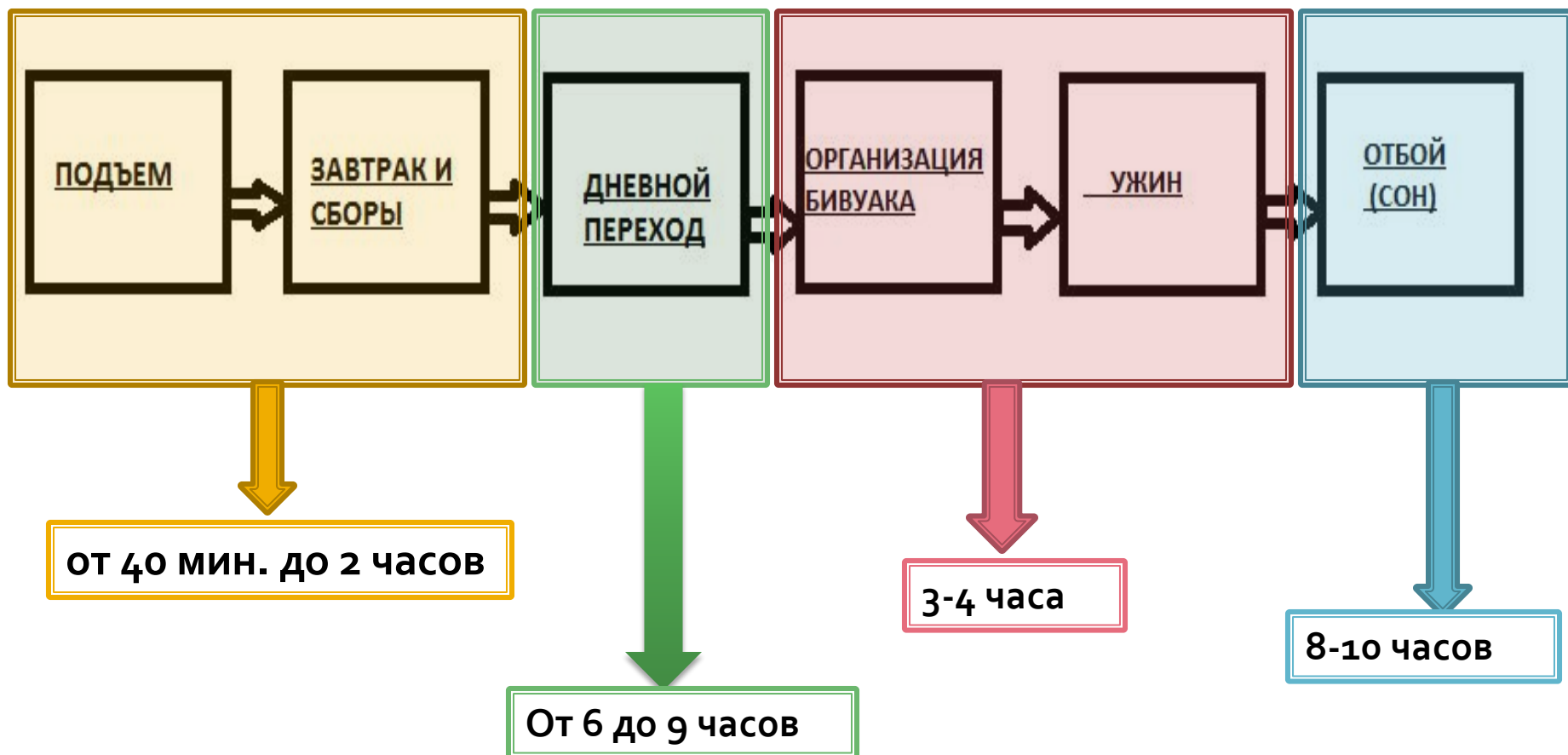


**Лекция на тему:**

# **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

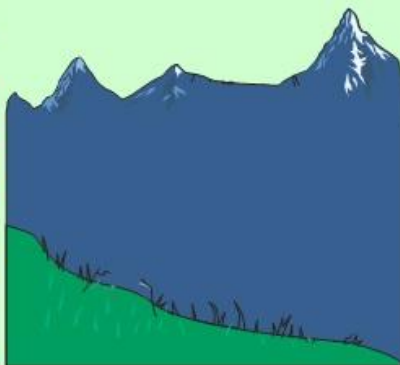


Никогда нельзя устраивать стоянку.

