Детско-юношеская организация
«Остров Сокровищ»

Учебный курс по туризму

2006

© Остров Сокровищ, Максим Чеканов, 2006
Изд/ ОС, Москва, Гримау, 8,
http://ostrov.kidsorg.ru, mail.ostrov@gmail.com

I уровень

Снаряжение, костры, укладка рюкзака, установка палатки, ориентирование, топознаки, узлы

II уровень

Прокладка маршрута, топознаки, узлы, распределение обязанностей в походе, аптечка

Снаряжение

Снаряжение делится на 2 типа: групповое и личное.

К личному снаряжению относятся:

- рюкзак
- кружка, миска, ложка, нож (КЛМН)
- дождевик
- головной убор
- тёплый свитер
- штаны, 2 пары
- футболка
- рубашка
- 2 пары обуви (крепкие ботинки и кроссовки)
- носки х/б – 2 пары, носки шерстяные
- одежда для сна (футболка, тренировочные)
- средства личной гигиены (зубная щётка, паста, туалетная бумага, мыло, полотенце)

К групповому снаряжению относятся:

- палатка
- топор, пила, лопата
- тенты от дождя
- каны, вёдра, тросик, крючки, половник
- спички, рукавицы
- аптечка, рем.набор
- карта, компас

Укладка рюкзака

Рюкзак должен прилегать к спине почти вплотную. Недопустимо свисание вещмешка ниже поясницы или упор непосредственно на поясницу отстающего от спины рюкзака. При покупке обращайте особое внимание на пришив лямок: лямки в верхней части рюкзака не должны быть пришиты рядом, они давят на шею.

Во избежание намокания содержимого внутрь рюкзака можно вложить большой полиэтиленовый пакет, размером не уступающий внутреннему объему вещмешка, и укладывать все вещи прямо в него, или упаковывать каждый предмет в отдельный непромокаемый пакет? А лучше сделать и то, и другое.

При укладке безкаркасного рюкзака в первую очередь обеспечивают комфортность его прилегания к спине, подкладывая под спину спальный мешок, коврик из пенки или палатку таким образом, чтобы была закрыта вся спинка вещмешка. Основную тяжесть (консервы и т. п.) лучше класть на дно рюкзака. Габаритные вещи — котелки и ведра устанавливаются выше, все пространство вокруг них заполняется мелкими предметами — мешочками с крупой, вещами. Внутреннее пространство ведер тоже заполняется разным скарбом. Тяжести стараются по возможности равномерно распределить вдоль оси рюкзака с целью обеспечения более плотного прилегания его к спине. Наверх укладываются вещи, которые должны быть под рукой, — аптечка, термос. Под клапан надо уложить штормовку, коврик, веревку: они могут понадобиться в любой момент; палатку лучше закрепить снизу, под рюкзаком.

Форма заполненного рюкзака должна быть близка к параллелепипеду, а не к шару.

Поверх рюкзака можно привязать двуручную пилу, выгнув ее дугой и закрепив по бокам; зубья пилы обращают назад. Гитару подвязывают сзади, грифом вверх к станковому рюкзаку.

По карманам раскладываются разные мелочи, необходимость в которых может возникнуть в любой момент. Это солнцезащитные очки, компас, спички, фляга, личная посуда и т. п. В верхний клапан рюкзака помещаются накидка из полиэтилена, документы, завернутые в полиэтилен.

Все продукты лучше запаковать в герметичную полиэтиленовую упаковку. Крупу насыпают в полотняные мешочки, растительное масло и томатный соус наливают во фляги с плотно завинчивающейся крышкой. Турист, который несет примус и бензин, из продуктов может взять только консервы, которым не грозит опасность впитывания чужеродного запаха.

Обязательно нужно зачехлить все металлические и острые предметы: топор, пилу, палаточные колышки, лопату, котелки.

Соотношение допустимого веса рюкзаков для мальчиков и девочек приблизительно 10:7, т. е. мальчики могут нести груз в 1,4 раза тяжелее, чем девочки. Так как большую часть груза составляют личные вещи и продукты, вес которых у всех примерно одинаковый, то групповое снаряжение распределяется неравномерно, с перевесом в мужскую сторону. Вес рюкзака не должен превышать 15 кг для мальчиков 13—14 лет и девочек 16—17 лет.

Никогда не садитесь на рюкзак на привале. Все будет раздавлено и помято. Если нет

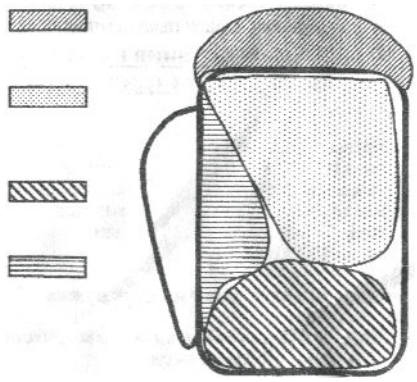
возможности присесть на пенек, постелите на землю куртку в два слоя и сядьте на нее. Очень удобна в этих случаях пенковая «сидушка».

Часто используемые вещи

лёгкие вещи

тяжёлые вещи

мягкие вещи



Привал

Привал (бивак) — бывает малый, большой, ночлег и дневка (на 1—2 и больше дней).

Привалы обычно планируются заранее, их отмечают на карте. Малый привал служит для непродолжительного отдыха и, возможно, сухого перекуса без разведения костра. Малый привал на карте не отмечают, останавливаются по усмотрению старшего группы, либо через определенное время после выхода, либо пройдя определенный отрезок пути, или просто на очень красивом участке маршрута.

До первого «подгоночного» привала идут обычно около 30 минут. За это время все участники похода определяют свои неудобства в одежде и укладке вещмешков. Поэтому на первом с утра привале все начинают приводить в порядок свои вещи: перешнуровывать ботинки, переодеваться в более легкие или, наоборот, теплые вещи. Перерыв 10—15 минут достаточен для малого привала.

Время между привалами разное для разных туристских групп. Ребятам младшего школьного возраста не стоит идти больше 40—50 минут. Более опытные туристы постарше могут идти дольше. За 1—2 минуты до окончания отдыха командир должен предупредить всех, что пора собираться, все члены группы приводят себя в порядок и одновременно надевают рюкзаки. Затем через каждый час делаются 10—15-минутные малые привалы. Это относится к пешим, лыжным и велосипедным походам. Туристы-водники чередуют небольшие остановки на воде — «сушат весла» минут 5 после часового движения, затем еще через час причаливают, чтобы размяться на суше 10—15 минут.

Темп движения снижается перед привалом и постепенно нарастает в начале пути, после отдыха. До обеда группа должна постараться пройти не менее половины намеченного маршрута.

Большой привал и ночлег устраивают в местах, где есть чистая питьевая вода, топливо для костра, где чисто и сухо. Не забывайте, что после вашего ухода на покинутой вами полянке все должно оставаться таким, будто вас там не было. Не оставляйте следов человеческой жизнедеятельности в виде хлама, мусора, поломанных деревьев и кустарников, вытоптанной травы. Даже кострища вполне можно закамуфлировать дерном.

