

ГБОУ РД «РЕСПУБЛИКАНСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЛИЦЕЙ
ИНТЕРНАТ ДЛЯ ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ»

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТУРИСТСКОМ МАРШРУТЕ

*(методические рекомендации для
тренеров-педагогов по туризму)*

Подготовил: Чумалаев М-К.Х. педагог
дополнительного образования
ГБОУ РД «РМЛИ ДОД»

Махачкала, октябрь – 2018 г.

В связи с увеличением количества проводимых походов, возрастанием их сложности, уменьшением возрастного допуска к походам школьников, более широкого их участия в туристско-краеведческих объединениях учреждений образования учителя и педагоги дополнительного образования, проводящие походы с учащимися, обязаны уделять самое пристальное внимание вопросам обеспечения безопасности юных туристов.

Основными документами, регламентирующими порядок организации и проведения походов, являются Инструкция по организации и проведения туристских походов, экспедиций и экскурсий (путешествий) с учащимися, воспитанниками и студентами РФ и Положение о МКК. Их неукоснительное выполнение обязательно для всех учреждений образования.

Соблюдение мер безопасности в походах – одно из важнейших условий их успешного проведения. В этом главную роль должны сыграть маршрутно-квалификационные комиссии органов образования, РЦДЮТК, районные и городские станции туристов, призванные оказывать квалифицированную помощь руководителям туристских и экскурсионных групп, контролировать соблюдение установленных норм и требований по их организации, определять степень подготовленности туристских групп.

Безопасность на туристском маршруте **обеспечивается:**

1. Правильным подбором участников похода:
Успех похода зависит от состава группы, разницы в возрасте участников, их физической и технической подготовки, опыта участия в других походах, общих интересов и целей. Нельзя включать в состав группы туристов, не имеющих достаточного опыта, изменять состав группы после утверждения МКК.
2. Правильно подобранным снаряжением и продуктами питания.
Перечень их зависит от продолжительности и сложности похода, климатических условий. Обязательным в многодневном походе является наличие ремонтного набора, аптечки, запасного белья, запасных спичек, компасов, схемы маршрута, запас продуктов на 2 дня.
3. Знанием района похода.
Так как руководитель несет непосредственную ответственность за подготовку похода и его проведения, он обязан заранее заявить опасные участки маршрута и способы их преодоления, определить тактику и технику прохождения отдельных участков, разработать запасной вариант маршрута. Во время прохождения маршрута поддерживать связь с местным населением на случай возможных резких перемен погоды, свойственных данному району.

При возникновении опасности, угрожающей жизни и здоровью детей, руководитель может изменить маршрут или прекратить его совсем.

4. Опыт руководителя.

Руководитель – главная фигура в группе. Он должен быть физически хорошо подготовленным, обладать организаторскими способностями, иметь в группе авторитет и обязательно достаточный туристский опыт.

5. Правильно выбранным темпом и графиком движения.

Быстрый темп и недостаточный отдых участников может привести к утомляемости, это вызывает потерю внимания, приводит к травматизму. Определяя скорость движения из расчета километража на день, необходимо учитывать препятствия, рельеф, нагрузки и состояние участников, метеорологические условия и др. Основное правило скорости движения – постепенное возрастание в начале и снижение в конце перехода. Группа должна идти темпом, которым способен двигаться самый слабый участник.

6. Правильной укладкой рюкзака:

Умело уложенный рюкзак избавит туристов от неприятных ощущений во время перехода, предотвратит возможность опрокидывания и ранения при случайном падении. Для этого тяжелые предметы размещают вдоль позвоночника на доньшке рюкзака. Ножи, топоры и др. острые предметы необходимо зачехлить и уложить так, чтобы лезвие было повернуто к наружной стороне рюкзака.

7. Правильным распределением груза между участниками похода.

Непосильный вес рюкзака может привести к быстрому утомлению участников, потере координации и самостраховки и вследствие этого, срыву.

8. Правильным выбором места для бивака.

