

Лекция на тему:

Ночлеги и привалы

Автор - Дохновская Ирина

Режим дня в походе (24 часа)

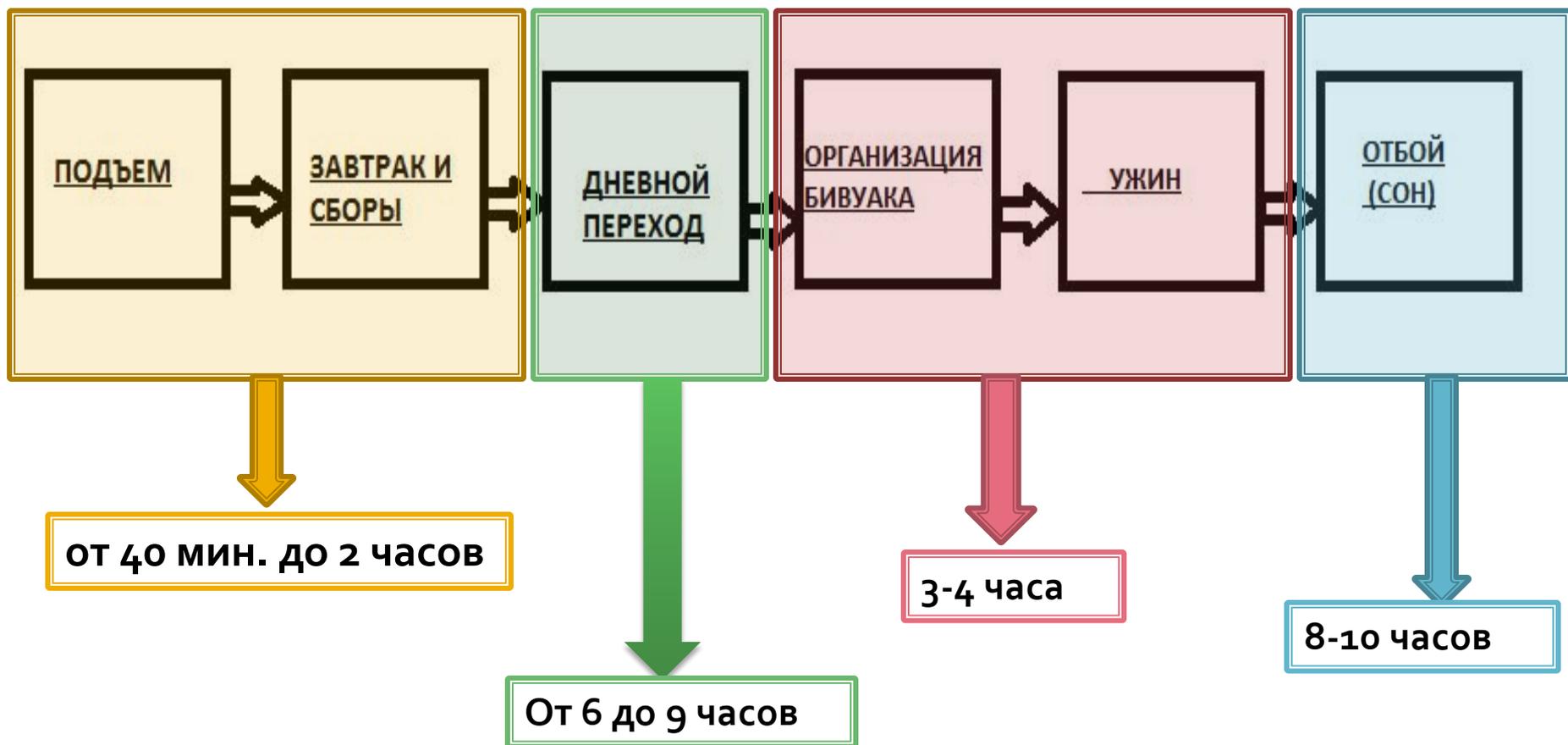


График дневных переходов

✓ По классике*: **30+5, 30+10, 45+10..15, 50..55+10..15**

*-в нормальных погодных условиях, в зависимости от высоты, крутизны склонов, веса рюкзаков, состояния участников

✓ **Первый утренний** переход для подстраивания к ритму нагрузок может быть - **20+5** мин.

