

Техника безопасности на полевых работах и маршрутных обследованиях.

- При пешем переходе по болотам, передвижение производится с интервалом между людьми не менее 2-3 м, и для поддержки в случае провала в болотные “окна” каждый переходящий должен быть снабжен надежным шестом или палкой.
- Перемещение во время грозы должно быть приостановлено. Запрещается во время грозы прятаться под отдельно стоящими деревьями, скалами, камнями и прислоняться к ним, стоять возле опор и под проводами линий связи и электропередач, возле триангуляционных и других вышек и знаков, останавливаться у ручьев, рек, озер, находиться на вершинах гор, холмов и на опушке леса. Все металлические предметы сложить в удалении не менее 10 м от места, где люди пережидают грозу. Необходимо занять безопасное место на поляне, участке молодняка, между деревьями, растущими в 20 м и более одно от другого, в горах ближе к середине склона.
- Выход на маршруты в зимнее время разрешается при температуре воздуха в утренние часы не ниже - 30°C.
- **Каждый участник** маршрута должен иметь при выходе на маршрут: спички в непромокаемой упаковке; нож и топорик, зачехленный на привязи; пищу из расчета на сутки и прочную веревку.
- Не рекомендуется выход на маршрутное обследование лиц, незнакомых с местностью без сопровождения лица, знающего территорию.

Профилактика клещевого энцефалита.

Наиболее опасными среди клещевых инфекций являются вирусный клещевой энцефалит и лайм-боррелиоз. Вирус клещевого энцефалита, попадая в организм человека, вызывает стойкие и зачастую необратимые нарушения центральной нервной системы. Разносчиками вирусов являются 10-15 % клещей. Лицам, находящимся в полевых условиях, должна быть сделана профилактическая прививка. Отсутствие прививки влечет за собой отстранение от работ, или похода.

1. Верхняя одежда у работников должна обеспечивать плотное прилегание манжет к запястью, к низу голени, а капюшона к лицу.
2. Верхняя одежда должна быть обработана репеллентами.
3. Осмотр верхней одежды и незащищенных участков кожи должен проводиться с периодичностью один час.
4. В случае укуса необходимо прекратить работы и обратиться в больницу не позднее 3 дней с момента укуса.
5. Для правильного удаления клеща необходимо:
 - приложить к клещу смоченный в спирте ватный тампон (спирт заставит клеща ослабить хватку)
 - зажать клеща пинцетом или ватой и раскатать его назад и вперед, медленно вытаскивая из ранки.
 - попытаться не повредить клеща и вытащить его полностью, если его голова останется под кожей, это может вызвать инфекцию.
 - после удаления клеща вымойте это место водой с мылом.
 - Клеща можно залить тяжелым маслом (растительным или машинным). Это закроет его поры и заставит его отцепиться.

ТБ при выполнении работ на лыжах

- Необходимо перед выходом проверить их исправность
- Иметь “ремкомплект” для лыж
- Не допускается выход на работу на неисправных лыжах и без рукавиц

Наиболее распространенные естественные препятствия в зимнем маршруте следующие:

- заснеженные или обнаженные склоны (при их траверсировании или пересечении);
- ледопады и наледи на реках и ручьях с большим углом падения (в долинах, ущельях, каньонах);
- незамерзшие реки, ручьи при их пересечении;
- лесные завалы (в местах, где их нельзя обойти, например, в каньонобразной долине ручья);
- рыхлый глубокий снег (в таежной зоне);
- торосистый лед на скованных зимой водных пространствах.

Перед началом движения по опасному участку необходимо застегнуть верхнюю одежду, надвинуть на голову, затянуть капюшон, расстегнуть грузовой ремень и ослабить крепления лыж, так чтобы они расстегивались при рывке.

Запрещается спуск на лыжах с незнакомых склонов, особенно с грузом, который значительно снижает устойчивость лыжника. Следует придерживаться на спусках небольшой скорости, при которой можно владеть лыжами. Скорости “гасят” либо поворотом в сторону, либо, в экстренных случаях, технически правильно выполненным падением. Правильное выполнение приема внезапной остановки падением заключается в том, что необходимо резко перейти из положения стоя в сидячее и затем падать назад - вбок от лыж. При этом лыжи сами развернутся поперек движения и помогут торможению.

