Содержание

Введение

Правила безопасности перед выходом из лагеря, населенного пункта

Правила безопасности при движении

Правила безопасности при прохождении скального рельефа

Правила безопасности при страховке на скальном рельефе

Правила безопасности при спуске на веревке

Правила безопасности во время учебно-тренировочных занятиях на скалах

Правила безопасности при организации бивака в горах

Правила безопасности при угрозе схода лавин

Правила безопасности в лавинно-опасном районе

Правила безопасности в пещерах и провалах

Правила хранения, ухода и контроля снаряжения

Правила использования снаряжения

Правила безопасности при учебном походе

Правила безопасности при прохождении снежно-ледникового склона

Правила безопасности при движении по болоту

Правила безопасности при обращении с горючими и взрывоопасными веществами

Правила безопасности при встрече с дикими животными

Приложение

Список использованной литературы

Пояснительная записка

Главным помощником в моей курсовой работе была книга. Костарев Н.А. "Техника безопасности в походе". В ней я нашла основные правила и требования к участникам походов.

Так же опиралась на знания, полученные на уроках техники и тактики и информацию, найденную в Интернете, а именно "лекция для школы НТП о надежности (безопасности) в походе" - Горный клуб МГУ.

Для поиска необходимых документов обратилась на Станцию Юных Туристов. Там просмотрела множество документов и лекций по технике безопасности, которые также включены в работу.

## **Введение**

Вся техника туризма - это не что иное, как техника безопасности. Главный прием ее обеспечения в походе - соблюдение правил передвижения. Весь поход - скорость движения, настроение в группе и качество прохождения препятствий зависит от обеспечения безопасности участников. Ведь если при прохождении сложных этапов система страховок будет не отлажена, то и препятствия будут проходиться дольше, напряженнее и без своеобразного удовольствия. Обеспечение безопасности группы полностью ложиться на плечи руководителя. В порядке ли снаряжение, как групповое, так и личное, безопасен ли маршрут в то время, когда планируется поход и т.д.

Итак, чтобы поход не имел нехороших последствий достаточно просто понимать все ответственность за ситуацию и жизнь, как свою, так и тех, кто идет вместе с Вами.

Во время похода турист может столкнуться с различными трудностями. И не важно, какой это будет поход горный или пеший, водный или спелео. Опасности ждут всех неподготовленных.

Начинающий турист должен овладеть многими специальными умениями и навыками. Это, прежде всего, приобретение навыков подбора одежды и обуви, умения правильно уложить рюкзак и передвигаться с ним по тропе и без троп, установить палатку и обустроить бивуак, наконец, научиться подчинять свои личные интересы интересам группы и многое другое. А на более сложных участках передвигаться по закрытым ледникам, осыпям и мореным отложениям, ходить в кошках и освоить азы самозадержания, организации страховки и самостраховки, подъема участника из трещины и "самовылаза", знать не только вязку отдельных узлов, но и область применения каждого, а также многое другое.

Все правила безопасности делятся на различные виды. Перед походом всем участникам группы необходимо с ними ознакомиться.

## Правила безопасности перед выходом из лагеря, населенного пункта

Выход из лагеря (населенного пункта) - это и есть начало похода. Чтоб участники прошли маршрут легко и в рассчитанные сроки выбранный маршрут должен соответствовать их уровню подготовки и возможностями. Во избежание недоразумений нужно тщательно изучить направление движения, имеющуюся маркировку, характер рельефа, трудности, опасности, источники воды, возможность схода с маршрута в случае необходимости. Немаловажны также погодные условия. Необходимо заранее узнать о них. Не выходить на маршрут при явно не благоприятных условиях: через 2-3 дня после обильного снегопада, в туман, при низкой температуре или сильно выраженной лавиной опасности

Перед выходом на маршрут разработать график и определить порядок движения группы - это мобилизует и дисциплинирует людей. Это очень важно, так как каждый в группе несет ответственность как за свою жизнь и здоровье, так и за других участников. Дисциплина в группе необходима, и эта ответственность ложиться только на руководителя группы.

Перед любым походом необходимо провести тренировочные занятия, чтоб определить уровень подготовленности и выносливость каждого участника в отдельности. Есть еще немаловажные меры безопасности, благодаря которым можно избежать много сложностей в походе:

1. Выходить в темное время суток только при хорошем знании маршрута, предстоящем долгом дневном переходе, а в плохую погоду - при спасательных работах.

2. Тщательно проверить экипировку, снаряжение и продукты питания, состояние здоровья участников, не брать на маршрут больных, чувствующих недомогания.

3. Всем участникам знать опасности и причины, ведущие к несчастью, уметь их своевременно обнаружить, не допускать самонадеянного подхода к опасности, соблюдать правила безопасности.

4. Не предпринимать поход, восхождения или экспедицию без опытного, авторитетного руководителя, знающего маршрут, без правильно заполненной и оформленной документации.

5. В незнакомой местности двигаться внимательнее, уточняя свое местонахождение по карте, делая разведку пути.

6. Выходить на маршрут рано утром, хорошо экипировавшись, имея достаточный запас продуктов и только после сообщения графика движения на КСС, начальнику базы или другим лицам.

7. Принять необходимые меры к предохранению ног от ранений и переохлаждений.

8. Начинать движение лишь в исправных (прочных, просушенных)

##

## Правила безопасности при движении

Самым главным правилом в группе - это передвижение должно быть не индивидуальным, а групповым, что позволит обеспечить взаимопомощь участников на маршруте. Не допускать разделения группы и нарушения дисциплины. Всякая отлучка возможна только с разрешения инструктора. Естественно каждая группа независимо от ее размера, должна иметь опытного, хорошо подготовленного руководителя, обладающего авторитетом.

Для грамотного распределения сил участников темп движения и остановки должны соответствовать уровню подготовленности и возможностям участников, условиям местности и погоды. Также необходимо соблюдать правильный режим нагрузки, отдыха, питания, питьевой режим, принимать меры, обеспечивающие хорошую терморегуляцию организма.

Задачей руководителя является поддерживать в группе высокую дисциплину и чувство взаимовыручки. Существует несколько главных "не", которые участники похода обязаны знать и выполнять:

Не допускать купания в горных озерах, где есть опасность утонуть или простудиться.

Не сокращать путь за счет безопасности (можно попасть в лавину, поскользнуться, упасть на камни).

Не терять и не забывать вещи, чтобы в тот или иной момент не остаться без необходимого инвентаря и экипировки 9. Избегать движения в ненастье, в тумане, в темноте, поздно вечером. Основную часть дневного перехода совершать в утренние часы.

Во избежание ранений не сбрасывать камни со склонов гор.

Не преодолевать сложных участков без достаточной уверенности в прочности опор и собственных силах. По возможности избегать подъемов и спусков по желобам со свободнолежащими камнями.

При движении в горах не употреблять спиртных напитков: это предохранит организм от вредных последствий и опасного поведения.

При прохождении маршрута необходимо руководствоваться конкретными данными и выбрать маршрут с учетом конкретных условий (структуры снежного покрова, состояния участников, погоды), всегда предпочитая безопасный путь. Большую маневренность группы и отдельных ее участников запрещается достигать за счет облегчения экипировки или уменьшения количества бивачного снаряжения и продуктов.

Неослабленное внимание к предупредительным знакам в горах, позволит избежать попадания в лавину или столкновения на горнолыжной трассе. Необходимо избегать каких бы то ни было работ в лавиноопасных зонах, а в случае необходимости их проведения воздвигнуть специальные защитные сооружения или систематически сбрасывать накопившийся снег с помощью взрывов или других методов под руководством специалистов. Соблюдение заявленного контрольного срока возвращения с маршрута мобилизует участников и в случае аварии облегчает спасательные работы.

Каждый участник должен знать и соблюдать правила движения и правила оказания первой медицинской помощи и при аварии уметь оказать помощь пострадавшему.

*Свод правил при движении:*

1. Избегать отступления от намеченного маршрута и тактики передвижения (кроме случаев усложнения обстановки с целью обеспечения безопасности, спасательных работ и др.).

2. При прохождении лавинно- и камнеопасных склонов внимательно следить за сигналами сигнальщиков, предупреждающими об опасности, быстро и точно исполнять соответствующие команды.