✓ В плохую погоду переходы удлиняются
(**50+10, 55+5, 60+10, 90+10, 120+10..15**).

Больше 2-х часов идти без привалов достаточно сложно

Окончание дневного перехода определяется ...

1. целью;
2. рельефом на месте ожидаемого бивака (для производства бивачных работ в светлое время);
3. другими причинами (испортилась погода, темнота, усталость, заболевания).

Привалы - это способ восстановления сил

□ **2/3** походного времени туристы проводят на привалах

□ **$V=T^2$**

где **T** - время «переработанное» (относительно нормы) за дневной переход

и **V** – время, необходимое организму на восстановление сил

По продолжительности привалы делятся на...

- ✓ **малые привалы** (для отдыха, переодевания, ремонта);
- ✓ **обеденные привалы;**
- ✓ **ночевки;**
- ✓ **дневки.**

Малые привалы

- это наиболее короткие остановки в пути.

Место малого привала **определяется** преимущественно **временем переходов.**

Время прибытия **отсчитывается** по **приходу** **последнего.**

Малые привалы (на живописном озере)



Малые привалы (отдых стоя)



Малые привалы (сон)



Малые привалы (на склоне)



Малые привалы (на удобном камне)



Малые привалы (на спуске с перевала)



Обеденные привалы

- это более длительные остановки для отдыха и питания.

«+»: горячий обед незаменим.

Перекус – привал для отдыха и питания, *исключающий* приготовление *пищи на костре*.

«+»: занимает менее часа, обычно используется для экономии светового времени.

Выбор места для обеденного привала:

- безопасность
- наличие воды
- наличие дров
- эстетизм и комфорт

Примеры обеденного привала (укрытие от ветра и дождя)



Бивак (устар. бивуак)

- это стоянка для ночлега вне населенного пункта; временное месторасположение путешественников, лагерь туристов, альпинистов и т.п



Безопасность при выборе места ночлега

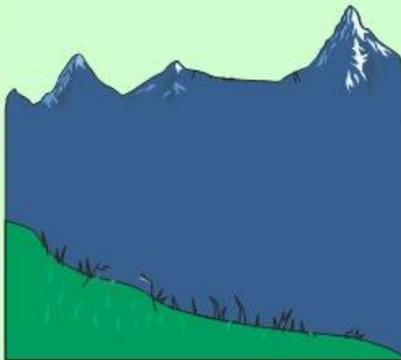


Никогда нельзя устраивать стоянку.

На дне узких ущелий.



На дне каньонов.

