

Общественная организация «Нижегородский областной туристский клуб» (ОО «НОТК»)

Специализированное структурное образовательное подразделение ОО «НОТК»

«Личное и групповое неспециальное снаряжение для походов».

Выполнил:
Шунин Олег Юрьевич

Обучающийся по программе:
Повышения квалификации «Руководитель детского туристско-краеведческого объединения по направлению «Юные туристы-спасатели».

Н.Новгород 2021 -2022 год

Снаряжение, используемое в походных условиях принято делить на личное, групповое и специальное.

Личное снаряжение это все то, что нужно лично каждому туристу - носильные вещи, спальные принадлежности, предметы личной гигиены и некоторые другие предметы индивидуального пользования (кружка, ложка, миска, рюкзак и т.п.).

Групповое снаряжение это то, без чего нельзя обойтись в походе туристской группе - палатки, посуда для варки еды, топоры, пилы, маршрутные материалы, байдарки и другие предметы коллективного пользования.

К специальному снаряжению могут относиться предметы как группового, так и личного пользования, необходимость которых вызвана спецификой того или иного способа передвижения (спасательные жилеты, веревки, ледорубы и т.п.).

Общие требования к туристскому снаряжению: безопасность эксплуатации, прочность, минимальный вес и объем, простота в использовании, многофункциональность, комфортность, гигиеничность, эстетичность.

Туристское снаряжение — предметы и материалы для передвижения и организации быта в походных условиях.

Личное



Групповое



Специальное



От того, как экипирован турист, во многом зависит его комфорт, удобство, настроение, здоровье и, в конечном итоге, успех путешествия.

Основное требование к одежде – это не допустить перегрева организма во время движения и охлаждения во время ночлегов, стоянок, привалов.

При этом при комплектации одежды для активного отдыха должен соблюдаться принцип трех слоев. Главный секрет его – в правильном подборе материалов, из которых состоит одежда. Необходимо, чтобы самый **первый** слой отводил излишнюю влагу от тела, **второй** – проводил отведенную сырость дальше и сохранял тепло, а **третий** – выпускал конденсат наружу, не промокал и не продувался.



Базовый - первый слой одежды

- Теплосберегающее (греющее)

Как правило сделано полностью или с большим процентом (80/20) натуральных материалов (шерсть, кашемир, хлопок, шелк или их комбинации). Такое белье создает воздушную прослойку, которая нагревается телом до комфортной температуры и служит барьером между холодной внешней средой и кожей.

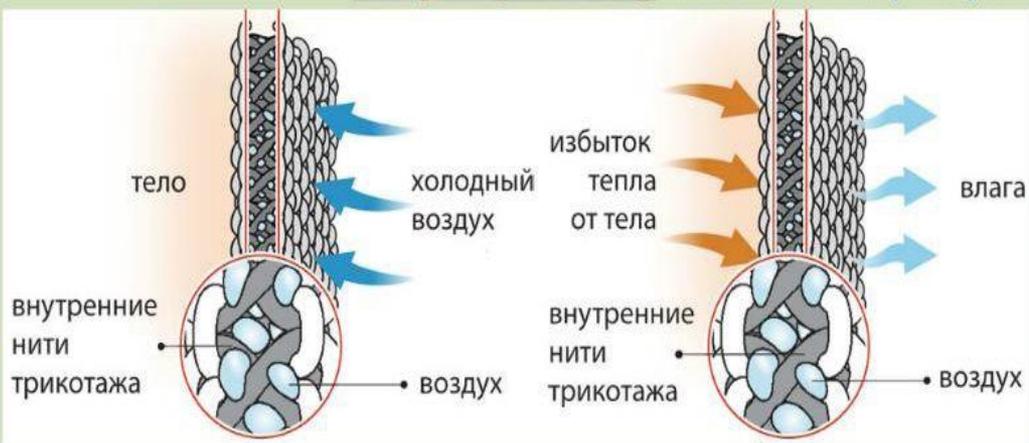
Этот тип термобелья хорош для невысокой активности и/или пребывания в условиях холодной и очень холодной погоды.

Когда главная задача — согреться! Оно не так хорошо отводит влагу и не так быстро сохнет, поскольку него другие приоритетные задачи.



