

Тема: ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЕ ЧЕЛОВЕКА. НЕОБХОДИМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ И ИМУЩЕСТВО

Цели и задачи: познакомить учащихся с видами и способами жизнеобеспечения человека, снаряжением и имуществом туриста; воспитывать собранность.

Личное снаряжение

- КЛМН (кружка, ложка, миска, нож) - эти принадлежности должны быть лёгкими, например, из пластика, нож - складной. Все они должны быть упакованы в отдельный мешочек.
- Подстилка - сидеть у костра, лежать на ней в палатке, укрываться от дождя.
- Спички - завернуты в полиэтиленовый пакет.
- Туалетная бумага, можно использовать для разжигания костра.
- Туалетные принадлежности - мыло, зубная паста, щётка, полотенце. Поход - не повод для зарастания грязью, да и с гигиеной важно дружить всегда и везде. Эти принадлежности тоже сложены в мешочек и покоятся в кармашке рюкзака, чтобы их быстро можно найти.
- Спальник.
- Свеча или фонарик для вечернего укладывания, дежурства у костра, встречи с «Чёрным альпинистом».
- Запас продуктов: картошка варёная и сырая, яйца варёные, хлеб (порезанный), огурцы, помидоры, сыр, колбаса, банка консервов, соль, сахар - по необходимости, морковка, лапша, зелень и т. д. с учётом вкладывания всего этого в общее пользование.
- 10) Медикаменты, лично необходимые, противоаллергические средства и др.
- 11) Вода питьевая для общих целей (1,5-2-х литровая ёмкость).

Групповое снаряжение.

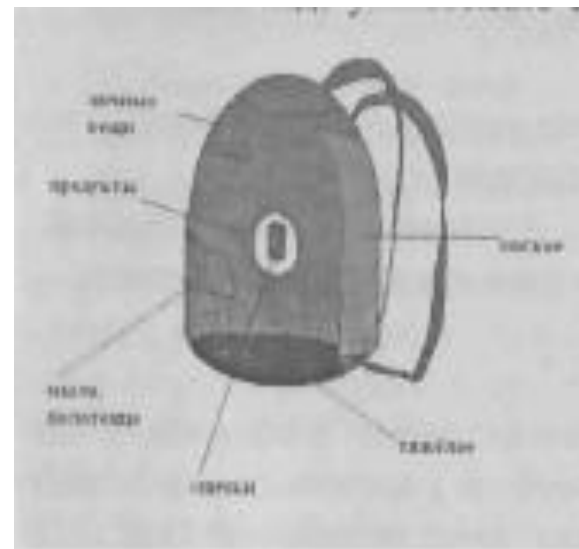
- Палатки из расчёта одна на 2-3 человека + одна - складская.
- Полиэтиленовая плёнка для накрывания палаток от дождя.
- Топоры 2-3 штуки.
- Пила.
- Кухонное хозяйство: котелки (не менее трёх), треноги или подставки, лопата, рукавицы для работы с костровым хозяйством, половник (по количеству котелков), доска разделочная (1-2 шт.), тряпки для мытья посуды, средство для мытья типа «Капельки».
- Столовая (большая) клеёнка.
- Мячи игровые (не менее 2-х).
- Фотоаппарат с заряженной плёнкой.
- Маркировка для ограждения территории лагеря.
- Ремонтный набор (иглы, нитки, клей, проволока, молоток, гвозди, пассатижи, куски резины, тряпок, скотч и др.).
- Медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочного материала.

Специальное снаряжение.

- В случае если предусматривается преодоление водной, горной или иной преграды, к перечисленному добавляется специальное личное и групповое снаряжение: спасательные жилеты, верёвки, репшнуры, накомарники, ледорубы и т. п.
-

Практикум по укладке рюкзака.