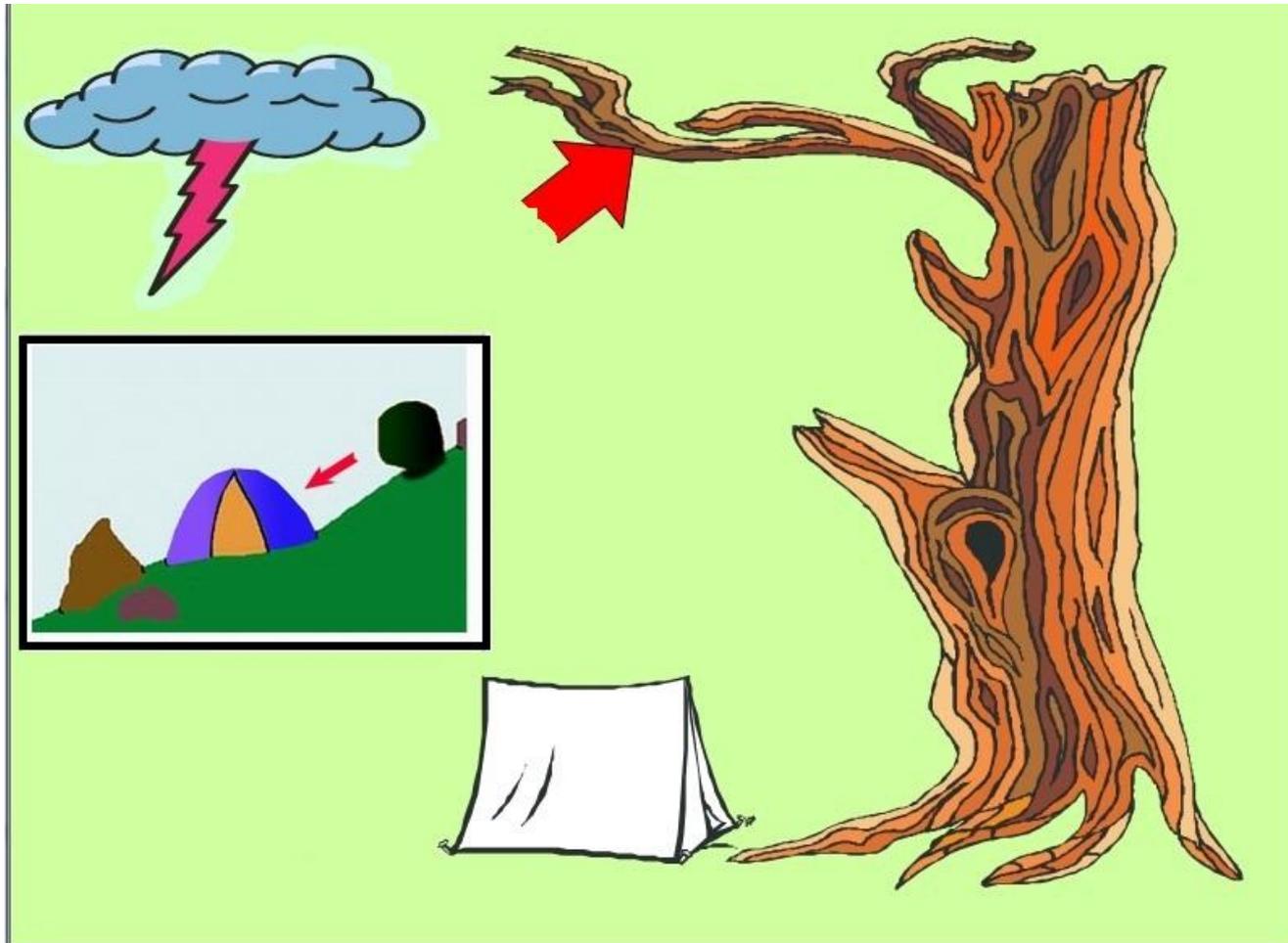


На речных отмелях.

Низменных берегах.



Безопасность при выборе места ночлега



Удачный выбор места ночлега



Удачный выбор места ночлега



Организация работ на бивуаке

- ✓ подготовка площадок под палатки и их установка;
- ✓ заготовка дров и воды;
- ✓ приготовление пищи.

Все работы на биваке желательно проводить параллельно, т.е. **одновременно**

Вынужденная ночевка (семеро в трёшке)



