

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Алтайский государственный гуманитарно-педагогический университет имени В.М.
Шукшина»
(АГГПУ им. В.М. Шукшина)

Н.С. Кобызов

Методические рекомендации для студентов по организации ночевки в условиях автономного существования

для студентов, обучающихся по направлениям
43.03.02 Туризм (с двумя профилями подготовки) очной и заочной форм
обучения

Бийск
Издательство Алтайского государственного
гуманитарно-педагогического университета имени В.М. Шукшина
2021

УДК 371.3
ББК 74.48
М54

Рецензент: Е.Н. Бавыкина к.э.н., доцент кафедры естественно-научных дисциплин ФГБОУ ВО "АГГПУ имени В.М. Шукшина"

Кобызов Н.С.

М54 Методические рекомендации для студентов по организации ночевки в условиях автономного существования [Текст] : методические рекомендации для студентов по организации ночевки в условиях автономного существования для студентов, обучающихся по направлениям 43.03.02 Туризм (с двумя профилями подготовки) очной и заочной форм обучения /Н.С. Кобызов; Алт. гос. гуман.-педагог. ун-т. – Бийск: Изд-во Алт. гос. гуман.-педагогич. ун- т., 2021. – 12 с.

Данное пособие разработано для студентов, обучающихся по профессии «Туризм», а также в процессе работы с туристскими группами при подготовке к спортивным и туристским походам на туристических базах и лагерях.

Пособие сможет наглядно продемонстрировать опасности на маршруте, к которым стоит подготовиться заранее, а именно:

1. Встреча с дикими животными;
2. Встреча с негативно настроенными людьми;
3. Профилактика переутомления и правильное распределение физических нагрузок во время путешествия;
4. Стихийные бедствия и непредсказуемые явления природы:
 - ураганы,
 - селевые потоки,
 - грозы и ураганы,
 - землетрясения,
 - камнепады и ледопады, снежные и ледовые лавины.
5. Сложности, возникающие при организации ночёвки (поиск чистой воды, ровная и сухая площадка, ее ветрозащищенность) и прочие опасности.

УДК 371.3
ББК 74.48

Методические рекомендации для студентов по организации ночевки в условиях автономного существования

Рассмотрены и одобрены
на заседании кафедры МиТ
Протокол №1 от 05.02.2021 г.

© Кобызов Н.С., 2021
© АГГПУ, 2021.

В методическом пособии производится рассмотрение ночных бивуаков, а не коротких обеденных привалов.

Итак, когда и где останавливаться на ночлег? эти вопросы связаны, потому что "где?" зависит от "когда?" и наоборот.

вот основные категории, в рамках которых приходится мыслить:

1. Объём дневной нагрузки.
2. Удобство расположения бивуака.
3. Безопасность бивуака.

Решение об установке бивуака означает, что дневная программа выполнена. это одно из самых трудных решений. Не даром, в опытных командах, когда все всё умеют, роли руководителя зачастую сводятся к команде "на бивак!"



Дело в том, что азарт подталкивает участников спортивного мероприятия пройти в данный день как можно больше. Но в многодневных мероприятиях важно, чтоб это "больше" стало действительно больше как сумма за несколько дней. Если в какой-то день группа переработает и плохо отдохнёт, то на следующий день будет "пшик", и это в лучшем случае, а в худшем - заболит участник. поэтому момент отсечки зависит от принятых планов, от демонстрируемого участниками самочувствия, а также от удобства предполагаемого бивуака и от его безопасности.



В качестве простой рекомендации по ограничению дневных нагрузок в многодневных мероприятиях, приведём две:

1. Чистое ходовое время не более 7 часов.
2. На неосвоенной высоте не набирайте более 500 метров на простом рельефе, где идут без страховки или в связках одновременно, удобна следующая оценка чистого ходового времени: каждая сотня метров подъёма приравнивается к 1 километру хода по горизонтали. пройденный за день путь по карте складывается с удесятирѐнным суммарным набором высоты. получается некоторое количество эффективных километров, которое делится

на скорость 3,3 км в час.

формула для оценки чхв (чистого ходового времени):

$$t = (l + 10 * h) / v,$$

где:

l - пройденный путь по карте,

h - суммарный набор высоты,

v - 3,3 км/час.



l= 9 km, h=1000m,
l+10*h=19 km, t=5 час.45 мин.

