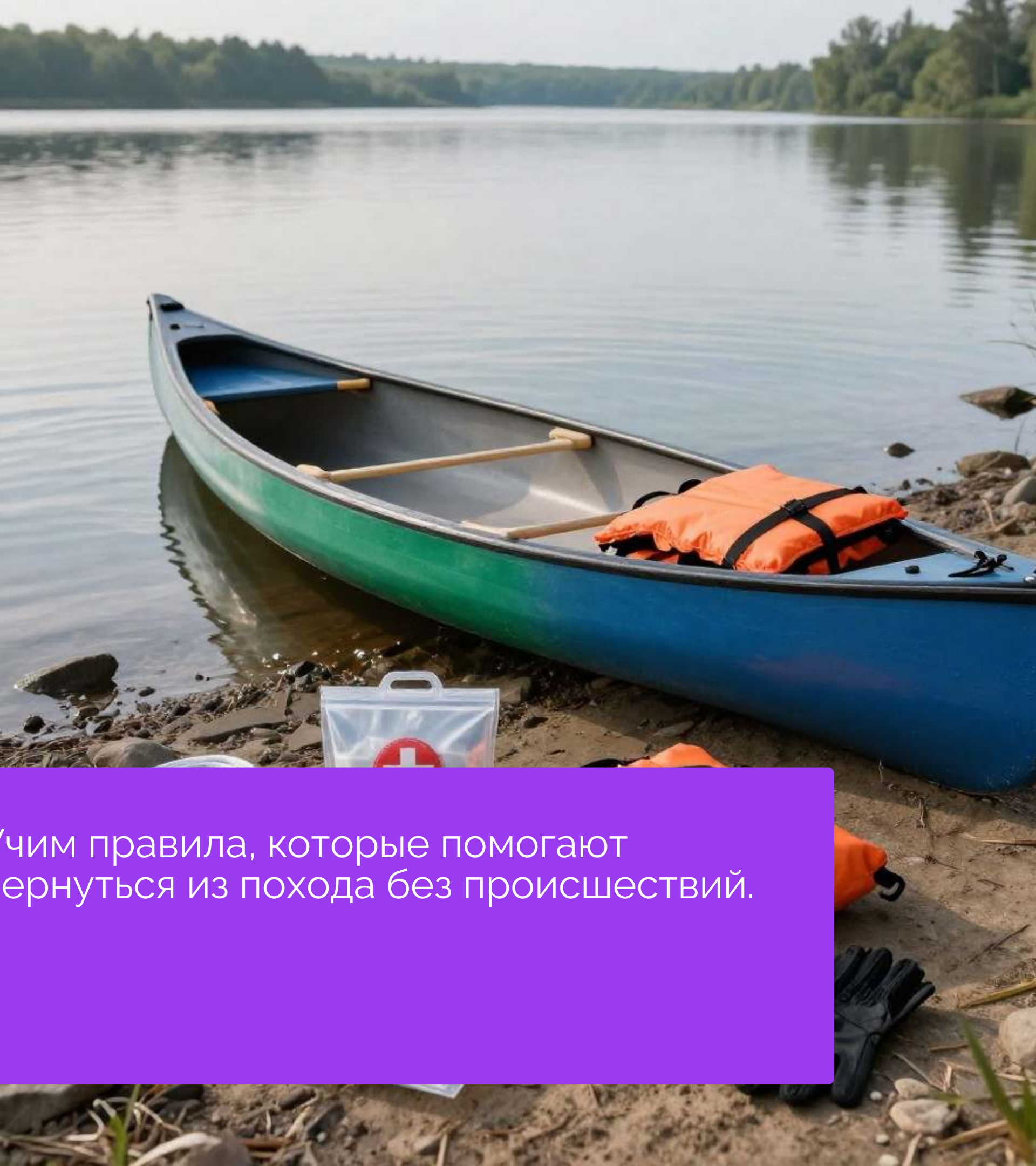
