

## Организация туристского быта

Важно не только пройти маршрут, но и получить от этого удовольствие. Нужно следить за самочувствием всех членов группы, вовремя останавливаться для отдыха, уметь правильно организовать ночлег для полного восстановления сил.

Это одна из составляющих обеспечения безопасного прохождения маршрута. В походах необходимо делать остановки, привалы. Привалы бывают нескольких видов:

1. Технологический (подгоночный) привал – это первый привал на маршруте каждого дня, целесообразно сделать через 15-20 мин. после выхода группы на маршрут. Делается для того, чтобы устранить обнаруженные в начале маршрута недостатки в подборе одежды (слишком жарко или холодно идти) и обуви, укладке рюкзака.

2. Восстановительные привалы. 5-10 минутные привалы устраиваются через определенный интервал движения (30-50 минут в зависимости от рельефа). Делается для восстановления физических сил участников похода. Во время движения в горах или по холмистой местности привалы делаются чаще, чем по равнине. Для привала выбираются места, закрытые от ветра и палящего солнца; по возможности у поваленных деревьев, на которые можно сесть. На привале не следует резвиться, играть в активные игры. Привал – это время отдыха.

3. Обеденный привал. Для организации обеденного привала требуется наличие воды и дров. Если место не было определено заранее, до начала похода, то следует его начинать искать после последнего предобеденного восстановительного привала. Если нет уверенности, что на маршруте встретятся источники питьевой воды, нужно заранее набрать воду и сделать привал в подходящем месте. В хорошую погоду обеденный привал используется для просушки и приведения в порядок одежды и снаряжения, для обработки путевых записей. При плохой погоде время обеденного привала можно сократить.

Следует помнить, что на любом привале нужно бережно относиться к окружающей среде.

Выбор места для ночлега начинается, как и для обеденного привала, на последнем переходе. Разбивать бивак\* группа должна не позднее, чем за 1,5 – 2 часа до наступления темноты, иначе готовить ужин и ставить палатки придется при свете фонариков. Желательно использовать старые места стоянок и старые кострища.

При выборе места для бивака следует соблюдать следующие требования:

1. Безопасность – нельзя выбирать место вблизи населенных пунктов, больших дорог, нефтехранилищ, складов, под высоковольтными линиями. Нельзя разбивать бивак у одиноко стоящих деревьев, на вершине холма (опасно при грозе!), нельзя разбивать бивак рядом с сухими, наклонившимися, подрубленными или подгнившими деревьями, которые

могут рухнуть в случае сильного ветра; нельзя разбивать бивак на низком берегу реки, на острове, чтобы в случае дождей поднявшийся уровень воды не представлял для лагеря угрозу. Следует учитывать отсутствие опасности камнепадов и обвалов со склонов, наличие удобных подходов к воде.

При организации ночлега в населенном пункте необходимо заблаговременно согласовать место ночлега с местными органами муниципальной власти, школой и т.п.

2. Наличие питьевой воды – без нее не обойтись. Она должна быть чистой, проточной. Идеально, если это родник.

3. Наличие дров – в районе места расположения бивака должно быть достаточное количество дров для костра. Или нести с собой газовую горелку и баллоны.

4. Комфортность – достаточно ровная и сухая площадка, красивая панорама, освещенность утренним солнцем, продуваемость поляны (спасение от комаров и гнуса).

Итак, вы нашли идеальное место для бивака: красивая сухая поляна, недалеко от реки и с достаточным количеством дров. Следующие действия: спланировать бивак и начать бивачные работы. К бивачным работам относятся установка палаток, оборудование мест для умывания и забора воды, ямы-холодильника, ямы для несгораемого мусора, туалетов, сооружение костра, заготовка дров, организация сушки одежды и обуви, уборка бивака. Следует иметь в виду, чем быстрее и организованней выполняются все работы по обустройству бивака, тем больше времени остается для отдыха и общения.

Организацию бивачных работ руководитель должен продумать заранее. Главное, необходимо обеспечить ребятам широкий фронт работ, т. е. сделать так, чтобы максимально возможное число дел выполнялось параллельно.

Первым делом все снимают рюкзаки в одном месте. Затем выбирается место под костер, где дежурные повара оборудуют кострище, место для дров, и место для приготовления пищи. В случае приближения дождя в первую очередь ставятся палатки, а рюкзаки накрывают полиэтиленовыми пленками. Затем все, кроме дежурных, уходят за дровами для костра. Только после того, как у костра будет достаточное для приготовления ужина количество дров, половину группы можно оставить в лагере для установки палаток, а другую половину отправить собирать дрова для приготовления завтрака.