Например, группа на подходе проходит по карте 9 км, и набирает 1000 метров. в сумме получается 19 эффективных километров. Делим их на 3,3 км,- получаем 5 час 45 мин чистого ходового времени. Это нормальный, не сильно напряжённый ходовой день. а вот если получится 7 часов, то стоит уже задуматься.

На удобство расположения

бивуака влияют:

1. Наличие питьевой воды или снега (что хуже)
2. Наличие площадей, удобных для обработки под палатки
3. Ветрозащищённость места.



Про воду

Понятно, что снег хуже воды, потому что приходится тратить время и топливо на производство воды. но а если воды нет ни в каком виде, то это уже не бивуак, а аварийная остановка. бывает, что вода мутная, характерная для ледниковых рек.

Не забывайте, что из карманов морен вытекают чистые ледниковые ручьи. но и мутную воду можно пить, если эта муть минеральная, иначе говоря, небиологического происхождения. мутную воду надо заливать в большую тару и дать постоять. Иногда это помогает, но не всегда. Вода из озёр на пастбищах опасна. И ни только на пастбищах. главное, что вы находитесь в зоне горных коз. поэтому лучше пить мутную ледниковую воду, чем из козьего озера. Но если же имеется чистый ручей, то это идеально.



Площадка

Грунт копать трудно, и это не принято. поэтому, если вы на земле, то это должна быть горизонтальная площадка на песке или на травке. если имеется небольшой уклон, то голову спящих ориентируют вверх. Если уклон сильно большой, то ночью вы будете выезжать из палатки. небольшие кочки или пучки зелени можно срубить.

Бывает, что палатки приходится ставить на зачехлённом леднике среди осыпи. тогда коллектив палатки вымащивает из камней ровную площадку. в конце этого процесса в ход идут лопаты. почти всегда имеются рядом кочки из мелкого гравия или почти земли. вот

этим мелким материалом засыпается площадка и мелкие дырки между камнями, сглаживаются выступы больших валунов. главное, чтоб площадка была ровной для спящих. на открытом льду палатку устанавливать трудно, потому что тут трудно вырубать площадку. к тому же на льду холоднее, чем на снегу. на снежном плато коллектив палатки утаптывает площадку.



копать. Если же палаток много, то они устанавливаются в близости друг к другу или тандемом, если это конструктивно возможно. тогда дежурному будет удобнее разносить еду, ходить друг другу или собираться в одной палатке.



трудно и не всегда возможно. на развилках гребней чаще образуются снежные подушки, но они могут казаться слишком маленькими. Приходится срубить гребень, подрубить лёд.



Начинают, как правило, по спирали. на снежном склоне после этого приходится ещё выравнивать площадку лопатой. Склон, выше оси площадки подрезается лопатой, выкапываются кирпичи и раскладываются ниже оси площадки палаток. Выкапывает один, остальные утаптывают расколовшиеся кирпичи. потом меняются, копать на высоте тяжело. Главное, чтобы площадка формировалась к склону боком будущей палатки. Тогда меньше

На крутом снежно-ледовом рельефе стандартными местами установки палаток являются нижние края разломов, бергшнурдов или оснований не нависающих сераков. они ровные, к тому же создают защиту от ветра или служат трамплином для лавины.

На широких гребнях или перевалах, обычно, проблем с установкой не возникает, кроме ветра. а вот на узких гребнях палатки ставить трудно и не всегда возможно. на развилках гребней чаще образуются снежные подушки, но они могут казаться слишком маленькими. Приходится срубить гребень, подрубить лёд. К счастью, на гребне лёд ни столько монолитен, как на леднике.

На таких стоянках делают групповую перильную страховку, все живут, не снимая обвязок. ходят в гости и спят пристёгнутые к перильной страховке, пропущенной сквозь палатки. здесь надо опасаться срыва ветром палатки или обвала карниза.

Ветрозащищённость

Ветер надувает в палатку, мешает дежурным готовить пищу, увеличивая количество топлива. сдувает со склона мелкие вещи и снаряжение, быстро остужает котелок с пищей.

Если место под палатку выбрано правильно, то можно обойтись и без ветрозащитной стенки. в разломах, как правило, ветра почти нет. На гребне же палатки ставить лучше ниже и сбоку, если позволяет крутизна склона. Если времени много, то лучше сделать ветрозащитную стенку из снежных кирпичей.



Безопасность бивуака

В отличие от команды, бивуак – штука статичная. К тому же ночью все спят. Это означает, что с 19:00 вечера до 09:00 ничего в лагере случиться не должно.

