



Обсуждение похода

Самой распространенной и доступной формой туристских походов являются однодневные походы с друзьями.



При разработке плана необходимо детально обсудить основные цели похода, которые необходимо будет отработать в походе. Выбрать район похода и определить маршрут движения. При этом необходимо иметь в виду привлекательность путешествия и посильность обрабатываемых задач. Главное, чтобы в походе вы ближе познакомились с природной средой и получили удовлетворение от общения с ней.

Выбор маршрута



Определяя район путешествия, необходимо его детально изучить. Затем разработать маршрут, для чего понадобится крупномасштабная карта избранного района. Устанавливаются начальная и конечная точки маршрута и основные ориентиры, через которые будет проходить маршрут. Повороты на маршруте лучше выбирать у характерных, легко распознаваемых ориентиров. (Расстояние между ориентирами не должно превышать 2 км.) После этого необходимо произвести расчет движения по маршруту. Расчеты оформляют на карте или в специальной таблице.

Отработка навыков ориентирования на местности

1. В исходной точке маршрута отрабатывается ориентирование карты, устанавливают свое местонахождение на местности и на карте, определяют направление движения группы по маршруту.

2. У ориентира №1 проводится тренировка в определении сторон горизонта по солнцу и часам и по признакам местных предметов и определяется направление дальнейшего движения.

3. На отрезке от ориентира №2 до конечной точки маршрута отрабатывают определение направления движения и выход в конечную точку маршрута без компаса.

4. В конечном пункте маршрута выполняются бивачные работы (разводится костер, готовится пища на костре) и другие туристские работы.

5. На обратном пути закрепляют навыки в ориентировании на местности.

В поход !



При подготовке к походу его участники:

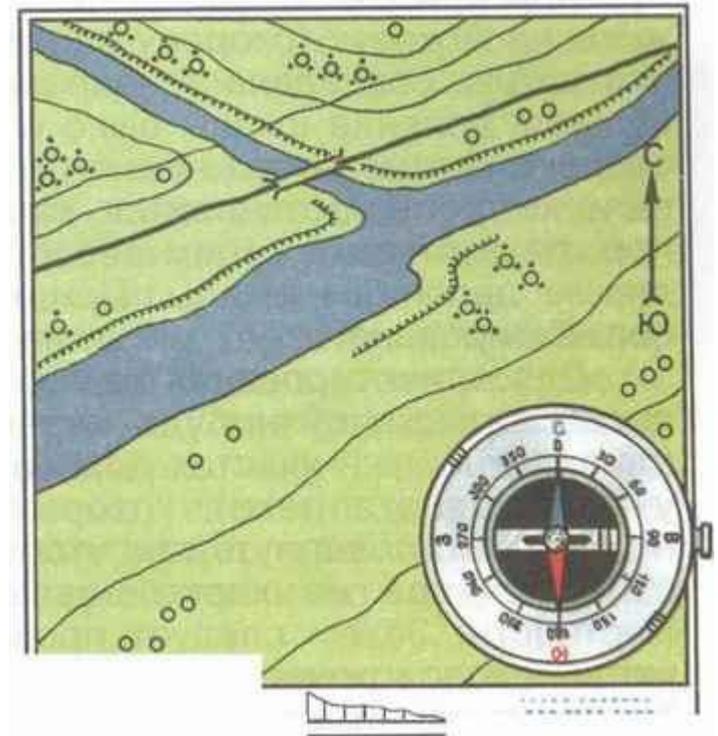
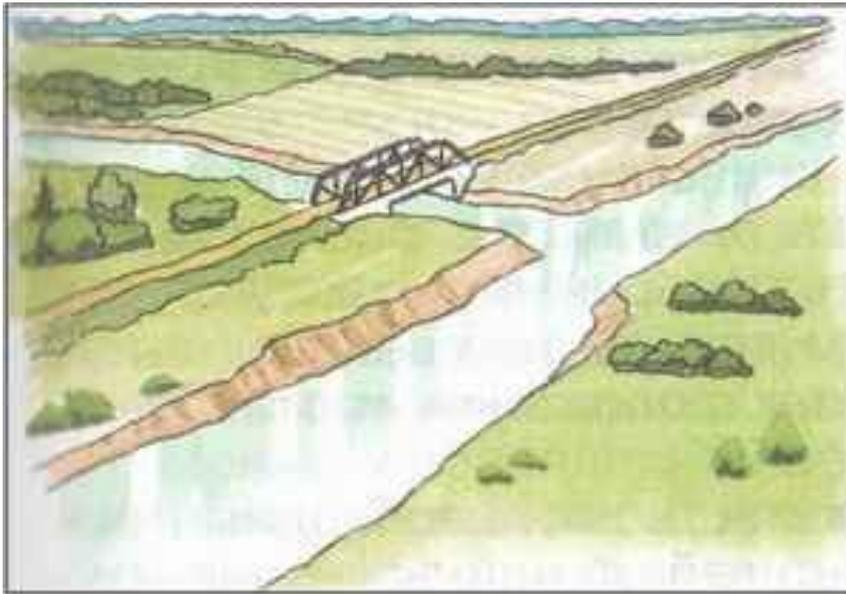
- собирают необходимое снаряжение для группы в зависимости от учебных задач и условий погоды, продукты питания, одежду по сезону;
- тренируются в правильной укладке рюкзака;
- определяют способы выхода в исходную точку маршрута (пешком или на определенных видах транспорта в зависимости от условий проживания).