При устройстве большого привала на обед один человек сразу начинает разводить костер, другой идет за водой, остальные собирают топливо для поддержания костра. Для разведения костра костровой обычно несет с собой бумагу, растопку, сухое топливо (на случай дождя) и, разумеется, спички. Сухую растопку можно собрать и по дороге, на подходе к привалу. Если вам известно, что на месте привала с топливом туго, то все участники похода по дороге собирают хворост, сучья; если каждый принесет небольшую вязанку, собранного топлива должно хватить для приготовления обеда.

На обед обычно останавливаются около часа пополудни. В жаркие дни уместно устраивать «сиесту» с полудня до 4 часов вечера, особенно это относится к велосипедистам, которым во время пути трудно скрываться от солнца в тени деревьев. Если поблизости от места привала есть водоем, в котором можно купаться, то это следует делать только перед трапезой: водные процедуры на сытый желудок принимать неуместно. Недопустимо купание в запретных местах, зонах песчаных карьеров, в одиночку, всей группой без наблюдающих дежурных, в ночное время и в холодную погоду; также недопустимо заплывание далеко, ныряние с крутого берега в незнакомом месте, ныряние с лодок.

В нежаркий день трогаться с дневного привала нужно не позднее 15 часов, постепенно наращивая темп движения. Подыскивать место для бивака следует не позже, чем за два часа до темноты. Утром следует трогаться в дальнейший путь не позже 8-ми часов утра.

Устраиваясь на ночлег или дневку, выбирают место, удобное не только для установки палаток, но и для игр. Установку палаток и разведение костра проводят в первую очередь, свободные от этих занятий туристы отправляются за топливом. Останавливаясь на дневку, можно устроить «беседку», натянув тент над участком поляны. В ненастную погоду для беседки возводят стенки из жердей.

Дневки обычно организуются для отдыха и осмотра достопримечательностей. Во время радиальных выходов с многодневного привала туристы идут налегке, оставив одного взрослого или двух школьников дежурными по кухне.

Установка палатки

Пожалуй, наибольшее распространение в нашей стране получили двускатные палатки-домики. Промышленностью выпускается очень удобная палатка «памирка», ее можно сшить

и самостоятельно. В «памирке» могут поместиться 3—4 человека. Она достаточно компактная и легкая. В палатке «полудатка» может поместиться, правда с меньшими удобствами, до пяти человек, но такая палатка хоть и пошире, весит раза в два больше, так как сшита из брезента, а не из перкаля, как «памирка»; кроме того, к «полудатке» нужно сшить тент, в котором «памирка» не испытывает нужды.

Купленные палатки дома проверяют, промазывают внушающие подозрение места резиновым клеем, заменяют веревочные оттяжки на капроновый шнур. К петелькам дна прикрепляют небольшие колечки-переходники из капронового шнура или веревки, чтобы петельки меньше изнашивались.

Установка палатки (рис. 2). Перед тем, как установить палатку на выбранное место, нужно аккуратно расчистить площадку от всех предметов, на которых невозможно спать: шишек, сучков, камней. Разровняйте, если нужно землю лопатой. Под пол палатки, если земля влажная нужно подложить кусок полиэтилена размером чуть меньше дна палатки, чтобы вода не собиралась в пленку.

Палатку лучше располагать входом на поляну, открытое пространство; перед входом в палатку не должно быть ям или близкого берега, чтобы турист, вылезший ночью или ранним утром, спросонья не завалился куда-нибудь. В ветреную погоду палатку удобнее располагать таким образом, чтобы ветер дул в заднюю стенку.

Сначала палатку раскладывают на ровном приготовленном месте и шпильками закрепляют дно, причем шпильки обычно не засовывают прямо в петельки дна, а,

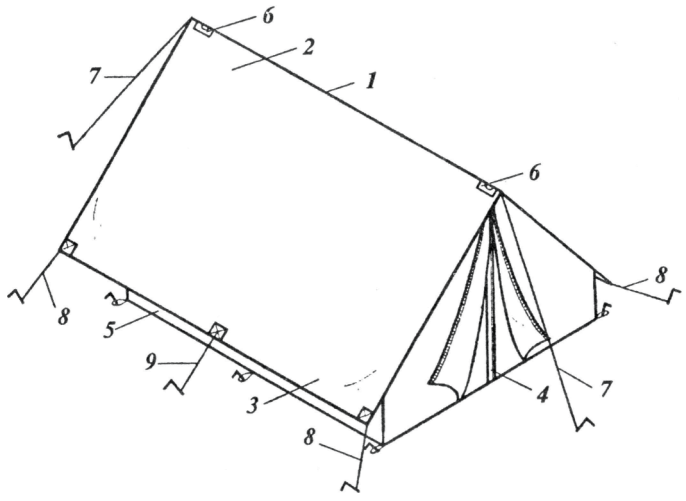


Рис. 2. Установка палатки:
1 — конек, *2* — скат, *3* — крыло, *4* — стойка, 5 — боковая стенка, *6* — люверс (металлическое кольцо в коньке для установки стоек), *7* - оттяжка коньковая, *8* — оттяжка угловая, *9* — оттяжка боковая

чтобы петли меньше изнашивались, делают веревочное кольцо-переходник. Затем устанавливают стойки и ставят палатку, натягивая и закрепляя передние коньковые оттяжки. Их можно привязать к деревьям или закрепить на колышках, вбитых в землю. Если в рыхлой

почве стойки проседают, под них нужно подложить консервные банки. После этого застегивают вход палатки и натягивают угловые оттяжки, задние и передние попарно. Угловые оттяжки не нужно растягивать прямо вперед или по направлению ската, правильное натяжение угловой оттяжки — между этими направлениями, примерно под углом 135° от стенки палатки, по направлению диагоналей дна. При слабом ветре можно не натягивать боковые оттяжки. В дождь палатку накрывают тентом или большим куском полиэтилена и прокапывают отвод для воды вокруг палатки.

Установленная палатка должна быть очень аккуратной, необходимо, чтобы на скатах не было морщин, которые получаются из-за перекоса натянутых оттяжек. Это устраняется перетягиванием боковых оттяжек (если, конечно, угловые натянуты правильно).

Установка палаток «тандемом». Из двух палаток можно сделать уютный и удобный «дом» с двумя «спальнями» и «гостиной-прихожей-кладовой». Для этого палатки устанавливают входами друг к другу на расстоянии 1—2 метров, внатяг связывая передние коньковые оттяжки обеих палаток. Для установки палаток «тандемом» нужно пришить пуговицы вдоль крыш обеих палаток (но не собственно к крыше) и сделать прорезные или воздушные петли по краям плотного куска ткани, который будет служить крышей для «гостиной». Нижние части полотнища прижимаются изнутри вещмешками. Сверху «тандем» накрывается пленкой. В скверную погоду «тандем» вмещает в себя всю группу, а в тамбуре можно на примусе приготовить пищу.

