

**Практическая  
подготовка к  
автономному  
существованию в  
природной среде.**



**Практическую подготовку к автономному существованию в природной среде наиболее целесообразно организовать в виде подготовки и проведения однодневного турпохода на природу.**



Подготовку целесообразно начать с изучения *района похода*, выбора конечной точки похода (живописное место, озеро, берег реки, лесная поляна и т. д.) и определения *маршрута движения*. Район путешествия должен быть знакомым, так как **цель похода – НЕ ОТКРЫТИЕ «НОВЫХ ЗЕМЕЛЬ»**, а отработка навыков поведения в природных условиях.





**Для выбора конечной точки маршрута необходимо руководствоваться тремя основными критериями:**

**-участок местности,** выбранный в качестве конечной точки путешествия, должен быть пригодным для большого привала (организации приготовления обеда и отдыха туристов, а также отработки туристских навыков в установке палатки, разведении костра, преодолении препятствий на местности и др.);

**-расстояние до выбранной точки на местности** должно составлять не более 10 км в одну сторону;

**- расчет светлого времени** должен быть достаточным для возвращения в исходную точку с резервом не менее чем 1 ч. Исходя из вышесказанного составляются



# 1. Определение светлого времени.

- *В любой поисковой системе интернета можно найти сайты*
- *определяющие время восхода*
- *захода солнца, например:*

- *7 мая –восход      5ч. 44 мин.*
- *заход      21ч. 09 мин.*
- *Долгота*
- *дня                    15ч. 25 мин.*



## 2. Определение оптимального времени сбора группы и выхода в поход.

Расчет необходимо производить от **определения времени возвращения к месту сбора + 1 час.**

В мае это может быть время 20 часов + 2 часа (1 час декретный + 1 час летнего времени) = 22 часа (10 часов вечера).





### 3. Определение времени пребывания в походе с учетом решаемых задач:

- время в движении к месту большого привала до трех ходовых часов и 3 ч на возвращение в исходную точку маршрута;
- 4 ч пребывания на большом привале.
- Итого 10 ч времени на собственно турпоход.
- если до исходной точки маршрута, возможно, придется добираться каким-либо видом транспорта (автобус, электричка), то на это также необходимо предусмотреть время. Допустим, оно составит 1,5 ч.
- Следовательно, туда и обратно 3 ч.