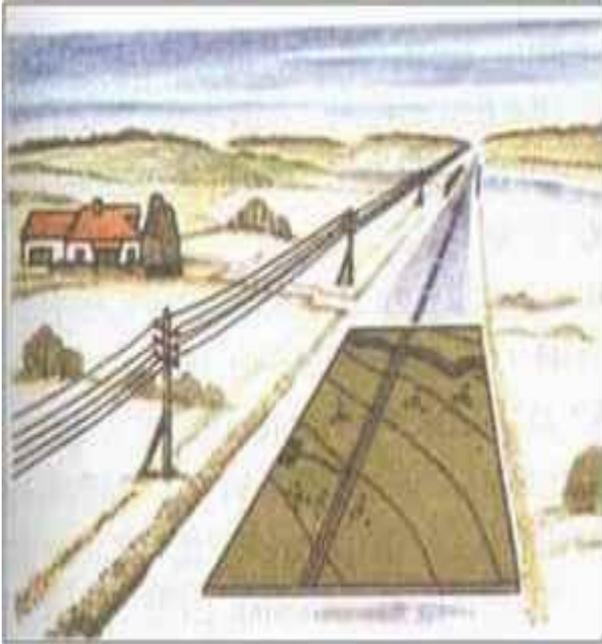
Ориентирование по компасу

При ориентировании карты по компасу его следует положить на боковую сторону карты так, чтобы линия север-юг его шкалы совпала с направлением север-юг на карте, а нулевое деление шкалы было обращено к северной (верхней) стороне карты. Затем нужно отпустить тормоз стрелки компаса и, когда она остановится, начать поворачивать карту до тех пор, пока стрелка своим северным концом не совпадет с нулевым делением шкалы. При таком положении карта будет сориентирована.



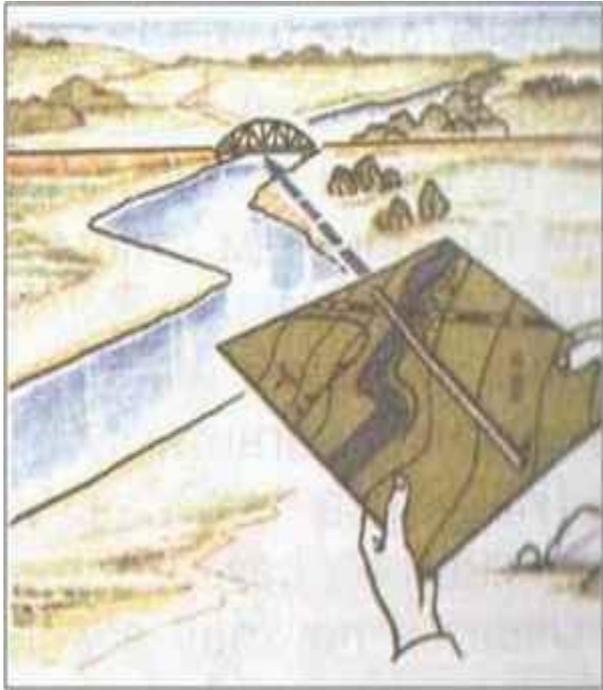
Ориентирование карты по компасу

Ориентирование на местности



Для ориентирования карты на местности необходимо использовать какой-нибудь характерный линейный ориентир (прямолинейный участок дороги, просеку в лесу, характерный участок берега реки), который обозначен на карте. Карту необходимо повернуть так, чтобы направление этого линейного ориентира на карте совпало с его направлением на местности. Затем следует проверить, все ли местные предметы, расположенные на местности справа и слева от выбранного ориентира, имеют такое же расположение на карте, что будет свидетельствовать о том, что карта сориентирована правильно.