Укладка палатки. При укладке палатки ее отстегивают и отвязывают от всех колышков, два человека берут ее одной рукой за коньковые проушины, а второй — за углы скатов с одной стороны палатки, прикладывая их к коньковым проушинам, затем с другой стороны делают тоже самое. Совместив края скатов и конёк палатки, ту же операцию проделывают с углами пола с одной и с другой стороны. Палатку, сложенную широкой полосой, скатывают в рулон и убирают в специальный мешок (чехол).

Костер

Костер лучше всего раскладывать на старом выжженном кострище. Если такой возможности нет, то новое кострище нужно делать очень аккуратным: выжженное пятно от него останется на несколько лет. Сначала необходимо расчистить место для будущего костра: убрать всю сухую траву, шишки, мох, окопать кострище по периметру. Лопатой можно снять дерн на месте будущего костра, вынимая его «кирпичиками» высотой 5—6 см так, чтобы, в конечном итоге, получилось квадратное углубление в земле. С кирпичиками дерна можно поступить следующим образом: аккуратно разложить их по периметру кострища травой вниз, прикрыв таким образом траву по краю костра и подняв стенки ямы. Снятый с кострища дерн можно и просто положить в тень травой вниз и полить водой, —- но в обоих случаях этим снятым

травяным слоем закрывают выгоревшую яму.

Для зимнего кострища сперва нужно расчистить снег, иначе костер рискует провалиться вниз. Для небольшого зимнего костра на малом привале снег можно не разгребать. Прямо на утоптанный лыжами снег кладутся рядом, вплотную друг к другу, несколько сырых жердей (не больше десяти) толщиной 6—8 см и длиной не более полутора метров. На этом помосте разводят костер. Пока прогорит помост, вы успеете вскипятить воду и обогреться.

На растопку нужно собирать сухую бересту, кору с пней и поваленных деревьев; смоляная кора хвойных деревьев очень хорошо горит, с живых хвойных деревьев можно снимать для растопки кусочки смоляных натеков. Сухие веточки для растопки лучше отламывать у комля ели: они наиболее сухие и горючие. Сушняк, поднятый с земли, не годится для растопки: как правило, он влажноват, — но прекрасно подойдет для поддержания огня. Для растопки в дождь хорошо использовать сердцевину сухих поленьев. Расколов их вдоль, нужно настругать щепочек из середины. Щепки, отколотые от старого горелого соснового пня, вспыхнут моментально: они насквозь смоляные, их нужно только измельчить. Из сердцевины сухого полешка можно наколоть лучинок, на которых легкими ударами топорика сделать много небольших зарубок. Эти «мохнатые» палочки — прекрасное средство для растопки.

*НЕЛЬЗЯ РАЗВОДИТЬ КОСТЕР под РАСКИДИСТЫМ ДЕРЕВОМ НЕПОСРЕДСТВЕННО под ВЕТКАМИ: они ОБГОРЯТ и ПОГИБНУТ. Зимой огонь ПОД ДЕРЕВОМ РАСТОПИТ СНЕГ, ЛЕЖАЩИЙ НА ВЕТВЯХ, ТОТ ПЛЮХНЕТСЯ ПРЯМО В КОСТЕР И ЗАГАСИТ ЕГО. **НЕ** СТОИТ РАЗЖИГАТЬ ОГОНЬ НЕПОСРЕДСТВЕННО НА БОЛЬШИХ КАМНЯХ ИЛИ ОЧЕНЬ БЛИЗКО ОТ НИХ: ОТ ЖАРА КАМНИ МОГУТ ТРЕСНУТЬ И ПОРАНИТЬ КОГО-НИБУДЬ ОСКОЛКАМИ. НЕЛЬЗЯ РАЗВОДИТЬ КОСТЕР НА СУХОЙ ТРАВЕ, МХУ, ВБЛИЗИ хвойных МОЛОДЫХ ДЕРЕВЬЕВ, КОТОРЫЕ ГОРЯТ КАК ФАКЕЛ. НЕЛЬЗЯ РАЗЖИГАТЬ КОСТЕР НА ТОРФЯНИКЕ, ГДЕ, КАК БЫ ВЫ НИ ЗАЛИВАЛИ ПЛАМЯ, ОНО УЙДЕТ В ГЛУБИНУ И БУДЕТ ТЛЕТЬ, ПОКА ЧЕРЕЗ ПАРУ ДНЕЙ НЕ ВСПЫХНЕТ ПОЖАР.*

Дрова для костра годятся, в принципе, любые. Самыми жаркими считаются березовые поленья, но найти в лесу сухую березу можно не всегда. Сосновые дрова тоже очень хороши: горят достаточно жарко и не «стреляют» искрами. Еловые поленья иногда устраивают «стрельбу», особенно этим отличаются еловые лапы. Сухие полешки осины, ивы и тополя — подходящее для костра топливо, как, впрочем, почти все лиственные деревья. Но на практике, в особенности в спешке, в дождь, в потемках вряд ли вы будете сортировать собираемый сущняк. Не следует брать сырые и гнилые поленья, а остальное — уж как-нибудь, да сгорит! Разумеется, брать можно только сушняк, поваленные деревья, хворост, можно расколоть пень. Валить даже сухое дерево можно, только имея разрешение лесничества. Но если уж назрела такая необходимость свалить дерево, надо направить его падение в нужную сторону. Выбрав направление падения дерева, необходимо сделать топором выруб на этой стороне ствола приблизительно на 1/5—1/4 ствола вглубь. После этого с противоположной стороны начинают пилить ствол параллельно земле и на 10—15 см выше сделанного выруба. И «пилите, Шура, пилите», пока не завалите дерево. Помните, что,

срубая дерево, растущее на влажной, болотистой почве, нужно оставлять длинный пень, потому что комель этого дерева сырой. Валить дерево всегда нужно в сторону его наклона, если таковой имеется. Защита костра от ветра может производиться несколькими способами. Складываются ветрозащитные стенки из сучьев, положенных один на другой между четырьмя забитыми в землю кольями, или из достаточно крупных камней, если такие имеются поблизости. В случае недостатка времени или отсутствия материалов для возведения стенки, двое ребят стоят, держа в руках одеяло или тент от палатки, и прикрывают костер от ветра. Тент от палатки можно одним концом прижимать ногой к земле, а верхний угол удерживать рукой — это удобнее. Следите за костром, чтобы не «лизнул» одеяло или тент. Все эти способы нужны при сильном ветре, чтобы не задувало костер.