3. При движении по неустойчиво стоящим камням, крутым склонам внимательно ставить ноги, а при необходимости страховаться.

4. При малейшем сомнении в безопасности прибегать к страховке.

5. При ухудшении состояния группы и ее экипировки своевременно сойти к ближайшему лагерю, населенному пункту, по наиболее легкому пути.

6. При невозможности отыскать лагерь - умело и своевременно создать надежный бивак, или двигаться по безопасной долине до ближайшего населенного пункта, или возвратиться по знакомому пути назад. Иногда от этого зависит жизнь участников.

7. При движении в сильный мороз делать короткие остановки для отдыха, непрерывно двигать пальцами, лицевыми мышцами, слегка растирать открытые части тела. Постоянно наблюдать за появлением признаков отморожение у товарищей.

8. При сильном дожде или граде остановиться в укрытом месте и переждать непогоду. При снегопаде действовать с учетом характера рельефа, снежного покрова и состояния группы.

9. При движении в тумане во избежание потери ориентировки, срыва в пропасть, падения со снежного карниза, попадания в лавину усилить внимание: в случае опасности дождаться рассеивания тумана, использовать веревку. При сильном тумане движение прекратить.

10. При сильной радиации защитить глаза и открытые участки тела от ожогов.

При движении в зимних условиях:

а) начинать поход при хорошей погоде и не ранее чем через 2-3 дня после снегопада.

б) преодолевать крутые обледенелые склоны без лыж, на кошках, вырубая ступеньки или устраивая перила из веревок.

в) на трудных участках лыжи прочно прикрепить к рюкзаку, чтобы они не мешали при движении (освобождаются руки и увеличивается устойчивость).

преодоление снежных гребней и покрытых снегом рек начинать после тщательной разведки, зондирования пути ледорубом или лыжной палкой, при обязательной

страховке веревкой с надежного места.

д) при движении по очень крутому опасному склону ледоруб держать в удобном для самозадержания положении, рука должна быть в темляке.

е) не допускать глиссирования по крутым, непросматривающимся склонам с большой скоростью и без подготовки во избежание падений в трещины, ранений о скалы.

ж) избегать движения по снежным сугробам, расположенным на крутых склонах,

как и скольжения по травянистым склонам.

з) знать, что более безопасны склоны, на которых под снегом много камней и неровностей, а в их нижней части кустарник.

При движении на лыжах:

а) не подрезать лавиноопасный склон.

б) не преодолевать крутой обледенелый склон.

в) не допускать опасно высокой скорости, лишающей возможности владеть лыжами.

г) в тумане не идти по опасным карнизам, ущельям, скалам, неизвестным местам.

д) при спуске с гор на лыжах внимательно следить, чтобы лыжи не зацепились за кусты, не наскочили на дерево, скрытые или открытые камни.

е) при продолжительном спуске в условиях низкой температуры предохранять лицо и другие части тела от обморожения.

ж) не допускать резких поворотов, прыжков и ударов лыжами на лавиноопасных склонах.

При грозовой буре:

а) спуститься с хребта.

б) сложить железные предметы метрах в десяти от людей.

в) не стоять под одиночным деревом, маркировочными столбами, на берегу водоема.

г) не бегать, а ходить не спеша.

д) группа должна рассредоточиться.

е) не останавливаться на опушке леса и на местности, через которую течет вода.

ж) не стоять вблизи мест, где есть металлические провода.

з) по возможности расположиться на изолирующем материале.

и) помнить, что не всякое поражение молнией смертельно и энергичное вмешательство группы может предотвратить несчастье.

При необходимости переправы через реку:

а) прежде всего выбрать время и место переправы.

б) правильно определить место и вид страховки, расставить членов группы с учетом их сил, опыта и роста.

в) при переправе иметь спасательные посты перехвата.

г) прикрепляться к натянутой через реку веревке с помощью карабина на расстоянии от груди не более одного локтя.

д) при навесной переправе применяется только основная веревка.

е) при навесной переправе запрещается использовать самосдергивающие системы.

ж) при переправе в брод с шестом пользоваться спасжилетами и дополнительными надувными емкостями не менее 16 литров.

При несчастье направить для помощи минимум двух самых подготовленных участников. В аварийной ситуации сохранять высокий моральный дух, крепкие нервы, хладнокровие, уверенность, умение действовать правильно и быстро, без паники.

##

## Правила безопасности при прохождении скального рельефа

Самое важное - соблюдать принцип постепенности при выборе объектов для восхождения, исключающий несоответствие между степенью подготовленности группы и трудностью маршрута. Команда должна быть максимально согласованна в своих действиях и особенно партнеры по связке. На очень сложных участках, идущий первым должен быть освобожден от груза. А при преодолении таких технически сложных мест использовать нужно двойную веревку, каждая из веревок должна быть не менее 10 мм толщины.

Не забывайте, что основная работа при лазании выполняется ногами. С помощью рук турист балансирует - поддерживает устойчивость тела, держась за зацепки, находящиеся немного выше головы и не ниже пояса. Положение тела диктуется особенностями рельефа: не допускать частого отклонения тела от вертикали. При движении по скалам всегда соблюдать три точки опоры, а при прохождении снежных и ледовых склонов - две точки. Нужно проявлять максимальное внимание как при подъеме на вершину, так и при спуске с нее.

При восхождении каждый турист должен иметь сблокированную обвязку и беседку, 3 карабина, 2-3 крюка, перевязочный пакет и петлю самостраховки. Перед использованием опоры испробовать ее прочность. При лазаньи избегать перекрещивания рук и ног, что уменьшает устойчивость тела. Запрещается лазить без каски изготовленной из высококачественного материала. Не допускать необоснованно больших расстояний между крючьями, больше крючьев забивать на первой половине веревки.

**Основные правила:**

При лазании не допускать резких движений, не опираться на колено.

При лазании разумно использовать силы.

Не допускать слишком малой длины веревки между партнерами, что затрудняет действия, а в случае падения увлекает всю связку.

При верхней страховке веревка должна проходить между руками поднимающегося и не мешать использованию зацепок.

Первая связка и руководитель группы внимательно выбирают путь движения.

При движении по сложным участкам, требующим иной страховки, подъем производить связками по 2-3 человека.

При движении в тройке средний, если он болен, слабо подготовлен физически или технически, подстраховывается как первым, так и третьим в связке.

При движении в тройке по глубокому снегу, непрочному льду или скалам, когда страховка одним человеком недостаточна, целесообразно первым идти третьему на страховке товарищей. Такая одновременная страховка должна учитывать направления движения и максимально допустимое расстояние между спортсменами.

При восхождении лидерство в связке может взять на себя один спортсмен, если:

а) партнер идет на пределе своих технических возможностей и не способен уверенно вести связку.

б) партнер сильно утомлен, легко ранен или у него явно нарушено психологическое равновесие.

При сигнале о падающем с отвесной стенки камне, не поднимать головы, плотнее прижаться к скале.

При подъеме прямо вверх по крутому склону носки развернуть, при траверсировании - один носок развернуть в сторону долины, другой - в сторону движения.

При спуске прямо вниз опираться на пятки, а тело не наклонять сильно вперед, назад или в сторону.

При стенных восхождениях иметь вспомогательно-спасательную группу.

При ухудшении условий на трудных участках применять дополнительные приемы: идущий первым во второй связке поднимается по веревке первой связки, навешиваются дополнительные веревки и лесенки.

При снегопаде прекращается подъем или предпринимается спуск по веревке (по усмотрению руководителя): продолжается движение с принятием дополнительных мер безопасности (забивается побольше крючьев, используются перила, другие приспособления).

При движении по перилам:

а) не становиться больше одного человека между двумя крюками.

б) вертикальные перила проходить с самостраховкой с помощью репшнура, отстоящего на расстоянии локтя от груди.

в) при движении не отцеплять схватывающий узел от карабина.

При опасности поражения молнией:

а) прекратить подъем и начать немедленный спуск.

б) подложить под себя смотанную веревку или другое личное снаряжение.

в) весь железный инвентарь положить в 10-15м в стороне от места пребывания людей.

## Правила безопасности при страховке на скальном рельефе

Страховка и самостраховка обязательна, когда существует угроза падения, получения травмы и когда отсутствует возможность самозадержания. В походах выбираются наиболее эффективные способы страховки с учетом места. Страховку и самостраховку выполняется с использованием различных опор (крючьев и т.п.).