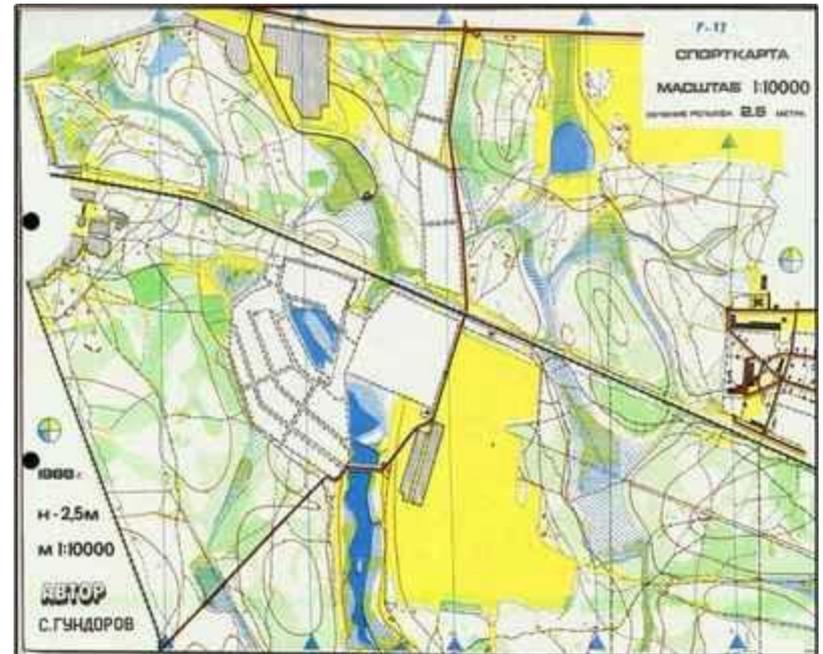
Ориентирование по направлению



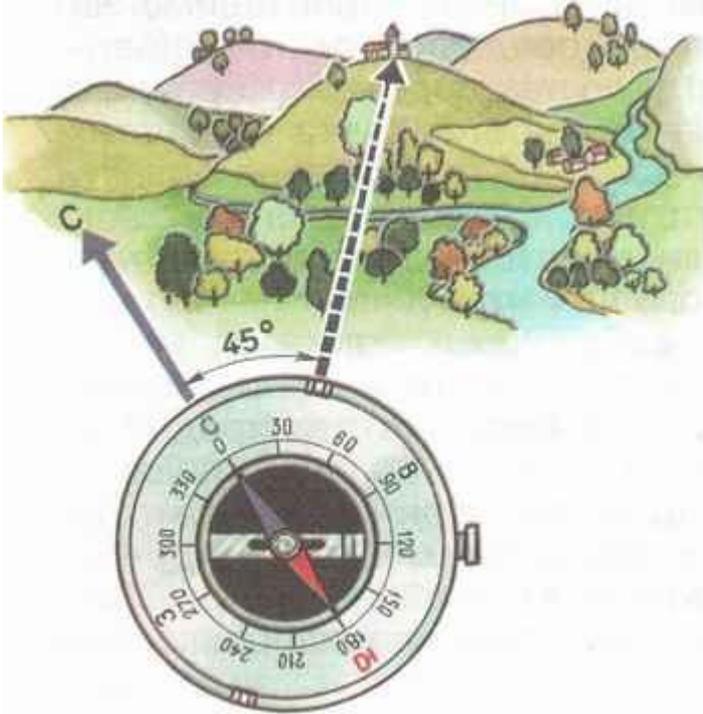
Для ориентирования карты по направлениям на местные предметы используются два предмета, выбранные вами на местности (дерево, мост и т. п.) и изображенные на карте. Встав у одного из этих местных предметов, необходимо на карту положить карандаш так, чтобы соединить эти оба предмета; теперь поворачивайте карту до тех пор, пока карандаш не укажет на второй предмет на местности. Карта сориентирована.

Определение направления движения

После того как вы сориентировали карту и установили свое место на ней, можно определить направление своего движения в намеченный район вашего похода. Направление движения вы можете выбрать или по местным ориентирам (по дороге, по тропинке, вдоль реки, вдоль линии электропередачи), или по азимутам с помощью компаса.