Установка палатки – дело ответственное, ведь от этого зависит крепкий сон и полноценный отдых перед следующим ходовым днем. Палатки ставятся на сухом, желательном возвышенном, защищенном от ветра месте; при большом скоплении комаров, гнуса, наоборот, на хорошо продуваемом ветром месте. Место разведения костра должно находиться на расстоянии не менее 50 метров от крайней палатки (согласно ППБ 101-89 от 18.06.2003 г.). Перед установкой палатки надо очистить место от сучков, шишек, камней; постараться заровнять ямки. По периметру палатки нужно вырыть небольшой ровчик, чтобы в случае дождя вода стекала не под палатку. При установке палатки следует обратить внимание на натяжение скатов крыши.

Колышки втыкают в землю с небольшим наклоном (в противоположенную сторону от растяжек). Чтобы колышки не потерялись, не стоит их раскидывать, а следует убрать в одно место (чтобы колышки было видно хорошо в траве к ним можно привязать яркую тряпочку).

После установки палаток следует заняться оборудованием ямы для несгораемого мусора. Яма выкапывается на расстоянии не менее 30 метров от костра и жилья. Следует по мере выбрасывания отходов присыпать яму землей. Следует помнить, что пустые консервные банки сначала обжигаются в костре, затем сминаются топором и закапываются. Такая банка сгниет уже через год, не обожженная банка будет лежать 5-7 лет.

Определяется место для забора воды, мытья посуды, умывания, стирки. Для портящихся продуктов у воды сооружается яма-холодильник. Сверху делается крыша-скат для защиты от дождя.

В противоположных сторонах от лагеря (для мальчиков и девочек) строятся туалеты. Самый простой вариант – из непрозрачного полиэтилена, который перед уходом из лагеря можно сжечь. Туалеты должны располагаться на расстоянии не менее 35 метров от жилой зоны и кухни и не менее 50 метров от места водозабора. (Согласно санитарным требованиям).

Не нужно забывать об оборудовании мест для приема пищи и мест для сушки одежды. Для приема пищи место оборудуется следующим образом: несколько бревен укладываются квадратом друг на друга, либо ставятся на чурбачки. В середине такого квадрата делается столик, а сверху натягивается тент\* от дождя, от солнца. Такое же сооружение можно сделать у костра, чтобы было удобно греться и общаться. При ясной погоде сушку одежды можно организовать, натянув веревку между деревьями. Если следует произвести сушку вещей у костра, то нужно следить за вещами не отходя, иначе они могут легко сгореть. Нельзя сушить вещи во время приготовления пищи, чтобы не мешать дежурным. Лучше развести еще один костер.

Несколько подробней о безопасности дежурных у костра. Они должны работать в брюках, обуви, рукавицах; костровое устройство для подвески котлов (рогульки, перекладки, трос) должны быть надежными. Дежурные должны быть внимательными и аккуратными при снятии котлов с огня, при раздаче горячей пищи, пользоваться длинным половником, ставить посуду с горячей пищей только в то место, где на нее не могут наступить люди.

Вечером дежурные получают продукты для приготовления завтрака, готовят на утро растопку для костра, наколотые дрова, чтобы утром, до общего подъема лагеря, заниматься костром бесшумно. На ночь дрова надо накрыть полиэтиленом, а растопку убрать под тент.

Все бивачные работы нужно заканчивать до ужина. Учащихся можно стимулировать, внося дух соревнования в выполнение бивачных работ. В учебно-тренировочных походах, на туристских слетах все виды бивачных работ (выбор места, качество установки палаток, работа у костра, обеспечение безопасности, охрана природы) оцениваются судьейской коллегией.

Перед тем как группа покинет бивак, да и любой привал, необходимо привести в порядок поляну, на которой группа отдыхала. После ухода туристов она должна быть чище, чем до их прихода (это одна из туристских заповедей).

Туристы должны с первых тренировочных выходов усвоить следующие правила:

- кострище заложить снятым дерном и залить водой;
- очистить место бивака от мусора, все, что горит (бумага, щепки и т.п.) сжечь;
- остатки дров сложить аккуратно под деревом, ими воспользуются другие туристы;
- засыпать землей мусорную яму, туалеты, яму-холодильник.

Перед выходом на маршрут ответственное лицо (помощник руководителя, эколог) должен еще раз осмотреть территорию стоянки – все ли сделано по снятию бивака, не оставлено ли какое снаряжение.