**Уровни подготовки**

**«Горная Школа - Альпинизм»**

**1 уровень. Курс «Альпинист».**

На данном курсе студенты осваивают основы альпинизма. После успешного завершения курса альпинист получает квалификацию **"Альпинист"**, которая позволяет ему совершать восхождения с инструктором или гидом, в качестве ведомого, на маршруты 1-2 к.сл..

Предварительный опыт не требуется. Минимальный возраст 16 лет.

***Теоретические занятия:***

1. Формы горного рельефа. Процессы горообразования.

2. Опасности в горах.

3. Метеорологические и климатические особенности высокогорья.

4. Принципы ориентирования в горах. Работа с картой, компасом, навигатором.

5. Акклиматизация организма человека в условиях высокогорья.

6.Обзор снаряжения применяемое при восхождениях. История и новинки.

7. Узлы, применяемые в альпинизме.

8.Тактика и планирование восхождения.

9. Питание в условиях высокогорья. Водно-солевой баланс.

10. Первая помощь. Комплектация аптечки. Травмы, заболевания, горная болезнь. Транспортировка пострадавшего с помощью подручных средств.

***Практические занятия:***

1.Передвижение по различным видам горного рельефа. Травянистый склон, морена, скалы, снег, лед.

2. Основы лавинной безопасности

3.Типы, виды и средства страховки.

4. Движение с верхней страховкой по скалам и льду.

5. Организация станций.

6. Движение в связке.

7. Взаимодействие в группе.

8. Подъем, спуск по закрепленной веревке.

9. Первая помощь. Транспортировка пострадавшего с помощью подручных средств.

10. Восхождение с инструктором на вершину, по маршруту требующему полноценной страховки в качестве ведомого.

После прохождения курса – успешного освоения всех навыков и восхождений на вершины в качестве ведомого (возможно 2-4 восхождения категории 1-2 к.сл.), выдается пластиковый сертификат **"Альпинист"**.

**2 уровень. «Лидер»**

После успешного прохождения курса **"Альпинист"**, студент, в дополнение, может сразу же начать освоение ряда навыков, повышающих качество и безопасность восхождений.

Участие в курсе «**Лидер»** дает возможность студенту получить навыки и необходимый опыт для совершения самостоятельных восхождений с напарником, имеющим аналогичную или более высокую квалификацию, на маршруты 2-3 к.сл.

**Дополнительные навыки, получаемые студентом на курсе «Лидер»**

Для поступления на курс необходимо наличие сертификата **"Альпинист» или**

3 спортивный разряд по альпинизму, либо опыт аналогичных курсов в других системах обучения.

Перед началом занятий проводится тест основных навыков. Минимальный возраст 16 лет.

***Практические занятия:***

1. Техника передвижения по льду. Организация страховки. Лидирование на маршруте. Организация станций. Организация спуска с продергиванием веревки.

2. Техника передвижения по скалам. Организация страховки. Лидирование на маршруте. Организация станций. Организация спуска с продергиванием веревки.

3.Техника передвижения по снегу. Организация страховки. Лидирование на маршруте. Организация станций. Организация спуска с продергиванием веревки.

4. Лавинная безопасность. Принципа поиска, попавшего в лавину.

5. Первая помощь. Спасение пострадавшего силами малой группы.

6. Тактика восхождений в двойке, тройке или группой.

7. Восхождение с инструктором на вершину, по маршруту требующему организации полноценной страховки, в качестве ведомого.

8. Восхождение с инструктором на вершину, по категорийному маршруту в качестве лидера.

После прохождения курса – успешного освоения всех навыков и восхождений на вершины в качестве лидера (возможно 2-4 восхождения категории 2-3 к.сл.), выдается пластиковый сертификат**"Лидер"**.

**Программа курса “Скальный класс»**

После прохождения курса **"Лидер**", Вы можете повысить свое мастерство на специализированных курсах:

**"Скальный класс"**.

На курсе инструктор научит Вас грамотно и безопасно совершать восхождения по скальным маршрутам.

**Программа курса Скальный класс:**

***Теоретические занятия:***

1. Специфические особенности восхождений по скальному рельефу.

2. Обзор снаряжения, применяемого на скальных восхождениях.

3. Тактика и планирование восхождений на скальные маршруты.