- Влаговыводящее (функциональное)

Создается из полностью синтетических материалов и предназначено для того, чтобы эффективно отводить влагу (пот) от тела. Сам материал при этом вообще не впитывает влагу, а просто проводит ее сквозь себя и именно поэтому максимально быстро сохнет, предотвращая остывание организма. Важно понимать, что тепло тела оно удерживает слабо и уж тем более не греет. Эти термухи можно использовать и при активности в жарких условиях, без верхнего слоя.

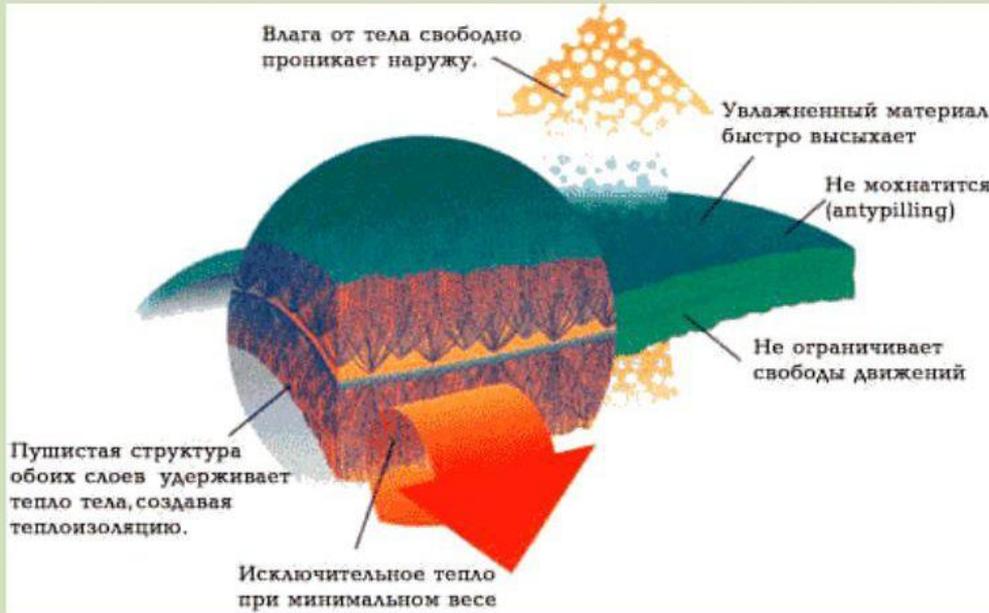


Благодаря все тому же механизму отведения влаги они защитят от перегрева во время нагрузки и от переохлаждения после ее окончания.

Средний - второй слой одежды

- Полары (модели из флисовых тканей)

Классика среднего слоя. Одним из главных достоинств полара является его способность эффективно транспортировать влагу, как в виде водяного пара, так и в виде жидкости от термобелья к следующему слою. То есть главное преимущество — они очень «дышащие».



- Внутренние куртки и жилеты с синтетическим утеплителем

Такие куртки обладают существенно большей теплоизоляцией на единицу веса, чем флисовые полары. К тому же они еще менее уязвимы к влаге — их сложнее намочить, но даже намочнув, они не слишком теряют в теплоизоляции.

Почти полная непродуваемость таких курток позволяет использовать их в качестве верхнего ветрозащитного слоя в условиях слабых осадков. Компактность и легкий вес — еще один плюс. Главный недостаток по сравнению с классическим поларом — меньшая паропроницаемость, как обратная сторона ветрозащитности.

Верхний – третий, защитный слой одежды

Защитный слой первым встречает непогоду, противостоять ей — его основная задача. Условно разделим верхнюю одежду на ту, которая предназначена для защиты в условиях сильной непогоды (шквальный ветер, сильный дождь, снегопад, стопроцентная влажность) и умеренного воздействия природных сил (ветренная погода, морозящий дождь, легкий снег).

Как правило, в туристическом походе, третий - верхний слой одежды представляет собой комплект из куртки и штанов, обладающих в той или иной мере водо- и ветрозащитными способностями.



**ВОДОНЕПРОНИЦАЕМЫЕ
СВОЙСТВА**



**СОХРАНЕНИЕ
ТЕПЛА**



**ДЫШАЩИЕ
СВОЙСТВА**

Обувь в зависимости от вида перемещения необходима прочная и желательно водонепроницаемая. Кроме походной обуви необходимо иметь бивачную сменную обувь, чтобы ноги отдыхали. Это могут быть тапки или кроссовки.