Опасности на бивуаке создаются:

1. Неживой природой;
2. Внешней живностью;
3. Участниками команды в результате их неправильных действий и поведения.

Опасными проявлениями неживой природы являются:

1. Извержение вулканов;
2. Землетрясения;
3. Грозы;
4. Сели и смывы рекой;
5. Ураганы;
6. Камнепады;
7. Лавины и ледовые обвалы.

Про извержения вулканов говорить не будем. надеюсь, в нашем регионе восхождение на Ключевскую сопку никому не угрожает.



А вот про землетрясения это актуально. Не ставьте палатку на пути подозрительно лежащих валунов. Слабые землетрясения в горах ни так уж и редки. даже незаметный толчок в 2 - 3 балла может вывести камень из

его ложа, и он скатится на вашу палатку. Камнепады – очень реальная угроза. падение камней в горах является обыденным явлением, поэтому и надо его больше всего бояться. Не разбивайте лагерь напротив кулуаров, которые, как правило, собирают камни с соседних

склонов. Внимательно присмотритесь: если под ногами много камней со свежими сколами, если налицо следы выбитого дёрна, то это место опасно.

Лучше отойти подальше от скалы к большим валунам, которые врыты в грунт. если это невозможно и приходится искать компромисс между удобством и безопасностью, то встаньте под защиту крупного валуна или сложите защитную каменную стенку. В плане безопасности от камнепадов, лучше всего останавливаться на выпуклостях, а не ложбинах под скалой. лучше разбивать лагерь так, чтобы ложбина была между лагерем и скалой, ложбина – это тоже защита.

Гроза в горах значительно мощнее, чем на равнине. она может составить светопредставление, которое навсегда останется в вашей памяти. Чтобы избежать поражения молнией, тщательно выбирайте места под палатки. не останавливайтесь на полах. В грозу не поднимайтесь на холмы и вершины, не ходите по гребням. не пережидайте грозу под одиноко стоящими деревьями. При приближении грозы лучше разбить лагерь на непригодной для молнии площадке.

Остерегайтесь селей. Не вставайте лагерем возле селевых выносов или напротив них. очень часто туристы, альпинисты ночуют на берегу реки. это не запрещается, однако у руководителя должно появиться беспокойство. Если ливень продолжается более часа, на втором часу это беспокойство должно перейти в настоящую тревогу. Лучше вымокнуть под дождём и переставить лагерь в безопасное место, чем с маленькой вероятностью попасть под сокрушительный сель. помните, что высота селя и надвигающейся стены может достигать десятков метров.

Ураганы, неистовые порывы ветра могут порвать палатки и разнести лагерь. бывает так, что ураган не позволяет организовать бивуак и губит группы. Главное – это предвидеть ураганы, вовремя встать в защищённом месте, вовремя оказаться там, где легко можно открыть пещеру.



Лавина – это вещь в себе и требует отдельной лекции. а вот ледовые обвалы - штука ясная, к тому же ещё они провоцируют лавины. Лёд движется постоянно, с одной



скоростью, и днём, и ночью. поэтому более благоприятных или неблагоприятных периодов для ледовых обвалов не существует. ледовые обвалы происходят там, где висит лёд и это хорошо заметно. необходимо представить, по какой траектории произойдёт обвал и как далеко будет вынесен от склона лёд и сорванный им снег. при этом не нужно забывать о возможности отрыва катастрофически крупного куска, который нарушит картинку из полос и желобков, оставленных

мелкими обломками, из-за чего может резко смениться его траектория.

Итак, главное – не вставать под возможными ледовыми обвалами, отодвигаться подальше



от склона с запасом на то, что отвалится большая глыба льда. на склонах защита от мелких лавин достигается под стенками сбросов (мелкие лавинки через них перепрыгивают). Или под сенью нестрашных не нависающих сераков. если склон лавиноопасен, то безопаснее рыть пещеру с расчётом на то, что лавина

пронесётся над вами.

Однако все это не особо хорошо, поэтому планируйте маршрут так, чтобы подобной нужды в этом не возникало. Ночёвки на гребнях безопасны в плане камнепадов, ледовых обвалов и лавин, но они намного меньше защищены от ветра и гроз.

