (тренеров):	Предложить участникам изучить и обсудить реальные случаи горной болезни из практики.
Подкрепляющие материалы:	Презентация Горная болезнь: симптомы и профилактика https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Горная болезнь: симптомы и профилактика Турклуб МГУ апрель 2020 Лебедев А., «Организация эффективной и безопасной акклиматизации», http://www.risk.ru/users/leb/93_1/

	Учебный модуль 8. Название темы: Культурные и этические аспекты, безопасность во время туров. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 20
--	---	---

11. Культурные и этические аспекты, безопасность во время туров.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Проектор, экран, компьютер.
Задачи:	Помочь участникам лучше понять важность культурной чувствительности, этических норм и безопасности в приключенческом туризме, а также разработать навыки для их практической реализации.
Процедура проведения:	Разбор культурных различий: Обзор основных культурных норм и традиций, которые могут влиять на взаимодействие туристов с местным населением. Симуляция межкультурного взаимодействия: Провести симуляцию сценариев, где участники сталкиваются с межкультурными вызовами и должны найти адаптивные решения. Этические нормы в туризме: Обсудить этические аспекты туризма, включая вопросы уважения к местной культуре, ответственного поведения и минимизации вреда.
Примечания для тренера (тренеров):	Провести обсуждение основных этических норм и правил поведения туристов в различных культурных контекстах. Провести симуляцию ситуаций взаимодействия с представителями других культур, где участники должны проявить культурную чувствительность и адаптивность.
Подкрепляющие материалы:	Презентация по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	https://www.youtube.com/watch?v=hw-WD2LeMpY - Безопасность и управление рисками в приключенческих турах. Руководство для трековых гидов. https://www.youtube.com/watch?v=2Pg4DSP2lg0 - Управление безопасностью и рисками во время организации и планирования туров на внутреннем рынке.

	Учебный модуль 9. Название темы: Питание в горном походе. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 21
--	---	---

12. Питание в горном походе.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Проектор, экран, компьютер
Задачи:	Помочь участникам лучше понять важность планирования питания в горно-приключенческом походе и развить практические навыки подготовки и оптимизации питательных рационов.
Процедура проведения:	Даётся понятие о питании в горно-приключенческом походе, почему важно соблюдать калорийность и полноценность питания. Подробно разбирается химический состав пищи, меню, раскладка и упаковка продуктов.
Примечания для тренера (тренеров):	Попросите участников оптимизировать вес продуктов, выбирая более легкие и компактные варианты, не утрачивая при этом питательность. Обсудите, как адаптировать план питания к различным климатическим условиям (холод, высокогорье) и физической активности.
Подкрепляющие материалы:	Презентация по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	https://www.youtube.com/watch?v=aAsi8lxNBXY Руководство для трековых поваров.

	Учебный модуль 10. Название темы: Вязание узлов (теория), приемы страховки. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 22
---	---	---

13. Вязание узлов (теория), приемы страховки.

Длительность:	80 мин.
Необходимые материалы:	Проектор, экран, компьютер, фрагменты основной веревки и репшнуров.
Задачи:	Освоить участникам теорию вязания узлов и научиться применять приемы страховки в различных сценариях горно-приключенческих походов.
Процедура проведения:	Перед началом сессии тренер раздает каждому участнику фрагмент веревки и при показе наглядных слайдов просит последовательно следовать методам завязывания основных узлов применяемых в туристической практике и альпинизме. Также в ходе этой сессии тренер рассказывает об основных видах узлов: 1 группа - «Узлы, для связывания веревок одинакового и разного диаметра. 2 группа – «Узлы для крепления веревки к опоре». 3 группа – «Проводники» 4 группа – «Схватывающие» 5 группа – «Специальные». Рассказывается о предназначении узлов, их значении для туриста и гида.
Примечания для тренера (тренеров):	Можно провести игровой элемент- обмен узлами. После демонстрации участники попарно показывают друг другу завязывание узла, который назовет тренер. В конце тренинга каждая пара подходит к другой паре, обменивается узлами, после чего пробует завязать узел, который они получили.
Подкрепляющие материалы:	Презентация по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Федерация Спортивного Туризма Республики Адыгея. УЗЛЫ. (Применяемые в туризме, альпинизме). Майкоп – 2013.

	Название темы: Закрепление пройденного материала. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 23
---	---	--

14. Закрепление пройденного материала.