Ночевка вне зоны леса



Ночевка вне зоны леса



Выравнивание площадки

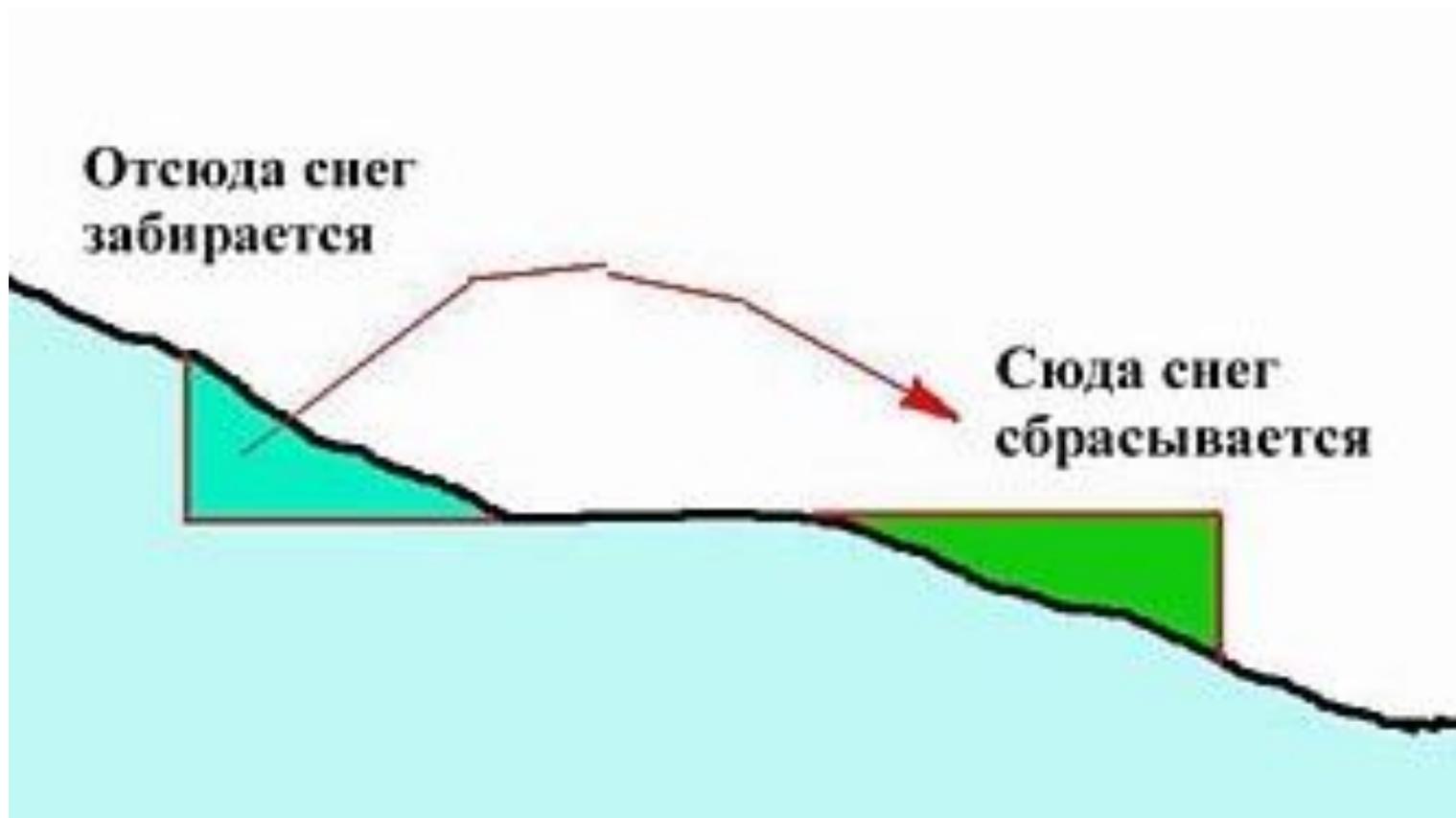


Рис. взят с сайта ТК МАИ

Защита от ветра- снежные стенки



Строительство укрытий

для ночлега



Дневка

-это когда группа останавливается на отдых на сутки (или *полуднёвка*- отдых на *полдня*).

- Дневки организуются с целью более полного восстановления сил
- Желательно делать дневки на каждый 8-11 день маршрута
- Полезно по возможности помыться или вообще организовать баню.

