

Методическая разработка Инструкция №1

ОСНОВЫ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ТУРИСТА В ПОХОДЕ

Если вы собираетесь в поход или отдых на природе, пожалуйста ознакомьтесь с инструкцией по технике безопасности туриста в походе:

1. Уважительное, бережное отношение к природе, вежливое поведение по отношению к другим туристам и местным жителям - одно из главных правил поведения туристов.
2. Обязательно на маршруте у туриста должен быть головной убор, майка или рубашка с длинным рукавом, аптечка, ветровка, фонарик.
3. Для предотвращения ожогов, люди у костра должны иметь на себе брюки, обувь и рукавицы; не допускать игр и развлечений с огнем.
4. Для предупреждения теплового удара не следует надевать неоправданно теплую и "душную" (не обеспечивающую вентиляцию и не впитывающую пот) одежду.
5. В походе необходимо немедленно ставить в известность руководителя о недомогании или получении травмы, даже незначительной.
6. При движении необходимо находиться в составе группы, нельзя отставать от своей группы или уходить без предупреждения.
7. Нельзя допускать хлестание идущих позади ветками, следует остерегаться колючих кустарников.
8. Во время похода запрещается собирать ягоды, грибы, и прочие дары природы.
9. Строго запрещено рубить деревья и кустарники. Для разжигания костра необходимо использовать валежник.
10. Запрещено бросать окурки, горящие спички, оставлять костер без присмотра.
11. Разбивать лагерь и разводить костер разрешается только в специально оборудованных для этого местах, обозначенных аншлагами.
12. Весь мусор со стоянки нужно убирать в специальную яму, обозначенную аншлагом.
13. Если в лесу застигнет гроза, то не следует прятаться под высокие деревья. Особенно опасны отдельно стоящие лиственницы, ели и сосны. Находясь во время грозы, лучше лечь или присесть в яму, канаву.
14. Строго запрещается купаться в местах с быстрым течением, прыгать в воду в неизвестных местах, а также купаться в сумерках и ночное время.
15. Запрещается движение в горах ночью и в тумане.
16. Перед организацией переправы через реку, необходимо тщательно разведать берега, глубины и рельеф русла. Только после этого выбирать место и способ переправы.
17. Выпускать на переправу первым наиболее опытного туриста, демонстрирующего правильные приемы.
18. При переправе с опорой на шест упираться им следует выше по течению.
19. Не допускать к переправе одновременно двух и более туристов.

20. Запрещено переходить реку в брод босиком.

21. В случае необходимости, ниже по течению создать в наиболее удобном месте пункт перехвата, подобрать несколько наиболее опытных, физически подготовленных и решительных людей, способных в любой момент броситься на перехват при надежной страховке.