Присесть и падать надо мимо лыж, иначе легко превратиться в нагруженные управляемые санки.

Меры самостраховки при траверсировании, подъеме или спуске “лесенкой”, пешком заключаются в постоянной готовности к самозадержанию в случае потери равновесия. Для этого используют палки, обращенные концами к склону. Для увеличения сцепления со снегом, фирном, льдом используют репшнур, многократно обмотанный вокруг лыжи у крепления.

При движении по руслам рек соблюдают дистанцию между участниками, равную 20-25 м, чтобы не проломить участки тонкого льда, а также внимательно следят за характером льда и изгибами реки, избегая мест с быстрым течением. Для этого двигаются, как правило, по внутренним дугам русла, где обычно располагаются мелкие участки с тихим течением. Особая осторожность необходима при движении у скал, камней, резких поворотов реки. Если река принимает характер каньона, лучше покинуть русло и выбрать иной путь.

Следует остерегаться поверхностных незамерзающих вод, так как при морозе намокание лыж может привести к проблемам передвижения.

При прохождении незамерзшей реки следует вначале поискать выше или ниже по течению замерзший участок, искусственный или снежный мост. Такие участки проходят по одному со страховкой с берега, при этом первый участник- разведчик идет без груза. Пересекать ненадежные ледовые участки и снежные мосты на реках нужно на лыжах для снижения удельного давления на снег или лед.

Завалы в тайге следует преодолевать, помогая друг другу. Особенно внимательно нужно выбирать место постановки ноги, так как она может провалиться между скрытыми снегом сучками. Каждый шаг нужно вначале прощупать, найти дополнительные опоры для рук. Рекомендуются проходить через завалы очень медленно.

ТБ при проведении водного маршрута.

Все плавсредства должны быть обеспечены индивидуальными спасательными средствами (жилетами или поясами) по количеству посадочных мест. Перед началом плавания необходимо проверить, обладает ли лодка основными навигационными качествами: плавучестью, устойчивостью, управляемостью.

1. Плавание по рекам не разрешается:
 - во время сильного дождя, снега, тумана, ледохода, шуги, при сильном ветре и большой волне
 - в непосредственной близости от заторов льда, лесных заломов
 - при скорости течения более 1,5 м/сек на весельных лодках
2. Запрещается:
 - выходить в плавание с неисправными веслами
 - пользоваться веслами для отталкивания от берега и плавания по мелководью
 - опираться на конец багра животом или грудью
 - оставлять лодку во время плавания без управления
 - переходить из лодки в лодку на ходу
 - находиться в лодке с грузом на плечах
 - категорически запрещается плавание с наступлением темноты и при условии плохой видимости.
3. Участникам группы следует до выхода на маршрут тщательно проверить свое снаряжение, ознакомиться с районом похода и знать способы аварийной выброски.
4. Посадка в лодку с берега. Вначале в нее садится задний гребец (№ 2), потом передний (№ 1). Гребец № 1 придерживает лодку, пока № 2 не сядет. Посадка в лодку с воды. Оба гребца кладут весла перед своими сиденьями поперек лодки. Посадка производится в той же последовательности. При посадке гребца № 1 гребец № 2 упирается веслом в дно.
5. Отчаливание лодки от берега с последующим разворотом на 180°. Перед посадкой гребцов лодка всегда должна находиться носом против течения.
6. Технически наиболее простой способ изменения курса (поворота) - дугообразный гребок, начинающийся от носа или кормы. Этот гребок тем эффективнее, чем дальше от лодки движется лопасть. Дугообразный гребок от кормы аналогичен гребку от носа.
7. Приведенный способ разворота лодки особенно эффективен при невысокой скорости ее относительно воды. Когда скорость велика и судно сопротивлением воды стабилизировано на курсе, поворот его с помощью такой техники требует больших усилий.
8. Зачаливание на слабой (до 0,5 м/сек) струе с разворотом лодки на 180°. Передний гребец короткими дугообразными гребками гребет, с одной стороны лодки, задний табанит тыльной стороной весла с противоположной стороны.
9. Препятствия. Надо понимать, что 90 процентов препятствий можно объехать по совершенно безопасной траектории.
10. Каменистые перекаты проходятся на небольшой скорости; направление держать в центре треугольника, образованного сходящимися струями потока, где глубины обычно большие, а русло чище.
11. Порог - это участок реки с большим падением и скоростью воды, осложненный многочисленными камнями и стоячими валами от сходящихся струй. О приближении к порогу можно узнать по замедленному течению и шуму воды. Все пороги, линия движения в которых не просматривается с воды до конца или хотя и просматривается, но не вполне безопасна, необходимо разведать с берега. Несложные пороги с короткими чистыми сливами и невысокими валами проходят по основной струе. При прохождении порогов с большим количеством камней в русле приходится маневрировать между ними. Для этого надо заднему гребцу притабанить со стороны препятствия, а переднему делать короткие дугообразные гребки с другой стороны, стремясь как бы обтечь камень корпусом байдарки, все время просматривая дальнейший путь.