Страховка осуществляется двумя руками через хорошо забитый крюк, дерево или предварительно обработанный скальный выступ. Положение тела туриста и страховочной веревки должно обеспечивать устойчивость. При этом не допускать большого провисания веревки - это увеличивает силу динамического удара. Во избежание травм держать руки близко к карабину или скальному выступу запрещается. Турист, не подготовленный к организации надежной страховки в различных условиях, не должен допускаться к восхождению.

Самое важное - быстрота передвижения не должна достигаться за счет уменьшения безопасности. Обязательно непрерывно следить за состоянием звеньев, составляющих цепочку: крюк (ледоруб) - карабин - веревка - турист.

**Правила страхующего:**

Страхующий для предохранения головы от ударов, а рук и тела от ожогов должен быть одетым, действовать в каске, рукавицах.

Страхующий не должен стоять под лезущим вверх.

Страхующий внимательно следит за действиями партнера и своевременно выдает или выбирает веревку.

При падении страхующий должен протравить веревку согласно нормативам, что уменьшает силу динамического удара.

Существуют два вида страховки - переменная и одновременная. При переменной страховке один из туристов должен стоять на самостраховке на одном месте и быть готовым удержать на веревке сорвавшегося товарища. На сложных и опасных участках одновременное движение всей связки не допускается. На маршрутах, требующих попеременной страховки, связка должна состоять не более чем из 3 туристов.

Одновременная страховка допускается лишь в относительно легких случаях при движении:

а) по пологим склонам с большим количеством скальных выступов.

б) по несложным хребтам и гребням.

в) по наклонным снежным и ледовым склонам, когда отсутствует серьезная опасность падения.

г) по закрытым ледникам.

При одновременной (взаимной) страховке всем туристам в связке двигаться одновременно, организуя страховку в процессе движения. Не допускать одновременной страховки при движении по несложным, но опасным маршрутам. На сложных участках попеременную страховку заменять одновременной категорически запрещено.

## Правила безопасности при спуске на веревке

**Правила и порядок безопасного спуска:**

Закрепление веревки для спуска производить только за надежные, хорошо проверенные опоры. Не использовать старых крючьев, сгнивших кусков веревок, непрочно лежащих камней.

Площадка для спуска должна быть удобной и прочной, а острые скальные ребра предварительно обработаны.

Путь спуска по возможности должен миновать сыпучие участки с неустойчиво лежащими камнями.

Конец спусковой веревки должен доставать до площадки, где ее можно нарастить для дальнейшего спуска. Это обеспечивает спуск до следующей площадки и предохраняет от падения при неправильном применении веревок.

Спускающийся турист должен быть в специальной одежде, с каской на голове и находится на самостраховке с помощью репшнура, и по возможности на верхней страховке.

Спуск производить путем движения по скалам без прыжков, медленно.

При спуске дюльфером не опускать таз ниже точки опоры ногами.

Ноги не должны быть сомкнуты и сильно согнуты в коленях.

Избегать закручивания тела, не отпускать регулирующую спуск руку.

Не допускать резкого ослабления и фиксирования веревки.

Организацию спуска по веревке производить только после наведенной самостраховки.

Диаметр основной веревки должен быть больше, чем вспомогательной. Это способствует лучшему затягиванию узлов при нагрузках.

Приземляться внимательно, легко и устойчиво, чтобы не потерять равновесия и не получить травму.

## Правила безопасности во время учебно-тренировочных занятиях на скалах

*В отношении скал.*

Скалы очистить от неустойчиво лежащих камней, особенно весной и осенью.

Опасные склоны и прежде всего желоба снабдить заградительными устройствами против падающих камней.

Не допускать движения по скалам на краю площадки без страховки.

В скалы должны быть забетонированы прочные крючья, используемые при страховке и при спуске по веревке.

У подножия скал установить специальные знаки о совершении восхождения, предупреждающие находящихся внизу людей об опасности падения камней.

Маршруты спуска хорошо разместить, обеспечить перилами и искусственными точками опоры.

*В отношении участников.*

Руководитель занятий должен обеспечить правильную их организацию.

Должно быть создано хорошее взаимодействие между группами, что обеспечит взаимопомощь.

Отдельные связки и туристы не должны лазить друг над другом.

Инструктор должен находиться в безопасном, удобном для наблюдения месте: он должен знать все маршруты и возможности их прохождения для оказания в случае необходимости эффективной помощи.

Инструктор определяет маршруты в соответствии с подготовкой и состоянием туристов, перед самым восхождением проверяет грудную обвязку, количество и качество используемого снаряжения.

На занятиях применять лишь предварительно опробованные веревки и другое снаряжение.

При начальном обучении использовать преимущественно верхнюю страховку.

Отдыхающие туристы и наблюдатели не должны стоять непосредственно под маршрутом или в желобах, над которыми проходят связки, во избежание ранений падающими камнями.

Под руками должна быть хорошо укомплектованная аптечка.

## Правила безопасности при организации бивака в горах

Места для биваков не должны находиться у основания желобов, сыпучих скал, вблизи разливающихся рек, на сложных карнизах и т.д. Организовать ночевку можно только после принятия всех мер защиты от холода, пожара, ветра и диких животных. Палатки надежно крепить к земле. Проверить все крепления перед ночевкой.

*Биваки на снегу должны:*

Обеспечить достаточный воздух, сохранение тепла и здоровья.

Обозначаться вертикальными, воткнутыми в снег лыжами, палками, ледорубами, флажками, облегчая при аварии поиск спасателям.

Внутри сооружения иметь лопату или ледоруб для пробивания выхода наружу, если выход окажется засыпанным.

*Бивак на скальной стенке.*

Место бивака должно быть защищено от камнепада и лавин, не располагаться под снежным карнизом.

Палатка и снаряжение крепятся к надежно забитым крючьям.

В условиях низкой температуры на биваке нельзя спать.

При опасности поражения молнией - закрыть вход в палатку, отнести в сторону металлический инвентарь, не разбивать бивака под одиноко стоящим деревом на хребте, вершине, вблизи водоемов.

Участники должны овладеть знаниями, навыками и умением мобилизоваться для быстрой разбивки бивака при сильном утомлении, после тяжелого похода или восхождения в плохую погоду.

Позаботиться о противопожарной безопасности палаток.

Соблюдать осторожность, не приближаться к огню в нейлоновой одежде, женщинам - с распущенными волосами.

Во избежание отравлений употреблять лишь проверенные продукты. Вздутые или вскрытые накануне консервные банки выбрасывать. Готовить пищу в соответствующей посуде и ни в коем случае не в медной или оцинкованной.

Соблюдать меры предосторожности против ранений при пользовании ножами, вилками, топорами, ожогов кипящей водой.

## Правила безопасности при угрозе схода лавин

Не покидать лагерь, населенный пункт или бивак при явно выраженной лавиной опасности. Обходить склоны при движении по маршруту и выборе места стоянки. Доступ в лавинный район возможен только в случаях крайней необходимости во время спасательных работ. При такой необходимости:

предварительно наметить путь по безопасным гребням, скалам, лесным зарослям или лавинным участкам.

склоны гор преодолевать в верхней части.

передвигаться без лыж, а при движении на лыжах расстегивать крепления (уменьшается возможность подрезать лавину и облегчает сбрасывание лыж с ног).

рюкзак подготовить быстро для сбрасывания, лыжные палки держать поверх темляков.

опасные участки проходить по одному.

каждый участник привязывает к поясу конец свободно висящего лавинного шнура, облегчая таким образом поисковые действия спасателей в случае схода лавины.

когда опасный склон короче длины веревки, использовать ее для более надежной страховки.

в безопасном месте поставить наблюдателя, который немедленно предупредит о сорвавшейся лавине.

4. При попадании в лавину:

а) предпринимать попытки выбраться из лавины.

б) быстро освободиться от лыж, палок, рюкзака.

в) ухватившись за дерево, камень, кусты или укрепившись с помощью страховки через ледоруб, стараться удержаться на месте, пока не сойдет масса снега.

г) непосредственно перед остановкой лавины рывком выбросит тело поверх снежной массы, сжать рот, руки вынести перед головой.