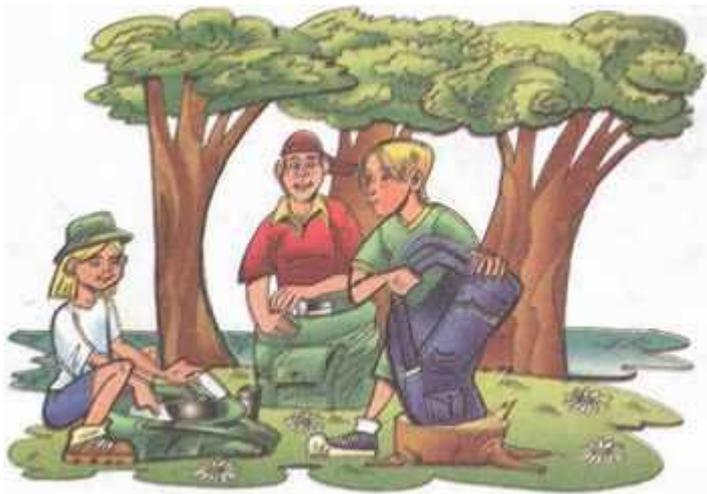
Азимут



Определение азимута

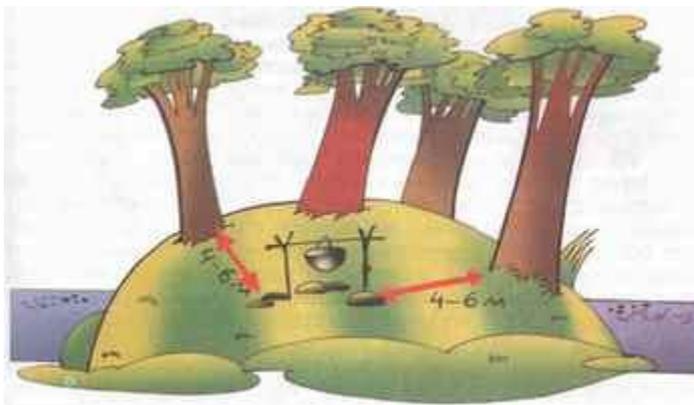
Нужно отметить на шкале компаса значение, равное заданному (определенному по карте) магнитному азимуту. Затем, отпустив тормоз магнитной стрелки, повернуть компас в горизонтальной плоскости так, чтобы северный конец совпал с нулевым делением шкалы. Не меняя положения компаса, заметить на местности по линии визирования какой-нибудь удаленный местный предмет. Направление на него и будет направлением, соответствующим заданному азимуту.

МЕСТО ДЛЯ БИВАКА



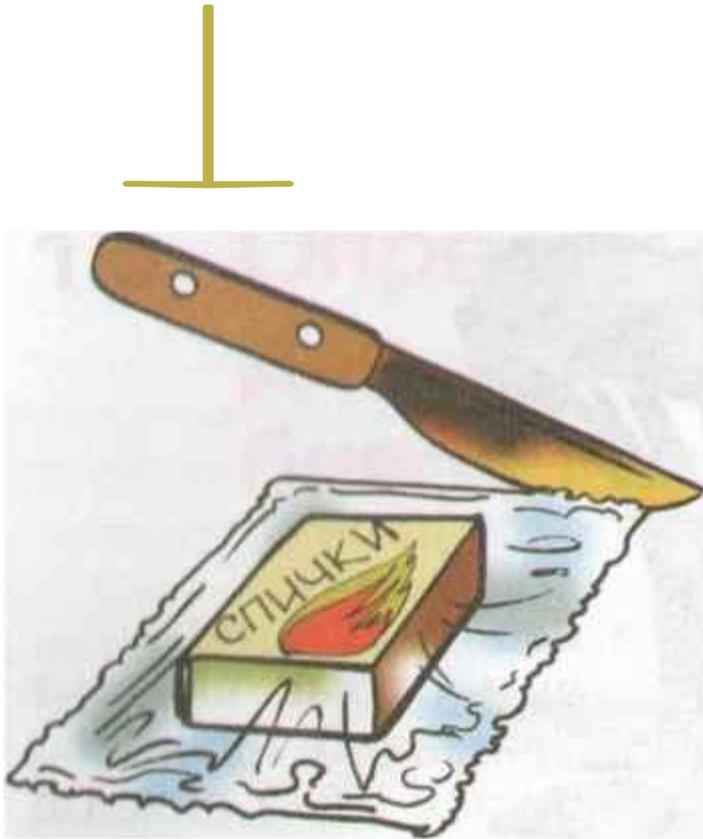
1. Место открытое.
2. Защищенное от ветра.
3. Недалеко водоем.

1. Место открытое.
2. Защищенное от ветра.
3. Недалеко водоем.



УПАКОВКА СПИЧЕК. РАСТОПКА ДЛЯ КОСТРА.

Спички – в пакет или в водонепроницаемую, герметичную коробку.



Растопка – береста, сухая трава, мох.
Укладка – шалаш, колодец.