Его можно наметить заранее, по карте, конкретную поляну надо уже искать на месте. Бивак должен размещаться в стороне от населенных пунктов, больших дорог, желательно возле родников или на малых притоках крупных рек и быть безопасным на случай непогоды.

Нельзя разбивать бивак у основания сыпучих скал, вблизи обрывов, в пойме рек у одиноко стоящих деревьев, на вершине холма, вблизи муравейников, зарослей колючих кустарников и т.д.

9. Организацией отдыха, контролем за состоянием здоровья туриста, выполнением санитарных требований во время похода и на привале.

Организация полноценного отдыха между переходами является одним из важнейших условий благополучного завершения похода. Особая роль тут принадлежит правильно спланированному биваку, наличие воды, 8-часовому сну и сухой удобной постели. Необходим постоянный контроль за состоянием здоровья каждого члена туристской группы как со стороны санитара, так и со стороны самого туриста (самоконтроль).

10. Умением оказать первую доврачебную самопомощь и взаимопомощь и правильно укомплектованным набором медикаментов.

Перед прохождением маршрута всем участникам необходимо пройти медицинское обследование, а также ознакомиться с мерами предупреждения несчастных случаев и научиться оказывать первую медицинскую помощь при желудочно-кишечных заболеваниях, отравлениях, отморожениях, ожогах, потертостях, солнечных тепловых ударах, переломах, вывихах, растяжениях, знать виды повязок и способы их наложения, виды транспортировки пострадавшего при различных травмах, владеть приемами самомассажа, знать применение лекарственных средств.

11. Соблюдением питьевого режима, использования в пищу только съедобных ягод, грибов, различных растений.

Питьевой режим необходимо соблюдать обязательно, т.к. обильное питье вызывает сильное потоотделение и выведение из организма солей, что ослабляет мышцы и вызывает утомление. Нельзя употреблять сырую воду рек, озер, прудов без предварительного кипячения и дезинфекции, употреблять в пищу незнакомые ягоды, грибы, т.к. они могут вызвать пищевое отравление.

12. Метеорологическими условиями района похода.

При подготовке к походу необходимо изучить метеорологические условия района похода, а непосредственно перед выходом – сообщения гидрометеослужбы на ближайший период. В неблагоприятную погоду скорость снижается наполовину, иногда приходится устраивать внеочередной привал. Поэтому, планируя поход, необходимо предусмотреть резервные дни на случай непогоды.

13. Правильным обращением с костровыми принадлежностями.

В походе необходимо использовать костровые принадлежности, обладающие хорошей устойчивостью. Дежурный по кухне должен иметь брезентовые рукавицы, тело должно быть защищено одеждой от возможных ожогов, попадания искр, угольков.

14. Знанием горных опасностей и правил движения в горах.

Реальную опасность для туристов в горах представляют:

- а) рельеф местности: лавины, камнепады, обвалы льда, фирна, карнизы, трещины на ледниках, селевые потоки, водные преграды;
- б) климатические условия: ветер, температура и влажность воздуха, гроза, осадки, темнота;
- в) высота: гипоксия, воздействие солнца.

15. Знанием правил преодоления лавиноопасных, камнепадоопасных мест, ледниковых трещин, водных преград, осыпных, травянистых, скальных участков.

16. Проведением предпоходной проверки.

Проверка практических навыков на местности проводится МКК и позволяет установить, готова ли группа в данном составе безаварийно пройти запланированный маршрут, для чего создаются искусственные препятствия, которые могут встретиться в пути. В ходе проверки особое внимание обращается на умение оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему и проводить спасательные работы.

17. Постановкой на учет в КСС (контрольно-спасательную службу).

МКК должна контролировать постановку группы на учет в КСС. В контрольные сроки, определенные КСС, группа должна извещать службу о месте своего пребывания. Если телеграмма не отправлена вовремя, начинаются поисковые работы.