- ◆ Рюкзак уложить нужно так, чтобы он плотно прилегал к спине туриста, не болтался, не отвешивался назад, не давил на плечи, имел низкий центр тяжести, не мешал при ходьбе.
- В правильно уложенном рюкзаке тяжелые вещи помещаются внизу, со смещением от центра к спине, хрупкие вещи, обложенные чем-либо мягким, наверху, а предметы первой необходимости так, чтобы их можно было быстро и легко достать (в карманах, сверху рюкзака, в закрепляющих ремнях).
- Также надо предусмотреть, чтобы после падения туриста вещи в рюкзаке не повредились, не испортились.
- Рюкзак надо упаковывать с максимальной компактностью и удобством, чтобы уложенные вещи не гремели, не смещались.
- Желательно все вещи в рюкзаке держать в чехлах или пакетах. Спички необходимо поместить в непромокаемый пакет и уложить в середину рюкзака.
- Не рекомендуется подвешивать на рюкзак сзади различные предметы; это, как правило, ухудшает центр тяжести, и часто подвешенные предметы цепляются за ветки, сучья, что, безусловно, мешает ходьбе.
- Острые, колющие предметы необходимо поместить в чехлы или обложить их частями одежды.



ОБОРУДОВАНИЕ БИВАКА ИЛИ УКРЫТИЯ

- нельзя ставить лагерь вблизи больших дорог, нефтехранилищ, линий электропередач, пасеки, скопления ядовитых животных;
- нужно обследовать на наличие муравейников;
- поблизости должны находиться источники воды и дров;
- необходимо предусмотреть также возможность разлива реки, сильного ливня, ветра, грозы;

когда вы выбрали всё-таки удобное горизонтальное место, надо очистить эту территорию от сучьев, камешков, кочек, чтобы на расчищенное место ставить палатки.

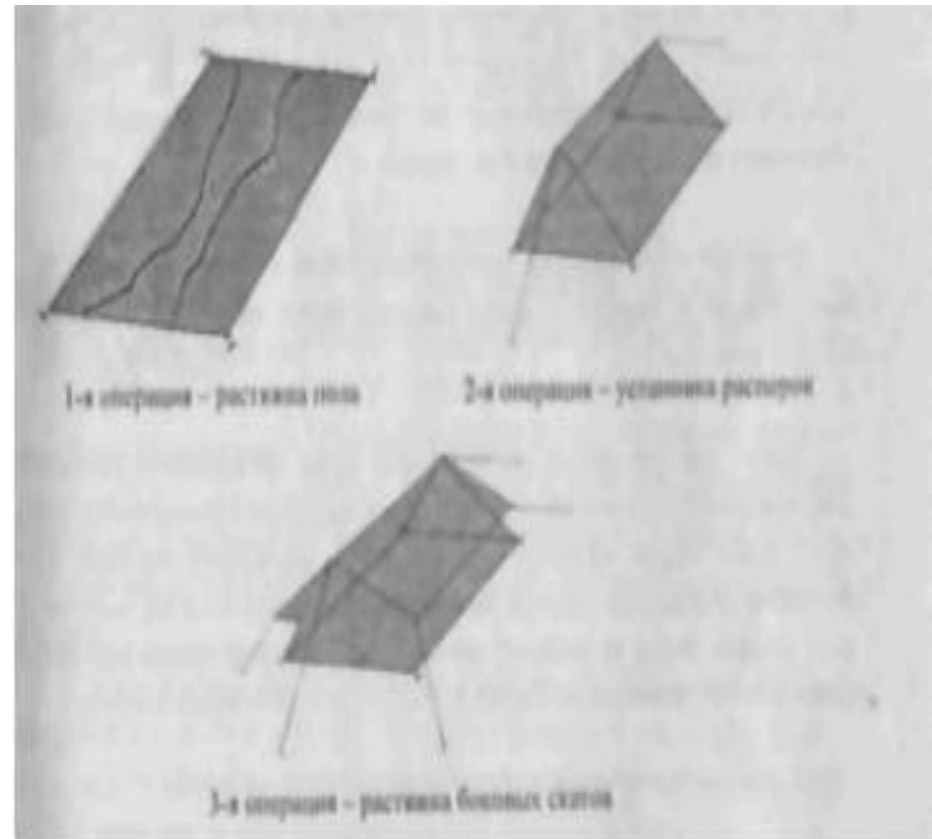
Порядок расстановки палаток

- Главное - учесть компактность лагеря.
- Один из вариантов, когда кострище находится в центре, а палатки располагаются вокруг.
- После того как все палатки будут поставлены,
 1. организуется сбор хвоста,
 2. место лагеря обносится маркерной верёвкой,
 3. обустроивается мусорная яма,
 4. ответственные повара готовят пищу,
 5. распределяется ночное дежурство,
 6. ответственные выполняют свои обязанности