ТОПЛИВО ДЛЯ КОСТРА

Топливо - валежник: береза, кедр, ольха, елка.

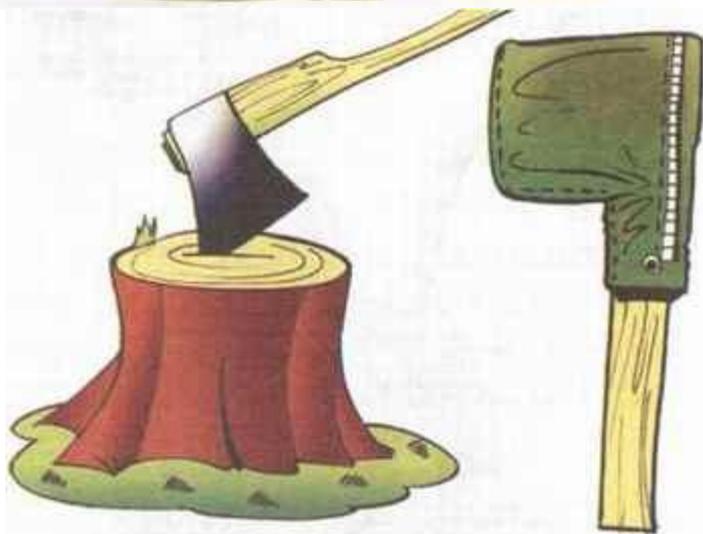


РАБОТА С ТОПОРОМ



Топор нужно беречь.
После работы укрыть чехлом.

Помните! *Острый топор не менее опасен, чем заряженное ружье.*



ПРИГОТОВЛЕНИЕ ПИЦЦИ В ПОХОДЕ

Костер разложите так, чтобы его не задувало.

Соль кладите в пищу по вкусу (одна кружка крупы - чайная ложка соли).

Макаронные изделия:

Вермишель - 8-10 мин.

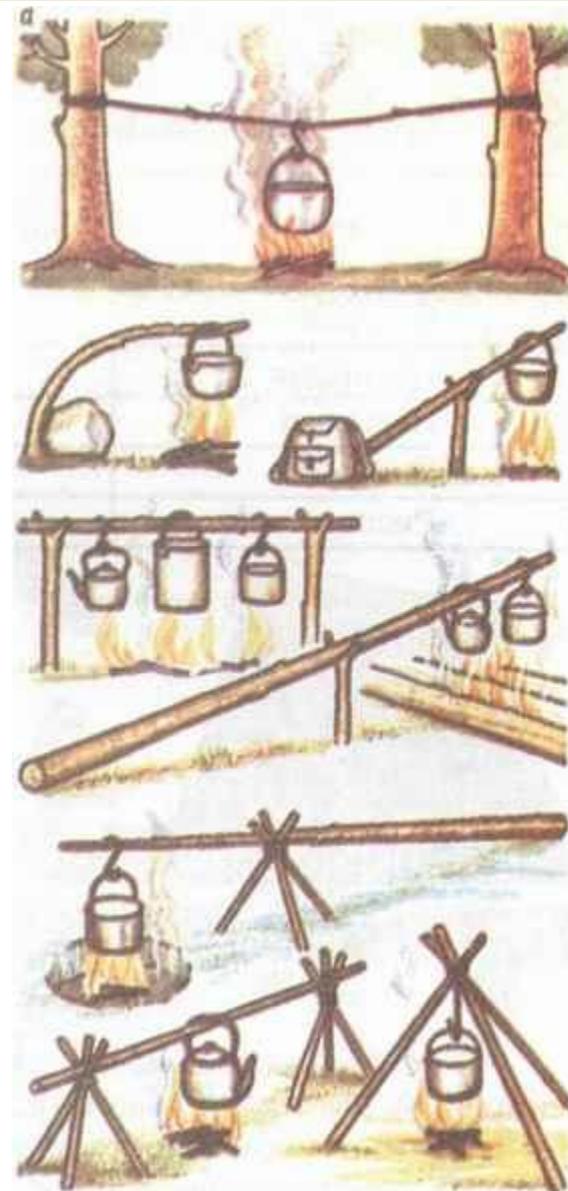
Лапша – 15-20 мин.

Рожки, макароны – 20-25 мин.

Рисовая каша:

Две кружки воды на одну кружку крупы.

Варить – 30—40 мин.



ПРИМЕРНЫЙ НАБОР ЛИЧНОГО СНАРЯЖЕНИЯ ТУРИСТА.