**Ошибки, допускаемые руководителем в
управление группой на маршруте:**

- Выход на маршрут в измененном составе, разделении группы;
- включение в начальную часть маршрута сложных участков, изменение маршрута в сторону усложнения за счет прохождения отдельных сложных участков пути (перевалов, вершин, хребтов, каньонов, водных преград и т.п.);
- неверные команды и действия руководителя на сложных участках пути;
- отсутствие четкого руководства действиями туристов и требовательности при прохождении сложных участков пути;
- правильная расстановка сил для прохождения сложного участка пути, отсутствие наблюдательного и спасательного постов перехвата;
- отсутствие предварительной разведки сложного участка;
- отсутствие контроля при применении страховки и само страховки;
- отсутствие контроля за ориентировкой на маршруте;
- поздний выход группы на маршрут:
 - 1) отсутствие дисциплины в группе,
 - 2) конфликт с группой;
- ослабление контроля за состоянием и самочувствием участников;
- недостатки в руководстве, связанные с грубостью, несправедливостью, неумелостью, неопытностью, нечестностью и черствостью.

**Основные правила безопасности при
ориентировании на маршруте:**

- наметить на карте и местности ориентиры и снять азимуты в начале пути;
- при определении азимутов учитывать угол магнитного склонения;

- следить за направлением, постоянно проверять свое местонахождение при спусках с хребта, перевала, при развилке дорог, пересечении троп и просек, слиянии ручьев и рек и.д.
- не доверять приблизительному совпадению местности с картой без проверки.

Основные правила безопасности при движении по горному рельефу:

- быть предельно внимательным;
- поваленные и гнилые деревья, камни на пути перешагивать;
- на сырых, крутых спусках, при движении по неустойчиво лежащим камням, мокрой и скользкой поверхности пользоваться страховкой;
- в дождь, снегопад, туман, в обстановке плохой видимости, темноте, а также при сильном ветре движение запрещается;
- прохождение скальных участков без касок недопустимо;
- при верхней страховке веревка должна проходить между руками;
- на крутых снежных склонах и ледовых участках движение осуществлять в кошках;
- при спуске вниз по снегу тело держать вертикально, упор делать на пятки;
- соблюдать строжайшую дисциплину, не допускать самовольных выходов на разведку и с места лагеря.

Основные правила переправы над водой.

- при использовании шестов, жердей в качестве опоры и перил необходимо проверить их прочность;
- при переправе по бревну, завалу необходимо проверить устойчивость и надежность переправы;
- по мокрым и тонким бревнам проходить с обязательной страховкой;
- на завале быть осторожным, проверить его прочность;
- переправляться там, где решила группа;
- при переходе через снежный мост необходимо убедиться в его прочности;
- ходить по льду нужно только в туристской обуви, при крутизне 15-20 градусов – в кошках;
- не стоять и не приближаться к краю трещины без страховки;
- переходить трещины, забитые снегом, только после их проверки;

- страхующий должен внимательно следить за действиями партнера и своевременно выдавать и выбирать веревку, не допускать большого ее провисания, работать в рукавицах;
- прыжок через трещину производить только в том случае, если уверен, что прыгнешь;
- передвигаться по навесной переправе только по одному и с надежной страховкой;
- переходить водоемы, озера, реки по льду в туман, дождь, пургу недопустимо;
- осенью и весной, когда на водоемах, реках недостаточно прочный лед, переходить только при соблюдении правил безопасности;
- в аварийной обстановке действия должны быть быстрые и уверенные.

Основные правила безопасности при переправе вброд:

- при выборе места переправы необходимо учитывать подход к реке, состояние русла, глубину и силу течения, время суток и климатические условия, наличие необходимого специального снаряжения, а также проходить разведку обязательной страховкой;
- реку переходить в месте, выбранном разведкой. Самостоятельно переправляться в других местах запрещается;
- при переправе с организацией веревочных перил двигаться сбоку перил, ниже по течению приставными шагами; для самостраховки петли со схватывающими узлами не применять. Прикрепляться к веревочным перилам только с помощью карабина, через грудную обвязку;
- при движении шеренгой, кругом, колонной захват друг друга за плечи должен быть прочный;
- для страховки ниже по течению обязательно выставлять посты перехвата;
- переправу через реку вброд в любой период года обязательно осуществлять в одежде и обуви.