Дневка: что можно делать?



Дневка: что можно делать?



Дневка: что можно делать?



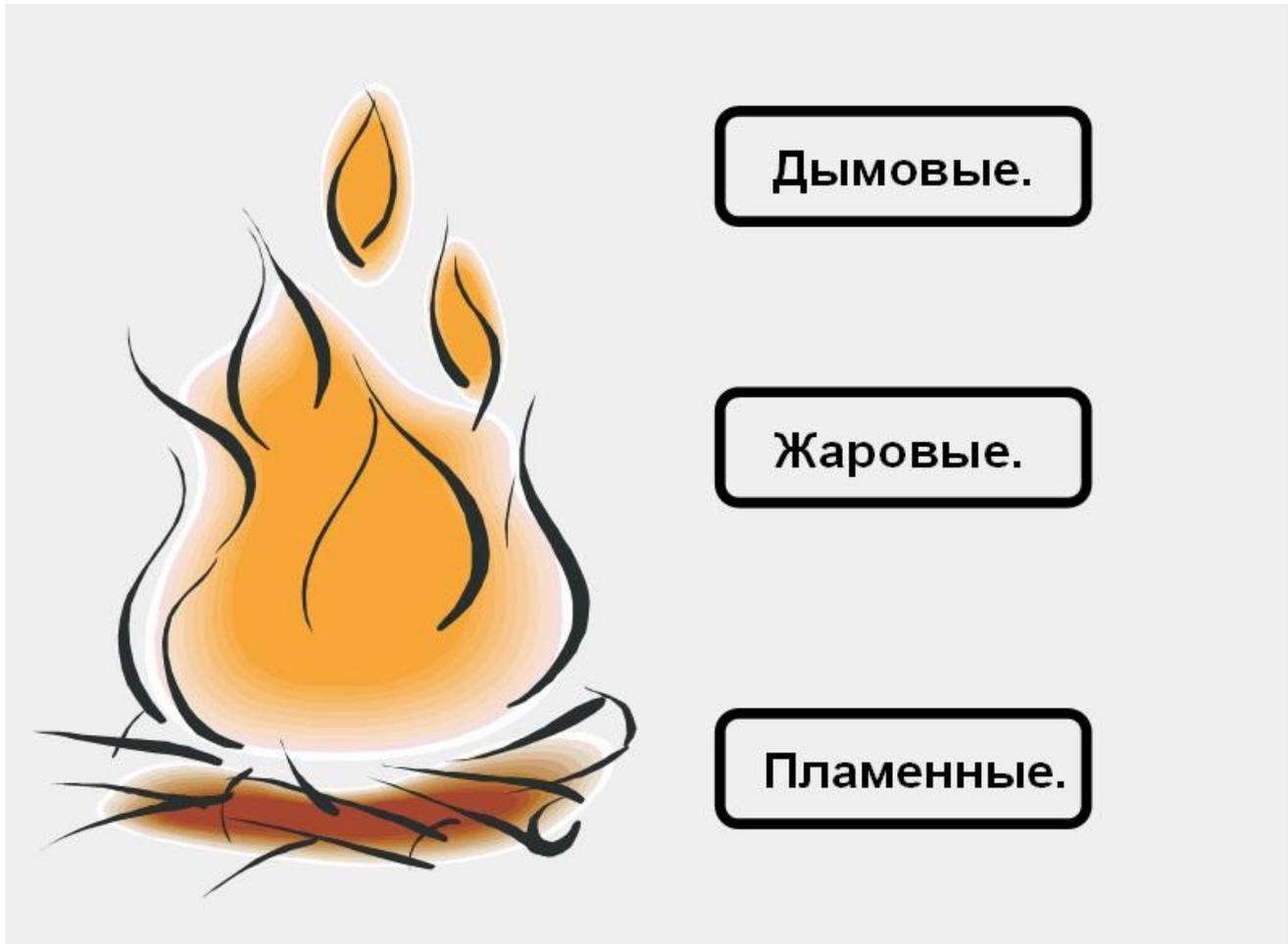
Дневка: что нельзя делать?