На дне узких ущелий.



На дне каньонов.

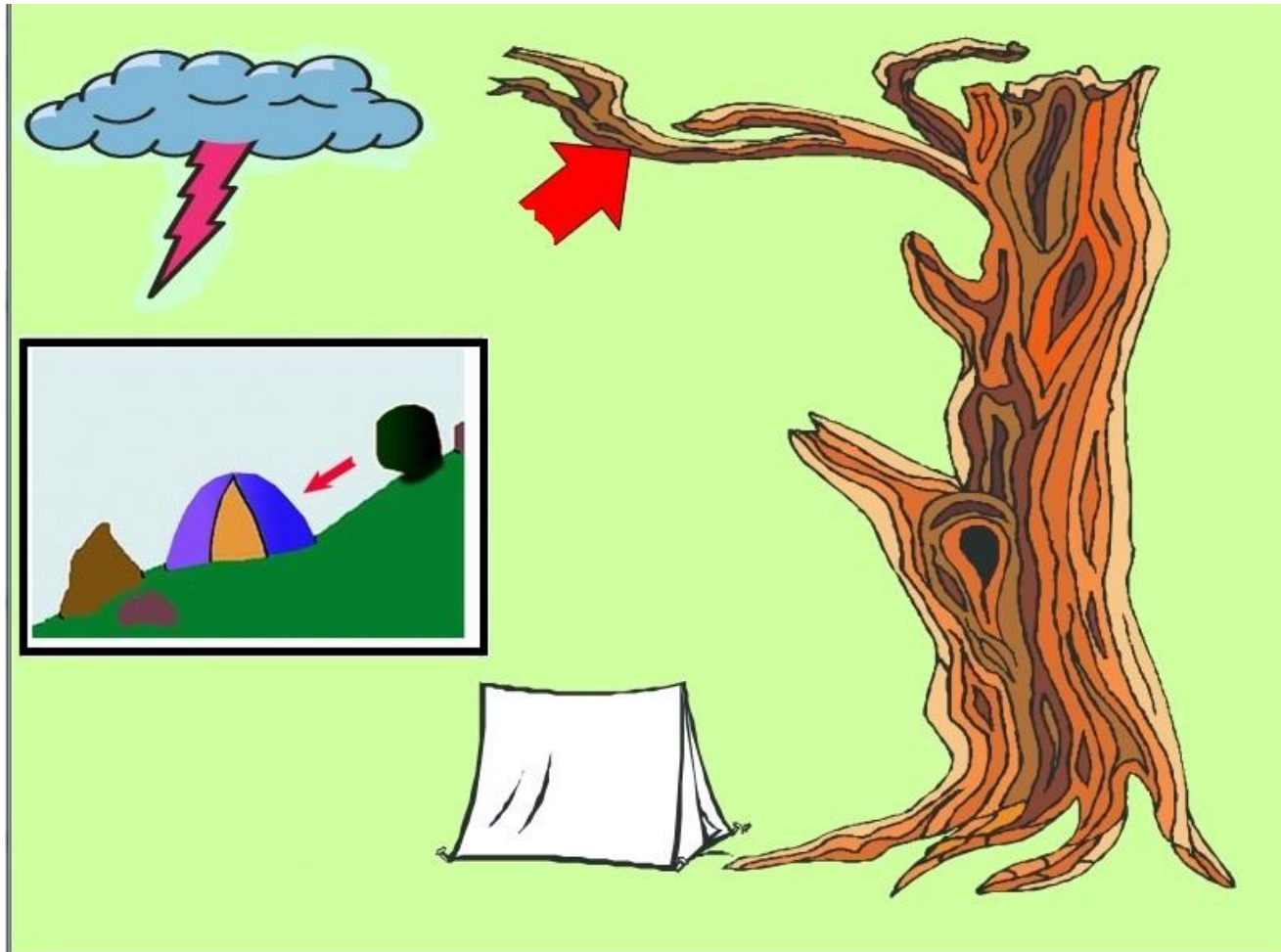


На речных отмелях.