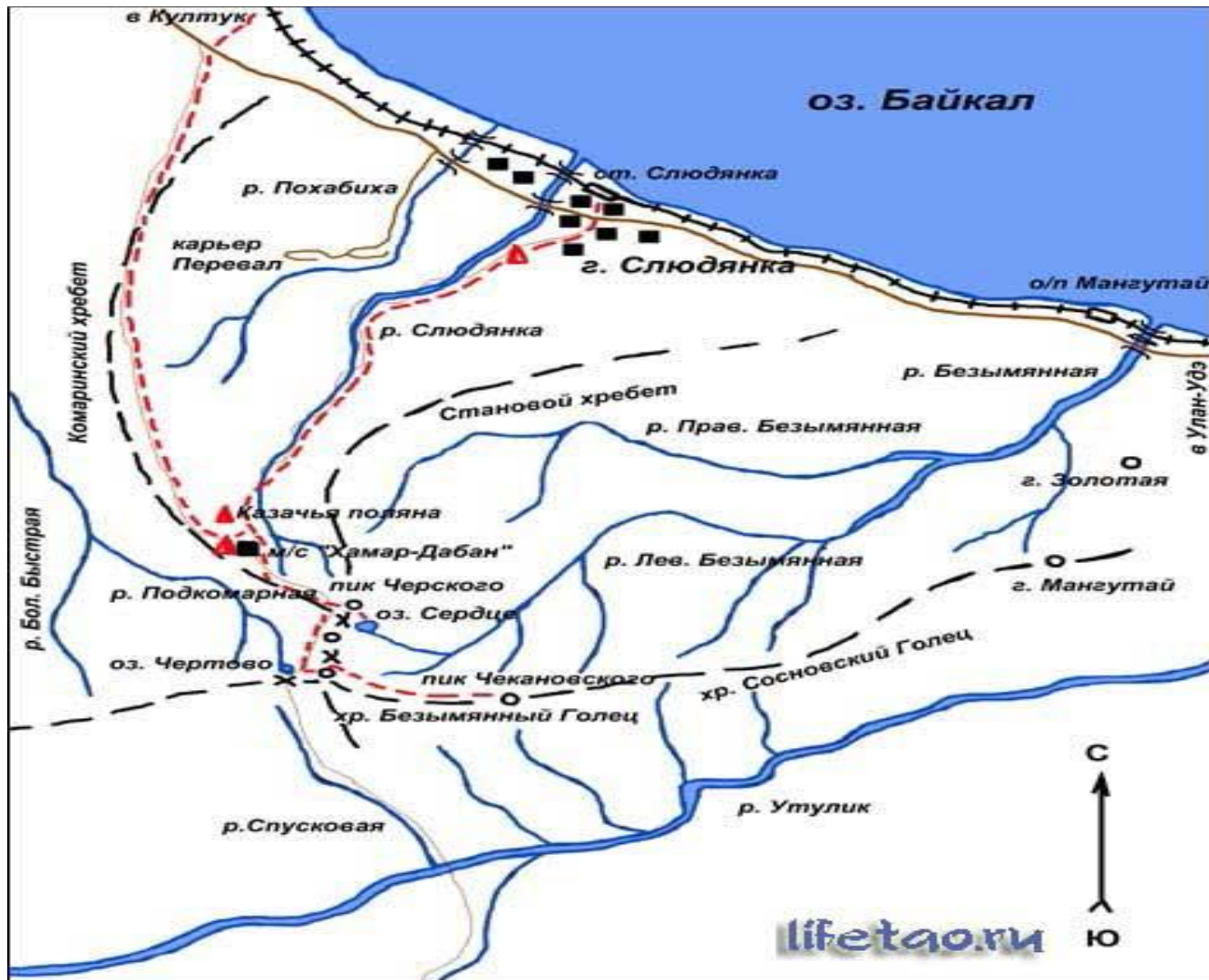


- Таким образом, на сам поход необходимо 10 ч, время до прибытия в исходную точку маршрута и возвращения к месту сбора составляет 3 ч + 1 ч резервного времени. В итоге получаем 14 ч. Если считать, что время возвращения к месту сбора приходится на 22 часа (10 часов вечера), то, значит, время сбора для отправления в поход придется на 8 (22 – 14) часов утра. ***Место сбора определяет преподаватель.***





Определив временные возможности группы для похода, намечают конечную точку похода, изучают район путешествия и прокладывают маршрут.



После определения конечного участка (озеро, поляна и т. д.) необходимо выбрать маршрут движения с учетом местности. Его выбирают так, чтобы он имел минимальное количество поворотов. Точки поворота маршрута намечают у характерных, легко распознаваемых ориентиров. Расстояние между ориентирами не должно превышать 2 км.

Выбрав исходную и конечную точки маршрута, наметив контрольные ориентиры, рассчитывают порядок движения по маршруту.

Для расчетов принимают:  
– среднюю скорость движения – 4 км/ч; длину пары шагов – 1,5 м.





## Необходимое снаряжение группы для турпохода.

В зависимости от поставленных учебных задач в группе можно иметь: одну палатку; костровое оборудование (таганок в чехле, пила в чехле, большой и маленький топоры в чехлах, спички в непромокаемой упаковке); кухонное оборудование; маршрутные документы и оборудование (карты маршрута – 2 экз., компасы – 2 шт., групповые деньги, ремонтный набор, аптечка).





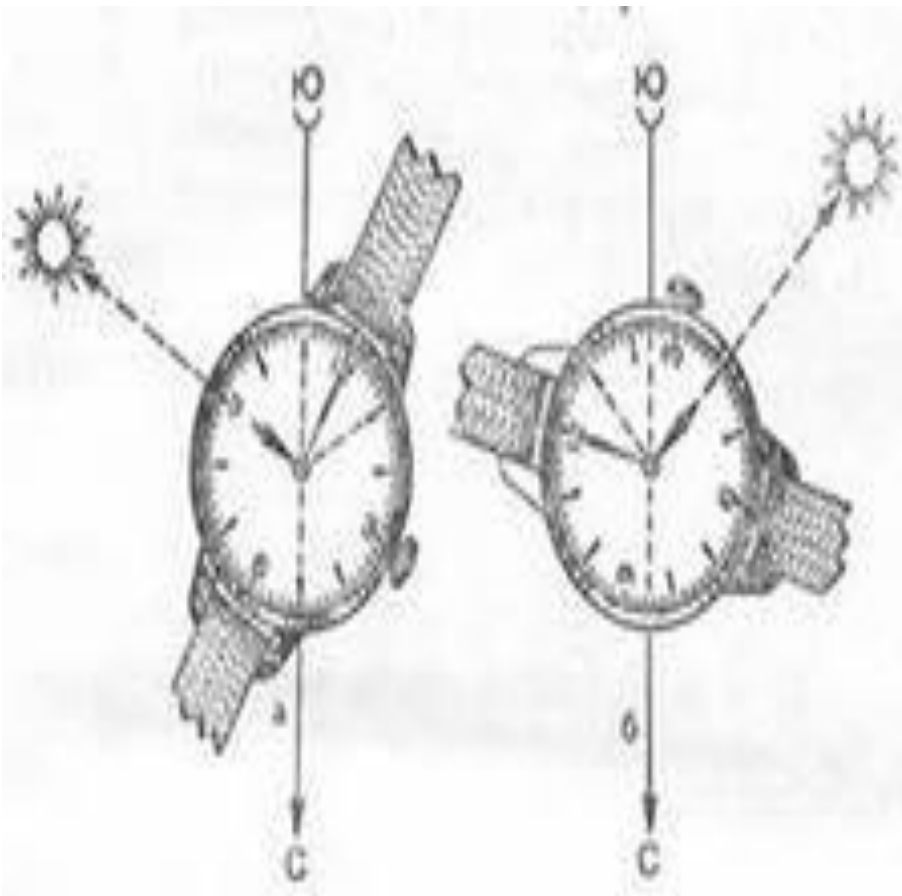
## **Примерный список личного снаряжения:**