Длительность:	30 мин.
Необходимые материалы:	-
Задачи:	Короткое повторение пройденного материала в первый день тренинга.
Процедура проведения:	Подготовить набор вопросов или кейсов, связанных с пройденными темами, и провести тестирование знаний участников.
Примечания для тренера (тренеров):	Успеть по времени для разбора вопросов по каждой пройденной сессии.

	Учебный модуль 11. Название темы: Практическая часть по работе со снаряжением, подъем и спуск по веревке. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 24
---	---	---

15. Практическая часть по работе со снаряжением, подъем и спуск по веревке.

Длительность:	90 мин.
Необходимые материалы:	Снаряжение и экипировка необходимая для работы.
Задачи:	Усвоение работ со снаряжением и технике подъема и спуска по веревке в реальных горных условиях.
Процедура проведения:	После выбора тренерами удобного места для навешивания веревки и страховочного снаряжения, тренер демонстрирует работу по подъему по веревке вверх с помощью карабинов обвязки и джумара. Далее тренер показывает спуск вниз с помощью спускового устройства восьмерка. После чего каждый участник отрабатывает эти способы сам по присмотром тренера. В ходе этой сессии выявляются ошибки и тренер показывает их исправление в ходе работы практического примера.
Примечания для тренера (тренеров):	Подчеркните важность правильного построения станции при восхождении. Разработайте упражнение, в котором участники должны выбрать и правильно подогнать альпинистское снаряжение для максимального комфорта и безопасности.
Подкрепляющие материалы:	Презентации по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Томская федерация туризма; Томский Университет Систем Управления и Радиоэлектроники Туристско-Альпинистский Клуб ТУСУРа "ТАКТ" Программа туристской подготовки Горный туризм и альпинизм Первая редакция 2002.

	Учебный модуль 12. Название темы: Практическая часть по работе со снаряжением, полиспаст, сооружение переправы. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 25
---	---	---

16. Практическая часть по работе со снаряжением, полиспаст, сооружение переправы.

Длительность:	90 мин.
Необходимые материалы:	Снаряжение и экипировка необходимая для сессии.
Задачи:	Развитие навыков работы со снаряжением, полиспастом и сооружением переправы, а также применить их в различных сценариях горных походов.
Процедура проведения:	После выбора тренерами удобного места для навешивания веревки и страховочного снаряжения, тренер демонстрирует работу по сооружению полиспаста с помощью карабинов, ролика и джумара, и затем веревка натягивается с помощью элементов полиспаста тем самым сооружается импровизированная переправа. Тренер проходит туда и обратно переправу. После чего каждый участник отрабатывает эти способы сам под присмотром тренера. В ходе этой сессии выявляются ошибки и тренер показывает их исправление в ходе работы практического примера.
Примечания для тренера (тренеров):	Попросите участников проанализировать ситуацию, оценить риски и принять решение о выборе наилучшего метода работы со снаряжением, полиспастом или переправой.
Подкрепляющие материалы:	Презентация по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Томская федерация туризмаТомский Университет Систем Управления и Радиоэлектроники Туристско-Альпинистский Клуб ТУСУРа "ТАКТ" Программа туристской подготовки Горный туризм и альпинизм Первая редакция 2002.

	Учебный модуль 13. Название темы: Практическая работа по правильной сборке палатки и рюкзака. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 26
---	---	---

17. Практическая работа по правильной сборке палатки и рюкзака.

Длительность:	90 мин.
Необходимые материалы:	Снаряжение и экипировка необходимая для сессии.
Задачи:	Освоение навыков правильной сборки палатки и рюкзака, а также подготовят их к эффективному использованию снаряжения в реальных условиях горного похода.
Процедура проведения:	В ходе практической работы участникам дается на практике возможность отработать правильную сборку палатки и рюкзака. Для этого группа из четырех участников самостоятельно собирает палатку под присмотром тренеров, на это дается время 5 минут. Также группа разбирает и делает сборку палатки. После сборки палатки участниками тренер выявляет правильные моменты и ошибки, и затем демонстрирует правильную сборку палатки. В ходе сборки рюкзака группа из двух самостоятельно собирает рюкзак под присмотром тренеров, на это дается время 5 минут. После сборки рюкзака участниками тренер выявляет правильные моменты и ошибки, и затем демонстрирует правильную сборку рюкзака.
Примечания для тренера (тренеров):	Разработайте сценарий экстренной сборки, например, при сильном ветре или темноте. Участники должны продемонстрировать навыки быстрой и эффективной сборки. Организуйте сессию обмена опытом, где участники делятся своими лучшими практиками по сборке палатки и рюкзака.
Подкрепляющие материалы:	Презентации по ссылке: https://drive.google.com/drive/folders/1oihSkfTxmPThG3E0INO_FJ6bQey9Scf?usp=sharing
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Томская федерация туризмаТомский Университет Систем Управления и Радиоэлектроники Туристско-Альпинистский Клуб ТУСУРа "ТАКТ" Программа туристской подготовки Горный туризм и альпинизм Первая редакция 2002

