

# Объективные трудности туристского похода



# Сегодня на уроке

1

Узнаем, какие трудности подстерегают туриста во время похода.

2

Поговорим об объективных трудностях туристского похода.

3

Узнаем, что относится к субъективным трудностям похода.

4

Познакомимся с некоторыми правилами поведения в экстремальных ситуациях.

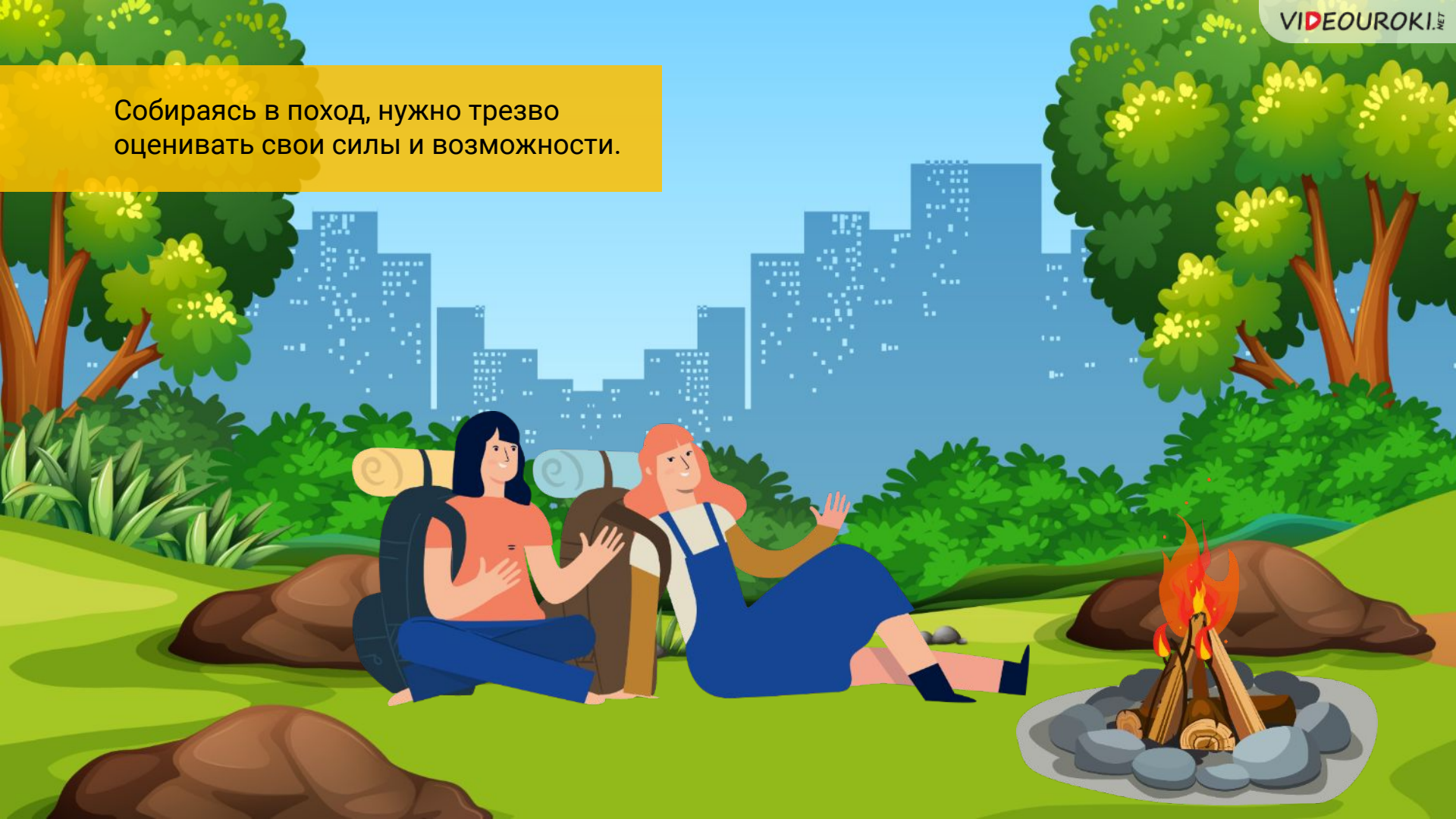


## Туристский поход —

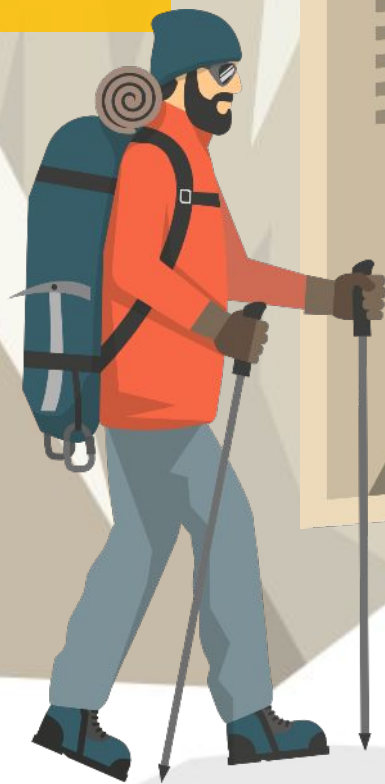
групповое или индивидуальное мероприятие, связанное с перемещением по туристскому маршруту в рекреационных, спортивных или познавательных целях.



Собираясь в поход, нужно трезво  
оценивать свои силы и возможности.



Собираясь в поход, нужно трезво  
оценивать свои силы и возможности.



Походный опыт за плечами — это понимание того, с какими трудностями можно встретиться в походе и как с ними справляться.





В туристских походах часто возникают ситуации, требующие немедленного принятия решения.

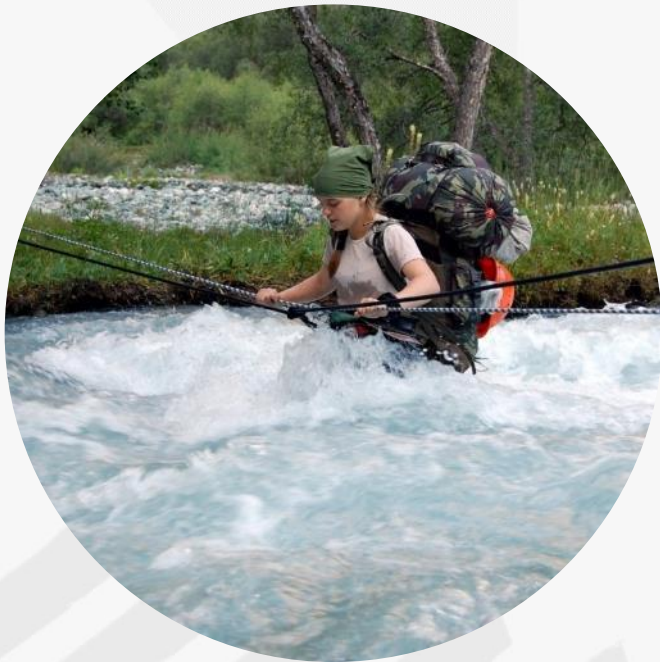


## Опасность —

это совокупность действий или обстоятельств, а также явлений природы, которые создают угрозу благополучию туриста или группы в целом.



# Типы опасностей в туристском походе



Объективные



Субъективные

## Объективные опасности —

опасности, которые не зависят от человеческого фактора и обусловлены сложными природными условиями, возникающими в районе, где проходит маршрут.



# Объективные трудности в турпоходах:

1

Стихийные бедствия.



# Объективные трудности турпоходов:

2

Природно-климатические особенности региона.



# Объективные трудности турпоходов:

3

Неблагоприятная гидрометеорологическая обстановка.





Изучить  
природно-кли-  
матические  
особенности  
района похода!



# Объективные трудности турпоходов:

4

Километраж в день.



1,5 км/ч — средняя скорость туриста.

15 км — путь по маршруту.

$\frac{15 \text{ км}}{1,5 \text{ км/ч}} = 10 \text{ ч}$  — время в пути.

10 ч + 10 ч = 20 ч — время прибытия на стоянку.



# Объективные трудности турпоходов:

5

Характер дороги или тропы.



# Объективные трудности турпоходов:

6

Перепады высот.



# Объективные трудности турпоходов:

7

Погодные условия.



Даже лёгкий поход может превратиться в сложный, если очень не повезёт с погодой.