***рюкзак большой с широкими лямками и поясным ремнем; запасная обувь (кроссовки); куртка с капюшоном (штормовка); легкий головной убор (шапочка); две пары носков; полиэтиленовая накидка от дождя; кружка, ложка, миска, складной нож; фляжка для питьевой воды. набор личного снаряжения не должен превышать по весу 6–8***



# Ориентирование на местности.

По солнцу и часам.



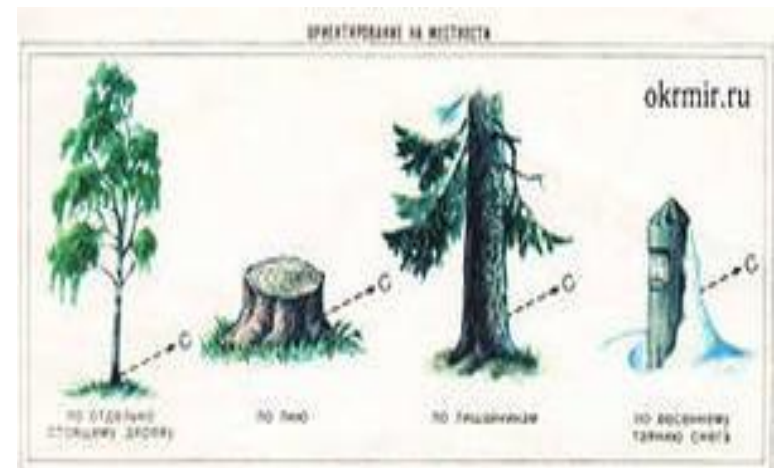
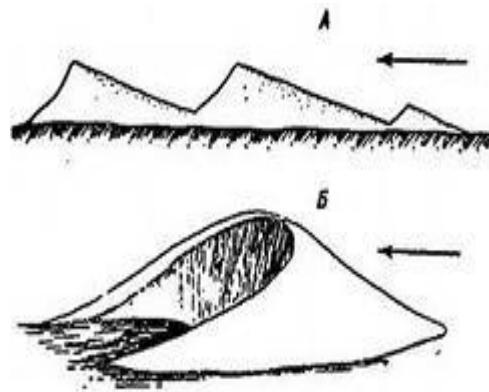
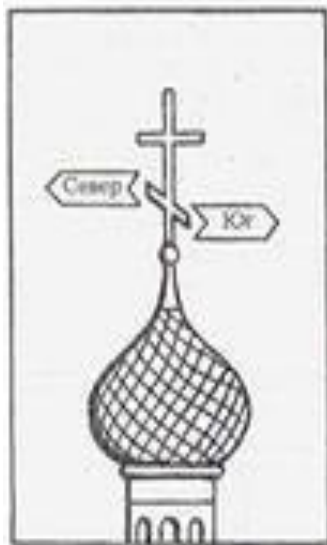
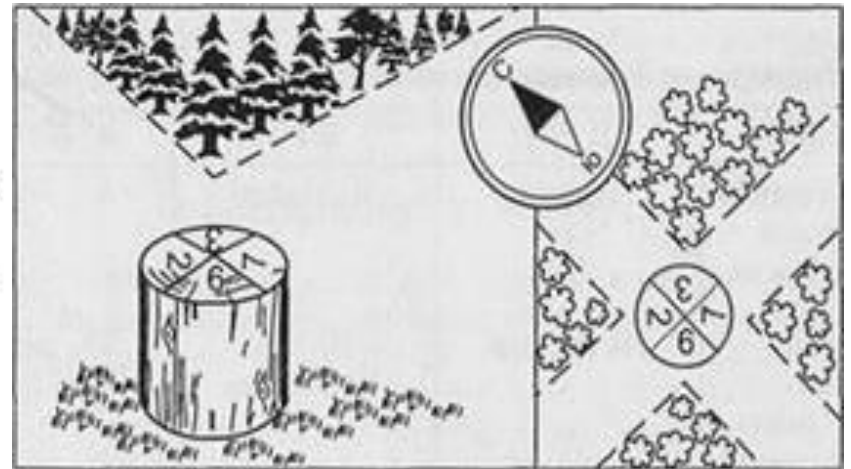
По полярной звезде.