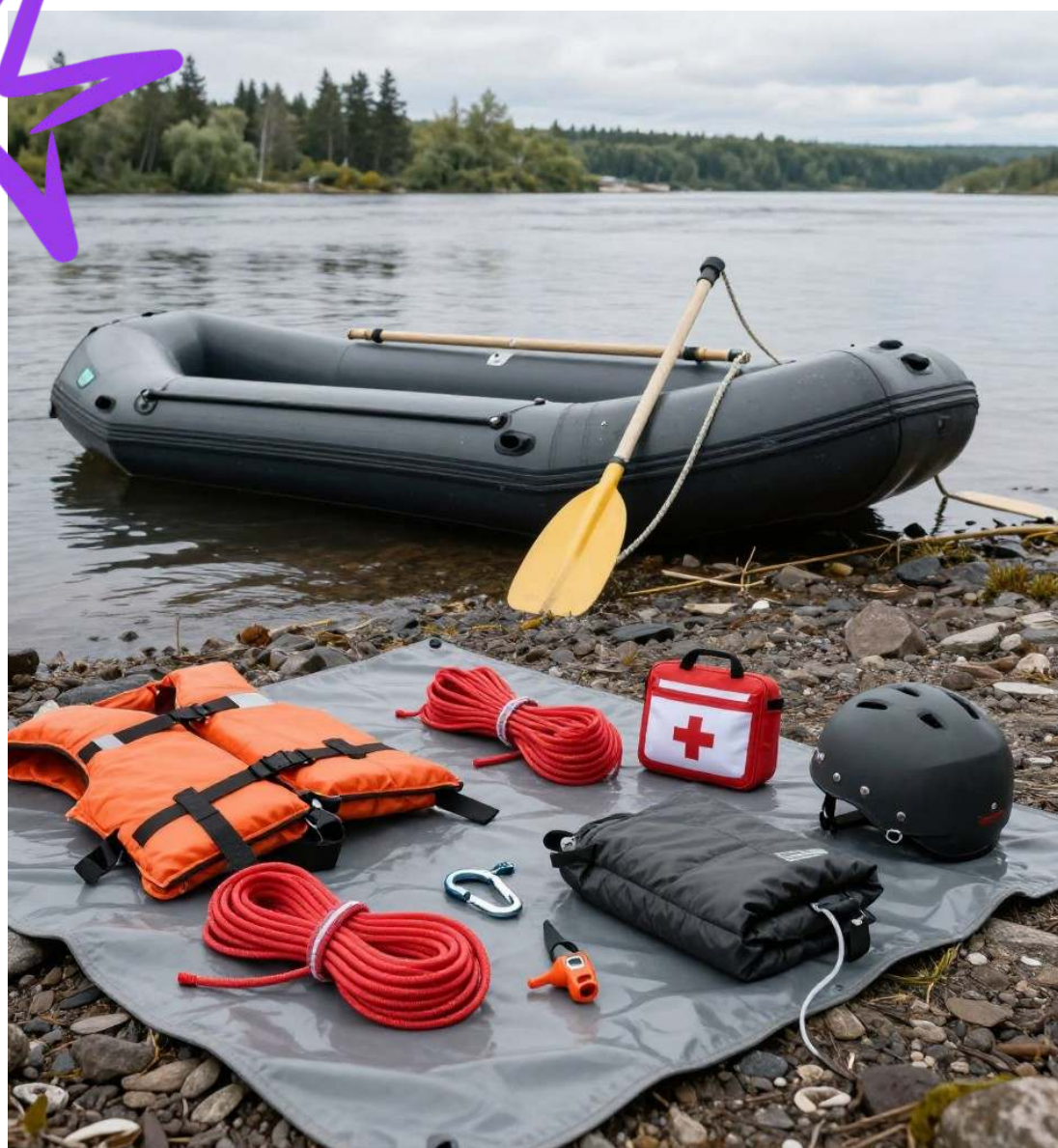