	Название темы: Подведение итогов тренинга, выходное тестирование. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 27
---	---	--

18. Подведение итогов тренинга, выходное тестирование.

Длительность:	60 мин.
Необходимые материалы:	Бумага, ручка, маркеры.
Задачи:	Оценка уровня знаний участников, и создание положительного и продуктивного завершающего этапа тренинга.
Процедура проведения:	Провести обсуждение ключевых моментов, которые были рассмотрены в ходе тренинга. Участники могут поделиться своими впечатлениями и важными уроками. Участники должны ответить на вопросы и продемонстрировать свои знания. Тестирование будет в онлайн формате через гугл опросники.
Примечания для тренера (тренеров):	Онлайн-тестирование.
Подкрепляющие материалы:	-
Рекомендации к прочтению следующих публикаций:	Ссылка на тест. Вопросы выходного тестирования находятся в конце тренингового модуля как Приложение.

	Приложение 1. Руководство по проведению оценки эффективности тренингов. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 28
---	---	--

19. ПРИЛОЖЕНИЯ.

Краткое руководство по проведению оценки эффективности мероприятий по повышению потенциала бенефициаров проекта ПРООН «Содействие торговле в Центральной Азии»

Данное руководство устанавливает цели, описание инструментов и примерный порядок необходимых мер по оценке эффективности тренингов, направленных на повышение потенциала заинтересованных сторон на макро-, мезо- и микро-уровнях.

Цель – упорядочение процесса сбора и анализа данных, при которых просчитывается ценность обучения, обеспечивается оценка развития знаний и навыков. Это позволит оценить реальный прогресс, достигнутый в приобретении знаний и повышении квалификации, позволит получить более всестороннее представление о влиянии проектных инициатив по наращиванию потенциала.

Проектный подход оценки эффективности обучения для получения валидных данных о реальной эффективности тренингов включает компоненты:

- 1-й компонент: пре- и пост-тесты по соответствующей теме тренинга;
- 2-й компонент: общая оценка эффективности мероприятия;

1-й компонент. В рамках данного компонента предполагается сбор данных, благодаря которым оценивается, насколько хорошо заинтересованные стороны на макро- и мезо- и микроуровнях запомнили информацию, переданную им в ходе обучения. Очень важно оценить эти данные до и после тренинга. Поэтому до начала тренинга протестируйте участников тренинга и определите их знания, уровень квалификации и владение навыками. Основным инструментом оценки тренингов на уровне знаний являются короткие **пре- и пост-тесты (см. образец в Приложении 1)** по соответствующей теме тренинга. Данные тесты должны включать от 7 до 10 коротких вопросов, касающиеся основных теорий, инструментов, концепций, которые предъявлялись участникам на тренинге. После тренинга сравните результаты и выясните, что именно изменилось.

2-й компонент. На данном уровне производится сбор информации для оценки общего удовлетворения участников содержанием тренинга, тренером и примененных методов донесения информации. Оценка дает понимание были ли достигнуты поставленные цели, позволяет изучить качество проведения тренинга, определить практическую ценность обучения. Для оценки этого уровня обычно используются анонимные **анкеты обратной связи** по оценке эффективности и качества мероприятий, предлагаемые для заполнения в конце тренингов.