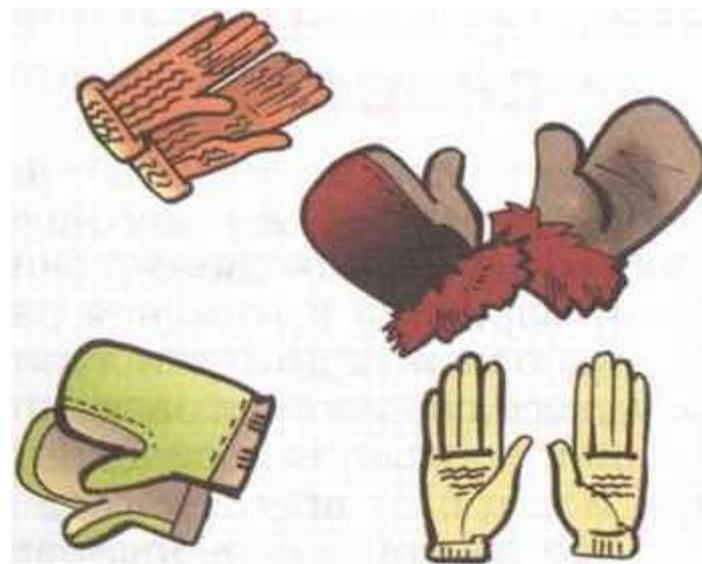
Рюкзак, костюм, носки, палатка, головной убор, расческа, обувь, свитер, спальный мешок, тюбик с мазью от комаров, посуда, москитная сетка, ракетницу

Компас, карта, топор

ТРЕБОВАНИЯ К СНАРЯЖЕНИЮ

Туристское снаряжение должно быть: надежным, прочным, удобным и легким.

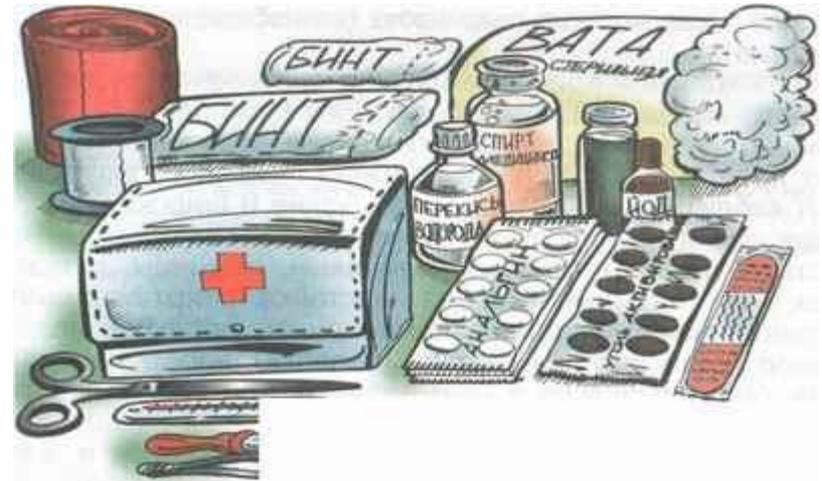
Вес группового снаряжения в пешем походе не должен превышать 5 кг на одного человека.



Снаряжение для различных видов походов

МЕДИЦИНСКАЯ АПТЕЧКА.

Аптечка первой помощи комплектуется с учетом численности группы, сложности похода, удаленности маршрута от населенных пунктов и времени года.



Комплект: бинты стерильные (узкие и широкие 2 шт. на чел.), лейкопластырь, термометр, жгут резиновый, ножницы, пинцет, пипетка, вата стерильная, йодная настойка, спирт медицинский, марганцовокислый калий (марганцовка), перекись водорода, раствор бриллиантовой зелени (зеленка), набор жаропонижающих, болеутоляющих и применяемых при пищевых отравлениях препаратов с описанием их дозировки и способов их применения.

Аптечку укладывают **в жесткую упаковку**, исключая повреждение термометра, ампул, флаконов, а также предохраняющую ее от воды и снега.



Погода - это основной фактор, от которого зависит безопасность человека в природных условиях. Некоторые погодные явления существенно осложняют пребывание человека в природной среде. Собираясь в поход, необходимо узнать, как меняется погода в местах планируемого отдыха в различное время года.

сегодня, сб, 05	вс, 06	пн, 07	вт, 08	ср, 09
 +2	 0	 -2	 -4	 -4
-1	-5	-13	-14	-11



Из опыта организации активного отдыха на природе установлено, что для любой местности и каждого вида туристического похода (пешего, горного, водного, лыжного) можно выделить наиболее благоприятные и неблагоприятные по условиям погоды сезоны.