Безопасность в водном туристском походе

A photograph of a blue and green canoe floating on a calm lake. The canoe is positioned diagonally across the frame. On the shore in the foreground, there is a clear plastic first aid kit with a red cross symbol. Other items like an orange life vest and black gloves are also visible on the shore. The background shows a dense forest on the opposite bank under a clear sky.

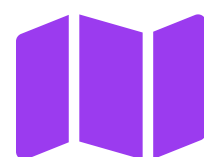
Учим правила, которые помогают
вернуться из похода без происшествий.

Почему вода требует особой ВНИМАТЕЛЬНОСТИ



На воде ошибка становится опасной очень быстро: мешают течение, холод, камни, ветер и усталость. Поэтому безопасность начинается не в лодке, а с подготовки, дисциплины и исправного снаряжения.

Подготовка маршрута и оценка рисков



Изучение карты

Маршрут заранее сверяют с картой и описанием реки, чтобы понимать направление движения, возможные повороты, места сужения и участки, где течение может усилиться.



Погода и условия

Перед выходом обязательно проверяют прогноз погоды и уровень опасности ветра, дождя или грозы. На воде резкое ухудшение условий требует немедленной остановки и поиска укрытия.



Опасные участки

Отдельно отмечают пороги, мели, мосты, камни, коряги и быстрые повороты. Такие места нельзя проходить без предварительного осмотра и решения руководителя группы.



Точки выхода

Заранее выбирают безопасные стоянки, места связи и участки, где можно выйти на берег. Это помогает не потерять ориентир, если маршрут придётся изменить.



Проверка незнакомого участка

Незнакомый участок воды без проверки считается опасным. Для школьной группы это особенно важно: сначала оценивают риски, а потом принимают решение о движении.

Обязательное снаряжение группы



Предмет

Назначение

Жилет

Удержание на воде

Свисток

Подача сигнала

Аптечка

Первая помощь

Гермоупаковка

Защита вещей

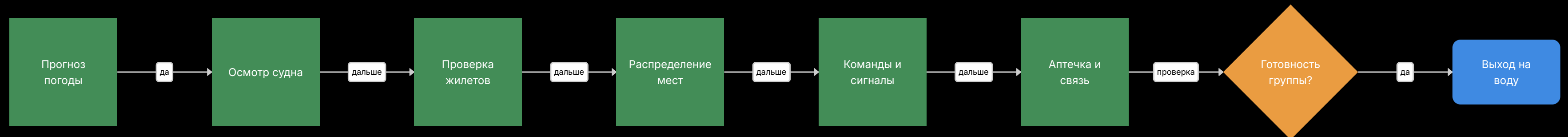
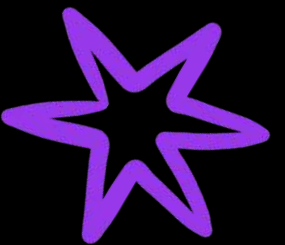
Эти предметы нужны для управления судном, связи, защиты от воды и оказания помощи в пути.

Самые важные вещи связаны не с комфортом, а с выживанием и связью. Жилет должен подходить по размеру каждому участнику, а аптечка и связь должны быть доступны сразу.

Тема урока ОБЗР «Обеспечение безопасности в водном туристском походе»