Требования к обуви: Плотно и мягко охватывает голеностоп и стопу, идеально сидит на ноге, прочно сшита и склеена, имеет хорошее сцепление с различными поверхностями.



туристические сандалии



трейловые кроссовки



треккинговые ботинки



хайкинговые кроссовки



хайкинговые ботинки



ботинки для горного туризма



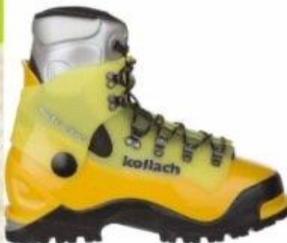
высотные альпинистские ботинки



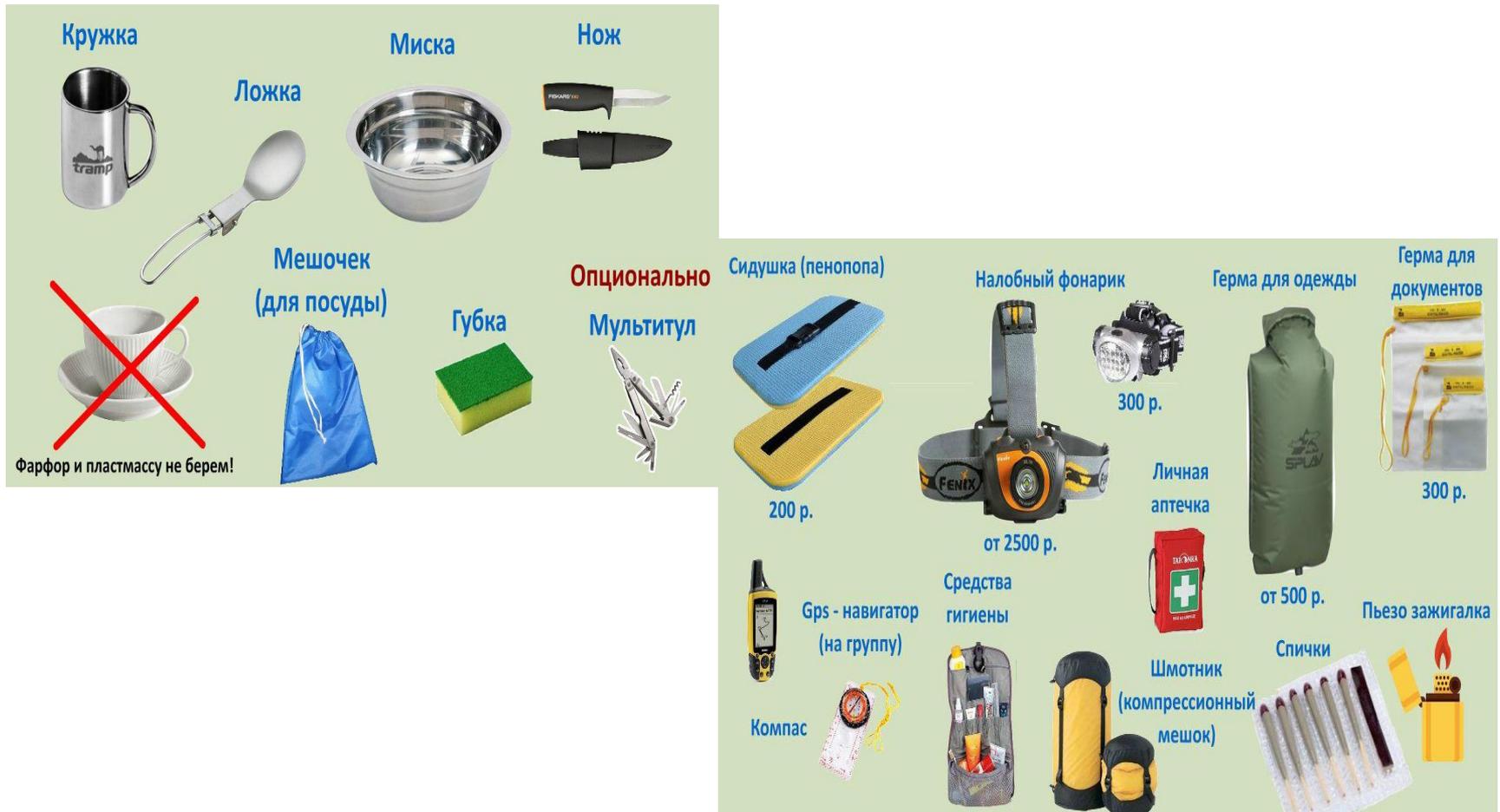
альпинистские ботинки



зимние туристические ботинки



Личные мелочи – это кружка, ложка, миска, нож, индивидуальные средства гигиены, туалетные принадлежности, компас, фотоаппарат, очки, пенополиуретановый коврик для сна и маленький для сидения и многое другое. Количество мелочей, как правило, обратно пропорционально сложности и длительности путешествия.



Самая необходимая для туриста вещь это рюкзак, он должен быть вместительным, удобным, легким. Рюкзаки делятся на разные группы, но основное деление – это объем, измеряемый в литрах. Для выезда на один день на природу подойдет рюкзак – от 18 до 25л. Для непродолжительных походов - от 30 до 55л. Для продолжительных походов - от 60 до 90л, экспедиционные рюкзаки для длительных походов имеют объем от 100 до 140 л.



Наиболее удобные из рюкзаков – анатомические. При использовании обычного рюкзака вся его тяжесть ложится на плечи несущего, а при использовании анатомического, имеющего широкий пояс, часть нагрузки распределяется на поясницу, уменьшая нагрузку на плечи. В анатомическом рюкзаке центр его тяжести находится ближе к спине, благодаря чему уменьшается плечо силы тяжести рюкзака и его опрокидывающий момент.



Рюкзак необходимо подогнать лямки так, чтобы он сидел удобно.

Правильная длина спинки определяется следующим образом. Наденьте рюкзак и застегните поясной ремень так, чтобы верхняя часть его подушек приходилась на гребни тазовых костей.



✓ Правильное место крепления «противооткидов»



✗ Так плечевые лямки будут деформироваться



✓ Правильное (умеренное) натяжение «противооткидов»



✗ Чрезмерное натяжение «противооткидов»