Принцип анкетирования достаточно простой: участники заполняют заранее подготовленную оценочную анкету обратной связи (см. **образец в Приложении 2**), которая состоит из стандартных вопросов, позволяющих получить информацию и оценить такие параметры, как уровень организации тренинга, впечатление от тренера, качество содержания, доступность информации, возможность практического применения, польза для дальнейшей деятельности, желание и необходимость проведения последующих обучений. Анкета также должна содержать *тематические* вопросы в зависимости от темы тренинга. Например:

1. Каковы основные преимущества данного тренинга для вашей организации? (выберите все, что относится к данному вопросу)
2. Каковы основные проблемы, связанные

Процесс разработки бланка анкеты обратной связи должен учитывать рекомендации:

- время заполнения опросника не должно превышать 5 минут;
- применять удобную шкалу (с обозначением цифр, в виде смайликов или других символов, визуально удобных для восприятия), а также простоту и понятную форму для заполнения;
- заполнение опросника в последние 5-10 минут тренинга (не откладывать);
- простая и понятная коммуникация по его заполнению с возможностью применения электронной почты со ссылкой на опросник.

	Приложение 1. Пре и пост тесты. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 29
---	---	--

Приложение 1. Тестирование (входное и выходное):

1. Приключенческий туризм –

- а) пляж, просмотр телевизора, баня и сауна, массаж. Он заключается в относительном покое, отсутствии активной деятельности.
- б) посещение заповедных территорий, участие в природоохранной деятельности.
- в) своеобразный вид отдыха, связанный с посещением экзотических мест, занятием экзотической деятельностью, с использованием для перемещения необычных транспортных средств.
- г) оздоровительные программы, развлекательные программы, занятия по интересам.

2. Что такое треккинг?

- а) организация походов на велосипедах по пересеченной местности, вброд через реки, по пустыням и в горах.
- б) изучение пещер, лабиринтов, горных колодцев и гротов, подземных рек и озер.
- в) преодоление порогов на быстрых реках.
- г) это пешие маршруты по горным тропам.

3. Приспособление организма к новым климатическим условиям; частный случай адаптации к природным факторам.

- а) Имитирование.
- б) Акклиматизация.
- в) Адаптация к высоте.
- г) Глиссирование.

4. Каки слои в одежде туриста наиболее предпочтительно соблюдать:

- а) термобелье, флис, мембрана.
- б) нижнее белье, хлопок, мембрана.
- в) термобелье, хлопок, мембрана.
- г) синтетика, флис, брезент.

5. Что можно рекомендовать туристу, который ходит в высоких и сухих районах.

- а) Синтетический спальный мешок.
- б) Ватный спальный мешок.
- в) Пуховой спальный мешок.
- г) все вышеперечисленное.

6. Как называются «кольца» из легких металлов (алюминий) с защелкой, служащие для присоединения к веревочным страховкам.

- а) карабины.
- б) джумары.
- в) восьмерки.
- г) страховочные пластины.

7. Джумары применяются в основном

- а) с целью спуска по веревке.
- б) с целью страховки.
- в) с целью подъема по веревке.
- г) все вышеперечисленное.

8. Узлы, применяемые при горювосхождениях, подразделяются на группы

- а) Узлы, для связывания веревок одинакового и разного диаметра.
- б) Узлы для крепления веревки к опоре, Проводники.
- в) схватывающие и специальные.
- г) все вышеперечисленное.

9. Каковы средние затраты энергии на поддержание жизни в походе?

- а) 4000-4700 ккал в день.
- б) свыше 5000 ккал в день.
- в) 2200-2700 ккал в день.
- г) 1500-2000 ккал в день.

10. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ - это

- а) комплекс мероприятий по эвакуации пострадавшего.
- б) комплекс срочных простейших мероприятий по спасению жизни человека.
- в) комплекс срочных мероприятий по вправлению вывихов и переломов.
- г) комплекс мероприятий по оказанию психологической помощи пострадавшему.

11. Какое соотношение надавливаний на грудную клетку и вдохов должно быть при сердечно-легочной реанимации.

- а) 10 надавливаний на 1 вдох.
- б) 50 надавливаний на 2 вдоха.
- в) 20 надавливаний на 2 вдоха.
- г) 30 надавливаний на 2 вдоха.

12. Что не входит в симптомы горной болезни?

- а) головная боль.
- б) одышка при нагрузке.
- в) повышение аппетита.
- г) беспокойный сон.

	Приложение 1. Правильные ответы на входные и выходные тесты (продолжение). Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 31
---	--	--

Ключи к тестам:

1.в

2.г

3.б

4.а

5.в

6.а

7.в

8.г

9.в

10.б

11.г

12.в

	Приложение 2. Анкеты оценки и эффективности и качества. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 32
---	---	--

Приложение 2

Для того, чтобы оценить эффективность мероприятия, просим Вас заполнить данную анкету!