Помните: при сильном порыве ветра пламя может переметнутся НА БЛИЖАЙШИЕ ПРЕДМЕТЫ И ТРАВУ. БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ КОСТЕР БЕЗ ПРИСМОТРА! ЗАНЯВШУЮСЯ ТРАВУ ГАСЯТ ОДЕЯЛОМ, БРОСИВ ЕГО НА ОГОНЬ, И ЗАТАПТЫВАЮТ. ОДЕЯЛО СИЛЬНО НЕ ПОСТРАДАЕТ, НО, КОНЕЧНО, ИСПАЧКАЕТСЯ, ОДНАКО ЛУЧШЕ НЕБОЛЬШОЙ УРОН, ЧЕМ ПОТЕРЯ ВСЕХ ВЕЩЕЙ ИЛИ ДАЖЕ ЛЕСНОЙ ПОЖАР. помните, что сухая палатка полностью сгорает за полминуты, И ДАЖЕ МОКРАЯ НЕ НАМНОГО ДОЛЬШЕ ПРОМУЧАЕТСЯ.

При растопке в дождь на влажную землю сперва укладывают слой сухих веток, на них устраивают шалашик из тоненьких щепок или веточек, внутрь которого помещают кусок мятой сухой бумаги, смолы; можно снять бересту с поваленного дерева — она тоже хорошо горит. Над костром двое туристов держат тент от палатки, защищая огонь от дождя, пока пламя не разгорится. Нельзя, как только разгорится растопка, сразу же подкладывать толстое полено: оно потушит костер и все придется начинать по новой. Поэтому подкладывайте постепенно веточки потоньше. Для разгорания костра можно использовать потоки воздуха, помахивая фанеркой или вращая полотенцем по направлению к костру.

НЕ ПРИМЕНЯЙТЕ ДЛЯ РАСТОПКИ ЛЕГКОВОСПЛАМЕНЯЮЩИЕСЯ И ВЗРЫВООПАСНЫЕ ВЕЩЕСТВА, В КРАЙНЕМ СЛУЧАЕ МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ ТАБЛЕТКИ СУХОГО ТОПЛИВА. БЕНЗИН, КОТОРЫЙ ВЫПЛЕСКИВАЮТ НА ТЛЕЮЩЕЕ ПОЛЕНО, МОЖЕТ ВСПЫХНУТЬ ТАК, ЧТО ОБОЖЖЕТ СТОЯЩИХ РЯДОМ ЛЮДЕЙ.

Типы костров

Шалаш (рис. 3) — один из самых простых и распространенных типов костра. Его можно складывать, используя только небольшие сучья, хворост и валежник. Недостатки его в том, что он дает немного тепла, требует постоянного подкладывания дров. Удобен для приготовления пищи. Для ночного обогрева непригоден.

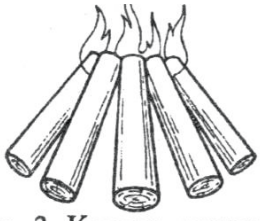
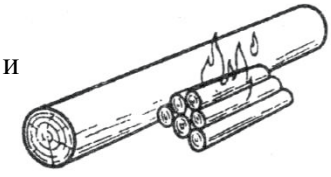


Рис. 3. Костер «шалаш»

Простой костер (рис. 4) — самый примитивный способ. Сучья и



поленья укладывают рядом, параллельно друг другу. Костер быстро складывается, пригоден для сухой погоды при несильном ветре, для приготовления пищи. Зона обогрева небольшая. Горящие сучья, положенные один на другой, могут раскатиться и запалить траву.

Звездный (рис. 5) — поленья раскладываются «звездой». Этот костер достаточно жаркий, годится для приготовления еды и сушки одежды. Не требует постоянного подкладывания дров. Для ночлега непригоден, однако на нем можно жарить пищу на сковороде.

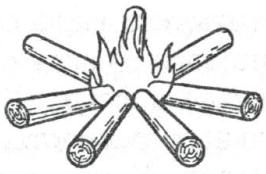


Рис. 5. Костер «звездный»

Колодец (рис. 6) — в этом варианте костер складывается из поленьев разной толщины: внизу два толстых полена, потом два поленца потоньше и т. д. Этот тип костра очень жаркий, от него остается много углей, в которых можно запечь рыбу. Возле него можно обогреться всей группой и высушить одежду, пока готовится обед. Складывать колодец лучше так, чтобы нижние поленья лежали параллельно ветру, в таком случае ветер будет сам его раздувать. Для ночлега возле костра непригоден.

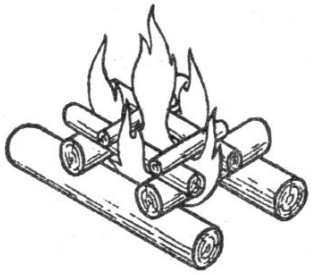
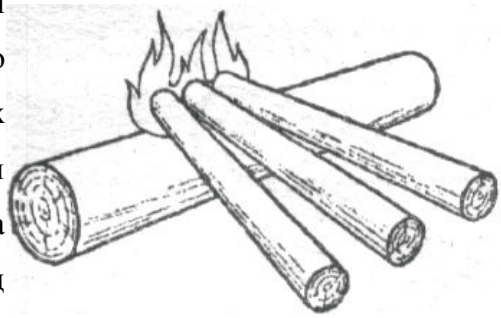
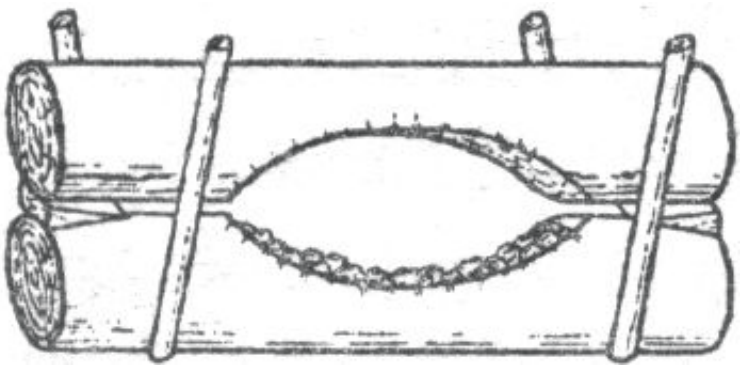


Рис. 6. Костер «колодец»

Таежный (рис. 7) — этот костер универсален. На нем можно приготовить пищу, а потом устроить возле него ночлег. Требует толстых больших поленьев до трех метров длиной. Обыкновенно 3—5 поленьев кладутся одним концом на одно или два полена, лежащие на земле. Поленья, лежащие сверху, располагаются под острым углом друг к другу. Этот костер способен гореть всю ночь. Только иногда приходится пододвигать поленья в костер по мере сгорания. Нижнее полено нужно брать потолще, и желательно, чтоб оно было влажным. Костер разводится так, чтобы горели концы поленьев, соединенные на бревне.