## Правила безопасности в лавинно-опасном районе

**1. Руководитель группы до выхода на маршрут должен:** проверить наличие средств обеспечения безопасности: лавинные шнуры яркого цвета не менее 10м длиной на каждого участника, лавинные щупы, зонды, лопатки, веревки, кошки и другие снаряжения в количестве, определенном МКК. Получить при регистрации в подразделении КСС данные о прогнозе погоды и лавиноопасных районах.

**2. При подходе к лавиноопасному участку необходимо оценить** характер склона, крутизну, участки перегиба, места снегонакопления, наличие камней, деревьев, кустов, экспозиций и др. Характер снежного покрова может быть следующим: сухой или мокрый снег, наличие свежего пушистого снега на твердом склоне или “глубинной изморози” (крупчатого снега под пластом твердого слоя). Необходимо оценит время затраченное для преодоления опасного участка: успеет ли группа преодолеть лавиноопасный участок в утренние часы до освещения склона солнцем и изменения в связи с этим характера снежного покрова.

В результате оценки обстановки принимается решение на обход или преодоление препятствия.

**3. Следует отказаться от попытки преодоления львиного склона когда:** идет или только что прошел обильный снег. Необходимо пересечь гладкий склон крутизной не более 25-30 гр. без наличия камней, деревьев и кустов, обильно покрытых снегом, лежащим на твердом слое. Еслина склоне или других сходных местах наблюдаются следы лавин или оползни снега. Когдапрошло оседание снега с характерным звуком, что свидетельствует о наличии слоя слабого сцепления - “глубинной изморози”,и когданад склоном нависают большие снежные карнизы. Если склон освещен солнцем, снег сырой, наблюдаются “снежные улитки”, т.е. резко упала видимость преодоления участка запрещено.

**4. Для принять решение преодолеть препятствие необходимо** выработать тактический план:

выбрать основное направление движения и запасные пути

определить необходимое время на преодоление участка,

время начала и окончания движения

наметить порядок движения группы и ее действий при чрезвычайных обстоятельствах.

Направление движения следует выбирать под защитой препятствий на пути возможной лавины (наличие камней, кустов, деревьев по пологим и обледенелым участкам, по контрофорсам и снежным гребням, если это удлинит путь и потребует нежелательного набора высоты).

**Запомните!** Лавиноопасные участки наиболее удобно пересекать выше линии основного снегосбора Склоны с твердым верхним слоем проходить в верхней. “Прочесы от лавин на заселенных склонах пересекать в верхней части ближе к границе леса. Помните, что наветренный и теневой склон безопаснее, чем подветренный и солнечный.

При движении по маршруту нужно выставить наблюдателя на безопасное место с хорошим обзором преодолеваемого участка. Он должен следить за движением группы и фиксировать в случае схода лавины место исчезновения участника. Установить сигнал предупреждения о лавине.

Перед началом движения необходимо всем распустить лавинные шнуры, застегнуть капюшоны и штормовки, заправить штормовки в брюки, вынуть руки из темляков лыжных палок, ослабить плечевые ремни рюкзаков и лыжные крепления. Руководитель должен напомнить правила движения по лавинному участку: соблюдать дистанцию не менее 100м, проверять след впереди идущего, не кричать, не стрелять сигнальными ракетами, не делать резких движений. Также в обязанности руководителя входит - наметить порядок действий участников в случае схода лавин, определить места, куда целесообразно скатываться от лавин и за какими предметами можно укрыться от нее.

**5. В случае схода лавины** наблюдатели и все остальные должны криком предупредить идущего об опасности, запомнить места исчезновения пострадавших. Идущий должен стараться выкатиться к краю лавины или укрыться за местным предметом, освободиться от палок, сбросить рюкзак, а в последний момент - лыжи. В случае попадания в лавину подтянуть колени к животу, прикрыть руками рот, а после остановки стараться расширить в снегу пространство перед лицом и грудью, не терять спокойствия, стараться откопаться. Участники, не попавшие в лавину должны немедленно организовать спасательные работы:

организовать наблюдение за состоянием склона.

искать на поверхности, ниже места исчезновения, лавинный шнур или предметы пострадавшего.

в случае необнаружения лавинного шнура, определить вероятные места нахождения пострадавшего, около камней, кустов, деревьев, нагромождение снега, у внутренних изгибов лавины, в конусе выноса.

организовать поиск пострадавшего, прежде всего, в местах вероятного нахождения, способом “скоростного зондирования” встав лицом к склону на расстоянии до 1м друг от друга вводить зонды (желательно одной рукой и без рукавиц) медленно, без резких ударов с отстоянием точек зондирования не более 70см.

обнаружив засыпанного, немедленно приступить к откапыванию, используя лавинные лопатки, дюралевые листы, ведра.

приблизившись к пострадавшему руками освободить голову, очистить рот и нос от снега и при возможности приступить к искусственному дыханию методом “рот в рот" одновременно продолжая откапывание.

откапав, перенести пострадавшего в палатку, укрыть теплым одеялом или вещами, обложить грелками (с горячей водой), продолжать искусственное дыхание с одновременным массажем сердца.

когда к пострадавшему вернется сознание, необходимо, напоить горячим чаем или кофе, молоком, бульоном при возможности сделать инъекцию кофеина или другого возбуждающего средства.

транспортировать пострадавшего можно после полного восстановления нормальной сердечной деятельности и дыхания.

6**. При затягивании поисков следует** направить не менее 2 человек в ближайший населенный пункт за помощью и сообщить в КСС (отряд пост) о случившимся и продолжать поиск способом тщательного зондирования, с отстоянием точек зондирования 25-30см. Для спасателей организовать питание и переменный отдых.

## Правила безопасности в пещерах и провалах

Снаряжение должно быть достаточным по количеству и добротным по качеству. Каждый участник должен иметь каску, подходящую обувь, одежду, запас веревок, карабин, перевязочный пакет или бинт, исправный электрический фонарик с запасными батарейками, вдвое больше обычного запас веревок для длительного пребывания в пещере. Входить в пещеру группой, а не по одиночке, под руководством опытного и авторитетного спелеолога. Минимальный состав группы для спуска в пещеру - 3, а в провал - 4 человека. Перед спуском нужно уточнить и соблюдать контрольное время возвращения. Также перед спуском руководитель оставляет на видном месте у входа в пещеру контрольный лист с перечнем имен спелеологов, датой и временем их выхода из нее. После возвращения контрольный лист забирается.

При движении к месту спуска в пещеру соблюдать все правила безопасности: изложенные в предыдущих разделах:

Не нарушать определенного порядка движения в пещеру, чтобы не потеряться, не попасть под обвал, не упасть в провал. Недопустимы отрывы от группы без разрешения руководителя, крики, прыжки, беганье и т.д.

Избегать ударов о стены скалы, проскальзывание и падения в любые углубления.

Скользкие и технические места преодолевать со страховкой.

Перед использованием проверить прочность зацепок и опор. Избегать неустойчивых камней, в крайнем случае обходить их быстро и внимательно.

Подъем и спуск по сыпучим участкам осуществлять по одиночке во избежание падения стронутых камней.

Узкие щели и галереи преодолевать спокойно, хладнокровно, освободившись от вещей, мешающих движению.

Каждый участник предупреждает об обнаружении опасных мест на пути и по возможности освещает их фонариком.

Для предупреждения потери маршрута - маркировать путь мелом.

Спускаться в пещеру, особенно обводненную, в подходящие для этого сезон и условия.

В случае опасности наводнения (при проливных дождях) оставшиеся на поверхности предупреждают о нем по установленной системе связи спустившихся. При мутной воде прощупывать дно перед каждым новым шагом.

При дожде избегать проникновения в обводненные пещеры. Внимательно следить за повышением уровня воды в пещере, связанной с этим опасностью и путями отступления.

**При движении в обводненной пещере на лодке:**

а) каждый участник должен быть одет в подходящую теплую одежду, уметь плавать, при необходимости иметь спасательный пояс.

б) лодки должны быть многокамерными.

в) следить, чтобы лодка не оказалась пробитой острыми предметами багажа, острыми выступами подводных и надводных скал.

г) при необходимости каждая лодка страхуется веревкой с берега.

д) не допускать перегруза судов.

е) на каждой лодке должны быть клей, заплаты и другие материалы для ремонта.