Подготовка перед выходом на воду

Последовательность действий перед стартом в водный поход

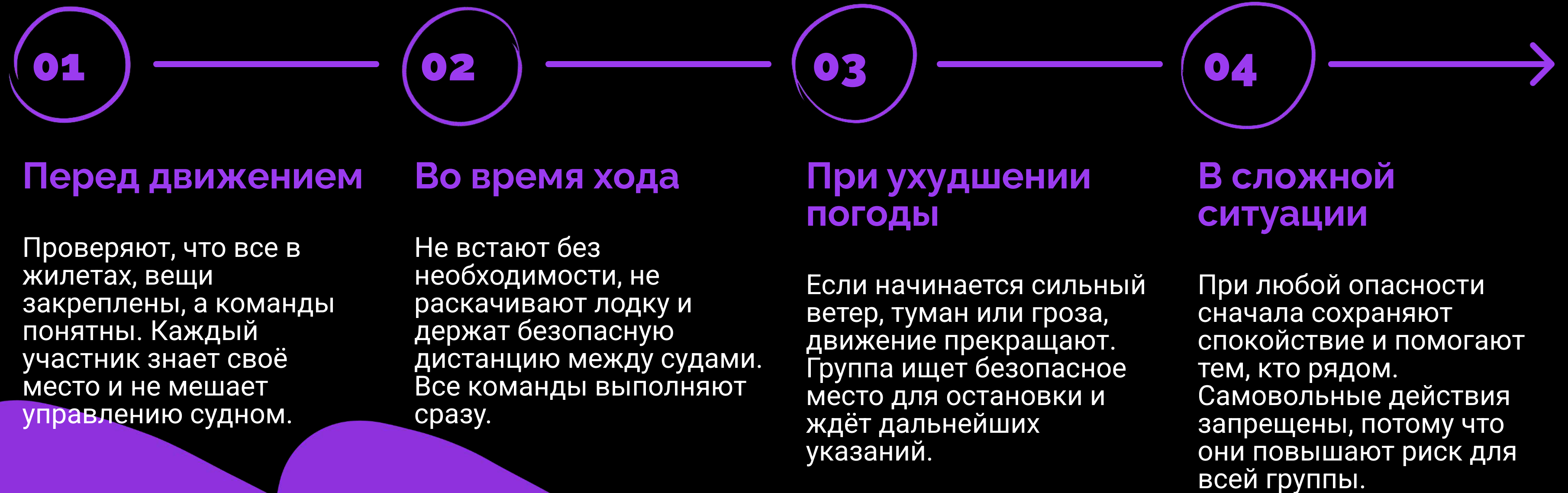




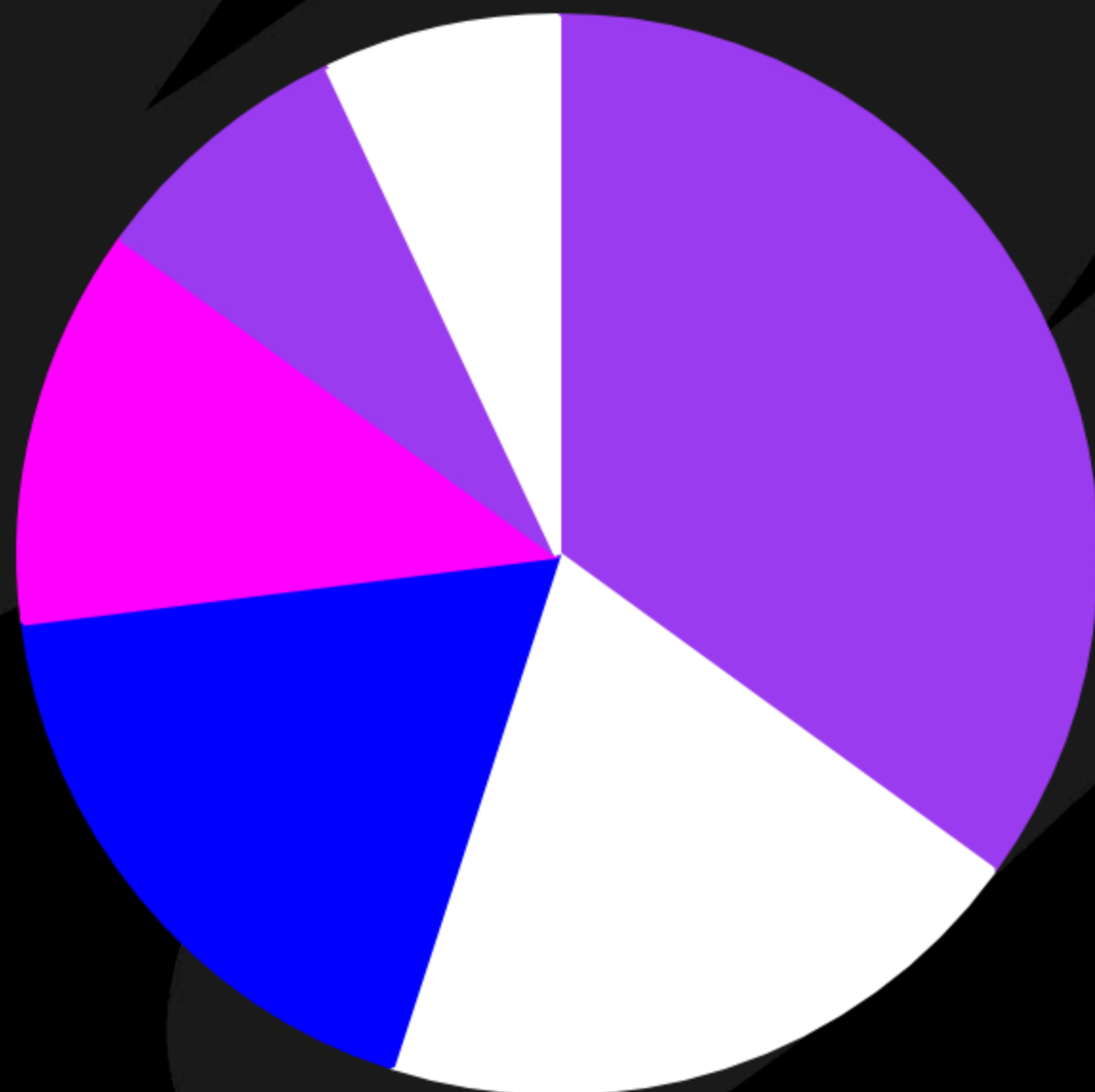
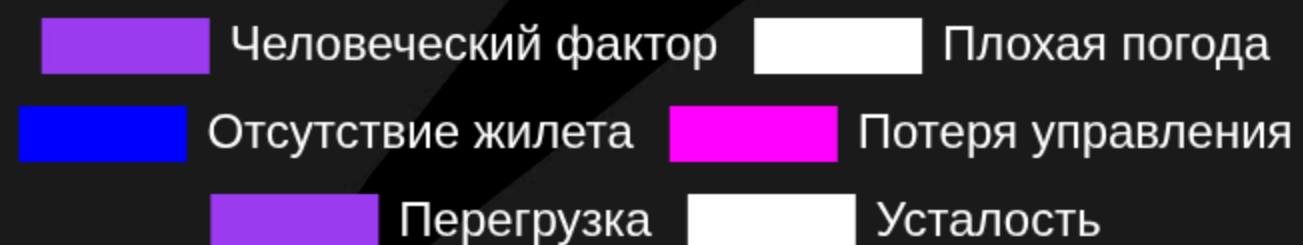
Безопасная посадка в судно