При отсутствии компаса следует обратиться к астрономическим способам определения сторон горизонта.



Ориентирование по Полярной звезде основано на том, что кажущееся движение небесной сферы происходит вокруг Полярной звезды, т.е. она остаётся неподвижной.

# По местным признакам.

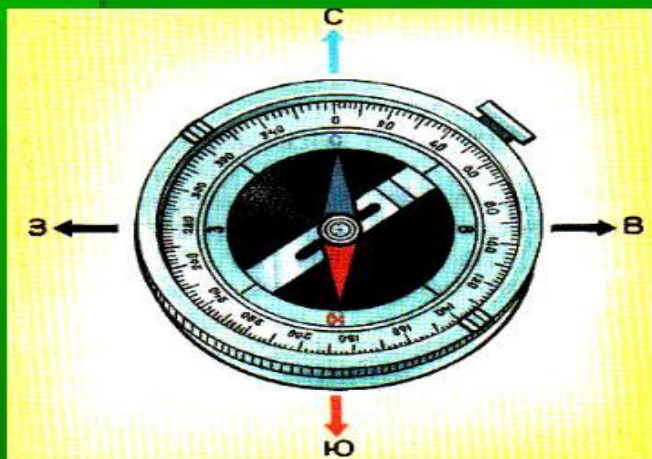




# Определение направления движения и его выдерживание.

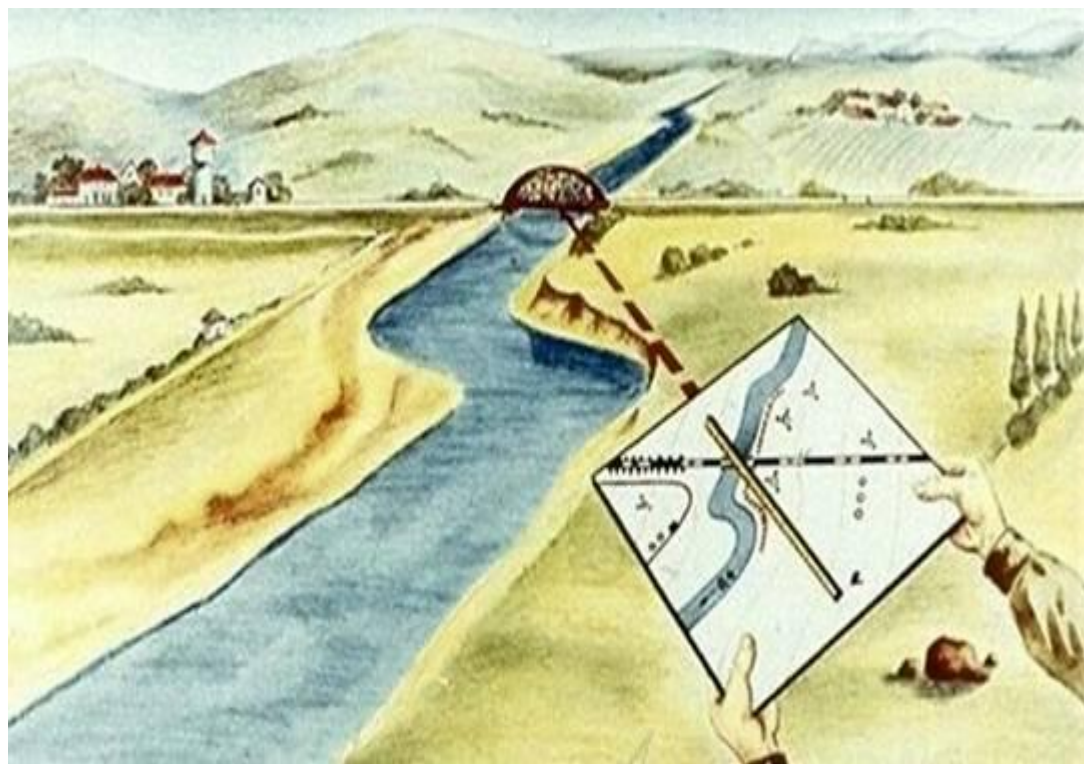
- *Азимут* – это угол, отсчитанный по ходу движения часовой стрелки между направлениями на север и на ориентир.
- Азимут измеряется в градусах от  $0^\circ$  до  $360^\circ$ .

Первое условие безопасного пребывания человека в природных условиях – это умение ориентироваться на местности. Самым простым и надёжным прибором для определения сторон горизонта является компас. Наиболее распространённый вид компаса – компас системы Андрианова.