Преодолевать водопады и пороги нужно по возможности в стороне от наиболее сильной струи. Проходить сифоны могут лишь опытные, специально подготовленные спортсмены, хорошо экипированные и застрахованные веревкой. Аппаратура должна быть тщательно проверена перед выходом на маршрут.

Приближаться к краю пропасти для осмотра только со страховкой с дальнего расстояния. Прежде чем проникнуть в проход, необходимо расчистить подступы к нему от неустойчивых камней, деревьев и убедиться в исправности страховки, осветительных приборов, остального снаряжения. Во избежание обрушивания постов не при каких обстоятельствах не бросать камней и других предметов в отверстия пропасти. Перед спуском надеть грудную обвязку из альпийской веревки или пояс. Место, где веревка прилегает к перегибу скалы, должно быть хорошо обработанным или покрыто прочной материей.

Спуски и подъемы осуществляться по лестнице по одному. Это предохранит от удара падающих камней и потере равновесия. Страхующий должен иметь самостраховку и быть одетым в рукавицах. При страховке, спуске или подъеме не разрешается отвлекаться разговорами, пением, едой и т.п. Порядок спуска и подъема определяет руководитель группы. Первыми поднимаются наиболее утомленные. При спуске в провал всегда оставлять на верху подготовленных спортсменов, а при необходимости - и страхующих на каждой площадке.

Каждый участник должен немедленно предупредить руководителя и товарищей о грозящей опасности и строго соблюдать установленную систему связи и сигналов.

Любая многодневная экспедиция в пещере должна иметь медицинское обеспечение.

## Правила хранения, ухода и контроля снаряжения

Для того чтоб снаряжение находилось в отличном, состоянии ему необходим постоянный контроль специалистов на конструировании и производстве новых видов снаряжения. Снаряжение, которое не соответствует нормативным требованиям, либо повреждено в ходе работ сразу же изымать из употребления.

Периодически контролировать качество используемых и находящихся на складе веревок и др. снаряжения должен ответственный за это человек, чаще всего это завхоз.

Чаще всего приходят в неисправность веревки, крючья и др. снаряжение подвергавшиеся динамическим ударам. Их нужно изымать из употребления. Не применять многократно подвергавшиеся нагрузкам веревки при восхождении. Не выправлять холодным способом во избежание скрытых и явных дефектов железные крючья

## Правила использования снаряжения

Веревки нельзя бросать, ходить по ним, надо беречь их от ударов, высоких температур, воздействия растворителей и других хим. вещ. Во избежание отрицательного воздействия ультрафиолетовых лучей и влаги, веревки из искусственного материала хранить в темном, сухом, проветренном месте. А при страховке свободные веревки укрывать под скалой. Когда протягиваете веревку через карабин не допускайте повреждения волокон защелкой. При восхождении не допускать спутывания веревок и образования на них узлов.

Карабины не вешать защелкой от склона, что предупреждает самораскрывание карабина.

Перед забиванием крюка испробовать прочность скалы ударами молотка. Длина и толщина крюка должны соответствовать скальной трещине, забивать его следует до упора ушка под необходимым углом. Забивайте крюки ударами молотка, производимыми только взмахами руки. Это позволит сохранить равновесие. Не допускайте опасных опробований прочности крюка. Не используете забитые в скалу старые крюки, а при необходимости - проверить их прочность молотком. Нельзя одновременно выбивать крюк с веревкой и карабином. Это может повредить веревку и карабин.

При вырубании ступеней удары наносить без всего тела, используя тяжесть ледоруба, который надо держать за древко.

При передвижении на кошках ноги ставить на всю ступню увеличивая устойчивость тела и следить за тем, чтобы зубья не зацепились за брюки или другую кошку, за ботинок. При движении на передних зубьях кошек загрузить пятку, чтобы идти по льду на четырех зубьях. Клювом ледоруба упираться в склон на уровне пояса.

Во избежание травм топоры, или пилы и другие острые предметы при транспортировке хранить в плотных чехлах.

## Правила безопасности при учебном походе

Учебный поход проводиться с целью ознакомления и тренировки. Очень важен процесс подготовки к походу. В целях обеспечения безопасности во время похода руководителю отделения и инструктору учебной группы вменяется в обязанность следующее:

Преодолевать препятствия, требующие применения специального снаряжения, начинать лишь в том случае, если есть полная уверенность в достаточном опыте руководителя и не преступать к тренировкам без разрешения руководителя. Обязательно убедится в том, что участники имеют достаточно моральных и физических сил.

Проводить на маршруте ежедневно разбор итогов дня с анализом пройденного участка маршрута и действий ведущего группу в этот день, а так же ошибок, допущенных участниками.

Выверять точность своего местонахождения.

Проверить разведки на местности лишь в случае их действительной необходимости и обязательно группой не менее трех человек. Руководитель нужно требовать от участников похода непрекословно выполнять обязанности, на них возложенные, и регулярно проверять их исполнение и ежедневно опрашивать участников об их физическом и моральном состоянии.

Устанавливаются ежедневные дежурные руководства группой. Категорически запрещать движение группы в темноте, тумане и во время грозы.

## Правила безопасности при прохождении снежно-ледникового склона

*Передвижение по ледникам.*

1. Идти в кошках, с ледорубом, связавшись веревкой.

2. При наличии снежного покрова первому в связке зондировать снег ледорубом.

3. Двигаться в общем направлении, перпендикулярном к трещинам.

4. Трещины и надежные места проходить со страховкой.

5. На крутых склонах, ледовых стенках использовать крючьевую страховку, технику передвижения при помощи ледоруба, ледового молотка и передних зубьев кошек.

6. Выход на нижнюю часть ледника наиболее удобен по языку ледника или концевой морене, по гребню боковой морены или между мореной и склоном: выход на среднюю часть - траверс с подъемом по скальному склону.

7. Ледопады обходить по боковым моренам и склонам. В случае невозможности обхода произвести разведку вдоль берегов, а при лотковой форме - по середине.

8. Бергшрунды преодолевать по снежным мостам.

9. На склонах крутизной более 50% обязательно использовать три точки опоры.

*Передвижение по склонам.*

1. Проходить в холодное утреннее время.

2. В дневное время передвигаться серпантином, чаще меняя ведущих.

3. На крутых склонах передвижение осуществлять в связке или навешивать перила.

4. Подъем и спуск по крутым склонам должен производиться по линии падения воды.

5. По крепкому насту подниматься и спускаться в кошках.

6. Прежде, чем начать двигаться, наметить путь, склон не подрезать.

7. Самостраховку осуществлять посредством ледоруба.

## Правила безопасности при движении по болоту

Труднопроходимые места - болота проходят с разведкой, с облегченным рюкзаком или без него, выбирая наиболее безопасный путь, прощупывая почву шестом. Все участники должны иметь шесты длиной 2,5-3 метра, которые держат в руках горизонтально. Проходить болота надо в обуви и одежде (заправленные брюки, расслабленные лямки рюкзака, обувь плотно сидит на ноге). Прежде чем преодолевать болото, необходимо по возможности больше о нем узнать у местного населения. Движение осуществлять цепочкой с интервалом 5-8м след в след без рывков и резких движений.

Ведущий проводит группу от одного ориентира до другого. Снаряжение, продукты, должны быть уложены в полиэтиленовый мешок. При ходьбе по кочкам ногу следует ставить на середину, всей ступней и при этом плавно переносить тело без скачков. При прохождении по кочкам для поддерживания равновесия нужно опираться на шест.

Топкие места нужно обходить. Если группа вынуждена идти через топь, надо выбирать путь движения. Через топь не следует идти след в след. Расстояние между участниками должно быть 5-7м.

Мочажины - ямы с водой нужно обходить, шест при этом нужно держать на голове в горизонтальном положении. Мочажины глубиной до 50см и более проходят по жердям-гатям, опираясь на шест, по возможности приставными шагами или с разворотом ступни во внешнюю сторону. Шесты надо проверять на прочность.

Упавшему в трясину надо быстро подтянуть шест к себе, лечь на него грудью. Если упавший не может сам подняться, то ему не следует производить лишних движений, чтобы еще больше не провалиться в трясину. Не терять самообладание. Помощь утопающему оказывается быстро без суеты, осторожно.