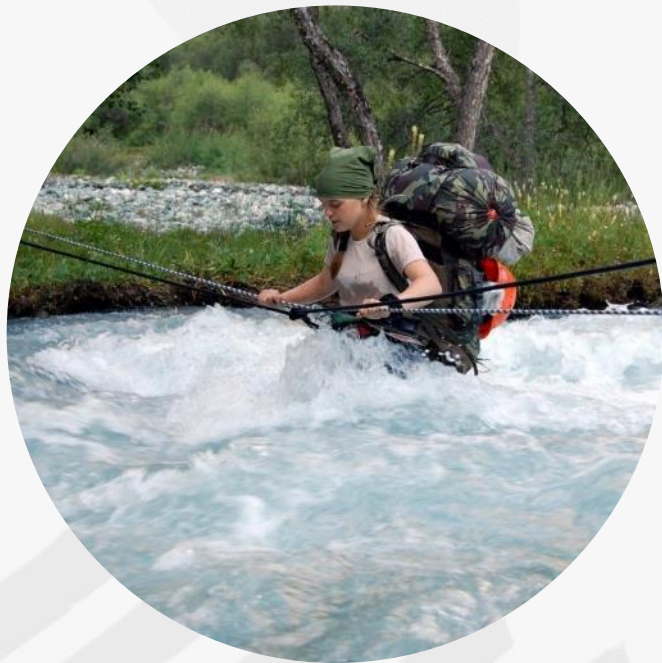
# Объективные трудности турпоходов:

8

Автономность похода (снаряжение).



# Сложности в туристском походе



Объективные



Субъективные



## Субъективные сложности —

сложности, которые непосредственно связаны с личностными характеристиками и в основном вызываются недостаточной подготовленностью или неправильными действиями туристов в сложных ситуациях.



Субъективная сложность — это то, каким  
поход покажется лично для вас.



# Субъективные сложности турпоходов:

1

Личный опыт.




# Субъективные сложности турпоходов:

2

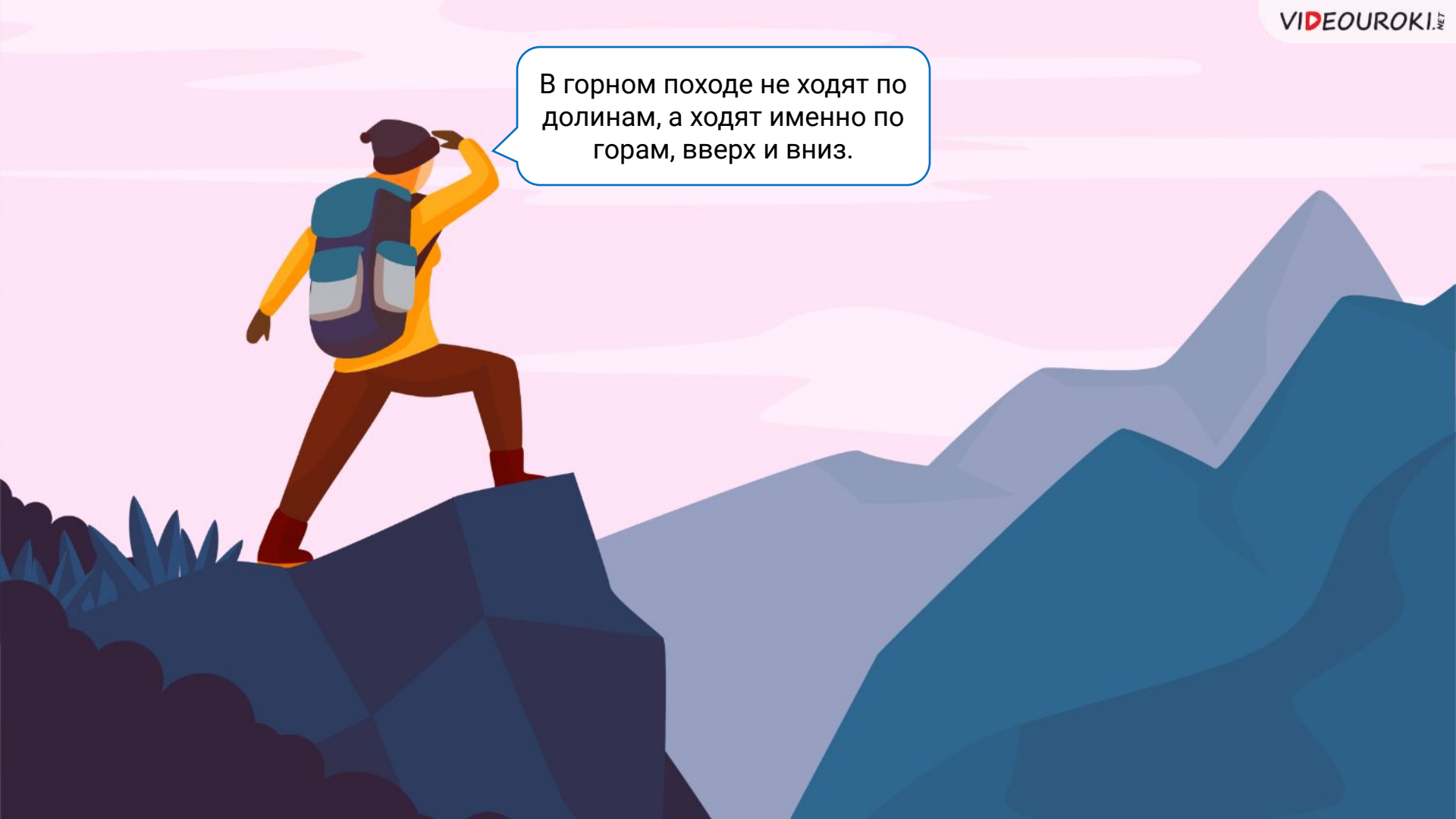
Завышенные ожидания.



