**Программа Международной юношеской Горной Школы с образовательными программами гармоничного развития.**

**Альпинизм** – это целый комплекс интересных практических занятий: трекинг, техника передвижения по любому горному рельефу, работа с верёвкой и знание морских узлов, скалолазание, восхождения.

**Альпинизм считается интеллектуальным видом спорта,** который в большей степени привлекает людей образованных, стремящихся к собственному совершенству через общение с природой и космосом.

Программы гармоничного развития – это физическая культура, эстетическое восприятие мира проявление творческого начала,

знания о природе и бережному к ней отношению,

английский язык, искусство общения и программы **командообразования (тимбилдинг),** приобщение к научной исследовательской деятельности.

**Сроки и программа:
27 июня** 07.30 – общий выезд из Томска до т/к «Манжерок», ужин, размещение.
**27 июня** 08.25 - прилёт в Горно-Алтайск (для добирающихся через Москву).
Переезд до т/к "Манжерок"( 20 км), завтрак, размещение в палаточном кемпинге, отдых, обед. Сплав по реке Катунь - 3 часа. Баня, душ. Ужин.
**28 июня** 08.30 – завтрак,

09.30 – выезд на автобусе из т/к «Манжерок». Экскурсионная программа по Чуйскому тракту, входящих в пятёрку красивейших дорог мира.

17.00 – приезд и размещение в эко туркомплексе «Кочевник», отдых, ужин.

**29 июня** 06.00 – завтрак, выезд от т/к «Кочевник» в Актру на транспорте 4WD, типа ЗИЛ-вахта.

10.00 – приезд и размещение на территории Международной исследовательской станции «Актру»НИ ТГУ.

13.00 – обед.

14.00 – обзорная экскурсия по району, трекинг к леднику Малый Актру.

18.00 – душ, баня.

19.00–ужин.

20.30 –организационное собрание, формирование учебных отделений.

**30 июня** 07.00 – зарядка.

08.00– завтрак.

09.30 -вводный инструктаж по технике безопасности; работа в отделениях.

14.00-15.00 - обед

15.30-18.30 -знакомство с программами «Школа безопасности» РОССОЮЗСПАСа.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – факультативы английского языка, актёрского мастерства, ораторского искусства.
**1 июля** 07.00 - утренняя гимнастика;;
08.00 - завтрак.
09.30-14.30 - Практические занятия по альпинизму:
- веревочная техника
- скалолазание
15.00-16.00 - обед
16.30-18.30 – образовательный семинар по личной гигиене, оказанию первой помощи и правильному питанию.
19.00-20.00 - ужин.
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
**2 июля**08.00-10.00 - зарядка, завтрак.
10.00 - трекинг к леднику Б.Актру до
оз. Голубое (2840),
19.00-20.00 - ужин.
20.30-22.00 – вечерние факультативы;
**3 июля**08.00-10.00 - зарядка, завтрак.
Подготовка к восхождению на в."Купол трёх озёр"(3650 м) по маршруту

 1 Б кт/тр .
14.00-15.00 - обед
15.30-18.30 – образовательные семинары.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
**4 июля**07.00-08.00 - завтрак и выход на восхождение до Водопадного (3000 м).
Ледовые занятия. Установка бивуака. Ночёвка.
**5 июля** 08.00-09.00 - завтрак и выход для восхождения на вершину «Купол трёх озёр» по маршруту 1 Б к/тр (3650 м), спуск вниз.
16.30-19.00 - баня, душ.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
**6 июля**08.00-10.00 зарядка, завтрак.
10.30 - выход на занятия по альпинизму
15.00-16.00 - обед
16.30-18.30 – образовательные семинары.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
**7 июля**08.00-10.00 зарядка, завтрак.
10.30-14.30 - теоретические и практические занятия по альпинизму.
15.00-16.00 - обед
16.30-18.30 – образовательные семинары.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы
**8 июля**07.00-09.00 - зарядка, завтрак.
09.30 - 17.00 Восхождение на в. Учитель (3100 м)
17.00-19.00 - баня, душ.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.
**9 июля** 08.00-10.00 - зарядка, завтрак.
10.30-13.30 - занятия по альпинизму
14.00-15.00 - обед
15.30 -16.30 – образовательные семинары.
17.00-18.30 – проведение исследований с помощью приборной базы НИ ТГУ.
19.00-20.00 - ужин
20.30-22.00 – вечерние факультативы.

**10 июля** 08.00-09.30 зарядка, завтрак.

10.00 – выход для проведения занятий по скалолазанию и технике альпинизма.

Устройство бивуака. Ночёвка.

**11 июля** 06.00-07.00 завтрак.

07.00 – выход на восхождения на вершины «Юбилейная» (3400 м) 1Б к/тр и «Стажёров» (3586 м) 2А к/тр.

Спуск на станцию «Актру».

Баня, Ужин.

**12 июля** 08.00-09.30 зарядка, завтрак.

10.00 – 18.00 контрольные тесты по программам «Юный исследователь», «Юный спасатель», «Английский язык».

19.00-20.00 ужин.

20.30-22.30 – подведение итогов Школы, вручение сертификатов и удостоверений «Альпинист России». Концерт участников Школы.

**13 июля** 08.00-09.00 завтрак и трансфер до т/к "Манжерок. Ужин, ночёвка в палаточном кемпинге.
**14 июля** 09.35 - перелет Горно-Алтайск- Москва (для выезжающих через Москву).

**14 июля** – приезд в Томск.