На болотах для уменьшения давления ступни туриста на почву можно применять ступающие плетенные “лыжи" или просто подвязать к обуви легко снимающиеся куски фанеры. Проходимые болота покрыты густой травой. В сухое время по ним можно проехать. Труднопроходимые болота покрыты мхом, среди которых встречается вода, растет трава пушица, густой кустарник ивы, ольхи, березы. Непроходимые болота, топь, зарастающие водоемы, поверхность которых покрыта ярко-зеленой травой.

## Правила безопасности при обращении с горючими и взрывоопасными веществами

**1. При использовании газовых нагревательных приборов:**

а) строго следить за режимом давления; не допускать отрыва пламени от горелки или исчезновении пламени.

б) не переполнять баллоны со сниженным газом сверх установленных норм.

в) не допускать динамических ударов газовых баллонов.

г) переносить баллоны вертикально.

д) не отогревать заледеневший газовый баллон примусом, спиртовкой.

е) не храните газовые баллоны в палатке или в местах, где спят туристы.

**2. При работе с примусом и бензином:**

а) не используйте неисправный и непроверенный примус.

б) при разжигании примуса плотно закрыть клапаны.

в) при окончании работы примуса спустите воздух.

г) не храните бензин и примус в палатке.

д) не разжигайте примус в палатке.

е) не переносите заправленный бензином примус.

ж) не переносите бензин в полиэтиленовых канистрах.

з) не рекомендуется использовать карабидные и ацетиленовые лампы.

и) не оставляйте без присмотра горящие свечи в палатке.

к) устанавливайте свечи в специальных светильниках.

л) не курите в палатке.

**3. При обнаружении мин, снарядов, бомб, гранат на местах боев:**

а) предупредите группу.

б) оградите место обнаружения.

в) не берите их в руки.

г) не разбирайте.

д) не пытайтесь разбить, кинуть.

е) не бросайте ничего в костер.

ж) незамедлительно сообщите о находке в ближайший поселковый совет или органы милиции.

з) сопроводите саперов.

и) не перевозите найденный взрывоопасный предмет в общественном транспорте.

## Правила безопасности при встрече с дикими животными

**С зубром:** остановиться и не делать никаких резких движений и медленно отступитесь в укрытие, оставаясь лицом к зубру. **С медведем** остановиться, не привлекая внимания животного, уйти в укрытие. **С кабаном** нужно незамедлительно использовать ближайшее дерево и укрыться на нем. **С рысью** не делать резких движений и не поворачиваться к зверю спиной. **Со змеями** не трогать змею, дать ей возможность уползти и обойти место, куда она скрылась, стороной. Разновидности опасных змей: Гюрза - активна ночью, днем прячется, нападает без предупреждения. Нужно резко отпрыгнуть в сторону и быстро отойти. Кобра - немедленно отойти в сторону от змеи, готовящейся к прыжку, прыгнуть в сторону с максимально возможной скоростью и отойти подальше. **С насекомыми:** каракурт - быть внимательным, при встрече обойти стороной. Клещ - при попадании на кожу - стряхнуть на землю, при всасывании - залить место маслом (вылезет сам). Опасен клещ иксодовый. Шмель - не разрушать гнезда, закрыть штормовкой открытые части тела. Шершень - закрыть открытые участки тела.

## Приложение

*Правила проведения туристских спортивных походов РК*

МИНИСТЕРСТВО ТУРИЗМА И СПОРТА РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

Туристский Союз Казахстана

**Республиканская Федерация спортивного туризма**

**и туристского многоборья**

**УТВЕРЖДЕНО:**

Постановлением Президиума ТСК

и Республиканской Федерацией спортивного туризма и туристского многоборья РК

№ 5 от "18" декабря 2006 г.

Спортивный туризм

Правила проведения туристских спортивных походов РК

1. Общее положение

1.1 Настоящие Правила определяют принципы организации и проведения туристско-спортивных походов (СП) граждан РК и других государств, организаций, учреждений, фирм, признающих эти документы.

1.2 Туристские СП наиболее полно и органично реализуют стремления человека к природной среде обитания, духовному и физическому самосовершенствованию, росту спортивного мастерства.

Туристское спортивно-оздоровительное движение объединяет людей, организации, учреждения и фирмы для решения различных общественно-полезных задач, в целях охраны среды обитания человека; рекламы здорового образа жизни и выполнения социального заказа общества.

1.3 Путешествие - это мероприятие, связанное с передвижением человека в природной среде на любых технических средствах и без таковых, в одиночку или в составе группы, с познавательными, оздоровительными, спортивными и др. целями. К СП относятся путешествия, которые соответствуют “Единой спортивной классификации туристских маршрутов" (ЕСКТМ) и проводятся по настоящим Правилам. В соответствии с разрядными требованиями за участие в туристских СП присваиваются спортивные разряды и звания РК.

1.4 За совершение уникальных и сложных путешествий ТСК могут быть учреждены почетные звания и призы, а также другие формы отличия.

1.5 За прохождение СП, прошедших регистрацию в МКК, имеющих категорированные участки, по просьбе участников могут выдаваться справки, свидетельствующие о туристском опыте, который может быть зачтен при выпуске в СП.

2. Требования и особенности проведения походов

2.1 В зависимости от технической трудности локальных (ЛП) и протяженных препятствий (ПП), а также других факторов туристские маршруты классифицируются на I, II, III, IV, V и VI категории сложности (к. с). Туристские маршруты, имеющие техническую сложность, протяженность или продолжительность меньше, чем установленные для I к. с., относятся к маршрутам, имеющим I, II и III степени сложности (ст. с), а по дням к походам выходного дня (ПВД) и однодневным спортивным походам (ОСП).

2.2 Категория сложности СП и категория трудности ЛП или ПП определяются в соответствии с ЕСКТМ, Перечнями препятствий по видам туризма и туристским регионам, утвержденными ТСК. СП, имеющие меньшие параметры протяженности и меньшее количество ЛП, ПП, предопределяющих препятствий (ПОП), определяющих препятствий (ОП) и определяющих факторов (ОФ), предусмотренных в видовых требованиях ЕСКТМ, относятся к коротким маршрутам (дистанциям), требования к которым изложены в соответствующем разделе настоящих "Правил…".

2.3 Общие требования к возрасту, опыту, минимальному составу группы и количеству средств передвижения приведены в таблице № 1

*Таблица 1*

**Требования к участникам и руководителям СП**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Категорияслож-ностиСП | Необходимый опыт участия и руководства в походах по данному виду туризма1, (к. с)  | Минимальный возраст, лет | Минимальный состав группы (~)(кроме авто-мото и вело СП) | Минимальное количество средств передвижения |
| Участник | Руководитель | Участникопределяетсяпо году рожд.  | Руководитель(определяется по дате рожден)  | авто-мото СП(на технических средствах перемещения | в водных похода |
| Участие\* | Руководство1 | Мото-циклов (вело)  | Авто-мобилей | Судов (каяк-ов)  |
| Н/К и сте-пенные СП |  |  | 1 3-х дн. СП | 7 | 18 |  |  |  |  |
| I | - | I2 | н/к | 13\* | 18 | 41 | 1 (2)  | 1 | 1 |
| II | I7 | II | I | 14\* | 18 | 41 | 1 (2)  | 1 | 1 |
| III | II | III | II | 15\* | 18 | 4 | 1 (2)  | 1 | 1 (3к)  |
| IV | III | IV | III | 16\* | 19 | 4 | 2 (36)  | 2 | 25 (36)  |
| V | IV | V | IV | 17 | 19 | 64 | 3 (4)  | 2 | 25 (4)  |
| VI | V | VI3 | V | 18 | 20 | 64 | 64 | - | 2 |

2.3.1 Допускаются другие требования, оговоренные в пп.2.5., 2.9., 2.11., 2.13., 2.14.