12. Стоячие валы в порогах нужно проходить по возможности носом, перпендикулярно или под углом, незначительно отличающимся от прямого. При этом крутые валы надо преодолевать на скорости, "прокалывая" их, а пологие - можно без скорости, взбираясь на них. Если есть возможность, линию стоячих валов лучше проходить по краю, где они ниже. При гребле в стоячих валах лопасть следует погружать в гребень вала, а не во впадину между ними.
13. Прижимы образуются на крутых поворотах реки, где основная струя бьет во внешний берег. Прижимы опасны тем, что в них скапливаются разнообразные бревна, а кроме того, при достаточно большом расходе возникают вертикальные течения — поганки. Прижимы проходятся вдоль внутреннего относительно поворота реки берега, слегка лагом, при этом нос лодки должен быть направлен в сторону внутреннего берега. Все повороты лучше проходить у внутреннего берега, где меньшая скорость струи дает больше времени для маневра.
14. Расчески - это нависающие над водой деревья, как правило, с торчащими вниз ветками. Целесообразно преодолевать расчески там, где ствол выше всего над водой, или плотность веток меньше. Матрос наклоняется вперед, чтобы одновременно контролировать крен лодки и защитить лицо от веток, кладет весло вдоль борта и пролезает под ветками, а капитан в это время контролирует положение лодки — носом по течению. Пройдя под расческой, матрос начинает грести вперед, а капитан, в свою очередь, наклоняется вперед, кладет весло вдоль борта и пролезает под ветками. В плотной расческе иногда приходится перехватываться за ветки руками или притапливать лодку, упираясь в ствол, главное — не становиться к ней лагом и контролировать крен, иначе киливание неизбежно. Если за дерево хватается руками матрос, велика вероятность, что капитан не справится с течением, лодку развернет лагом и кильнет. Если за дерево хватается капитан, не сидящий в упорах, он может расстаться со своим судном и остаться висеть на бревне. Отклоняться назад время от времени приходится, но это опасно же из-за потери контроля над креном.
15. Отдельные обливные и полуобливные бревна. Через них можно перепрыгнуть, если как следует разогнаться и направить лодку перпендикулярно бревну, по возможности выбрав место, где меньше сучков (часто эти бревна уже обструганы сверху ледоходом или бобрами). Главное — перекинуть через бревно центр тяжести. Самая большая ошибка — подходить к бревнам лагом и/или без скорости (еще так бывает, если перепрыгнуть бревно не получилось, и вас скинуло назад). В этом случае нужно сделать крен на бревно и, когда вас навалит, перехватываясь вдоль бревна руками, сползть туда, где есть проход. Крен не бросать, бороться!
16. Заломы — древесные конструкции, не полностью перекрывшие реку — надо просто объезжать у того берега, где есть проход. Заломы часто находятся в основной струе, поэтому начинать маневр надо заранее.
17. Завалы — непроходимые конструкции из бревен, полностью перекрывшие реку преодолеваются методом предварительной чалки на безопасном расстоянии и обноса лодки по берегу.
18. Техногенка (мосты, тросы, трубы, плотины) — самый неприятный вид препятствий. Под мостами обычно валяется старый железобетон с арматурой или бревна с гвоздями, за плотинами бывают глухие бочки без выхода и завалы, тросы или переправы висят на уровне лица, трубы забиты мусором. Это может быть опасно. При малейших сомнениях следует обнести.

