**Приложение 1.**

**Поэтапные компетенции альпинистов**

**Уровень: Начальная подготовка**

**Этап НП1 (выполнение норм на значок «Альпинист России»)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Совершаемые восхождения: 1Б категории сложности (с инструктором)** | |
| **Знать** | **Уметь** |
| Особенности альпинизма как вида спорта | Оценить трудности и опасности маршрута на горном рельефе 1 категории сложности |
| Особенности и опасности горной природы и рельефа гор | Передвигаться по осыпям и травянистым склонам |
| Основные правила обеспечения безопасности в горах, правила поведения человека в горах | Передвигаться по скалам 1 - 3 категорий сложности с верхней страховкой, по перилам с перестежкой, в связке |
| Признаки погоды | Передвигаться по снежным склонам, вытаптывать ступени, задержаться при проскальзывании |
| Основы ориентирования в горах | Организовать бивуак на травянистом склоне, на морене, на осыпи |
| Правила оказания доврачебной помощи в высокогорье | Передвигаться в кошках по льду средней крутизны |
| Снаряжение и экипировка альпиниста, применение и уход за ним | Передвигаться по закрытому леднику в связках |
|  | Переправиться по налаженной инструкторским составом переправе через горную реку |
|  | Переносить легкопострадавшего при помощи простейших средств |
|  | |
| **Уровень: Начальная подготовка**  **Этап НП2 (выполнение норм 3 спортивного разряда по альпинизму)** | |
| **Совершаемые восхождения: 1Б, 2А, 2А и 2Б ~~(контрольное)~~**  **(все восхождения выполняются с инструктором)** | |
| **Знать** | **Уметь** |
| Меры безопасности при выполнении приемов альпинистской техники | Уверенно и надежно передвигаться по скальному рельефу 1 – 2 категорий сложности в связках и первым в связке на отдельных участках 3 категории сложности |
| Основы ориентирования в горах, правила оформления маршрутной документации, схемы по системе UIAA | Уверенно и четко организовать самостраховку, используя выступы и свои точки страховки (крючья, закладки, френды) |
| Правила оказания доврачебной медицинской помощи | Налаживать перила и четко их использовать для передвижения |
| Правила организации и проведения учебно-тренировочных восхождений 1 – 2 категорий сложности | Организовать комбинированную страховку, страховать напарника при срыве |
| Формы горного рельефа, природу их образования | Передвигаться по крутым снежным склонам, организуя страховку и самостраховку |
| Тактику восхождения в общих чертах | Выполнять самозадержание и задержание партнера при срывах на снегу и льду, обеспечивать безопасность личную и партнеров, находящихся во взаимодействии |
| Меры по охране окружающей среды в горах | Передвигаться в кошках по различному ледовому рельефу с организацией страховки |
|  | Передвигаться по закрытому леднику, применять приемы подъема в случае падения в ледниковую трещину |
|  | Определять характер травмы и организовывать простейшую транспортировку пострадавшего |
|  |  |
| **Уровень: Спортивная подготовка**  **Этап СП1 (подготовка к выполнению 2-го спортивного разряда по альпинизму)** | |
| **Совершаемые восхождения: ~~2А, 2Б~~, 3А, 3А, 3Б**  **(все восхождения выполняются с инструктором)** | |
| **Знать** | **Уметь** |
| Правила соревнований, классификацию маршрутов, правила организации и проведения восхождений | Уверенно и четко работать в связке на скальном рельефе 3 категории сложности |
| Альпинистскую характеристику данного района | Преодолевать первым в связке отдельные участки скального рельефа 4 категории сложности |
| Правила проведения радиообмена и сигнализации | Организовывать взаимодействие связок |
| Меры по охране окружающей среды в горах | Организовывать страховочную цепь, место страховки, забивать крючья |
| Краткую историю развития альпинизма и его современное состояние | Организовывать место для спуска или подъема пострадавшего, применять приемы транспортировки на сложном скальном рельефе |
| Правила организации и проведения восхождений отделениями разрядников, основы тактической подготовки, правила составления тактических планов, порядок оформления маршрутной документации | Выполнять приемы задержания сорвавшегося на специально оборудованном пункте страховки |
| Основы динамической страховки | Преодолевать различные снежные склоны в связке, организовывать страховку, производить самозадержание при срыве |
|  | Преодолевать различные формы ледового рельефа в связке, применяя современное снаряжение, организовывать страховку, работать в связке |
|  | Организовывать различные виды спуска по веревке |
|  | Организовывать систему подъема из ледниковой трещины, применять приемы подъема пострадавшего из трещин |
|  |  |
|  |  |
| **Уровень: Спортивная подготовка**  **Этап СП2 (выполнение норм 2-го спортивного разряда по альпинизму)** | |
| **Совершаемые восхождения: ~~2Б~~, 3А и 3Б ~~(контрольное)~~ (с инструктором),**  **руководство 2А или 2Б** | |
| **Знать** | **Уметь** |
| Основы организации и тактики проведения восхождений, составления тактических планов, правила решения тактических задач | Применять меры безопасности на всех видах горного рельефа |
| Правила соревнований, классификацию маршрутов, организацию и проведение восхождений | Выбирать и оценивать маршрут |
| Анализ происшествий в горах | Работать в связке первым на различном горном рельефе |
| Причины возникновения лавинной опасности в горах | Преодолевать отдельные участки сложного ледового рельефа, применяя современное снаряжение |
| Организацию поиска в лавинах | Передвигаться по сложному снежному рельефу в связках, организовывать страховку и задержание при срыве |
| Меры безопасности на всех видах горного рельефа | Вести поиск в лавинах, организовывать транспортировку пострадавшего на ледово-снежном рельефе |
| Права и обязанности руководителя спортивной группы | Вязать носилки-волокуши из подручных средств |
| Обзор лучших восхождений в РФ и за рубежом за прошедший сезон | Организовывать приемы задержания сорвавшегося, фиксацию веревки после срыва, подход к пострадавшему в одиночку |
| Предотвращение возникновения и преодоления аварийных ситуаций | Использовать ИТО и приемы работы с двойной веревкой на сложном скальном рельефе |
|  | Организовывать и проводить спуски по веревке с пересадками |
|  | Разрабатывать и отстаивать тактические планы восхождений, составлять схемы маршрутов по символике UIAA |
|  | Оказывать доврачебную помощь пострадавшему, организовывать и проводить транспортировку пострадавшего на сложном скальном рельефе при помощи подручных средств силами малой группы |
|  | Анализировать ожидаемые и возникающие источники объективной и субъективной опасности |
|  | Обеспечивать безопасность личную и партнеров, находящихся во взаимодействии |