2.3.2 По решению МКК допускается к руководству СП турист, не имеющий опыта участия в СП I к. с., но обладающий, достаточными туристскими навыками, полученными в н/к походах и в других туристских дисциплинах;

2.3.3 Допускается замена участия в СП VI к. с. руководством вторым СП V к. с;

2.3.4 По решению МКК в СП V - VI к. с. допускается сокращение количества туристов до 4-х человек (в водном СП не менее 2-х судов), если все участники и руководитель имеют опыт соответственно участия и руководства СП V (VI) категории сложности. При сокращении количественного состава группы до 5-ти человек, не более одного участника может иметь опыт участия в СП на одну категорию ниже заявленной. В походах могут участвовать туристы с меньшим опытом (без прохождения ЛОКАЛЬНЫХ препятствий) с целью обеспечения безопасности и др.;

2.3.5 В качестве исключения, по решению МКК, допускается сплав на одном многоместном судне с количеством членов экипажа не менее 4-х, если это допустимо с точки зрения безопасности прохождения маршрута;

2.3.6 В вело СП и водных СП IV к. с., совершаемых на каяках, допускается, в особых случаях, на усмотрение МКК, сокращение количества до 3-х человек, при этом все участники СП IV к. с. должны иметь опыт участия не ниже, чем на одну категорию сложности ниже заявляемой.

2.3.7 Участники школ туристской подготовки начального уровня, прошедшие весь цикл обучения, по согласованию с МКК, могут совершать учебно-тренировочные походы (УТП) 2 категории сложности.

2.4 Если организаторами СП являются: общеобразовательные школы, профессиональные училища, детские дома, школы-интернаты и другие внешкольные учреждения РК, то порядок проведения туристских походов, экспедиций и экскурсий для них определяется "Инструкцией по организации и проведению туристских походов, экспедиций и экскурсий с учащимися и воспитанниками РК". В дальнейшем тексте "Инструкция…".

2.4.1 Для перечисленных в п.2.4 организаций, первичное рассмотрение заявочных документов должно производиться в МКК образовательных учреждений (МКК ОУ) или МКК федерации спортивного туризма с учетом требований п.2.4.2 В случае недостаточных полномочий МКК ОУ заявочные документы могут быть рассмотрены в вышестоящей МКК.

2.4.2 В группе должно быть не менее шести участников и не менее двух совершеннолетних лиц - руководитель и его заместитель. Туристский опыт руководителя и участников должен соответствовать требованиям таблицы 1 настоящих правил. Туристский опыт участия заместителя руководителя должен быть не более чем на одну к. с. ниже, чем заявленный маршрут. Минимальный возраст руководителя и его заместителя должен быть для СП: н/к и степенных - не менее 18 лет, I-II к. с. - 19 лет, III к. с. - 20 лет, IV к. с. - 21 год. Минимальный возраст участников для СП: н/к и степенных - не менее 7 лет, I к. с. - 13 лет, II к. с. - 14 лет, III к. с. - 15 лет, IV к. с. - 16 лет.

2.5 В СП III-V к. с. - одну треть членов группы могут составлять туристы с опытом участия в походах на две к. с. ниже, в походах II к. с. - с опытом участия в н/к походах и в других дисциплинах СТ. .

2.6 Участники СП, в которых предусмотрено прохождение классифицированных ЛП и (или) ПП должны иметь опыт прохождения (руководитель - опыт руководства при прохождении) таких же ЛП и ПП на полукатегорию (категорию - для водных и спелео СП) трудности ниже максимальной (ОП) для заявленного похода. Руководитель, кроме того, должен иметь опыт прохождения такого же ЛП и (или) ПП той же полукатегории трудности. Одна треть участников СП (кроме СП VI к. с) может иметь опыт прохождения таких же ЛП на две полукатегории трудности ниже (в водных и спелео СП на 2 к. т).

Для руководителя СП VI к. с. допускается замена участия в прохождении ОП VI к. т., руководством двумя прохождениями ОП V к. с.

2.7 Участники и руководители СП, в которых предусматривается первопрохождение классифицируемых ЛП или ПП, должны иметь опыт прохождения (руководитель - опыт руководства при прохождении) таких же ЛП или ПП (ожидаемой категории трудности). Одна треть участников в таких СП может иметь опыт прохождения таких же ЛП или ПП на полукатегорию (категорию для водного и спелео) трудности ниже.

2.8 Участники и руководитель комбинированного СП, маршрут которого включает участки, характерные для разных, по способу преодоления, видов туризма, должны иметь опыт прохождения таких участков, соответствующий аналогичным требованиям в п. п.2.5 - 2.7

2.9 Участниками СП II-V к. с. могутбыть туристы, имеющие опыт участия в СП на одну категорию сложности ниже в любом виде туризма - при условии, что они имеют опыт преодоления ЛП или ПП, характерных для заявленного маршрута, на одну полукатегорию (категорию для водных и спелео СП) трудности ниже.

Руководители СП и П - V к. с. могут иметь опыт участия в СП той же категории сложности в любом виде туризма, и при этом должны иметь опыт участия и руководства в преодолении ЛП или ПП, характерных для заявленного похода, соответственно той же и на одну полукатегорию (категорию для водных и спелео СП) трудности ниже.

2.10 Руководители и участники СП, использующие технические средства передвижения, должны иметь соответствующий опыт руководства или участия в СП на любых средствах передвижения и достаточный на заявленных средствах передвижения. Достаточность определяется решением МКК.

2.11 К участникам и руководителям СП, проводящимся в период с сезонными неблагоприятными природными условиями, могут быть предъявлены повышенные требования.

2.12. В СП могут участвовать спортсмены из смежных видов спорта (альпинисты, водные слаломисты, яхтсмены, велосипедисты, представители мультиспорта и экстремальных его видов и др.) имеющие необходимый опыт, достаточный, по решению МКК, для прохождения данного маршрута.

2.13. К участию в СП, помимо основного состава группы, допускаются дети, участвующие в СП со своими родителями, их доверенными лицами или близкими родственниками, несущими за них полную ответственность, при этом туристский опыт детям учитывается при рассмотрении документов на следующий маршрут и на разряд, начиная с возраста, указанного в таблице 1.

2.14. Минимальный количественный состав группы в походах I-II к. с. (кроме лыжных и горных, водных СП на байдарках двойках) может быть уменьшен до двух человек в зависимости от конкретного маршрута и района похода.

2.15. Маршруты СП могут включать восхождения на вершины и траверсы хребтов, при этом их категория трудности должна соответствовать опыту группы.

Восхождения на вершины и перевалы могут совершаться не полным составом группы (но не менее чем 2 членами группы), при этом один из участников восхождения должен иметь право руководить прохождением данного ЛП. При разделении группы руководитель обязан обеспечить необходимое взаимодействие между ее частями.

Если руководитель группы не участвует в восхождении, то он назначает руководителя восхождения только из тех участников, которым, при рассмотрении в МКК, разрешили руководить прохождением конкретного ЛП (об чем делается запись в МК раздел "Особые указания").

2.16. В СП допускается по решению МКК прохождение отдельных ЛП, превышающих категорию трудности ОП заявленного маршрута, не полным составом группы, имеющим соответствующий опыт. Такой СП должен быть рассмотрен в МКК, имеющие полномочия соответствующие категории трудности этого ЛП.

3. Соревнования по спортивным походам

3.1 Соревнования по СП заключаются в выявлении лучших команд (групп) при прохождении туристского маршрута соответствующей протяженности и продолжительности с преодолением категорированных естественных препятствий (перевалов, траверсов, вершин, порогов, каньонов, пещер и т.д.) и других факторов (района, перепада высот, автономности и т.п.).

3.2 Организация соревнований состоит из этапов: выпуск команд на маршрут, зачет результатов и подведение итогов, осуществляемых МКК, федерациями спортивного туризма, турклубами и другими туристско-спортивными организациями (учреждениями), являющимися членами ТСК.

3.3 Соревнования СП могут иметь различный ранг (международный, республиканский, областной…), разнообразные формы (чемпионат, кубок, первенство, туриада) и время проведения (очно или заочно). Соревнования проводятся на основании положений о них и настоящих Правил.

4. Оформления документов при проведении спортивных похожов

4.1 Маршрутные документы - это документы необходимые туристской спортивной группе для проведения СП.

4.2 Документом на проведение СП является маршрутная лист (МЛ) установленного образца (Форма СТ-5).

4.3 МЛ и справки о зачете СП выдаются туристскими МКК.

МД могут выдаваться также другими заинтересованными в развитии СТ организациями, учреждениями, фирмами и ТСО.

4.4 Заполненный МЛ, копии справок, подтверждающих опыт участников и руководителя, картографический материал и другие документы, необходимые для рассмотрения СП, представляются и регистрируются в МКК, имеющую соответствующие полномочия, не позднее, чем за 7 дней до начала СП (без учета времени на пересылку документов). Возможно рассмотрение документов через Интернет.