Установка палатки

- **Возможные ошибки при установке палатки:**
- морщины на скатах;
- провис крыши;
- морщины на боковых стенках;
- морщины на полу;
- колышки установлены неверно; -распорки перекошены.

Для качественной установки палатки требуется 2 распорки, колышки (10 штук) и, как минимум, двое подготовленных туристов.



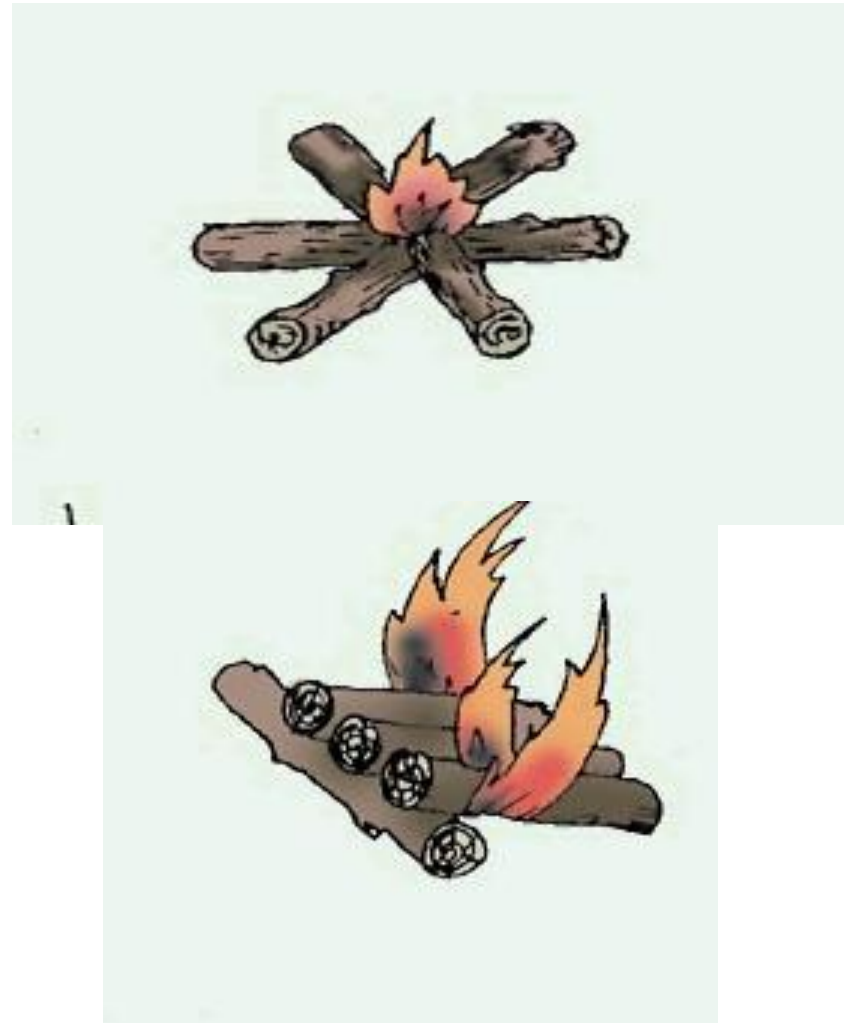
Типы костров

- **Костер «колодец», или «сруб»**
- (Дрова укладываются в виде колодца, или сруба. Дает очень ровное большое пламя для варки пищи и обогрева. Когда требуется развести очень большой «праздничный» костёр используются брёвна. Внутреннее пространство колодца полностью заполняют мелкими дровами, укладывая их в виде шалаша или менее упорядоченно «куча мала».
- **Костер «шалаш»**
- Рис. 2. Костер «шалаш» Дрова укладываются в виде шалаша. Внизу между поленьями помещается растопка. Пламя дает большое и ровное. Служит для варки пищи в одной посуде. Хорош для просушки одежды. Требует много дров