- В лодку или катамаран садятся по одному человеку, спокойно и без толчков. Спасательный жилет уже должен быть надет и застёгнут, чтобы не отвлекаться на воде.
- Тяжёлые рюкзаки укладывают ниже и надёжно закрепляют, чтобы судно сохраняло устойчивость. Проход к выходу оставляют свободным, а действия участников делают сложенными и неторопливыми.

Правила поведения на воде



Главные причины происшествий на воде



Даже при хорошем снаряжении риск остаётся высоким, если группа спешит, отвлекается или игнорирует команды руководителя.

Больше всего происшествий связано не с рекой, а с поведением людей. Значит, дисциплина и проверка готовности важнее, чем уверенность в собственных силах.

Учебный материал по ОБЗР; диаграмма составлена для иллюстрации темы

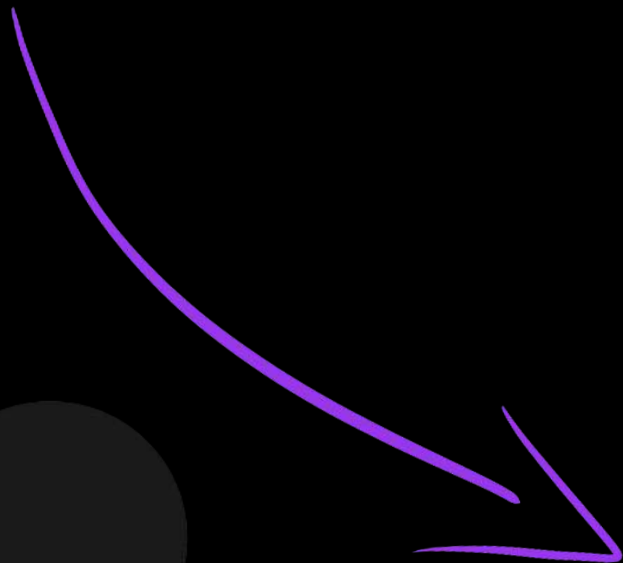
Действия при перевороте судна

Сначала сохраняют спокойствие, держатся рядом и по возможности цепляются за судно или весло. Главная задача на этом этапе — не потерять людей и не паниковать.

Затем быстро проверяют, все ли на месте, есть ли травмы и кому нужна помощь. Если кто-то получил ушиб или замёрз, ему помогают в первую очередь.

После этого решают, как безопасно добраться до берега или вернуть судно в устойчивое положение. В любой ситуации сначала спасают людей, а уже потом заботятся о вещах.

Жилет помогает удерживаться на поверхности даже при усталости, холоде и панике, поэтому его проверяют до начала движения.



1

жилет на каждом участнике — обязательное условие выхода на воду

Правила безопасного поведения на воде;
материалы урока ОБЗР

Признаки переохлаждения и первая помощь

Признак

Дрожь, бледность

Онемение, вялость

Замедленная речь

Потеря сознания

Что делать

Укрыть, согреть

Снять мокрое

Дать тёплое питье

Вызвать помощь

Таблица помогает быстро сопоставить первые признаки переохлаждения с правильными действиями и запомнить опасные ошибки, которых нужно избегать на воде.