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

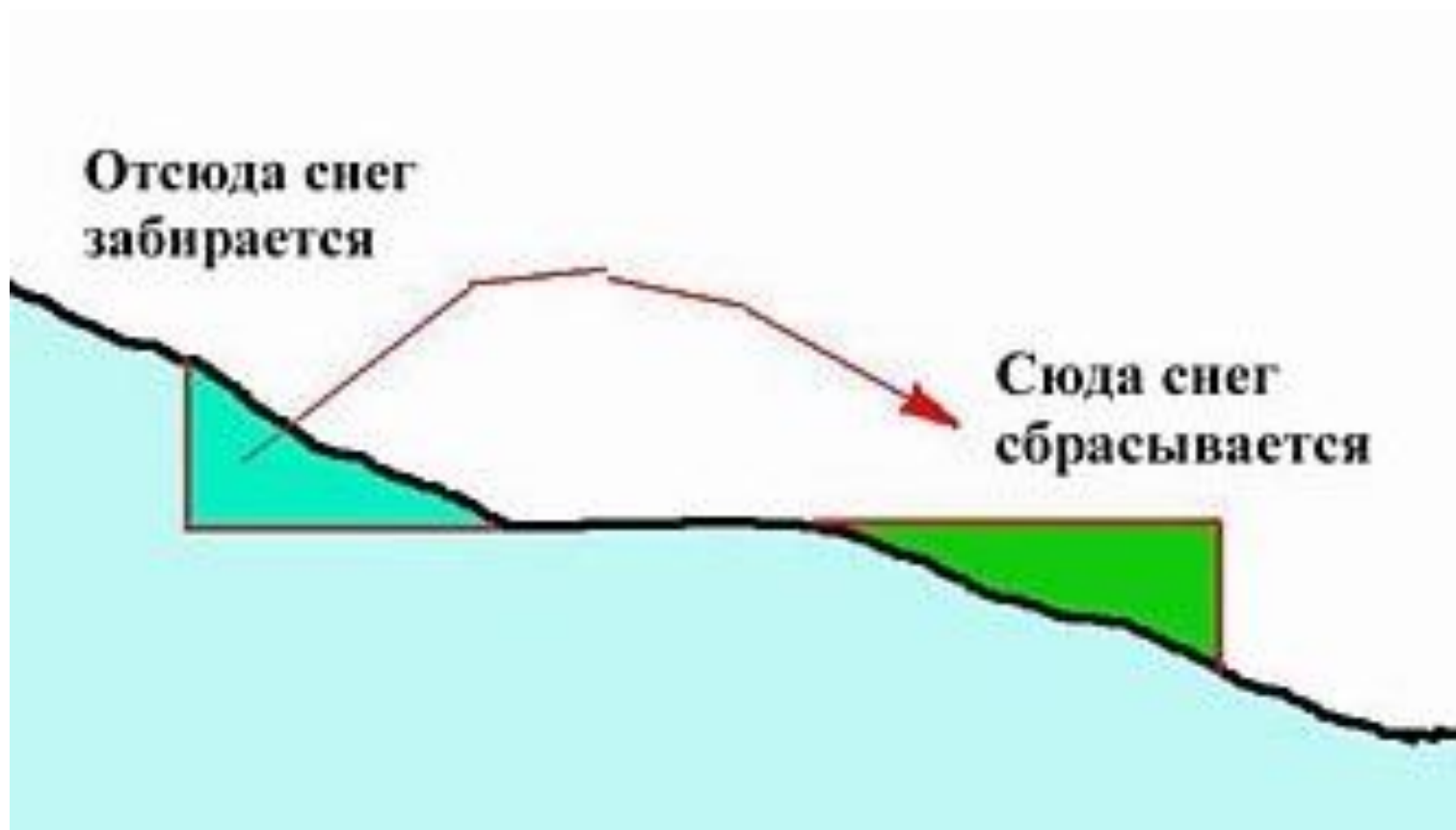


Рис. взят с сайта ТК МАИ