Сведения, отраженные Вами в анкете, будут использованы только для анализа и повышения качества проводимых мероприятий

АНКЕТА ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ И КАЧЕСТВА

Название мероприятия (семинара/тренинга): *[проставить организатору]*

Дата проведения: *[проставить организатору]*

Место проведения: *[проставить организатору]*

Название организации:

Тип организации:

- ☐ Государственный сектор
☐ Частное предприятие
☐ Институт поддержки торговли/бизнеса (ассоциации, финансовое учреждение и т.д.)
☐ Другое: _____

Информация об участнике:

Возраст: ☐ 18-19 ☐ 20-24 ☐ 25-29 ☐ 30 и старше

Пол: ☐ мужской ☐ женский

Являетесь ли вы лицом с ограниченными возможностями здоровья ☐ Да ☐ Нет

☹ ☺ ☺

1. Общая оценка: насколько проведенное мероприятие соответствовало Вашим ожиданиям?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

2. Насколько тема(ы) были важны для Вас.

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

3. Получили ли Вы для себя нужную/новую информацию, которую Вы не знали?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

4. Оцените знания и профессионализма тренер(ов)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

5. Как бы Вы оценили свою способность эффективно применять полученные знания на практике?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

6. Оцените организацию мероприятия приглашение, уведомления, повестка, логистика и т.д.)

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

7. Насколько использованные приемы/методы обучения были эффективными?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

	Приложение 2. Анкеты оценки и эффективности и качества (продолжение). Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 33
---	---	--

8. Вы бы посоветовали пройти этот тренинг своим друзьям и коллегам?

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---

9. Каковы основные преимущества данного тренинга для Вас/ Вашей организации?

10. Что Вам понравилось больше всего?

11. Что Вам понравилось менее всего?

12. Какую информацию хотели бы Вы еще получить/узнать в дальнейшем (какие темы вам еще интересны)?

13. Ваши предложения по поводу того, как ПРООН может повысить эффективность мероприятия?

Благодарим за ответы!

	Приложение 3. Ссылки на презентации и видео материалы к тренингу. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 34
---	---	--

Приложение 3. Презентации и видео материалы к тренингу.

Следующие материалы будут использованы в качестве подкрепляющих материалов во время тренинга и т.д.

<https://www.youtube.com/watch?v=hcHYOPhbQNw> – Первая помощь в путешествиях и приключенческих турах. Руководство для гидов и водителей.

<https://www.youtube.com/watch?v=hw-WD2LeMpY> - Безопасность и управление рисками в приключенческих турах. Руководство для трековых гидов.

<https://www.youtube.com/watch?v=2Pg4DSP2lg0> - Управление безопасностью и рисками во время организации и планирования туров на внутреннем рынке.

<https://www.youtube.com/watch?v=aAsi8lxNBXY> - Руководство для трековых поваров.

Презентации:

<https://drive.google.com/drive/folders/1X69gZcTlh0iDDovFWDLq2ikEuvws0Udv?usp=sharing>

	Приложение 4. Пример чек-листа для гида на подготовку приключенческого тура. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 35
---	--	--

Приложение 4. Пример чек-листа для гида на подготовку приключенческого тура.

Примерный список одежды и снаряжения для условного фрагмента тура					
	наименование	турист	гид		
1	Панама или кепка в сочетании с платком светлых тонов				
2	Легкая спортивная шапочка (флисовая или вязаная шерстяная)				
3	Солнцезащитные очки с защитой от ультрафиолета (UV-protection)				
4	Куртка влаго-ветрозащитная (ткань типа GoreTEX)				
5	Брюки влаго-ветрозащитные (ткань типа GoreTEX или «рип-стоп»)				
6	Ботинки горно-пешеходные (hiking shoes, trekking shoes)				
7	2-3 пары термоносок (или шерстяных, утепленных)				
1	Походная (треккинговая) телескопическая трость или пара тростей				
2	Специальная бутылка для питья (или так называемый «кэмел-бэг»)				
3	Личный рюкзак объемом 15-20 литров (часто его называют «дэй-пак»)				
4	Складной нож (мультитул)				
5	Спички в непромокаемой упаковке (или зажигалка)				
6	Электрический (или комбинированный) фонарик				
7	Индивидуальная аптечка первой медпомощи, комплект личных медикаментов				
1	Теплый жакет (из флиса/тонкой шерсти и т.п. материалов)				
2	Теплые бриджи/лосины (можно термобельё)				
3	Сандалии или легкие спортивные туфли				
4	Перчатки флисовые/шерстяные (можно зимние лыжные)				
5	Термос объемом 0,5–1,0 литр				
6	Крем солнцезащитный (минимальный уровень защиты SPF30)				
	наименование	кол-во	состояние	получение/возврат	
				персонал	менеджер
1	Верёвка основная, 11 мм, 50 метров	1	хорошее	подпись	
2	Телефон спутниковый Thurayan XT-LITE	1	рабочее	подпись	
3	Групповая аптечка первой медпомощи	1	комплект	подпись	
4	Сигнальный светоотражающий жилет	1	хорошее	подпись	
5	...	...	...	...	