Поход (а особенно поход в горы) — это не прогулка по парку.



Я думал, что мы будем ходить по долинам, а горы будут справа и слева.

An illustration of a hiker standing on a dark blue rocky peak. The hiker is wearing a yellow jacket, brown pants, a dark beanie, and a large blue and grey backpack. They are looking towards the right with their hand to their forehead. The background features stylized mountains in shades of blue and purple under a pinkish sky with soft clouds.

В горном походе не ходят по долинам, а ходят именно по горам, вверх и вниз.



# Субъективные сложности турпоходов:

3

Неправильно подобранное снаряжение.



Снаряжение должно соответствовать не только маршруту, но и определённым требованиям, которые указаны в списке снаряжения для каждого похода.



# Субъективные сложности турпоходов:

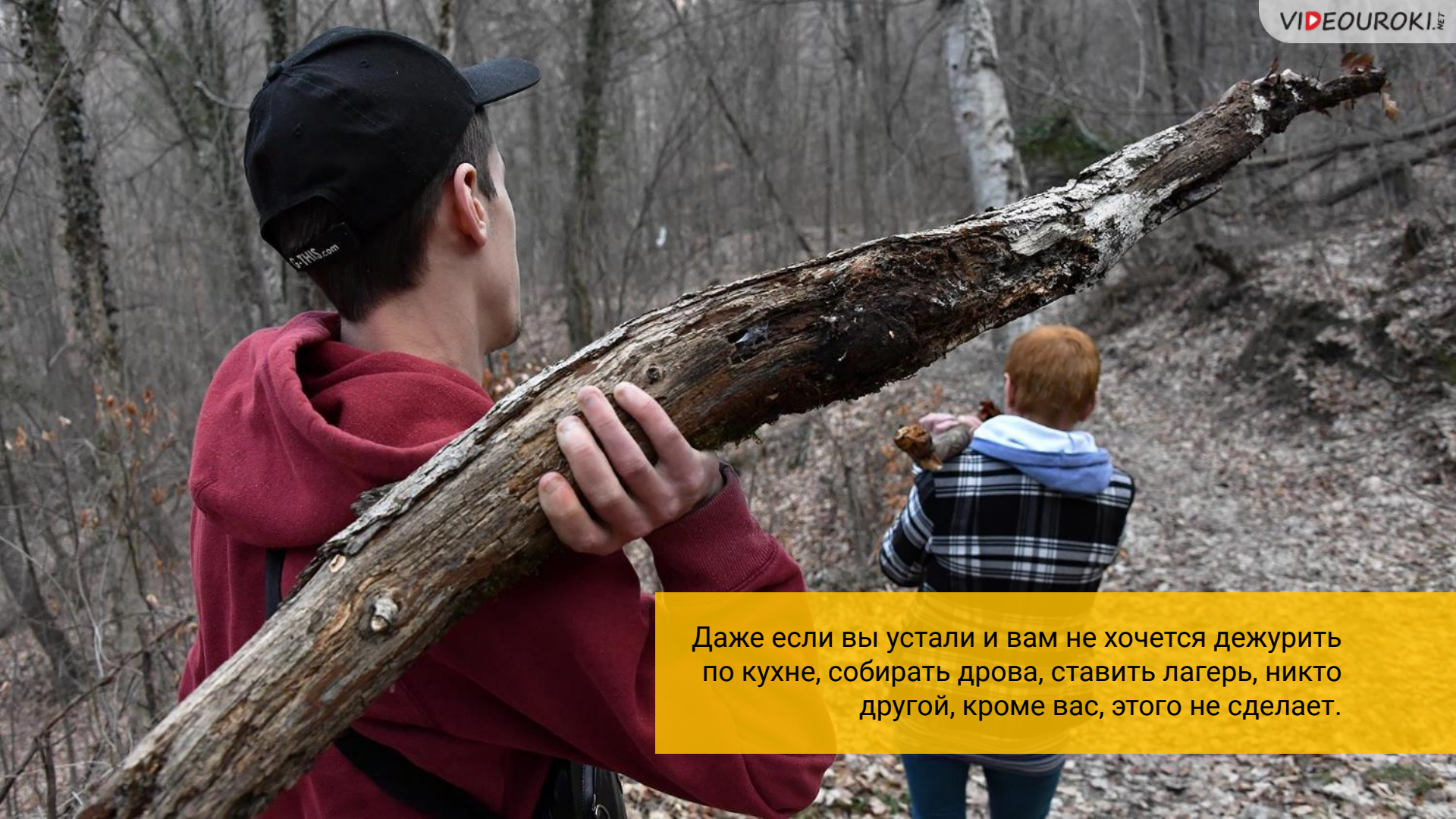
4

Готовность идти на контакт с участниками похода и инструктором.





Даже если вы устали и вам не хочется дежурить по кухне, собирать дрова, ставить лагерь, никто другой, кроме вас, этого не сделает.



Даже если вы устали и вам не хочется дежурить по кухне, собирать дрова, ставить лагерь, никто другой, кроме вас, этого не сделает.



# Сложности в туристских походах:

1

Усталость.



Боль в ногах и спине — это норма для первых двух-трёх дней похода.





# Сложности в туристских походах:

1

Усталость.



## Сложности в туристских походах:

2

Тяжёлый рюкзак.



Но даже если всё собрано верно и нет ничего лишнего, а поход первый в жизни, то всё равно будет тяжело.



# Сложности в туристских походах:

3

Холод.



Не забывайте тёплые вещи. Иначе  
потом придётся изрядно помёрзнуть.



## Сложности в туристских походах:

4

Нет душа и горячей ванны.





Походная баня

The image shows a portable outdoor bath (portable sauna) constructed from plastic and wood. It is situated in a natural setting, likely a forest or near a river. The bath is covered in white plastic, and the interior is visible, showing a wooden structure and a stone fire pit. The bath is surrounded by green foliage and a river in the background.

Важно заранее продумать список средств личной гигиены.





## Сложности в туристских походах:

5