**На бивуаках не следует
заниматься глупостями**

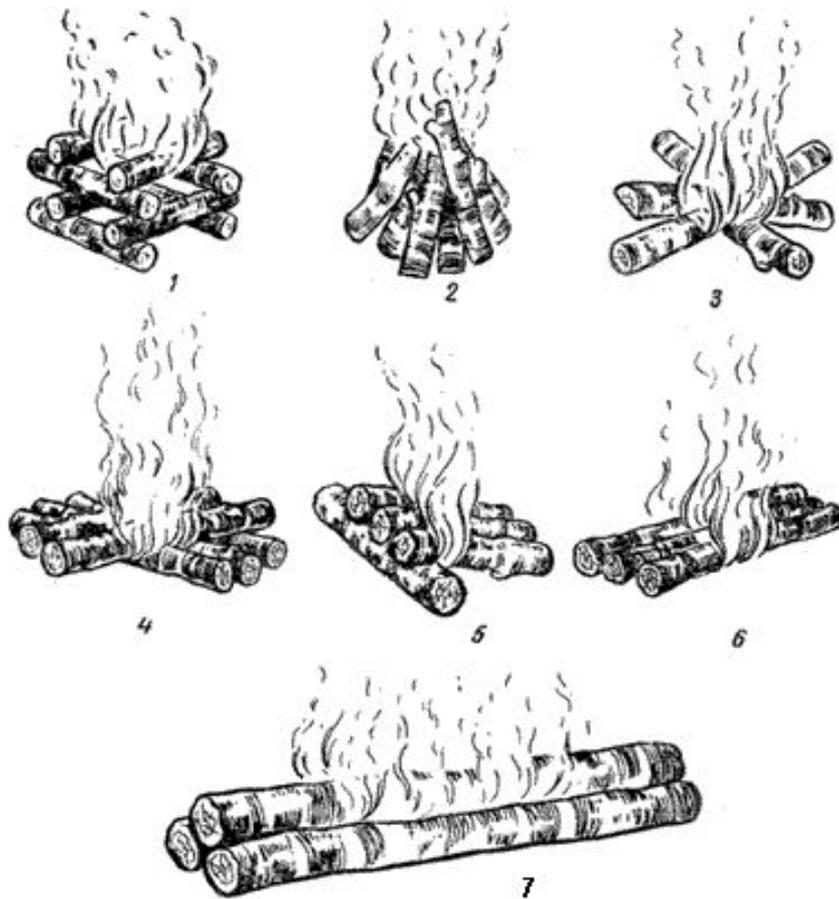
Разведение костров



Условно костры можно разделить по назначению:



Типы костров



Сухое горючее и дождь

- ✓ у каждого пакет с герметизированными спичками;

Взять из дома:

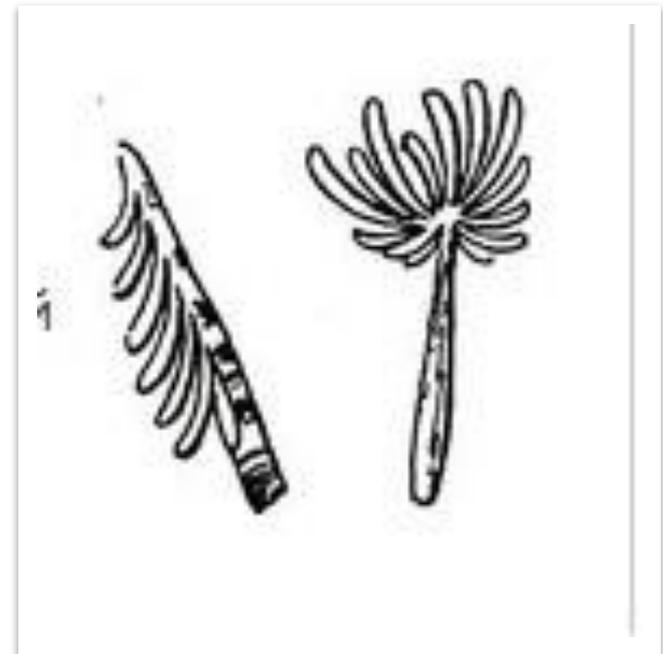
- ✓ таблетки сухого спирта, огарок свечки, кусочек органического стекла и т.д.