Правильная укладка рюкзака—важное умение. Главное правило при укладке: тяжелое—вниз, мягкое—к спине, объемное—наверх, предметы первой необходимости—в карманы. Укладка должна гарантировать устойчивое равновесие рюкзака на спине. Тут помогут разноцветные полиэтиленовые мешочки с вещами. Такая упаковка (в одном мешке — носки, в другом — туалетные принадлежности, в третьем — обувь и т.п.) поможет и быстро найти нужные вещи, не перекапывая весь рюкзак, и обеспечит надежность — вещи не будут при тряске сбиваться, перемещаться в рюкзаке, греметь и брэнчать на ходу. Не следует загружать задний карман консервными банками, топором, обвешивать рюкзак ведрами, обувью, пакетами с продуктами и т.д. Все вещи должны быть убраны внутрь.



В состав группового снаряжения обычно входит: медицинская аптечка, походный ремонтный набор, маршрутные карты, костровые принадлежности, котелки и другие предметы общего пользования.

Посуда - это набор котлов, как правило трёх, которые вставляются один в другой. Лучше всего если они сделаны из нержавеющей стали. Разделочные доски, ножи, половники, моющие средства.

Костровое хозяйство – это набор из стального троса длиной до 5 м и толщиной не менее 3 мм и набора крючьев, закрепленных на тросе или таганков, топор, пила, горелки - газовые, бензиновые, мультитопливные.



В безлесных зонах используют горелки.

Газовые



Бензиновые



Мультитопливные



Газовые баллоны для горелок:

клапанного типа (easy click)

резьбовым (eri-gaz)

цанговым



Газовая горелка

Достоинства

- Применяющиеся газовые смеси имеют очень высокую энергетическую ценность порядка 11 900 ккал/кг — выше, чем у бензина и керосина, что обеспечивает их **относительно низкий расход**.
- Производители заботятся о чистоте продаваемого ими топлива — **горелка не забивается посторонними примесями, что снимает вопрос о её сложном техническом обслуживании**.
- Газ не требует обязательного предварительного прогрева, благодаря чему конструкция горелки заметно упрощается. Это обуславливает её **малый вес и лёгкость в обращении** — просто подсоедини горелку к баллону, открой клапан и подожги.
- Газ **не коптит и сгорает без запаха**, побочными продуктами его горения являются лишь оксиды углерода (угарный и углекислый газ) и водяной пар.