	Приложение 5. Пример план-график приключенческого тура. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 36
--	---	--

Приложение 5. Пример план-график приключенческого тура.

Пример основного плана (план-графика) условного фрагмента тура

Номенклатура: TOUR-01. План-график тура.
 Сопровождение группы:

Дата	Наименование фрагмента	Результат*		
		А	В	С
01.07	Встреча туристов в аэропорту. Размещение в отеле. Сити-тур			
03:00	Встреча с водителем, выезд в аэропорт			
04:00	Прибытие в аэропорт, встреча пассажиров рейса ABC123			
05:00	Старт трансфера в город (информировать офис)			
06:00	Размещение в отеле «Гости». Отдых до 11:30			
11:30	Брифинг. Начало сити-тура. Переход в кафе «Боорсок»			
12:30	Обед			
13:30	Старт сити-тура. Центральная площадь > Белый дом > Сквер > Бульвар > Парк			
	Музей Истории			
	Музей Героя			
17:30	Завершение тура. Прибытие в отель. Отдых до 19:00			
19:00	Сбор группы в отеле. Переход в ресторан «Боорсок Плюс»			
21:00	Возвращение в отель. Вечерний брифинг			
02.07	Однодневная экскурсия в природный парк. Поездка и поход в ущелье Аллат.			
08:30	Сбор группы в отеле. Утренний брифинг. Проверка готовности к треку			
09:00	Старт поездки. Прибытие в ущелье и начало трека ожидается в 10:00			
	...			
	...			
03.07	...			
	...			
	...			

* Результат: А = выполнен по основному плану. В = изменения с учётом запасного плана. С = отмена фрагмента или программы дня.

	Приложение 6. Пример список группы приключенческого тура. Профессия: Гиды и инструкторы.	Дата: 2024 г. Стр: 37
---	---	--

Приложение 6. Пример список группы приключенческого тура.

Туристическая компания TOUR-KG.

Номенкл тур : TOUR-01.

Список туристической группы, совершающей путешествие по Кыргызской Республике в период с 30 вгуст по 8 сентября 2020 г.

№	Ф.И.О	дата рождения	пол	гражданство	паспорт №	примечание
1	Mrs. Wyssig Emma	01.03. 1973	ж	Бельгия	884238	клерк
2	Ms. Gugentobler Marie	11.01. 1980	ж	Бельгия	228740	банкир
3	Mrs. Bilomen Anna	28.05. 1983	ж	Бельгия	739321	клерк
4	Mr. Cymann Kurt	18.07. 1973	м	Италия	605032	клерк
5	Mrs. Cymann Cornelia	21.06. 1976	ж	Италия	604549	няня
6	Mr. Attmüller Balz	09.07. 1966	м	Бельгия	954703	водитель
7	Mrs. Runz Bernadette	17.12. 1975	ж	Италия	036960	клерк
8	Mr. Zalger Hans	10.05. 1972	м	Италия	960269	продавец
9	Mrs. Zalger Elisabeth	12.08. 1978	ж	Бельгия	065426	у итель
10	Mr. Hallmann Armin	01.05. 1985	м	Бельгия	134576	банкир
11	Mr. Nicolas Bourbaki	11.07. 1968	м	Бельгия	040219	химик
12	Mr. Bilomen Johannes	12.10. 1989	м	Италия	059834	журналист
13	Mr. Nillin Hugo	26.03. 1981	м	Бельгия	538313	журналист

Менеджер туристической компании TOUR-KG

М. Мененджеров 22.08.2020

[illegible]



Приложение 8. Образец. Результаты оценки эффективности и качества мероприятия. (Составляется тренером после проведения опросника оценки эффективности и качества тренинга)

Результаты оценки эффективности и качества мероприятия

Название мероприятия:

Дата проведения:

Место проведения:

Всего участников:

из них мужчин ____ женщин ____

всего по возрасту ☐ 18-24 ____ ☐ 25-39 ____ ☐ 40 и старше ____

ЛОВЗ Мужчин ____ Женщин ____

		Количество вопросов в оценочном листе								Средняя оценка ответов
		Оценка								
		1-вопрос	2-вопрос	3-вопрос	4-вопрос	5-вопрос	6-вопрос	7-вопрос	8-вопрос	
Количество ответивших	1	4	4	4	4	5	4	4	4	4,2
	2	5	5	5	5	5	5	4	4	5,0
	3	4	4	4	5	5	4	4	4	4,3
	4	5	5	5	5	5	5	4	4	5,0
	5	4	4	4	5	5	4	4	4	4,3
	6	5	5	5	5	5	5	4	4	5,0
	7	5	5	5	5	5	5	4	4	5,0
	8	5	5	5	5	5	5	4	4	5,0
	9	5	4	4	5	5	5	4	4	4,7
	10	4	5	4	5	5	4	4	3	4,5
	11	4	4	5	5	5	5	4	3	4,7
	12	3	4	5	5	5	5	4	4	4,5
	13	4	4	4	5	5	4	2	4	4,3
	14	5	5	5	5	5	5	1	4	5,0
	15	5	5	5	5	5	5	4	4	5,0
Средний балл		4,47	4,5	4,6	4,9	5,0	4,7	3,7	3,9	4,7

ВОПРОСЫ:

1. Оправдание Ваших ожиданий от мероприятия
2. Важность и релевантность тем мероприятий
3. Знания и профессионализм тренера(ов)
4. Объем полученных Вами новых знаний
5. Сможете ли Вы применять полученные знания на практике?
6. Организация мероприятия (уведомления, повестка, логистика и т.д)
7. Эффективность использованных приемов/методов обучения
8. Использование интерактивных методов обучения.

Приложение 9. Описательный отчет о проведении обучающего мероприятия. (Составляется тренером по завершению всех процедур тренинга)

ОПИСАТЕЛЬНЫЙ ОТЧЕТ О ПРОВЕДЕНИИ ОБУЧАЮЩЕГО МЕРОПРИЯТИЯ

Наименование компонента Проекта	
Дата проведения:	
Место проведения:	
Классификация мероприятия (<i>тренинг, семинар, обучающий тур, круглый стол и т.д</i>)	
Тема обучающего мероприятия	
Организатор тренинга	
ФИО тренера/ов	

1. ИНФОРМАЦИЯ ОБ УЧАСТНИКАХ МЕРОПРИЯТИЯ:

При необходимости добавить дополнительные графы- проставить организатору]

ВСЕГО		Сотрудники предприятия /организации		Руководитель предприятия/организации		Индивидуальные предприниматели		Поставщик услуг для предприятий (гид, перевозчик, магазин)		другие	
М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж
ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__	ЛОВЗ__

ВСЕГО, чел		18-19 лет		20-24 лет		25-29 лет		30 и старше	
М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж

2. ИНФОРМАЦИЯ О СОДЕРЖАНИИ МЕРОПРИЯТИЯ

2.1 Какую информацию получили участники в результате обучающего мероприятия

2.2 На тренинге применялись следующие виды интерактивных методов обучения:

2.3 Какие поставленные на тренинге проблемы вызвали наибольший интерес

2.4 Какие идеи и предложения высказали участники в ходе тренинга и после него

2.5 Какие препятствия были выявлены в процессе организации и проведения тренинга

ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ И ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ МЕРОПРИЯТИЯ.

3.1. Анализ тестовых листов (пре-пост тестов)

(описать результаты пре-пост тестов в разрезе участников)

3.2. Оценка тренинга и рекомендации по методике проведения

(Описать как оценили аспекты проведенного мероприятия участники мероприятия: оправдались ли ожидания, важность и релевантность тем мероприятий, объем полученных новых знаний, применимость полученных знаний на практике, организационный уровень мероприятия, эффективность использованных приемов/методов обучения, использование интерактивных методов обучения и т.д)

3.3. Результаты оценки эффективности и качества мероприятия

ФОТО С МЕРОПРИЯТИЯ

ПРИЛОЖЕНИЯ:

1. Программа тренинга
2. Список участников
3. Результаты оценки эффективности и качества мероприятия.