Материалы по ОБЗР для 7 класса; правила первой помощи при переохлаждении

Если признаки замечены сразу, правильные действия помогают не допустить ухудшения состояния. Главная ошибка — медлить или согревать человека слишком резко.



Опасные участки реки и их признаки

01 Опасные места на реке легко узнать по бурной воде, камням, завалам и резким поворотам русла. Там течение становится непредсказуемым, поэтому любая ошибка может быстро привести к перевороту.

02 Особенно внимательно осматривают участки у мостов, порогов и перекатов. В школьном походе такие места проходят только после проверки взрослыми, а безопасную линию движения намечают заранее.

Что проверяют перед стартом



Проверку проводят до посадки в судно, чтобы не устранять проблемы уже на воде и не терять время в опасной ситуации.

Самые значимые пункты связаны с личной защитой, состоянием судна и погодой. Если они в порядке, риск похода заметно ниже.

Сводка контрольных пунктов перед водным походом; учебные материалы ОБЗР

Основные сигналы и средства связи



Свисток

Короткие и понятные сигналы позволяют быстро привлечь внимание группы, даже если людей не слышно из-за ветра, шума воды или расстояния.



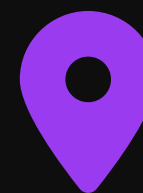
Жесты

Простые условные жесты заранее договаривают всей группой. Они нужны, когда голосовые команды плохо слышны или нужно действовать без лишнего шума.



Телефон в защите

Связь держат в гермоупаковке или другом водозащитном чехле. Это помогает сохранить возможность вызвать помощь и не повредить устройство брызгами.

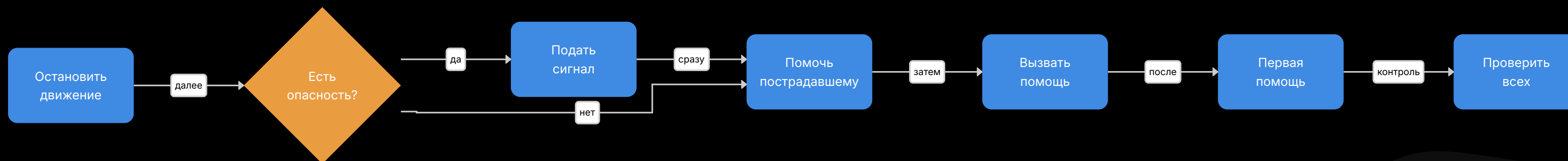


Точка встречи

Если связь пропала, группа идёт к заранее известному месту выхода на берег. Такой ориентир экономит время и помогает быстро собраться вместе.

Порядок действий при несчастном случае

Последовательность действий в водном походе: сначала остановить движение и убрать новую опасность, затем помочь людям и связаться со взрослыми.