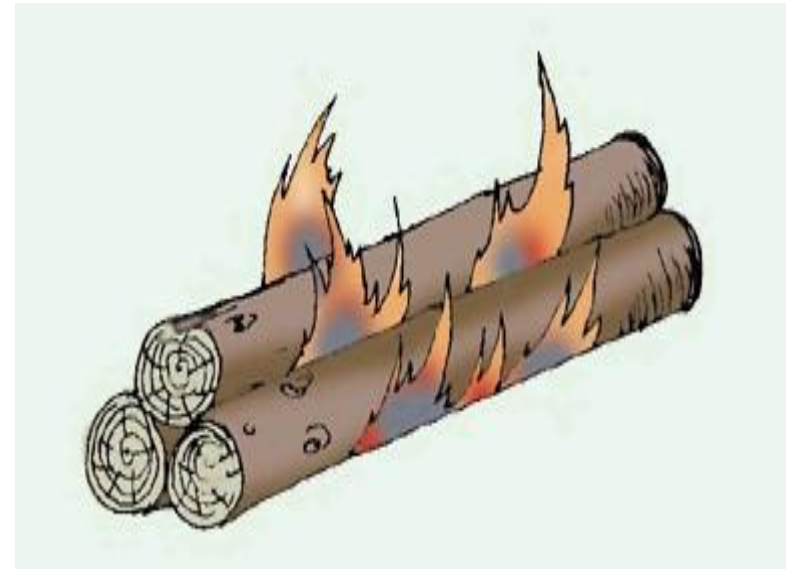
Типы костров

- **Костер звездный** (рис. 3).
 - Этот вид называется так потому, что
 - несколько бревен кладется на землю в виде
 - звезды. Зажигается в центре. По мере того
 - как бревна сгорают, их подвигают внутрь.
 - Костер длительного действия, вокруг него можно располагаться на ночлег. При небольшом размере костра, дающем жаркое узкое пламя, на нём удобно готовить пищу в одной посуде.
 - Ночной костёр имеет наиболее простую конструкцию. Для его сооружения необходимы 2-3 бревна, уложенные на землю параллельно или под небольшим углом. Часто используется как для приготовления пищи и сушки одежды, так и для обогрева.
- **Костер таежный**
 - . Это костер длительного действия. Дает большое жаркое пламя и много углей. Хорош для варки пищи в нескольких посудах, для просушки одежды и для ночлега большой группы походников. Как видно из рисунка, на одно толстое бревно кладется несколько бревен потоньше. При этом они укладываются только одними концами и обязательно с подветренной стороны.



Типы костров

- **Костер «нодья»**
- Очень надежный костер длительного действия, обычно применяемый охотниками тайги и северных районов для ночлега в холодную погоду. Берутся три сухостойных еловых бревна толщиной по 30-40 см, длиной до 2-3 м. Чтобы дерево быстрее загорелось, перед укладкой по всей длине бревна необходимо сделать заступы топором, не снимая стружку до конца. Два бревна кладутся друг на друга и закрепляются с двух сторон колышками. Нижнее бревно затесывается (канавка обычно делается вдоль). Между бревнами, куда закладывается растопка, делаются нетолстые распорки (два чурбака, расположенные возле колышков). Третье бревно кладется на землю, недалеко от костра. Его назначение - регулировать тягу. При слабом ветре нодья может давать тепло всю ночь. Замечательное свойство этого костра в том, что его не нужно подправлять в течение ночи, следовательно, спать можно спокойно.



Что применить для разжигания костра?

- -Лучшей растопкой служит кора березы (береста).
- Очень хороши для растопки зачищенные ножом сухие сучки.
- Лучшее топливо: сухой, не сгнивший хворост, валежник дуба, березы, орешника, можжевельника, ольхи. Это топливо горит ярким, жарким пламенем и дает очень мало дыма.

Конструкция жилища