Недостатки

- Некогда ключевой недостаток туристических газовых горелок заключался в нестабильной работе в условиях, когда столбик термометра опускался сильно ниже нуля.
- Ключевая проблема эксплуатации газовых горелок кроется в самих баллонах и сводится к **высокому удельному весу ёмкости относительно веса вмещающегося в него топлива**.
- По мере выхода газа из баллона, давление внутри него падает, что вызывает **нестабильную работу горелки при небольшом количестве топлива в ёмкости**.
- Не стоит забывать и о **сравнительно высокой стоимости газа** для портативных туристических горелок.
- Из-за высокого давления внутри ёмкости, **газовые баллоны запрещены к провозу в самолётах**.



Учитывая широту современного ассортимента газовых горелок, сложно себе представить, что длительное время они были аутсайдерами среди портативного топливного оборудования. Проблема крылась в самом газе. Лишь в 1989 году компания [MSR](#) начала продажу баллонов с газовой смесью, содержащей изобутан, пропан и бутан. Все составляющие её газы имели разные температуры кипения, что обеспечило стабильную работу горелок в широком диапазоне температур и на разных высотах. Несмотря на разнообразие конструкций туристических газовых горелок, все они наделены общими для всего класса эксплуатационными плюсами и минусами, которые диктуются самим топливом.

Достоинства

- хорошо работает даже на сильном морозе;
- безотказна на экстремальных высотах;
- доступное топливо – бензин, который можно купить практически везде, а также керосин, дизельное и авиатопливо;
- дешевое топливо (бензин и пр. гораздо дешевле, чем газ);
- мощность в 1,5-2 раза сильнее, чем у газовой горелки;
- легкая тара, которую можно после использования сжечь на костре.

Недостатки

- более высокая стоимость жидкотопливных горелок, чем газовых;
- большой вес, чем у газовых горелок;
- требует определенных навыков в обращении;
- при использовании некачественного топлива, горелка засоряется, требует усиленного ухода;
- жидкое топливо более пожароопасно, чем газ;
- в некоторых моделях можно использовать только низкооктановый бензин;
- переноска жидкого топлива создает определенные трудности – могут пропахнуть продукты и вещи, находящиеся в одном с ним рюкзаке.

Бензиновая горелка



После появления в России газовых горелок казалось, что горелки туристические бензиновые безвозвратно ушли в прошлое.

Однако, по мере освоения передовой зарубежной пищеприготовительной техники на газе, стало понятно, что походные газовые горелки имеют не только преимущества, но и недостатки и их бензиновых коллег рано списывать со счетов.

Мультитопливные горелки

Достоинства

- Вес. Суммарный вес баллонов с газом превосходит вес жидкого топлива, необходимого для длительной автономной эксплуатации горелки.
- Стабильность в работе. Давление в топливной ёмкости создаётся и поддерживается самим пользователем
- Распространённость топлива
- Цена топлива.



Прародителем мультитопливных горелок считается модель Primus, которая была изготовлена на базе устройств работающих на жидком топливе. В ее конструкцию были добавлены, газовая форсунка и топливный баллон с резьбовым переходником.

Недостатки

- запуск и обслуживание.

В отличие от первых примусов, основная масса современных портативных жидкотопливных горелок имеет не встроенную топливную ёмкость, а выносную фляжку, соединённую с горелкой гибким шлангом. Сделано это с целью уменьшить объём, снизить вес и повысить эффективность горелки за счёт использования «глухих» ветрозащитных экранов. В случае с классическим примусом применение исключено во избежание перегрева и возможного взрыва топливного бачка.

Дом туриста в походе это палатка. Туристические палатки – должны быть легкими, прочными, непромокаемыми и обеспечивать максимум удобств, при минимальных размерах. Традиционно палатки выпускаются на одного, двух, трёх и четырёх человек и делятся на две группы: однослойные и двухслойные.