Для определения сторон горизонта необходимо положить компас горизонтально и повернуть его так, чтобы северный конец стрелки компаса совпадал с нулевым делением шкалы. При таком положении стрелка компаса показывает направление север – юг.

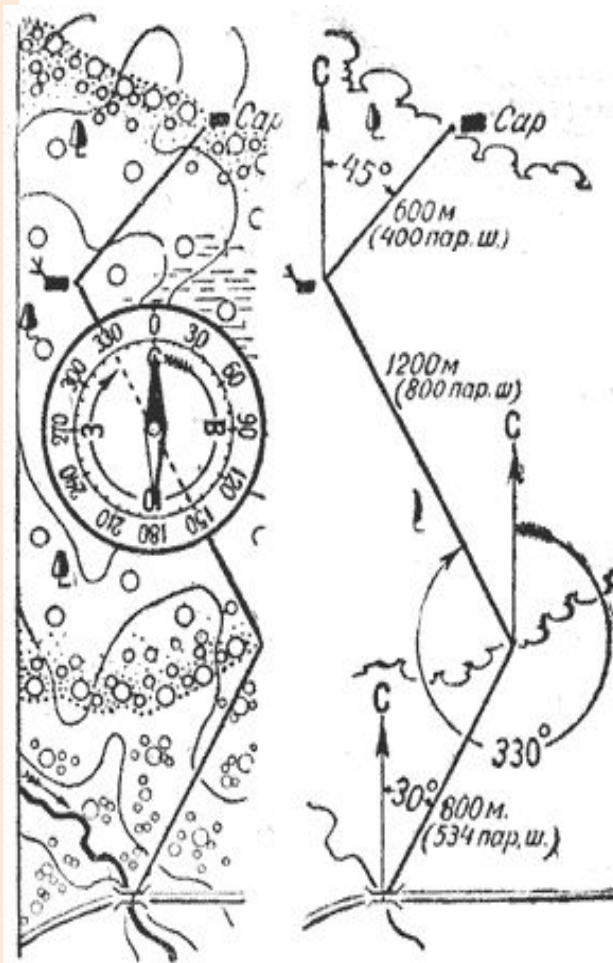
С помощью компаса определяется магнитный меридиан. Истинный меридиан снимается с топографической карты. Для перехода от истинного меридиана к магнитному необходимо знать величину магнитного склонения, которое указано на карте. В местах, где нет магнитных аномалий, меридиан и магнитный истинный имеют склонение  $2-3^\circ$ , что для нашего передвижения по азимуту практического значения не имеет. Приблизительно можно считать их равными, т. е. азимут, определенный по карте (истинный), можно считать равным магнитном





## Для выдерживания направления движения на местности по рассчитанным азимутам необходимо:

- 1) выйти в точку начала движения, с которой по карте вычисляется азимут на первый контрольный ориентир;
- 2) с помощью компаса определить магнитный азимут движения. Для этого нужно установить на шкале компаса против мушки отсчет, равный значению заданного (определенного по карте) магнитного азимута. Затем, отпустив тормоз магнитной стрелки, повернуть компас в горизонтальной плоскости так, чтобы северный конец стрелки установился против нулевого деления шкалы. Не меняя положения компаса, заметить на местности по линии визирования через целик и мушку какой-нибудь удаленный предмет. Направление на него и будет направлением, соответствующим заданному азимуту;
- 3) на маршруте желательно наметить промежуточные ориентиры