Угрозы от живых существ

Опасности, прежде всего, происходят от крупных животных, таких, как медведи. медведи часто, обладая психологией непуганного царя зверей, ничего не боятся. они способны прийти в лагерь и, не смущаясь, начать ворошить снаряжение в поисках еды. если нет оружия, то эффективен внезапный, пронзительный крик всей группы и милицейские свистки. в местах постоянного обитания медведей не вставайте на тропах в узких местах, где им трудно обойти лагерь.



Ещё опасны **люди**, которые производят бракованное снаряжение, например, бракованные примусы или хрупкие каркасы для палаток.

И, наконец, опасны люди, которые придут на ваш бивуак. Чтобы избежать агрессии, нужно правильно выбирать район путешествия, правильно планировать ночёвки и правильно обращаться с другими людьми. Не разбивайте лагерь возле населённых пунктов, старайтесь уклониться от конфликта.

Самой трудной, но и самой типичной задачей является умение отвязаться от "липких" гостей. В подобных ситуациях от вас требуется ни только дипломатичность, но и неординарность решений. Помните, что надвигающуюся агрессию, можно сбить резкой сменой темы разговора. задайте вопрос, не заботясь о логичности перехода к этому вопросу. Гость задумается, и если он пьян, то забудет прошлую, столь неприятную тему разговора. Не пейте спиртного сами и категорически не пейте с местными. Это начало большинства происшествий с плохим концом.



О правильном поведении на бивуаках

Смысл бивуака – максимально эффективный отдых, концентрация сил на следующий день. Уклонение от этой цели означает неспортивное поведение. Первое, что нужно, придя на бивуак – сбросить рюкзак и максимально утеплиться. Это не значит, что вы переодеваетесь кардинально, а лишь надеваете тёплую куртку и шапку. После этого коллектив палатки дружно обрабатывает площадку. Потом уже устанавливается палатка. установка требует максимум двух человек, и тут освободившийся дежурный может пойти за водой и заняться оборудованием кухни.



Коротко об установке палатки

Бессмысленно учить установке палатки. Все палатки разные. обозначим лишь некоторые принципы.

Очень хороши каркасные палатки, у которых дуги продеваются в длинные карманы внешнего тента. Установка такой палатки сводится к её протыканию тремя спицами с окончательным заделыванием их в специальные отверстия – люверсы. Всё, после этого палатка держит форму, остаётся лишь растянуть её на камнях или ледорубах. Это очень удобно при установке на ветру, это очень удобно всегда, потому что быстро. Если вы берёте полиэтилен, то



никогда не подкладываете его под палатку. Вода со стенок и конденсат будут скапливаться на нём и образовывать лужу. Полиэтилен следует стелить внутрь палатки, отгибая его от торцов, образуя корыто. Вот тогда вся вода будет уходить по стенкам вниз, а полиэтилен обеспечит 100-процентную защиту от влаги вашим вещам. Кроме того, полиэтилен полезен при организации запруд и купален, для коротких коллективных отсидок в дождь и подобных дел.

На бивуаках не стоит заниматься глупостями. Играть в жмурки, салки, футбол и волейбол. Будете играть – выбьете себе палец на ногу и не пойдёте на гору и ещё что-нибудь в этом роде. На бивуаках нельзя кидаться камнями, обливаться водой из кастрюль, играть в шахматы и карты. Преферанс погубил ни одно спортивное мероприятие. При игре в карты возникает болезненное желание доиграть, а это отвлекает от полезных занятий.

На бивуаках можно чуточку погулять возле палатки, пообщаться с друзьями, послушать байки и потравить анекдоты.

Но главное – спать, кушать кашу, пить чай, думать о завтрашнем дне, лечиться и ремонтировать снаряжение.



Учебное издание

Кобызев Николай Сергеевич

**Методические рекомендации для студентов
по организации ночевки в условиях
автономного существования**

для студентов, обучающихся по направлениям
43.03.02 Туризм (с двумя профилями подготовки) очной и заочной форм
обучения

Подписано в печать 05.02.21. Формат 60×84 1/8.
Усл. п. л. 0,3. Тираж 30 экз. Заказ 2021-58.
Печать – ризография, множительно-копировальный аппарат «RISO
EZ300».

Издательство Алтайского государственного гуманитарно-
педагогического
университета им. В.М. Шукшина. 659300, г. Бийск, ул. Короленко, д.53

Оригинал-макет подготовлен на кафедре
«МиТ» АГГПУ имени В.М. Шукшина. Отпечатано в ОИТ АГГПУ.
659300, г. Бийск, ул. Короленко, д.53.