Отсутствие привычного комфорта.





# Сложности в туристских походах:

6

Простая еда.





## Сложности в туристских походах:

7

Насекомые и животные.



Следуя правилам безопасности, вполне  
можно исключить опасные встречи.

# Сложности в туристских походах:

8

Незнакомые люди в группе.



# Сложности в туристских походах:

9

Нет связи с миром.





Перед выходом на маршрут обязательно позвоните родным и сообщите, что выйдете на связь тогда-то, и попросите раньше не беспокоиться.

## Сложности в туристских походах:

10

Негде купить любимую шоколадку (нет магазинов).



# Сложности в туристских походах:

11

Натёрли ботинки.





В поход нужно идти только в разношенной обуви и в «правильных» носках.

Если чувствуете, что где-то начинает натирать, то надо скорее заклеить это место пластырем.







Как же подготовиться к трудностям в походе?

# Как подгото- виться к трудностям в походе:

1

Изучите подробно  
маршрут.







Поход выходного дня

## Как подгото- виться к трудностям в походе:

2

Обязательно  
продумайте своё  
снаряжение и  
соберите его чётко  
по списку.



А я думал, что  
дождя не будет...



## Как подгото- виться к трудностям в походе:

3

Будьте готовы к  
любой погоде.



# Как подгото- виться к трудностям в походе:

4

Будьте готовы к  
физическим  
нагрузкам.



Будь готов!









Первое, что надо сделать, — это предпринять все усилия для выхода в безопасную зону.

Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

1

Предпринять все  
усилия для выхода  
в безопасную зону.



Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

2

Успокоиться и  
оценить  
обстановку.



Нельзя добиться успеха, начав лихорадочно метаться, заражая своей нервозностью товарищей.

Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

2

Успокоиться и  
оценить  
обстановку.



Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

3

Сохранить имеющиеся продукты, снаряжение, средства медицинской помощи.



Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

4

Решить, оставаться  
на месте или  
выходить к  
населённому  
пункту, на дорогу.




Если в группе есть взрослые, то всеми действиями будут руководить они. Если их нет, придётся действовать самостоятельно.