В однослойной палатке от внешнего мира человек отделен только тонкой, желательна непромокаемой тканью. Основной проблемой однослойных палаток является конденсат, который при непродуманной конструкции скапливается на стенках палатки и начинает капать на лежащих людей.

Двухслойная состоит из внешней – непромокаемой и внутренней – легкой, дышащей. Влага, создаваемая внутри при дыхании, сушке одежды или готовке, проходит через стенки внутренней палатки, и оседает, конденсируясь, на внешнем тенте. Особо крупные капли стекают по нему вниз. Таким образом, пространство вокруг вас остаётся сухим. Воздушная прослойка между внутренней палаткой и тентом несколько повышает температуру внутри палатки, а тент защищает вас от ветра и осадков.



Спальные принадлежности

К спальным принадлежностям относится теплоизоляционный коврик, который укладывается под спальник на дно палатки. Самый удобный коврик, получивший в последние годы широкое распространение – пенополиуретановый. Он практически не имеет веса, не мокнет, не проводит тепло. Переносится он или в рюкзаке, свернутым в трубу по его размерам, или в виде плотно скрученного рулона в отдельном чехле, привязанном к рюкзаку.



Другие названия
Каремат / Пенка / Трапик



«Пенка»



По своей сути, это просто лист вспененного теплоизолирующего материала (чаще всего полиэтилена или EVA - этиленвинилацетата). Толщина такого коврика может быть от 3 до 16 мм.

Цена: порядка 250-500 р.



Самонадувающийся

Типичный самонадувающийся коврик, предназначенный для пешеходного туризма, весит около 600 - 900г, имеет толщину 2,5 – 3,8 см и стоит порядка 3 000 – 7 000 р.

Популярные маты ProLite от Therm-a-Rest весят всего 460 г.

Необходимой частью личного снаряжения является спальный мешок.

Он должен соответствовать основным требованиям: быть теплым, легким, компактным. Существует два основных типа - одеяло и кокон с наполнителями – пух, холлофайбер, синтепон.

«Одеяло»

- в автотуризме (кемпинге)
- там, где практически не играет роли вес
- просторный размер,

«Кокон»

- в туризме без машины, где все снаряжение переносится в рюкзаке за плечами,
- на 20-30% легче, чем «одеяла» при том же уровне тепла
- за счет меньшего внутреннего объема позволяют быстрее согреть внутреннее пространство и, соответственно, быстрее согреться самому.

Синтетика

Дешевая

2,1 кг

12 L

Высоко-технологичная

1,4 кг

8 L

Сред. уровня FP650

1,2 кг

6 L

Пух

Выс. уровня FP900+

0,9 кг

5 L

Вес спальника рассчитанного на температуру 0°C (T comf.)

Объем занимаемый в рюкзаке (сжатым в компрес. мешке)

Несколько оправдывает высокую стоимость пуховых спальников их долговечность. Хороший пуховый мешок, если с ним аккуратно обращаться, успешно служит по 10-15 лет. Синтетика в процессе эксплуатации постепенно сминается, теряя в объеме и теряя теплоизолирующие свойства.

Главная причина, почему весь мир до сих пор не перешел на пуховые спальники – это их высокая стоимость. Высококачественный гусиный пух очень дорог и расходуется буквально по граммам.

1 000 р 10 000 р 30 000 р

(дешевая) Синтетика (высокотехнол.)

Транспортировка снаряжения.

Согласно правилам РЖД один билет позволяет пассажиру перевезти до 200 кг багажа, габариты которого составляют 180 см. Это сумма длин трех сторон сумок и чемоданов, сложенных друг на друга.