В дождливую погоду для этих целей лучше применять специальные жидкости на основе парафинов типа Forester

Сухое горючее и дождь

Запомните:

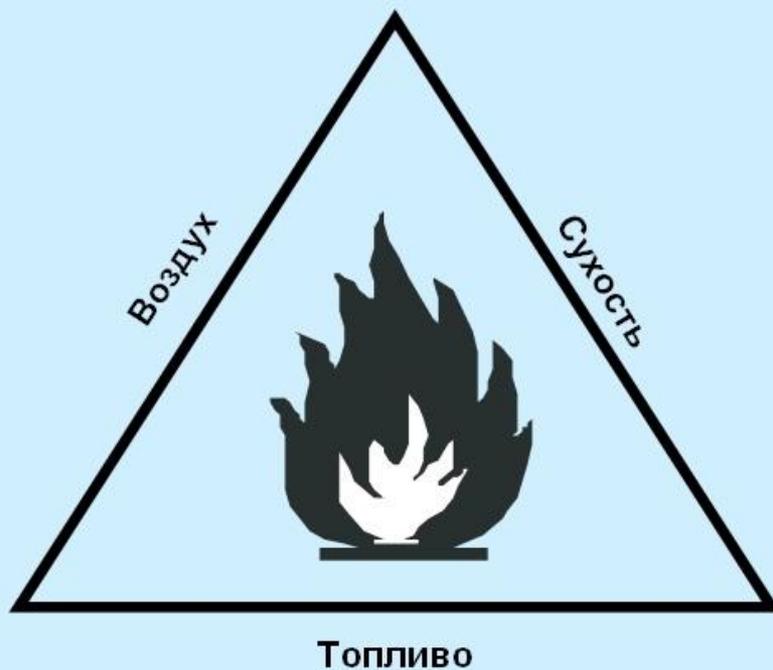
ни в коем случае для розжига
нельзя употреблять **бензин!**



Выбор места для костра

- не менее **5 метров** от палаток;
- **укрыто от ветра и дождя** каким-либо естественным укрытием;
- в **радиусе 1-го метра** расчистить от всего, что способно гореть;

Правило «Треугольник костра»



Основные правила разжигания костра

- первый этап разведения костра – **зажигание растопки;**
- растопку поджигают **с самого низа**, чтобы она хорошо прогорела;
- как костер будет **разгораться**, в него кладутся все более **толстые** ветки и поленья (**сухие**);
- пока не появятся угли, костер может легко погаснуть.

Полезные советы

- Если дрова плохо разгораются - присыпьте их щепоткой соли.
- Крупные куски бересты при горении сворачиваются в трубку, гася пламя, поэтому для поджигания растопки следует использовать небольшие, слегка согнутые пополам треугольные кусочки берёзовой коры.
- Если необходимо сохранить и перенести огонь на новое место, угли помещают в подручные ёмкости - пустые консервные банки или свёрнутую трубкой бересту, - пересыпанные землёй, мелкими камешками и золой

Экология

- **Весь мусор после бивуака сжигается, а банки обжигаются, потом плющатся камнями и закапываются в грунт или закладываются под валуны. Ещё лучше унести банки вниз.**
- **покидая место бивака, следует обязательно залить костер**