Выход к населённому пункту нужно предпринять, если никто из взрослых не знает вашего предполагаемого местонахождения, а у вас нет средств радиосвязи, сотового телефона.



Сможет ли мне  
кто-нибудь  
помочь?

Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

5

Если вы уверены в том, что помощь скоро придёт, то надо остаться на месте и готовиться к ночлегу.



Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

6

Определить место  
для устройства  
жилища, места  
для пригото-  
вления пищи и хра-  
нения продуктов.



Обязательно надо распределить  
обязанности между членами группы.

Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

7

Обязательно  
распределить  
обязанности  
между членами  
группы.



Надо сделать так, чтобы работал каждый член группы. Это, кроме прочего, поможет всем отвлечься от горестных мыслей.






Если  
произошла  
экстремальная  
ситуация:

8

Выбрать  
руководителя  
(командира).



В экстремальной ситуации нельзя конфликтовать, ведь в конфликте не бывает победителей и побеждённых. Проигрывают и конфликтующие, и вся группа в целом.

The background of the slide features a stylized landscape with silhouettes of hikers. In the foreground, two hikers are visible: one on the left with a backpack, and one on the right standing on a rock, leaning on a trekking pole and also carrying a backpack. The background consists of layered, semi-transparent mountain ranges in shades of blue and green, with a large, prominent mountain peak in the distance. The sky is a clear, light blue. Silhouettes of trees and branches are visible in the top left and right corners.

Стихийные бедствия могут быть непредсказуемыми, от них нельзя застраховаться.

## Действия при угрозе извержения вулкана:

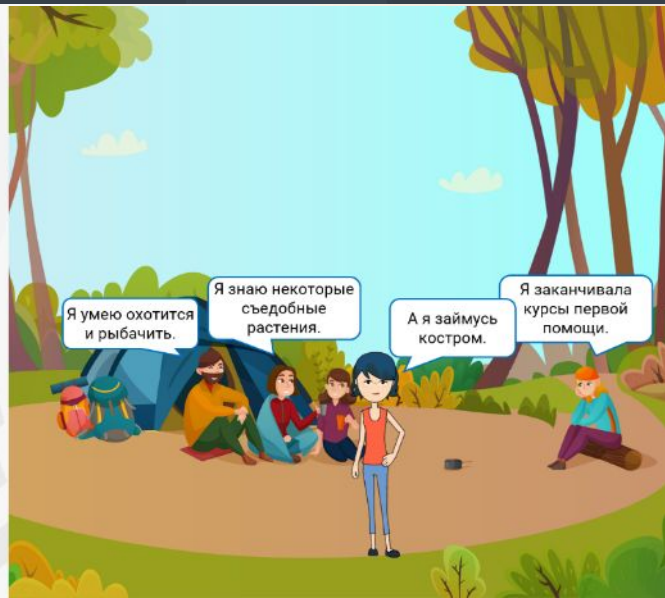
- 1** При поступлении сигнала необходимо немедленно покинуть здание и прибыть на пункт эвакуации.
- 2** Оденьте тёплые невозгораемые вещи; защитите нос и рот влажной тряпкой.
- 3** При движении к пункту эвакуации избегайте берегов рек и долин вблизи вулканов.
- 4** Если эвакуация невозможна, то оставайтесь дома, плотно закрыв все окна и двери.
- 5** Находясь в укрытии, периодически поднимайтесь на крышу и сбрасывайте с неё пепел.

# Выводы

Если произошла экстремальная ситуация:

7

Обязательно распределить обязанности между членами группы.



**Туристский поход** — групповое или индивидуальное мероприятие, связанное с перемещением по туристскому



**Опасность** —

это совокупность действий или обстоятельств, а также явлений



**Объективные опасности** —

опасности, которые не зависят от человеческого фактора и



**Субъективные сложности** —

сложности, которые непосредственно связаны с личностными характеристиками



**Как подготовиться к трудностям в походе:**

- 1 Изучите подробно маршрут.
- 2 Обязательно продумайте своё снаряжение и соберите его чётко



Если произошла экстремальная ситуация:


7

Обязательно распределить обязанности между членами группы.



Большинство трудностей в походе связаны исключительно с завышенными ожиданиями.



A person stands in a mountain valley at sunset, looking at a bright sun with rays. An orange tent is pitched on the right. The scene is illuminated by the warm light of the setting sun, creating a dramatic and inspiring atmosphere.

Настройтесь на трудности и продумайте, как с ними справляться.