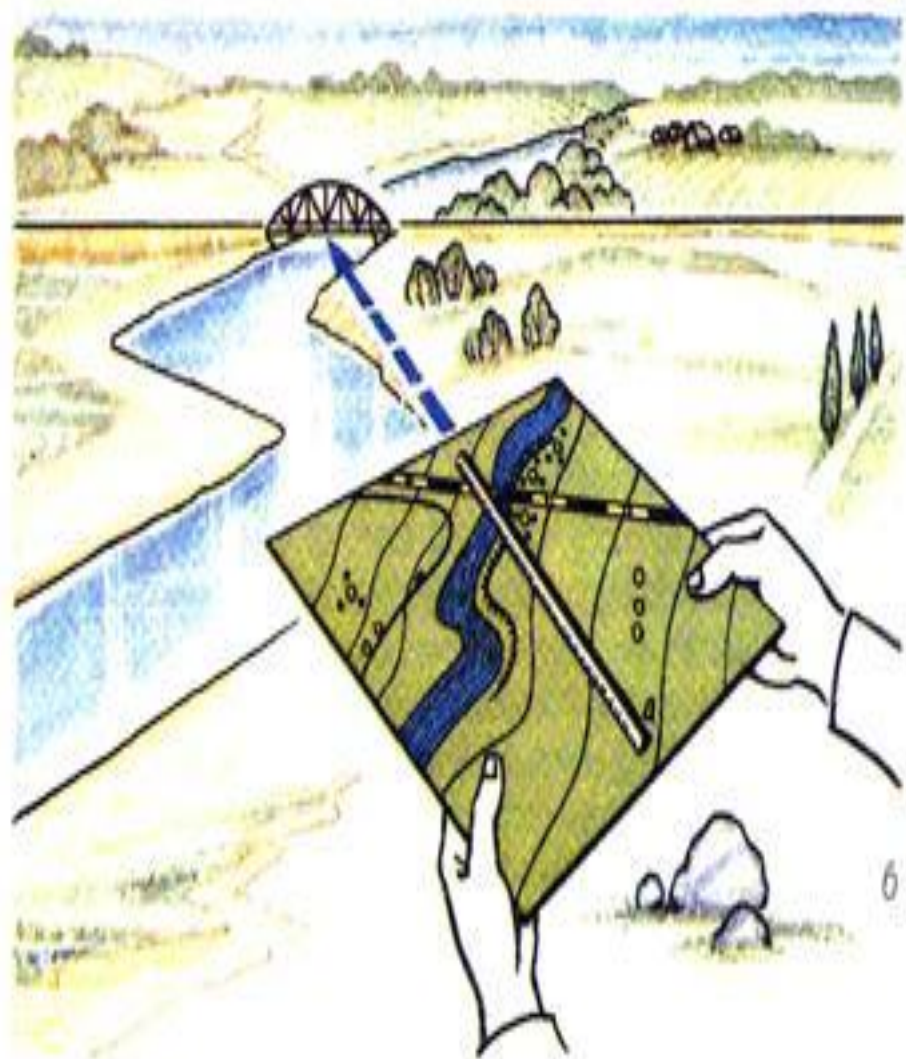
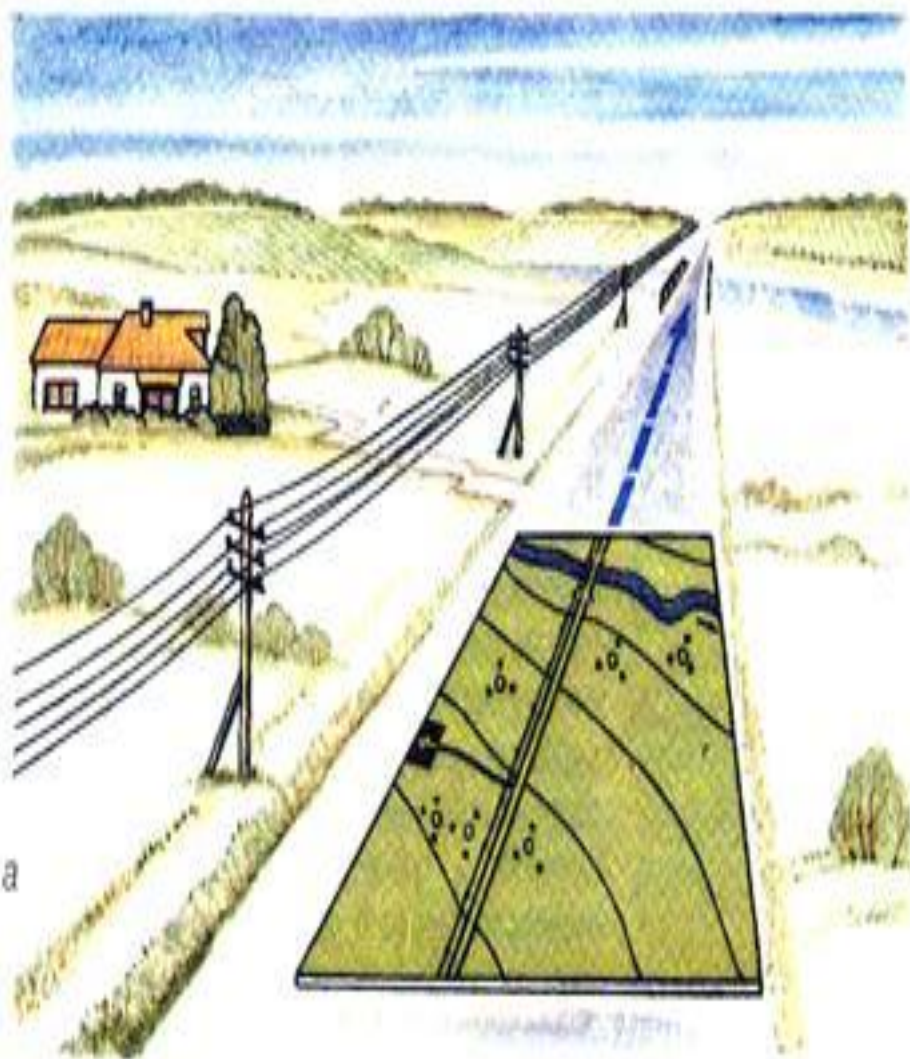


Рис. 4. Ориентирование с помощью карты: а — ориентирование карты по линиям местности (направлению дороги); б — ориентирование карты визированием на ориентир.