4. Непредвиденные ситуации на скальных маршрутах и их профилактика.

***Практические занятия:***

1.Техника свободного лазания на скальном рельефе.

2.Правильная развеска снаряжения.

3.Лазание с организацией собственных точек страховки на скальном рельефе (TRED).

4. Организация станций на скальном рельефе.

5. Техника использования двойной веревки.

6. Техника лазания с искусственными точками опоры(ИТО).

7. Техника подъема (схватывающие узлы,жумар)., спуска по закрепленной веревке

8. Техника организации спуска по двойной веревке.

9. Работа в двойке и в тройке.

10. Особенности транспортировки пострадавшего на скальном рельефе.

11. Совершение восхождений по скальным маршрутам под наблюдением инструктора (2-4 восхождения 3-4 к.сл.).

По окончании курса выдается пластиковый сертификат **"Скальный класс"**.

**Курс «Ледовый класс»**

После прохождения курса **"Лидер**", Вы можете повысить свое мастерство на специализированных курсах:

**Курс «Ледовый класс»:**

На курсе инструктор научит Вас уверенно и безопасно совершать восхождения по ледовым маршрутам. Познакомит Вас со спецификой ледовых восхождений.

***Теоретические занятия:***

1. Особенности ледовых восхождений. Виды льда. Специфические опасности.

2. Снаряжение, применяемое на ледовых восхождениях.

***Практические занятия:***

1. Техника передвижения на ледовом рельефе: ледники, каскады, ледовые стены.

2. Техника страховки на различном ледовом рельефе.

3. Взаимодействие участников при движении по леднику

4. Тактика восхождений по ледовым стенам.

5. Техника организации спуска на ледовом рельефе.

6.Лавинка. Углубленный курс.

7. Совершение восхождений по ледовым маршрутам под наблюдением инструктора (2-4 восхождения 3-4 к.сл.)

После прохождения курса выдается пластиковый сертификат **"Ледовый класс**".

***Курс «Технический класс»***

После прохождения курса **"Лидер**", Вы можете повысить свое мастерство на специализированных курсах:

**"Технический класс"**.

На курсе инструктор научит Вас грамотно и безопасно совершать восхождения по комбинированным маршрутам.

**Программа курса.**

***Курс Технический класс:***

***Теоретические сведения:***

1. Специфические особенности восхождений по комбинированному рельефу.

2. Обзор специального снаряжения для восхождений по комбинированному рельефу.

3. Тактика и планирование комбинированных восхождений.

4. Проблемы и их профилактика при восхождениях по комбинированному рельефу.

5. Техника организации спасательных работ на комбинированных восхождениях.

***Практические навыки:***

1. Техника лазания в кошках и с инструментами на комбинированном рельефе.

2. Техника организации страховки на комбинированном рельефе.

3. Лавинка. Углубленный курс.

4. Взаимодействие участников на комбинированных восхождениях.

5. Организация спасательных работ малой группой (2-3 человека)

После прохождения спецкурса – успешного освоения всех навыков и восхождений на вершины в качестве лидера (возможно 2-4 восхождения 3-4 к.сл.), выдается пластиковый сертификат «Технический класс».

***Курс «Высотный класс»***

После прохождения курса **"Лидер**", Вы можете повысить свое мастерство на специализированных курсах:

***Курс «Высотный класс»***

На курсе инструктор научит Вас уверенно и безопасно совершать восхождения на вершины выше 6000 м. Познакомит Вас со спецификой высотных восхождений.

В рамках курса предполагается совершение восхождения на вершину семитысячник.

***Теоретические занятия:***

1. Особенности высотных восхождений. Специфические опасности.

2. Снаряжение, применяемое на высотных восхождениях.

3. Специфика высотных восхождений в различных горных районах.

4. Горная болезнь и Первая Помощь.

***Практические занятия:***

1. Техника передвижения на ледовом и комбинированном рельефе в условиях высотного восхождения.

2. Правильная организация бивуака. Организация питания и планирование ресурсов.

4. Тактика высотных восхождений. Альпийский и гималайский стиль. Взаимодействие групп в рамках восхождения.

5.Лавинка. Углубленный курс.

6. Совершение восхождения на семитысячник под руководством инструктора.