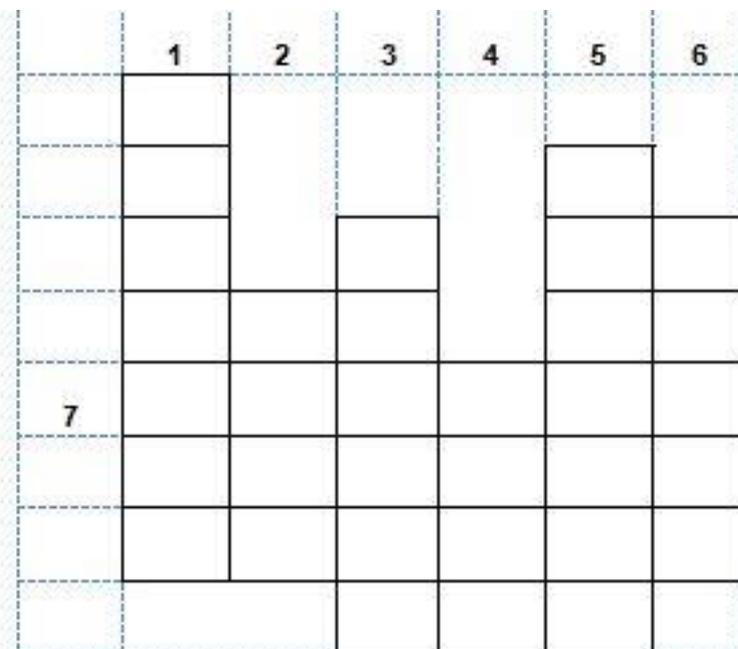
- Ручная кладь, которую пассажир может занести с собой в вагон, равна 36 кг при тех же габаритах, а в двухместном купе – 50 кг.
- Каяки, байдарки и весла тоже можно разместить в обычном вагоне. За одну лодку надо отдать сумму, равноценную стоимости провоза багажного груза массой 30 кг.
- Бывает так, что спортивное или туристическое снаряжение превосходит нормы веса и объема, рассчитанные для ручной клади. Тогда его можно перевезти в общем багаже. Для этого нужно оформить и оплатить отдельный билет до отправления поезда в любой кассе или на сайте РЖД через Интернет. Дата покупки билета роли не играет. Вот, пожалуй, все нехитрые правила транспортировки спортивного снаряжения в поездах российских железных дорог. Самое главное позаботиться обо всем заранее и учесть все нюансы!

У авиакомпаний условия провоза багажа и ручной клади у разных могут различаться и ежегодно меняться, поэтому перед покупкой билетов нужно почитать правила или даже уточнить нюансы по телефону или электронной почте. Кроме того, вес и количество мест ручной клади, как и багажа, зависят от тарифа билета. Чаще всего экономкласс даёт право провозить на борту кладь весом до 10 кг, бизнес-класс — до 15 кг., а габариты от 36×30×27 см до 55х40х20 см. Важно перед полётом проверить условия провоза багажа авиакомпанией непосредственно на её сайте.

Служба доставки. Отправить часть снаряжения почтой или службой доставки — рабочая схема, позволяющая сэкономить деньги за багажное место, если перевозите тяжёлый или объёмный груз и имеете запас времени. Так можно отправлять себе продукты, вещи и различное снаряжение, в том числе байдарку, катамаран, велосипед (и даже мотоцикл), в промежуточные точки маршрута, чтобы не таскать сразу всё добро. А ещё можно отправить снаряжение и сувениры домой в конце похода и лететь налегке.

В России наиболее популярные и надёжные транспортные компании - ПЭК, СДЭК, «Деловые линии», GTD, «ЖелДорЭкспедиция», «Энергия». Рассчитать срок и ориентировочную стоимость доставки можно на официальных сайтах компаний - на специальных калькуляторах. Для этого нужно прикинуть объём и габариты груза: длину, ширину, высоту.

Туристический кроссворд



1. Разъемное соединительное звено овальной формы
2. Зубастая, двухручная в коробочке
3. Матрас туриста
4. Узел в туризме
5. Дом туриста
6. Тип спального мешка
7. Оборудованное место отдыха туристов

Список литературы

Ю.С.Константинов «Детско-юношеский туризм»

Лекции ОО «НОТК»

<https://zabroska.su/snarjazhenie/benzinovaya-gorelka-i-gorelka-na-zhidko.html>

<https://pechiexpert.ru/multitoplivnaya-gorelka-01>

<https://peshehod.fromru.su>

<https://sport-marafon.ru>

<https://www.vpoxod.ru>

<https://www.фабрика-спальных-мешков.рф>

<https://www.decathlon.ru>

<https://chtoluchshe25.ru>

Ответы на кроссворд 1.Карабин 2.Пила 3.Коврик 4.УИАА 5.Палатка 6.Кокон 7.Бивуак