- Поход начинается с *построения*, во время которого проверяется готовность к походу (как одеты и обуты туристы). При осмотре рюкзаков необходимо проверить, не забыто ли что-нибудь из снаряжения или питания.
- Затем необходимо вспомнить о правилах поведения, особенностях маршрута, примерном времени возвращения.





После прибытия группы в конечный пункт похода организуется **большой привал**. Один-два человека идут за водой, один приступает к разжиганию костра, еще один – к образованию кострища, а остальные отправляются за топливом.





После того как принесены вода, дрова и разожжен костер, около него остаются дежурные, которые следят за огнем и готовят пищу. Остальные отдыхают. Во время обеденного привала можно просушить одежду и снаряжение, потренироваться в выборе площадки и в установлении палатки. Продолжительность обеденного привала должна быть примерно 4 ч.



После обеда (отдыха) группа готовится к походу в исходный пункт маршрута.

Сборы группы начинаются с укладки рюкзаков и уборки места лагеря.

Уходя с бивака, проверяют, не забыл ли кто своих вещей. Весь мусор собирают и сжигают.

**Пустые консервные банки обжигают в костре и закапывают в землю.**

**Костёр тушат водой и засыпают его землёй.**



# Выводы

*1) В турпоход нужно отправляться только вместе со взрослым руководителем.*

*2) Начинаящий турист должен хорошо научиться пользоваться компасом, знать примерный список личного снаряжения, уметь укладывать рюкзак.*

*3) Большой привал организуется после прибытия группы в конечный пункт похода.*

*4) Движение по маршруту в обратном направлении осуществляют с соблюдением тех же правил, что и при движении к месту большого привала.*



# Задание

1. Почему при выборе маршрута движения с учетом местности его выбирают так, чтобы он имел минимальное количество поворотов? Обоснуйте свой ответ.
2. Подготовить сообщение «Ядовитые и съедобные грибы», «Ядовитые и лекарственные растения».
3. Повторить способ ориентирования на местности.



## Разведение костра и обустройство кострового места

Площадка для костра выбирается на открытом, но защищенном от ветра безопасном месте, желательно около воды. Костер следует разводить уже на вытоптаных площадках, на старых кострищах или на выбранном месте, предварительно сняв дерн. Все сухие листья, ветви, хвою, траву, которые могут загореться, следует отгрести от кострища на расстояние до 1–1,5 м.

*Пожарная безопасность* – главное требование при выборе места для костра.





- Нельзя разводить костер ближе чем в 4–6 м от деревьев, смолистых пней или корней. Над костром не должны нависать ветви деревьев.
- Не разжигайте огонь в хвойных молодняках.
- Не разводите костер на участках с сухим камышом, тростником, мхом или травой.
- Опасен костер на вырубках, где имеются остатки сучьев, веток, сухих листьев.
- Не разводите костер на торфяниках.
- Не разводите костров в лесу на каменистых россыпях.
- Не следует оставлять костер (даже гаснувший) без присмотра.

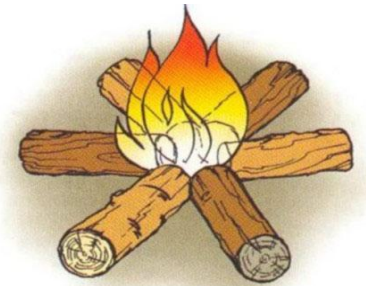


# Устройство костров.



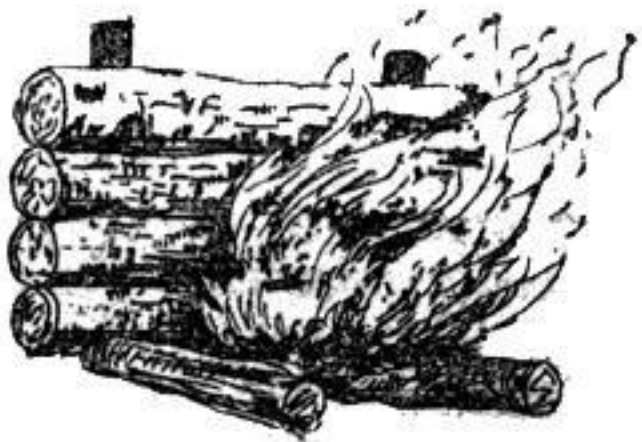
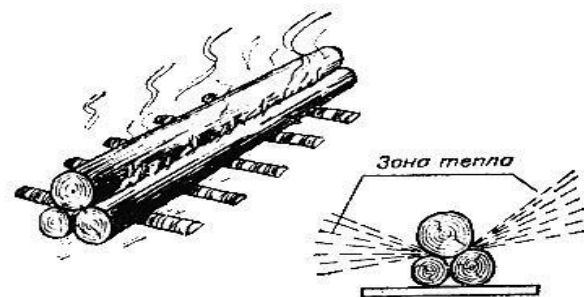
Костер Шалаш - один из самых известных и распространенных видов костра. Пригоден, как для приготовления пищи, так и для обогрева. Очень прост в растопке и оборудовании, быстро разгорается. Необходимо на растопку класть наклонно дрова в виде шалаша.