Так, для самодельных горных походов наиболее благоприятным сезоном почти во всех районах страны считается вторая половина лета (июль - август).

Для лыжного туризма в средней полосе предпочтительнее март, а в северных районах - март - апрель.

Январь пн 7 14 21 28 вт 1 8 15 22 29 ср 2 9 16 23 30 чт 3 10 17 24 31 пт 4 11 18 25 сб 5 12 19 26 вс 6 13 20 27	Февраль пн 4 11 18 25 вт 5 12 19 26 ср 6 13 20 27 чт 7 14 21 28 пт 1 8 15 22 29 сб 2 9 16 23 вс 3 10 17 24	Март пн 3 10 17 24 31 вт 4 11 18 25 ср 5 12 19 26 чт 6 13 20 27 пт 7 14 21 28 сб 1 8 15 22 29 вс 2 9 16 23 30	Апрель пн 7 14 21 28 вт 1 8 15 22 29 ср 2 9 16 23 30 чт 3 10 17 24 пт 4 11 18 25 сб 5 12 19 26 вс 6 13 20 27	Май пн 5 12 19 26 31 вт 6 13 20 27 ср 7 14 21 28 чт 1 8 15 22 29 пт 2 9 16 23 30 сб 3 10 17 24 31 вс 4 11 18 25	Июнь пн 2 9 16 23 30 вт 3 10 17 24 ср 4 11 18 25 чт 5 12 19 26 пт 6 13 20 27 сб 7 14 21 28 вс 1 8 15 22 29	Июль пн 7 14 21 28 вт 1 8 15 22 29 ср 2 9 16 23 30 чт 3 10 17 24 31 пт 4 11 18 25 сб 5 12 19 26 вс 6 13 20 27	Август пн 4 11 18 25 вт 5 12 19 26 ср 6 13 20 27 чт 7 14 21 28 пт 1 8 15 22 29 сб 2 9 16 23 30 вс 3 10 17 24 31	Сентябрь пн 1 8 15 22 29 вт 2 9 16 23 30 ср 3 10 17 24 чт 4 11 18 25 пт 5 12 19 26 сб 6 13 20 27 вс 7 14 21 28	Октябрь пн 6 13 20 27 вт 7 14 21 28 ср 1 8 15 22 29 чт 2 9 16 23 30 пт 3 10 17 24 31 сб 4 11 18 25 вс 5 12 19 26	Ноябрь пн 3 10 17 24 вт 4 11 18 25 ср 5 12 19 26 чт 6 13 20 27 пт 7 14 21 28 сб 1 8 15 22 29 вс 2 9 16 23 30	Декабрь пн 1 8 15 22 29 вт 2 9 16 23 30 ср 3 10 17 24 31 чт 4 11 18 25 пт 5 12 19 26 сб 6 13 20 27 вс 7 14 21 28
---	--	---	--	---	--	---	---	--	--	--	--



www.mirmouse.ru
подарочный от Мышонок
календарь, подарочный в стихах
к любому празднику

2008



Опытные туристы советуют при кратковременных интенсивных осадках (сильный дождь) остановиться в первом же удобном месте и переждать непогоду в укрытии, под тентом или накидкой.



Продолжать движение в дождь и снег можно на технически несложном участке, по тропам, по равнинной местности, укывшись накидкой. Сразу же после перехода под дождем (или в снег) необходимо организовать бивак, лучше всего в укрытии, где можно развести костер, переодеться, высушить намокшую одежду и обувь.



Особенную осторожность нужно проявлять во время грозы. Это погодное явление связано с развитием кучево-дождевых облаков и скоплением в них больших электрических зарядов. Наибольшую опасность для человека представляет прямое попадание молнии.



Молния - это гигантский электрический разряд, возникающий между грозовыми облаками или между облаками и землей. Опасны также токи, образующиеся в земле при ударах молнии о земную поверхность.



Предвестники грозы - мощные кучево-дождевые облака, многократные вспышки молний, раскаты грома. Непосредственно перед началом грозы обычно наступает затишье или ветер меняет направление, затем внезапно резко усиливается ветер (шквал) и начинается дождь.

- Если вы при приближении грозы находитесь на возвышенности (на хребте, холме, крутом склоне), необходимо как можно быстрее спуститься вниз, чтобы избежать попадания молнии.
- Если вы находитесь в воде, необходимо быстро выйти на берег.
- В лесу лучше всего укрыться среди невысоких деревьев с густым подлеском.
- Помните, что среди деревьев прямому попаданию молнии менее подвержены береза и клен, наиболее - дуб и тополь.