Руководитель и участники группы должны расписаться в соответствующем разделе МЛ, подтверждая добровольность участия в данном СП, знание "Правил…", степени риска и опасности для жизни и здоровья, возникающих при прохождении данного маршрута. Допускается согласование изменения маршрута с МКК во время его прохождения.

4.5 При положительном заключении МКК руководителю выдается зарегистрированный и подписанный МЛ со штампом МКК.

4.6 Выдача справок о совершенном СП производится МКК после рассмотрения отчета. В справке приводятся пройденные ОП и ОФ маршрута. Отчет представляется в МКК, не позднее, чем через год после его совершения. Изменение срока может производиться по решению МКК. Отчет может быть предоставлен в устной или письменной форме.

Как правило, для СП I-II к. с. отчет представляется в устной форме, для остальных СП, в том числе имеющих участки первопрохождений и для участвующих в Чемпионатах - в письменной форме. В остальных случаях форма и объем отчета устанавливаются МКК при выпуске группы на маршрут, о чем делается соответствующая запись в МК.

В Положение о конкретном СП могут быть включены дополнительные требования к форме, объему и сроку представления отчета.

Из отчета должно быть ясно, как члены группы преодолевали ОП маршрута. Преодоление ОП фиксируется на фото и (по возможности) видео материалах.

Формы письменного отчета, паспортов ЛП приведены в (Формах 1-5, Приложения 2-5).

Одновременно с отчетом в МКК предоставляется МЛ с отметками или материалами, подтверждающими прохождение группой маршрута.

Рекомендуется кроме письменных отчетов и паспортов ЛП представлять с отчетом также видеоматериалы и отчет в электронном виде на CD дисках.

5. Обязанности и права руководителя спортивных походов

5.1. Руководитель СП выбирается членами группы.

5.2. Руководитель СП обязан:

выполнять требования настоящих "Правил…" и Кодекс спортивного туризма;

обеспечить подбор членов группы по их туристской квалификации, физической и технической подготовленности и психологической совместимости;

ознакомиться с районом похода, наметить маршрут, разработать тактику преодоления препятствий, получить консультации опытных туристов.

изучить сложные участки маршрута и способы их преодоления, подготовить картографический материал, наметить контрольные пункты, разработать запасной вариант маршрута, определить меры безопасности;

своевременно оформить и представить в соответствующую МКК маршрутные документы;

получить, при необходимости, разрешение на посещение районов с ограниченным доступом (погранзона, заповедник и т.д.);

при необходимости решить иные вопросы, необходимые при организации и проведении (страхование жизни и др.) СП;

провести необходимые тренировки группы и обучение участников, при необходимости провести учебно-тренировочные выходы, сборы, разведку маршрута.

организовать подготовку и подбор снаряжения, продуктов питания, составление сметы расходов;

сообщить в МКК и в организации указанные выпускающей МКК о выходе на маршрут и о завершении маршрута;

по возможности делать отметки в маршрутном листе о прохождении маршрута в туристских или других организациях;

соблюдать маршрут и выполнять записанные в МК указания и рекомендации МКК;

принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников, вплоть до изменения или прекращения маршрута в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также, в случае необходимости, оказания помощи пострадавшему. При этом усложнение маршрута допускается лишь в исключительных случаях и не дает основания для повышения категории сложности СП при его зачете;

назначать, в случае временного разделения группы, в каждой подгруппе своих заместителей из наиболее подготовленных участников, определить им задание, контрольные сроки, порядок действий, взаимодействия и связи;

обеспечить, и утвердить в МКК, предусмотренное графиком движения по маршруту, разделение группы, состав и квалификацию членов подгрупп и их руководителей в соответствии со сложностью ЛП, содержащихся в маршрутах подгрупп;

сообщить об аварии в ближайшие органы местной власти;

оформить отчет о СП и представить его МКК. После рассмотрения отчета оформить справки членам группы о совершенном СП и сделать соответствующие записи в книжках спортсмена и заверить их. .

по результатам СП рекомендовать и помочь оформить участникам соответствующие разряды и звания по СП.

5.3. Руководитель СП имеет право:

после обсуждения на собрании группы исключить из числа участников туриста, оказавшегося по моральным качествам или спортивно-техническим данным, не подготовленным к прохождению маршрута. Если такая необходимость возникла в походе, турист при первой возможности доставляется в населенный пункт для отправки его к месту жительства, кроме лиц, не достигших 18 лет;

проводить разделение группы при необходимости, исходя из реального наличия сил и средств, конкретной обстановки и максимальной вероятности выполнения задач по ликвидации аварии, назначив в каждой подгруппе своего руководителя;

передавать, в случае необходимости, руководство СП своему заместителю или другому участнику, имеющему соответствующую квалификацию;

требовать разбора действий участников на маршруте;

обращаться в туристско-спортивные организации при несогласии с результатами разбора его действий на маршруте;

оформлять документы на маршруты в любых полномочных МКК, имеющих полномочия выпуска на маршруты заявляемой категории сложности по данному виду туризма. Выписанные этими МКК справки о совершенных СП действительны при оформлении последующих маршрутов и присвоении соответствующих разрядов и званий по СТ.

5.4. Руководителю рекомендуется сообщить в ОСО района проведения СП о группе, маршруте, графике движения и контрольных сроках.

6. Обязанности и права участников спортивных походов

6.1. Участник похода обязан:

выполнять требования настоящих "Правил…";

выполнять своевременно и четко указания руководителя СП;

знать о степени опасности и риске для здоровья и жизни при прохождении маршрута, что удостоверяется подписью в МК;

уметь оказывать доврачебную медицинскую помощь;

участвовать в подготовке СП, тренировках и составлении отчета;

своевременно информировать руководителя похода об ухудшении состояния здоровья;

6.2. Участник СП имеет право:

выбирать руководителя СП;

участвовать в выборе и разработке маршрута;

после окончания похода обсуждать действия руководителя и участников СП, в случае несогласия с их действиями, обращаться в туристско-спортивные организации;

участвовать в разборе туристско-спортивными организациями действий группы и его собственных;

оформить спортивный разряд (звание) по СТ на основании имеющихся справок о прохождении маршрутов.

7. Ответственность за нарушение правил

7.1. За нарушение "Правил…" не повлекшее за собой ответственность установленную соответствующим законодательством, ТСК и его подразделения могут применять к руководителю и участникам похода следующие меры воздействия:

не выдавать справки участникам и руководителю похода;

аннулировать зачет всех или определенное число ранее совершенных спортивных походов;

частично или полностью лишить спортивных разрядов и званий участников и руководителя похода;

запретить участвовать, руководить в спортивных походах определенной категории сложности на установленный срок.

8. Короткие спортивные походы

8.1. Коротким спортивным походом (КСП) называется поход, имеющий меньшие по сравнению с классическим маршрутом параметры - протяженность, продолжительность и меньшее количество ОП, ПОП и других ЛП и ОФ, предусмотренных ЕСКТМ. В разных видах туризма возможны различные подходы в оценке КСП.

8.2. На КСП распространяются все положения и требования, относящиеся к классическим маршрутам, приведенные в настоящих "Правилах…".

8.3. За участие в КСП присваиваются разряды и звания в соответствии с разрядными требованиями, утвержденными ТСК.

К зачету принимаются три типа КСП с применением коэффициентов (зачета) их эквивалентности к классическим маршрутам:

КСП (75%) - походы, имеющие уменьшенные до 25% основные параметры классического маршрута (протяженность и продолжительность), но соответственно увеличено количество ОП, ПОП, ЛП и ОФ. Коэффициент зачета 1.

КСП (75%) - походы, имеющие уменьшенные до 25% основные параметры классического маршрута (протяженность, продолжительность, количество ОП, ПОП, ЛП и ОФ). Коэффициент зачета 2.

КСП (50%) - походы, имеющие уменьшенные до 50% основные параметры классического маршрута (протяженность, продолжительность, количество ОП, ПОП, ЛП и ОФ). Коэффициент зачета

## Список использованной литературы

1. Костарев Н. А "Техника безопасности в походе" официальный сайт Горного клуба МГУ.

2. http://kostya-sergin. narod.ru/lekture/bezopasn/bezopasn.html

3. Документальная база РК о правилах проведения походов.