Костер Звездный - долго горит, пригоден для приготовления пищи. Желательно использовать дрова из твердых пород дерева. По мере прогорания дрова сдвигают к центру костра. Такой костер можно использовать для обогрева ночью



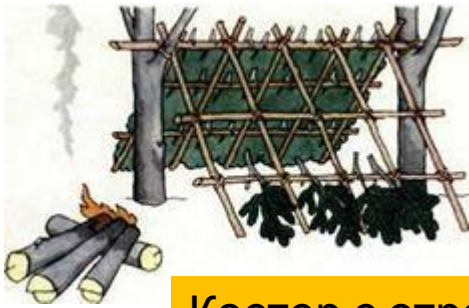
Костер Колодец (Хатка) - обладает ровным пламенем, очень хорошо для приготовления пищи. Довольно быстро прогорает. Костер складывается в виде сруба.

Костер Нодья - отлично подходит для обогрева ночью, обладает длительным горением. Есть несколько способов укладки костра Нодья. Первый способ - берутся три сухостойных бревна толщиной 30 см и длиной 2-3 м. Два бревна с одной стороны обтесываются и укладываются параллельно друг с другом. С внешних сторон они подпираются вбитыми колышками.



Костер с отражателем - можно использовать для ночного обогрева за счет отражающегося тепла. Особенно эффективно использовать такой костер для обогрева односкатного шалаша.

# Виды укрытий



Строительство двускатного шалаша.

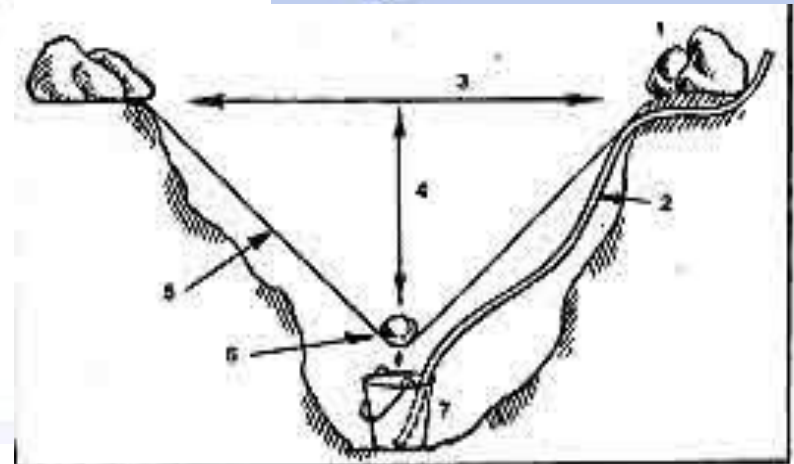
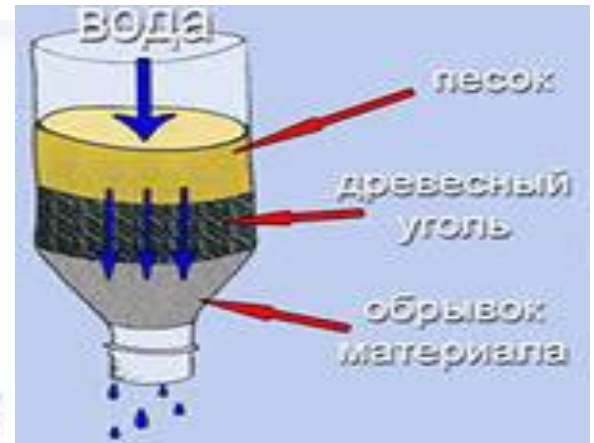
Костер с отражателем - можно использовать для ночного обогрева за счет отражающегося тепла. Особенно эффективно использовать такой костер для обогрева **односкатного шалаша**.



Некоторые типы шалашей.



# Водообеспечение.



„Первозонное“ устройство: 1 — груз, прижимающий пластик; 2 — трубка для питья воды; 3 — диаметр ямы около 1 м; 4 — высота около 0,5 м; 5 — пластик; 6 — камень; 7 — ведро.