Нодья (рис. 8) — костер для зимней ночевки без палатки. Пищу на нем приготовить нельзя. Этот костер не горит пламенем, а только тлеет. Для нодьи необходимо найти два толстых бревна или распилить одно толстое бревно пополам, причем верхнее сечение бревна должно иметь диаметр не меньше 20 см. В длину эти поленья желательно срубать больше роста человека, укладывающегося вдоль костра. Ни в коем случае нельзя использовать для нодьи пихтовые стволы, вы можете не заметить, как ваша одежда займется от костра. Лучшее топливо для нодьи — сосна. Кедр тоже замечательный материал для такого костра, но и он не встречается в

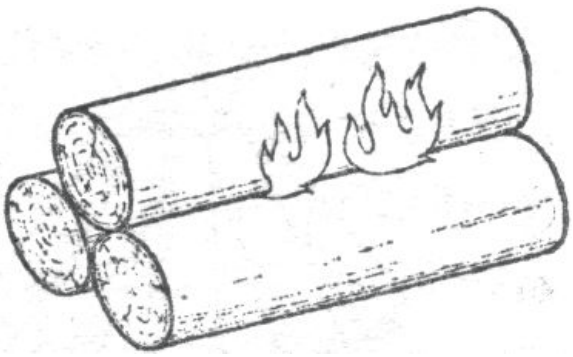


нашем регионе. Одно из заготовленных бревен (более толстое) кладется на землю, зимой — на утоптанный лыжами снег. По его краям с обеих сторон вбиваются вплотную к нему прочные колья, они будут удерживать верхнее бревно. Топориком на той поверхности бревен, которой предстоит соприкасаться, делаются мелкие насечки, чтобы вздыбившаяся кора и щепки служили дополнительной растопкой нодьи. Между нижним и верхним бревнами по торцам устанавливаются клинья, которые регулируют расстояние между бревнами. Это нужно для растопки и контроля скорости сгорания на первое время, пока нодья не сильно выгорела. Разжигание нодьи производят следующим образом: в щель между бревнами запихивают угли от костра, на котором готовили ужин, и раздувают их. После того, как бревна загорятся и выгорит некоторое количество древесины, полученные угли и золу выметают оттуда лапником или сухой веткой. После этого нодья дает равномерное тепло, постепенно тлеет и увеличивает просвет между бревнами. Вдоль нодьи на расстоянии, не превышающем метра, укладывается параллельно ей сырое бревно, которое будет предохранять спящего от скатывания в костер. За этим бревном (на худой конец, суком, жердью) устраивается постель из лапника, или кладется надувной матрац или спальник. Для создания большего комфорта человеку, ночующему возле нодьи, следует сделать «отражатель», растянув полотнище ткани за лежанкой, с противоположной от костра стороны. Делают также снеговые «полухижины»: устанавливаются деревянные стойки с перекладиной, на перекладину под наклоном кладутся жерди или лыжи, другим концом воткнутые в снег, и на этой основе делается *снежный дом.* Из соображений безопасности, если вы ночуете у костра, не стоит забираться в спальник — им лучше только накрыться, в случае возгорания его можно легко сбросить. То же — с верхней одеждой: лучше накрыться курткой или пуховиком, т. к. снять горящую одежду, как уже говорилось выше, задача не из

легких, в особенности спросонья.

Нодья — это единственный тип костра, который можно разводить прямо на глубоком снегу без поддона. Жар пламени выходит по бокам, между бревнами, параллельно снегу и почти не растапливает его.

Алтайская нодья (рис. 9) — в отличие от классической нодьи, не может располагаться прямо на снегу. Служит для ночного обогрева, малопригодна для приготовления пищи. Складывают из трех бревен. Два бревна рядом параллельно укладывают на земле, третье кладется на них сверху вдоль. В этом случае угли от костра, на котором готовился ужин, рассыпают в линию так, чтобы они оказались между нижними бревнами, а потом уже укладывают бревна, запихивают между ними сухую растопку — веточки, мох и т. п., и накрывают это третьим бревном. Для такой нодьи не нужно вбивать по краям колья, Этот костер примерно половину своего времени горения горит пламенем, а затем, когда расстояние между бревнами выгорит, начинает тлеть как классическая нодья. Этот тип костра горит быстрее, чем простая нодья, не исключена вероятность того, что ночью придется подкладывать в него бревно. В Алтайском крае произрастает много кедров, и алтайскую нодью там складывают чаще всего из сухих стволов кедра. Название «алтайская» вовсе не означает, что такой тип костра не актуален в нашем регионе, но классическая нодья медленнее горит и проще в построении.



Костер на сетке (рис. 10). Чтобы не оставлять на земле выжженных пятен, некоторые, особенно эстетствующие туристы пользуются «гамаком», металлической сеткой, натягивающейся на трех, а лучше четырех, не далеко стоящих деревьях; этот костер также удобен зимой. Оттяжки натягиваются как и у палатки — по диагоналям сетки, хотя бы с одной стороны. Тросики, отходящие от углов сетки, на расстоянии 10—15 см от нее проводятся через распорки,

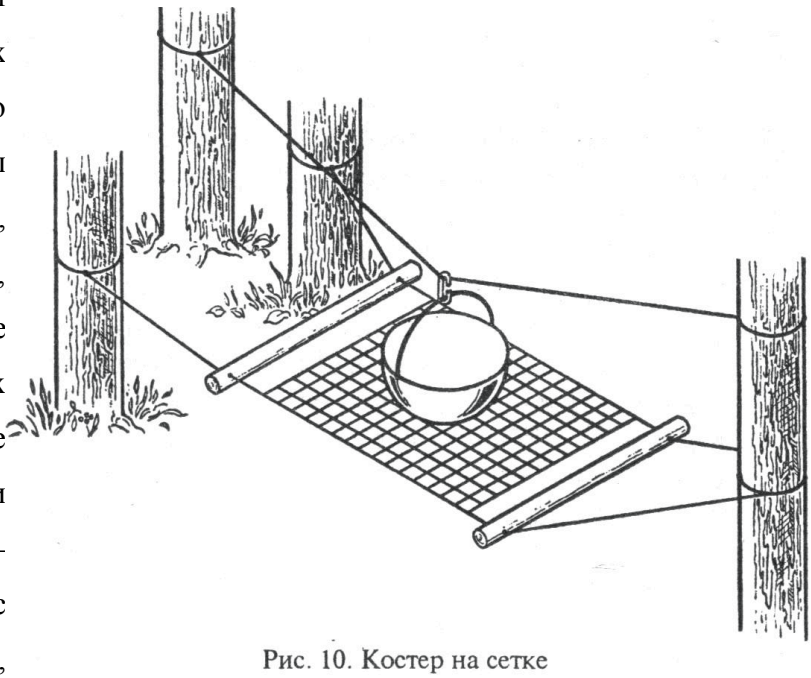


Рис. 10. Костер на сетке

служащие гарантом расправленного положения сетки. Это могут быть дюралевые трубки или деревянные жердочки с отверстиями, высверленными недалеко от концов. Сетка может быть натянута между двумя деревьями, имеющими широкие стволы, при условии, что к каждому дереву тросики будут подтянуты с разных сторон, как бы обнимая ствол. С костром на сетке, расположенной между двумя опорами, нужно обращаться очень осторожно во избежание риска переворота «гамака» и высыпания горящей массы. Над сеткой натягивается металлический тросик; если длины тросика не хватает, его наращивают крепкой веревкой узлом «проводник» (см. *Узлы)* — главное, чтобы веревка не находилась над костром во избежание перегорания. Сетка имеет величину приблизительно 50х70 см, сплетена из тонкой проволоки диаметром около 1 мм и размером ячейки приблизительно 10 мм. Земля под сеткой обязательно расчищается от сухой травы, листьев и хвои, всего, что может вспыхнуть от провалившегося сквозь сетку уголька.