На открытой местности следует выбирать песчаные или каменистые участки, можно спрятаться в сухой яме, канаве, овраге. В горах нежелательно искать убежище от грозы в небольших гротах (неглубоких пещерах с широким входом), скальных ямах, впадинах, так как есть опасность поражения токами, образующимися в земле после удара молнии.



Если все же пришлось укрыться в пещере, гроте, большой впадине, нельзя находиться у входа или в дальнем углу такого места, безопасным является положение человека, когда расстояние между ним и стенками составляет не менее 1 м.

Запомни!



Во время грозы нельзя:

располагаться рядом с железнодорожным полотном, у водоема, у высокого объекта (дерева);

прислоняться головой, спиной или другими частями тела к поверхности скал, стволов деревьев;

останавливаться на опушках леса и лесных полянах.





В пургу, при сильном ветре и холоде, у человека нарушается нормальное дыхание, теплозащитные свойства одежды снижаются, из-за плохой видимости он теряет ориентировку, может заблудиться, выбиться из сил и погибнуть.



Пурга не наступает внезапно. Перед ее началом происходит повышение температуры воздуха и постепенное увеличение скорости ветра. Предвестником пурги бывает появление растущей на горизонте темно-серой или черной тучи с меняющимися очертаниями. Постепенно усиливается и делается порывистым ветер, который поднимает снег и разгоняет поземку. Туча застилает все небо, и начинается пурга.



Лучше всего переждать пургу в лагере на биваке. Если группа при приближении пурги находится в движении на маршруте, необходимо немедленно остановиться, поставить лагерь и ждать, когда она кончится.



Первоочередная задача, стоящая перед группой туристов до или после наступления пурги, - устройство бивака. При постановке палатки следует найти хотя бы частичное укрытие от ветра. Палатку устанавливают входом с подветренной стороны, ее растяжки закрепляют, воткнув их в снег лыжами или лыжными палками. После установки палатки заносят рюкзаки, которые укладывают у задней наветренной стенки и по углам палатки.



Во время разбивки бивака в пургу нельзя отходить от палатки. Турист, отошедший от палатки и потерявший из виду лагерь, должен вернуться назад по своим следам. Если следы замело, следует остановиться и принять все меры по самостоятельному устройству временного укрытия.

Если днем ясно, а к вечеру облака сгущаются, то следует ожидать дождь или перемену погоды.

Волнистые (высококучевые) облака, напоминающие рябь или гребни волн, - верный признак наступления ненастной погоды уже через несколько часов.

Температура воздуха в зимнее время несколько повышается, наступает потепление. Летом уменьшается разница между температурой воздуха днем и ночью, вечером теплее, чем днем.

Ветер усиливается, особенно к вечеру, нарушаются правильные суточные изменения местных ветров.

Увеличивается облачность, облака движутся в противоположную сторону или поперек того направления, в котором дует ветер у земной поверхности.

Солнце садится в тучу, вечерняя заря имеет ярко-красный цвет.



Для чего нужно знать прогноз погоды перед выходом на природу?

Как вы можете обеспечить свою защиту от атмосферных осадков в природных условиях?

Чем опасна гроза для человека, находящегося в природных условиях?

Как вы можете обеспечить свою безопасность, если гроза застала вас на природе?

5. Какие меры предосторожности следует принимать, чтобы защититься от пурги?

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОВТОРЕНИЯ



1. Какие предметы включает в себя личное, групповое и специальное туристское снаряжение?
2. От каких факторов зависит подбор предметов туристского снаряжения?
3. Перечислите основные требования, предъявляемые к туристскому снаряжению.
4. Как следует подбирать обувь и одежду для выхода на природу?
5. Для чего нужна аптечка первой помощи в походе и что должно в нее входить?
6. Если вы готовитесь в поход в сентябре, составьте перечень личного снаряжения для похода.

Вопросы и задания



1. Для чего необходимо ориентировать карту на местности?
2. Как ориентируется карта с помощью компаса?
3. Как можно сориентировать карту по линиям местности и по направлениям на местные предметы?
5. Как определить направление своего движения на местности?
6. В чем заключается сущность движения по маршруту по азимутам?
7. Потренируйтесь в ориентировании карты по компасу, по солнцу и часам.

Вопросы и задания



1. Для чего нужна подготовка к походу на природу и что она включает?
2. Как проводится изучение района похода и на что обращается при этом основное внимание?
3. Как выбирают маршрут похода и определяют основные его этапы?
4. Какие организационные вопросы должны решить участники похода при подготовке к нему?
5. По топографической карте крупного масштаба (1 :500 000 или 1 :250 000) изучите район предполагаемого похода. Определите исходный и конечный пункты похода и контрольные ориентиры между ними.