# 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?





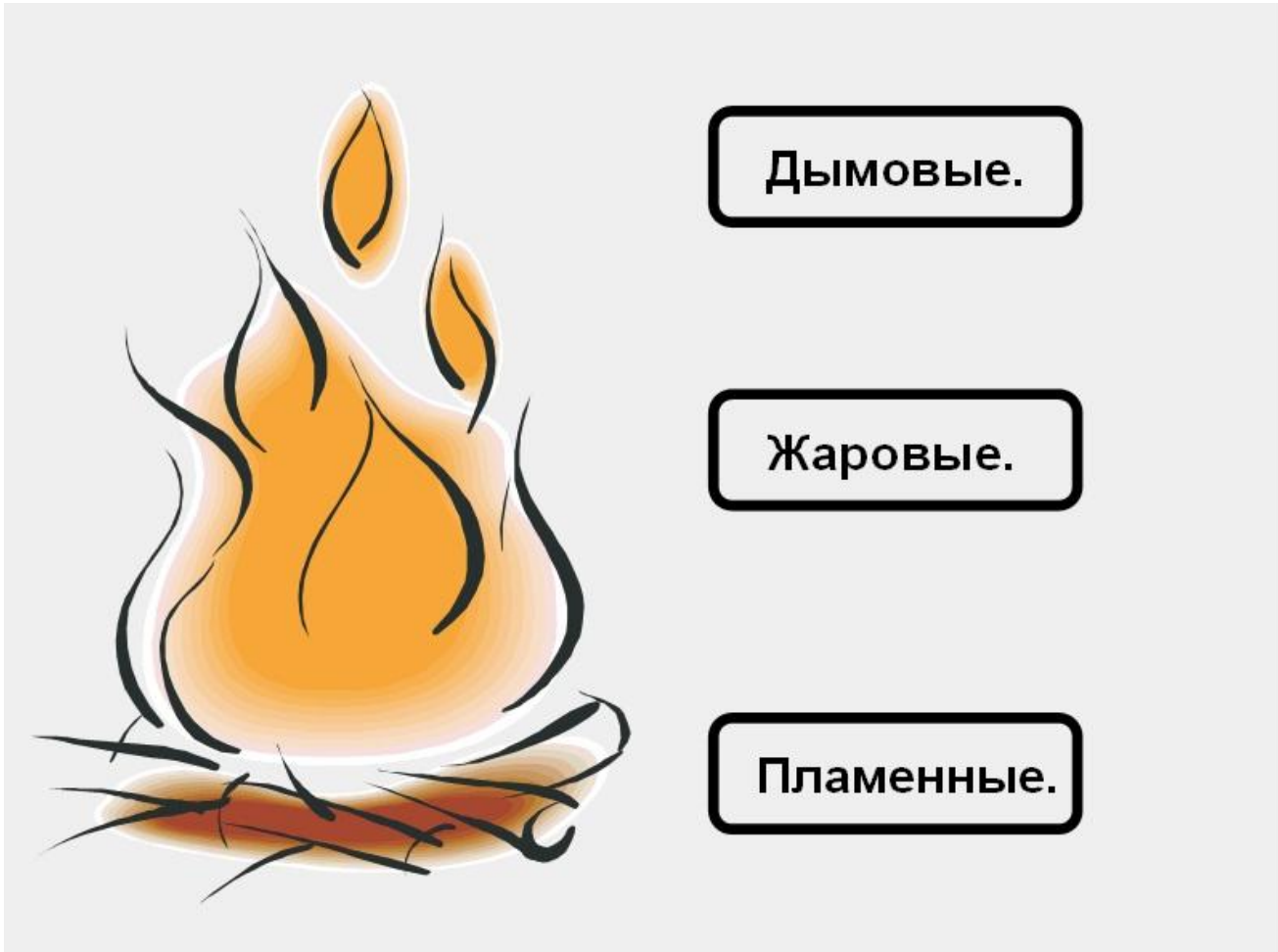
# Дневка: что нельзя делать?