Небольшой очаг для того, чтобы вскипятить чай или подогреть банку консервов, можно смастерить из пустой консервной банки. Крышка удаляется, на банке делается один разрез вдоль и два боковых разреза, как показано на рис. 11, жестяные крылья отворачиваются и получается ***мини-очаг,*** на который можно ставить кружку. Для того, чтобы банка не касалась земли и была устойчива, ее устанавливают на камнях или колышках. Впоследствии этой же самоделкой можно пользоваться как подсвечником. Топится такой мини-очаг таблетками сухого спирта. На литровую алюминиевую кружку воды понадобится от двух до четырех таблеток сухого горючего.

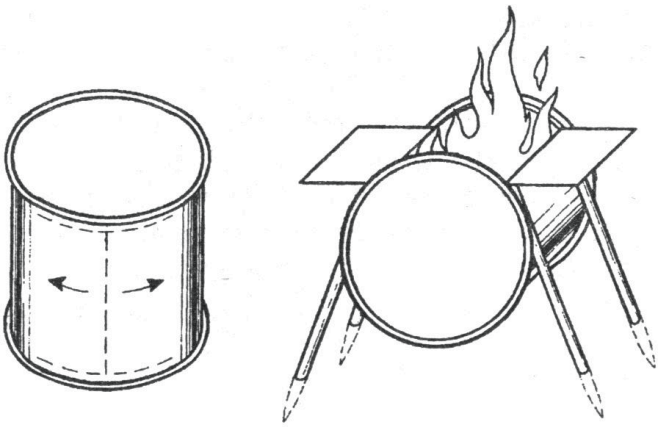


Рис. 11. Мини-очаг

Вода

Нельзя пользоваться водой из открытых водоемов -- озер, рек, ручьев - вблизи от населенных пунктов, полей и пастбищ, а также ниже по течению от этих объектов. Особенно это опасно осенью, когда дожди смывают грязь и химикаты с полей в водоемы, и весной, когда ту же процедуру повторяет тающий снег. Туристы-водники должны иметь с собой канистру чистой воды емкостью 5—10 л.

Во время пути нежелательно пить даже при сильной жажде. Пить хотеться будет не меньше, а выпитая влага моментально выйдет потом. На малых привалах вместо питья

лучше пожевать сухофрукты, если есть возможность — освежить рот лесными ягодами, сорванными неподалеку, пожевать листики кислицы или прополоскать рот, но не пить.

Воду, взятую из любого источника, будь то колодец, колонка или открытый водоем, нужно обязательно кипятить. Теоретически, может обойтись без кипячения только родниковая вода, взятая у самого выхода ее на поверхность, однако, как подсказывает опыт, и ее прокипятить не мешает. Вместо кипячения воду можно протравить кристаллами марганцовки или квасцами, при таком способе вода должна выстаиваться не меньше часа. Это дезинфицирует воду, но придает ей некоторый (довольно неприятный) привкус, что является лишним доводом в пользу кипячения. Для того, чтобы смягчить привкус марганцовки, в воду, после того, как она выстоится и будет слита, можно добавить небольшое количество лимонной кислоты.

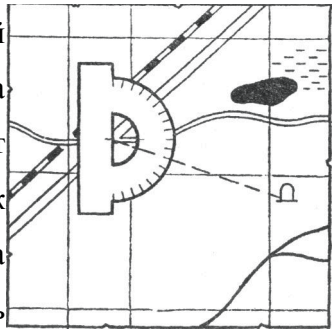
Для добывания воды в местах с отсутствием водоемов есть разные способы. При наличии влажной почвы под ногами (например, заболачивающаяся местность) достаточно вырыть в земле ямку глубиной до 50 см и шириной, допускающей погружение котелка, ведерка или кружки. Рыть яму необходимо в хорошем темпе, чтобы ее стенки не успели раскваситься. Затем нужно дождаться, когда ямка наполнится мутной водой, — ждать придется, возможно, достаточно долго. После этого начинайте вычерпывать мутную, грязную воду, и постепенно жидкость в яме начнет светлеть. Когда она, на ваш взгляд, станет достаточно привлекательной и прозрачной, можете ее набирать. Вода, собранная таким способом, подлежит обязательному и длительному кипячению. Употребление ее в некипяченом виде чревато страшными кишечными и желудочными заболеваниями, кроме того, представляется возможность внедрения глистов. Если нет возможности кипятить воду (отсутствие подходящей для огня посуды, нет возможности разложить костер и др.), нет в наличии квасцов или марганцовки, можно, в крайнем случае, воспользоваться фитонцидными свойствами некоторых растений. Листья черемухи или лапы можжевельника, заполнившие котелок с водой, обеззаразят содержимое котелка, но не менее чем за 12 часов.

Небольшое количество чистой воды-конденсата можно получить в обычном лиственном лесу. На большую ветвь с множеством листьев надевается достаточно объемный полиэтиленовый пакет и плотно завязывается у основания ветви. Все это делается прямо на дереве. Влага, испаряясь из листьев, будет стекать по стенкам мешка ко дну. Таким образом от жажды не умрешь, но и не напьешься вволю, — зато эту воду не требуется кипятить.

Ориентирование

Азимут — угол между меридианом точки наблюдения и прямой линией, проходящей через эту точку и наблюдаемый объект. Угол определяется по ходу движения часовой стрелки.

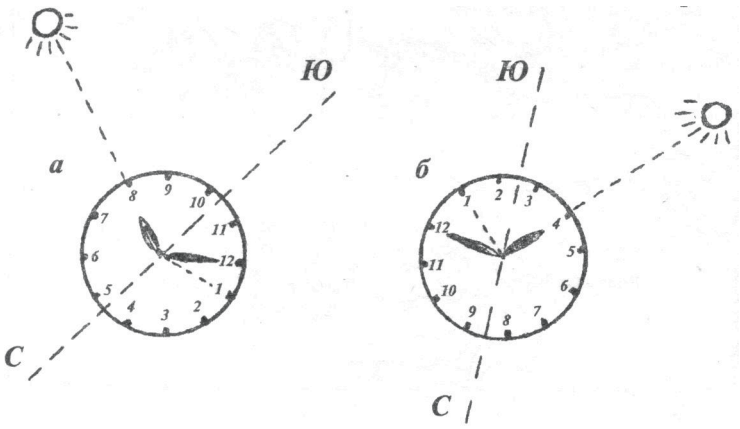
Пример прохождения по азимуту показан на рис. 12. Точка наблюдения находится на перекрестке шоссейной и проселочной дорог, определяемый объект — памятник. Эти точки соединяются на карте прямой линией, и транспортиром измеряется магнитный азимут -- угол между| меридианом магнитным и направлением на памятник из точки стояния. Получился угол 110°. Визир компаса устанавливается против деления лимба 110°, затем нужно отпустить стрелку компаса, открыв арретир (если он есть), и совместить острие магнитной стрелки с делением лимба 0°. После этого с помощью визира определяется направление на заданную точку и визируется видимый ориентир (дерево, камень и т. п.), по достижении которого с помощью компаса визируется следующий ориентир в этом направлении; в дальнейшем эта операция повторяется до прихода к намеченной цели.