Броды и переправы. Место брода должно быть тщательно разведано и обеспечивать безопасность и доступность переправы людей. Необходимо предварительно исследовать характер дна, глубину воды и скорость течения. Переправы осуществлять только в дневное время

1. Для переправ вброд пешком выбирают наиболее мелкие участки рек с твердым дном. Глубина брода при пешей переправе не должна превышать 0,7 м при скорости течения 1 м/сек и 0,5 м при скорости течения 2-3 м/сек.
2. При большой глубине брода или скорости течения, переходить брод разрешается только группой в несколько человек, шеренгой, ориентируя ее вдоль течения; с применением средств страховки.
3. Запрещаются переправы через реки вброд по плавнику, плывущим льдинам, выступающим из воды камням, по влажным скользким бревнам, поваленным деревьям без шестов и охранных веревок, без обуви и шестов, в паводок

ТБ при встрече с медведем.

Так как крупные хищники стараются избежать человека, основной принцип техники безопасности - дать зверю заблаговременно обнаружить человека.

- Следует по возможности передвигаться по открытым пространствам с хорошей видимостью, избегать передвижения в сумерках, туман, дождь, особенно против ветра.
 - Рекомендуется создавать негромкий, но отчетливый “человеческий” шум -разговаривать, негромко петь песни, носить включенный радиоприемник.
 - Осторожно нужно быть с собакой. Она может не только заблаговременно обнаружить хищника, предупредить хозяина, но может спровоцировать хищника на агрессию, “раздразнить” медведя.
 - Особенно непредсказуемы бывают спящие медведи, с перепугу они обычно дают стрекача, но спросонок могут “принять оборону”. По возможности следует избегать обычные места отдыха зверя - густых зарослей кустарника, полуповаленных деревьев.
 - Следует внимательно наблюдать за местностью; при встрече со зверем стараться обнаружить его первым, чтобы иметь время на оценку ситуации.
1. Постоянно надо помнить правило: **не убегать от зверя**. При виде убегающего человека у медведя, как у всякого хищника, включается рефлекс преследования. Нельзя забывать, что скорость бегущего медведя в 2-3 раза превышает скорость человека, а его способность подниматься на скалы и крутые склоны намного выше, чем людей. На дерево некрупный медведь поднимается очень быстро, состязаться с ним бессмысленно.
 2. Если вы обнаружили зверя на расстоянии более 100 м, и он движется не в вашу сторону, надо позволить ему спокойно уйти. При встрече медведя на дистанции 100-300 м, надо дать ему обнаружить вас, обозначить себя голосом, дымом, запахом, движением. Опознав человека, зверь обычно убегает, особенно если почует запах.
 3. Когда медведь внезапно обнаруживает человека на близкой дистанции, он часто делает ложную атаку - ”бросок”. Может атаковать человека раненый зверь, раздраженный, возбужденный, находящийся возле крупной добычи, во время гона и поздней осенью возле берлоги. Настойчивое любопытство проявляют молодые медведи и медведи, повадившиеся поедать пищевые отходы возле кордонов, избушек, туристских стоянок.
 4. Очень опасны медведицы с медвежатами. Ни в коем случае нельзя подходить к встреченному малышу. Увидев медвежонка, надо, не мешкая, отойти подальше, однако не следует убегать, чтобы не спровоцировать зверя на преследование.
 5. Если приближающийся медведь находится дальше 10 м, его надо испугать. Стараться показаться больше - поднять над головой руки, палку, головной убор, куртку, рюкзак.
 6. Атакующего зверя, приближающегося на 5-10 м, следует попытаться отвлечь, перевести его атаку на другой объект; бросить ему предмет (одежду, головной убор). ”Ударив” по “врагу” 1-2 раза, зверь зачастую убегает. Иногда человеку помогает резкий прыжок за дерево, куст, на которые зверь изливает свою ярость. Помните, что рефлекс преследования особенно силен на короткой дистанции, поэтому увлекаться перебежками под носом у медведя нельзя. Бывает, что, сбив человека, медведь бежит дальше.
 7. Часто причиной атаки медведя является наличие рядом добычи медведя. Нужно иметь это в виду, и если зверь настойчив, нужно уйти с этого места и не беспокоить его.