**На бивуаках не следует  
заниматься глупостями**

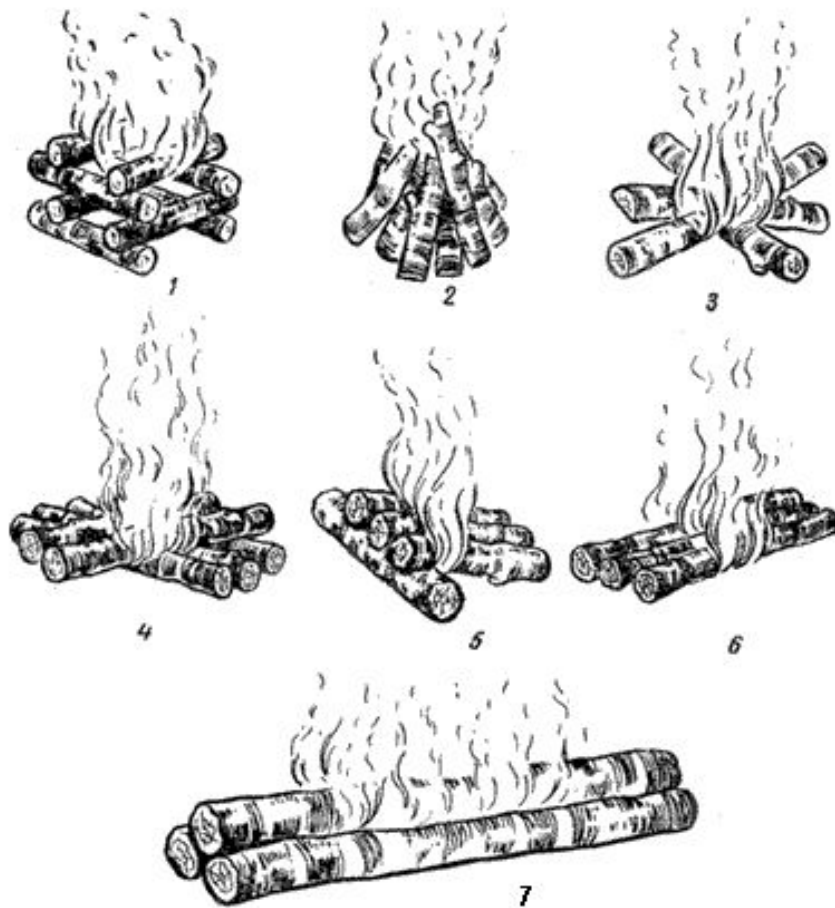
# Разведение костров



# 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:**

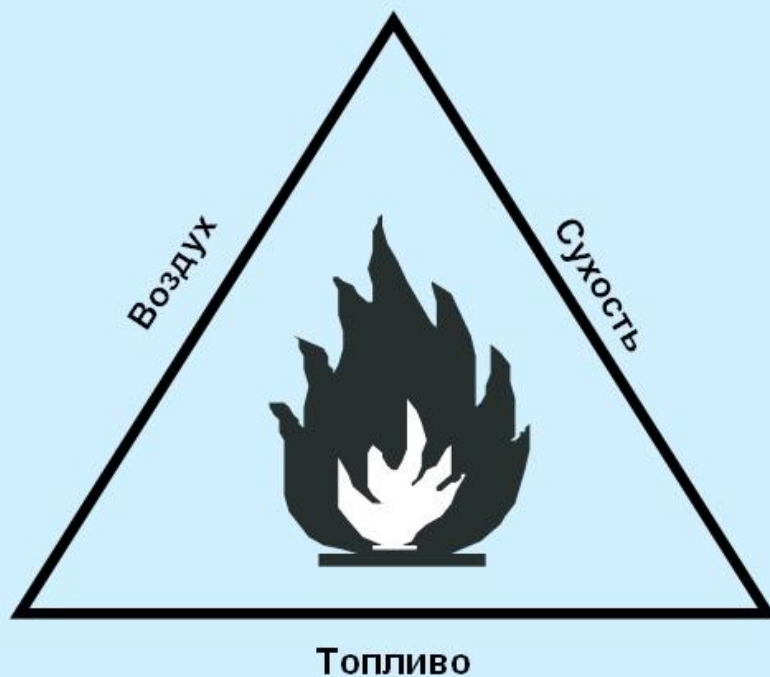
ни в коем случае для розжига  
**нельзя** употреблять **бензин!**



# 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**