Разбив путь на небольшие отрезки, при движении по азимуту можно сильно отклониться от намеченной цели, поэтому встречающиеся крупные препятствия обходят по квадрату, отсчитывая расстояние шагами. Например, нужно обойти небольшое озеро, лежащее прямо перед путником на линии взятого азимута. Путешественник разворачивается на 90° направо (или налево, в зависимости от того, где можно пройти, — при первом повороте налево все дальнейшие повороты будут направо) и движется в этом направлении до края озера, отсчитав, скажем, 200 шагов, затем совершает поворот налево на 90° и движется в этом направлении; достигнув противоположного берега, путник вновь поворачивает налево на 90° и отсчитывает 200 шагов. В итоге он оказывается на линии взятого азимута с другой стороны препятствия.

Определение сторон горизонта по луне тоже возможно. Растущая (в первой четверти) луна, концы серпа которой повернуты влево, бывает на юге в 19 (по летнему .времени в 20) часов, на западе в 1(2) час ночи. Старая (в последней четверти) луна, концы серпа которой повернуты вправо, бывает на востоке в 1(2) час ночи, на юге в 7(8) часов утра. Отличить старую луну от новой — дело простое, но, если вы забыли, в какую сторону должны быть обращены концы серпа, достаточно мысленно приставить палочку к полумесяцу: если получится буква «Р» — луна растущая; когда мысленную палочку к серпу приставить не удается, а полумесяц напоминает букву «С» — луна старая.

Ориентирование по солнцу (рис. 13). Для этого вам понадобятся обычные часы со стрелками и, разумеется, солнце на небе. Направим на солнце часовую стрелку так, чтобы можно было мысленно провести прямую от центра часов через стрелку до солнца. Вторую мысленную прямую проводим из центра часов до цифры «1». До 13 (а летом до 14) часов юг находится справа от солнца, а после 13(14) — слева. В летнее время, когда переводят часы, вторую мысленную прямую проводят через цифру «2». Биссектриса полученного угла направлена на юг.



В наших северных широтах определение сторон горизонта при помощи часов и солнца бывает более или менее точным в зимнее время, летом погрешность может составлять до 20°.

Еще один способ определения сторон горизонта по солнцу, также имеющий большую погрешность в точности, заключается в следующем: человек, вставший, раскинув руки, в полдень лицом к своей тени, видит перед собой север, направление на юг находится за спиной, а тени раскинутых рук указывают на запад и восток.

Распределение обязанностей

Руководитель группы (инструктор)
Командир группы (опытный ребёнок)
Завхоз (подготовка и распределение еды, меню)
Снаряженец (подготовка и распределение группового снаряжения)
Финансист (учёт расходов, групповые деньги)
Летописец (дневник похода + подготовка отчёта)
Фотограф (снимает все узловые моменты похода, интересные объекты)
Медик (подготовка аптечки)
Ремонтник (подготовка ремнабора)

Нормы питания на одного человека (одна еда)

Крупы	70-80 г	макароны	120 г
манка	40-50 г	картофель	300-400 г
тушенка	50 г	сгущенка	30-40 г
масло сл.	20-30 г	колбаса	30-50 г
соль	5-6 г	чай	2 г
сахар	100 г/сут		

Для составления раскладки на поход нужно

1. составить меню
2. умножить норму питания 1 человека на количество людей (по каждому продукту)
3. умножить на количество дней
4. распределить продукты по людям

Аптечка

Аптечка необходима в любом, даже однодневном походе. При комплектовании аптечки нужно учитывать, что она может понадобиться не только для оказания первой помощи при травмах, но и для лечения самых различных недомоганий. При этом вес аптечки не должен превышать 1,5 кг и все лекарства должны быть герметично упакованы в водонепроницаемую оболочку.

На группу 6—8 человек, планирующую недельное путешествие, понадобится для оказания первой помощи и дальнейшего лечения травм:

бинты стерильные различной ширины — 9—10 шт.;

бинты нестерильные различной ширины — 7—8 шт.;

марля — 3—5 м;

бинты эластичные — 2 шт.;

вата медицинская — 200 г;

лейкопластырь бактерицидный — 10—12 шт., или 1—2 коробки разноразмерных фигурных

пластырей, представленных сейчас в широком ассортименте (желательно, чтобы бактерицидный лейкопластырь имел тканевую основу, т. к. при активном движении пластыря с бумажной основой хватит на 3—5 минут, после чего он разорвется или отвалится);

лейкопластырь обычный, широкий и узкий — по 1 упаковке;

ножницы медицинские — 1 шт.;

клей БФ-6 — 1 флакон;

йод в ампулах — 1 кор.;

калия перманганат (марганцовка) — 80 г;

бриллиантовая зелень (зеленка), 1%-й раствор — 15 мл;

нашатырный спирт в ампулах — 1 уп.;

сода питьевая — 100 г;

спирт медицинский — 200-300 г;

мази (фурацилиновая, синтомициновая эмульсия, борный вазелин) — по 1 тюбику (это обеззараживающие средства);

преднизолоновая (гидрокортизоновая) мазь, или флу-цинар — 1 тюбик (применяется при экземах и нейродермитах);

масло шиповника или облепихи, или каротолин — 1 фл. (применяется при ожогах);

стрептоцид белый в порошке — 30 г;

перекись водорода — 1 фл.;

мазь Вишневского — 1 фл.

Неплохо иметь в аптечке аэрозольный баллончик Sports Spray (mentholatum deep heating) — замечательное средство, применяемое при ушибах, растяжениях и вывихах как обезболивающее (нельзя распылять на открытые раны!).

Для приема внутрь берутся следующие препараты:

антибактериальные препараты сульфаниламидной группы: сульфадиметоксин по 0,5 г — 5 ул.; бисептол (септ-рин) 240 — 2 уп.;

антибиотики: ампициллин или олететрин в табл. по 0,125 или 0,25 г — всего 20—30 г;

болеутоляющие средства: анальгин - • 1 уп.; аспирин (лучше фирмы Bayer или растворимый) — 1 уп.; ношпа как спазмолитическое средство — 1 уп. (можно, в крайнем случае, заменить на бесалол или максиган); уголь активированный - - 50—60 г; корвалол (валокордин) — 1 фл.; тавегил (супрастин) — 1 уп.; витамин С растворимый — 1 уп.

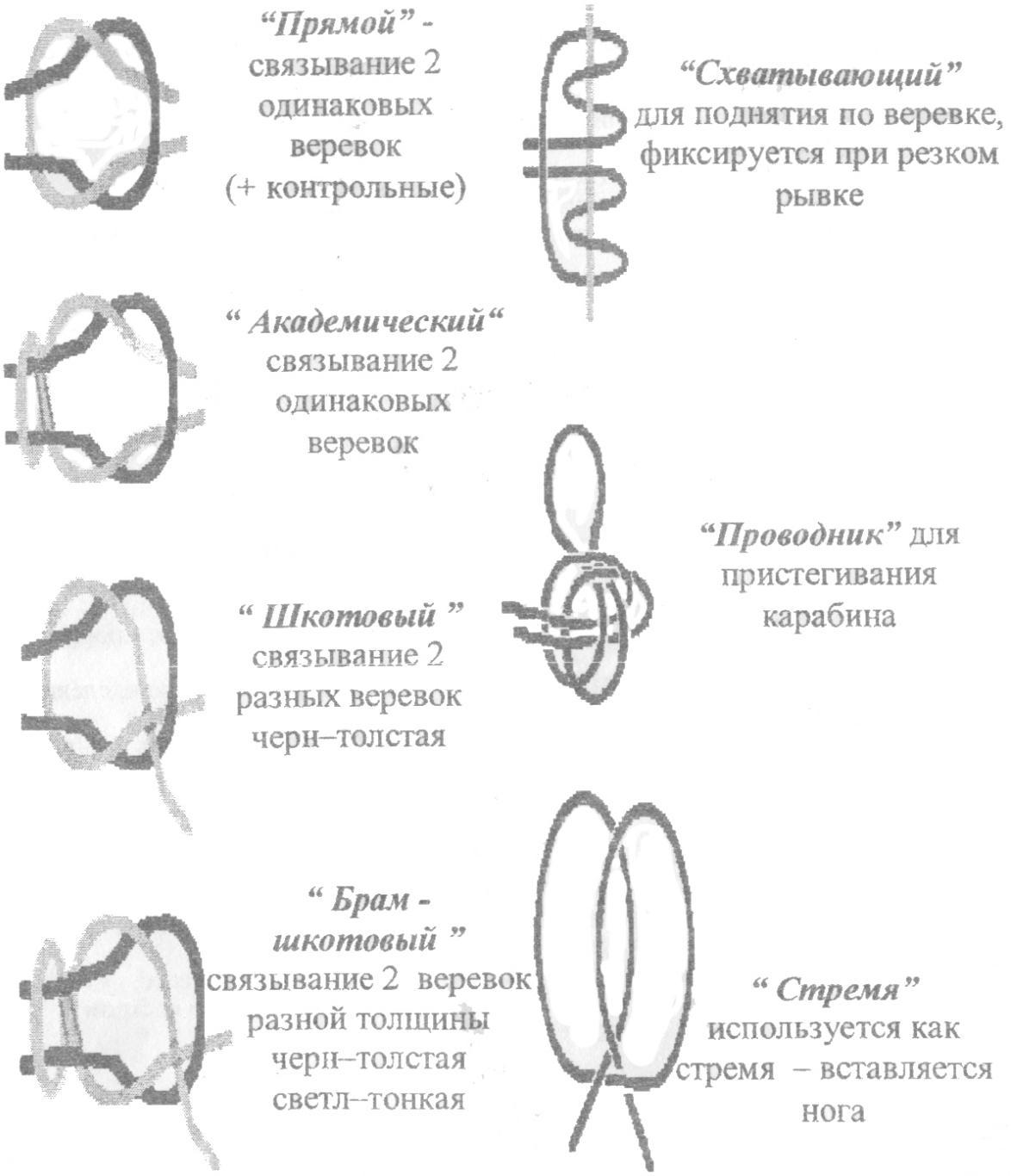
Могут понадобиться и капли для глаз: альбуцид — 1 —

2 фл.; софрадекс (это также и ушные капли) — 1 фл.

В аптечку, кроме лекарств, нужно включить термометр, (в случае, если красный спиртовой

столбик обычного стеклянного термометра стая от сотрясений выглядеть пунктирной линией, нужно опустить градусник в горячую воду и подождать, пока столбик не поднимется вверх до упора; остыв, градусник станет как новый). Кроме всего прочего, можно прихватить с собой одноразовый шприц с иглой. Как показывает практика, содержимое ампулы (например, йод или нашатырный спирт) лучше доставать с помощью шприца, чем вытряхивать его на ватку, т. к. в последнем случае легко промахнуться и посадить лишние пятна на одежду.

Узлы

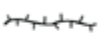


Топознаки

Ориентирование

Условные обозначения топографических карт

Постройки и искусственные сооружения

Условный знак	Значение	Условный знак	Значение
	- Жилые строения масштабные		- Жилые строения немасштабные
	- Разрушенные строения масштабные		- Разрушенные строения немасштабные
	- Постоянные стоянки юрт, чумов		- Дом лесника
	- Пасека		- Торфоразработки масштабные
	- Торфоразработки немасштабные		- Радио и телемачты
	- Вышка легкого типа		- Водяная мельница,лесопилка
	- Ветряная мельница		- Метеостанция
	- Геодезический пункт		- Церковь
	- Часовня		- Кладбища масштабные
	- Кладбища немасштабные		- Памятники на братских могилах
	- Памятник		- Мазары, субурганы, обо(мусульманские могилы)
	- Колодец		- Колодец с ветряным двигателем
	- Колодец с журавлем		- Источник(ключ, родник)
	- Границы государственных заповедников		- Каменные кирпичные стены и металлические ограды

- Линии электропередач на деревянных опорах

- Линии электропередач на металлических или железобетонных опорах

- Железные дороги двупутные

- Броды (в числителе - глубина брода в м. в знаменателе качество дна

- Шоссе с мостом

- Шоссе с трубой

- Перевал на шоссе

- Дорога грунтовая

- Лесная дорога

- Тропа

- Квартальная просека

- Визирка

- Зимняя дорога

Растительность

- Узкая полоса леса (2-ср высота в м)

- Кустарник

- Фруктовый сад

- Смешанный лес

- Хвойный лес

- Лиственный лес

- Отдельно стоящее хвойное дерево

- Редкий лес

- Бурелом

- Лес горелый , сухостойный.

- Лес вырубленный

- Луг с растительностью ниже 1 м

- Высокотравье

- Камышовые и тросниковые заросли

Рельеф

- Болота непроходимые

- Болота проходимые

- Солончаки непроходимые

- Солончаки проходимые

- Ручей, река шире 5 м

- Ручей, река уже 5 м

- Горизонтали основные

- Вход в пещеру, грот

- Камни отдельные

- Скопление камней

- Курган или бугор масштабные

- Курганы или бургу немасштабные

- Обрывы масштабные

- Обрывы, бараньи лба

- Ямы масштабные

- Ямы немасштабные

- Карниз скальный

- Карниз снежный

- Кулуар

- Полугоризонтали