Первая помощь при травмах

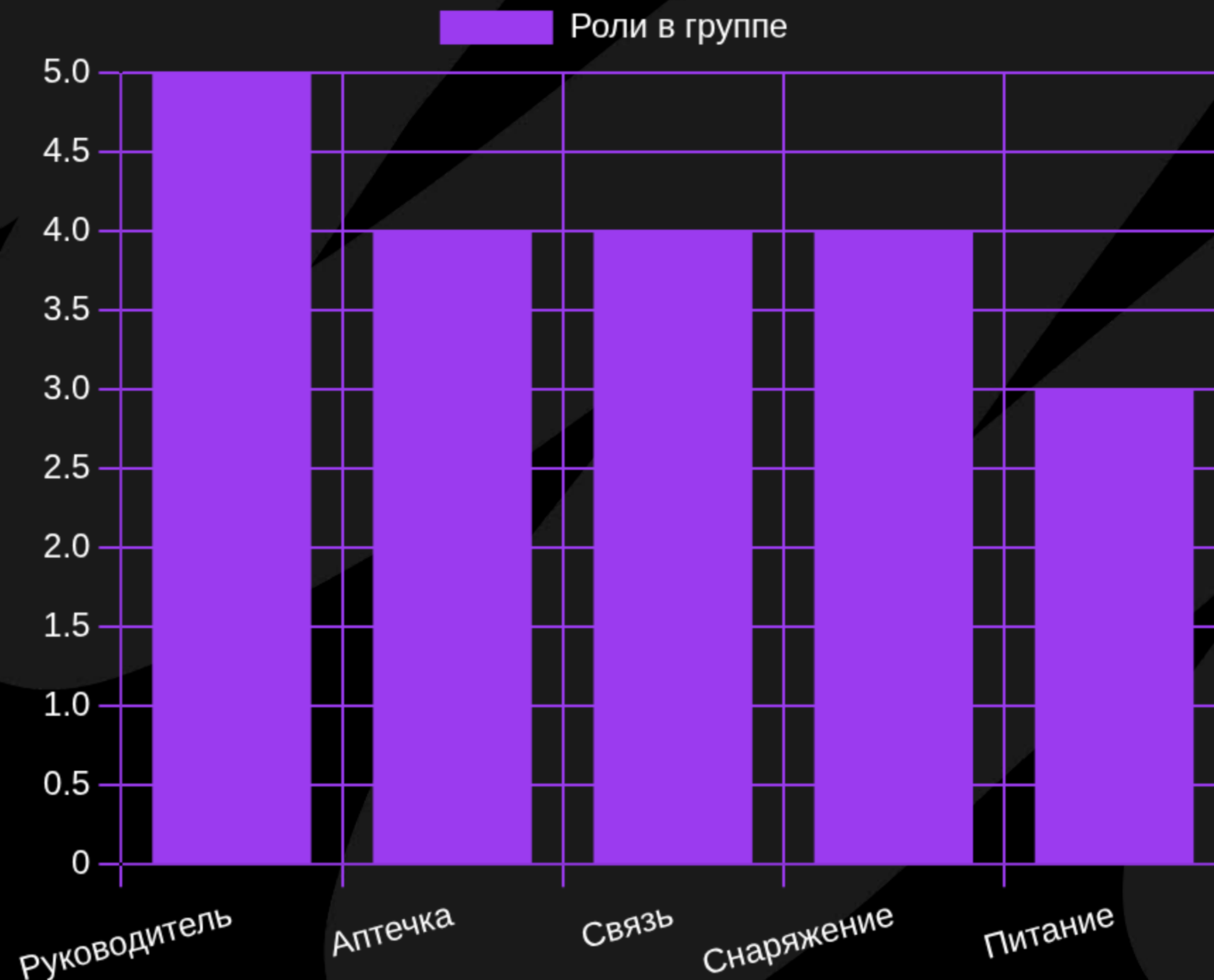
01 При ушибе или небольшом порезе сначала промывают повреждение чистой водой, затем закрывают его чистой повязкой. Это снижает риск загрязнения и помогает защитить рану.

02 Если есть подозрение на перелом, руку или ногу стараются не трогать без необходимости. Конечность фиксируют в том положении, в каком она находится, чтобы не усилить боль.

03 При сильном кровотечении накладывают давящую повязку и сразу зовут взрослых или спасателей. В такой ситуации нельзя терять время и пытаться справиться только своими силами.

04 Главное правило для школьника — не делать лишних движений и не пытаться «проверить» травму. Спокойствие и аккуратность помогают не ухудшить состояние пострадавшего.

Распределение обязанностей в группе



Каждому участнику заранее объясняют свою задачу, чтобы в походе не возникало путаницы и дублирования одних и тех же действий.

Чёткие роли ускоряют проверку снаряжения и реакцию на проблему. Чем понятнее обязанности, тем организованнее действует вся группа.

Схема распределения обязанностей в учебном водном походе

Экологическая безопасность похода

Мусор собирают сразу и уносят с маршрута в отдельных пакетах. Нельзя оставлять отходы на берегу, потому что они портят место стоянки и могут навредить животным.

Костёр разводят только там, где это разрешено, и обязательно полностью гасят перед уходом. Огонь без присмотра опасен для людей, леса и сухой травы.

Растения у воды не ломают и не вытаптывают, а животных не тревожат. Бережное отношение к природе помогает сохранить маршрут чистым и безопасным для следующих групп.

Мини-памятка безопасного похода



Правило	Что проверить	Почему важно
Жилет надет	Размер и застёжки	Защита на воде
Вещи закреплены	Груз и рюкзаки	Устойчивость судна
Маршрут известен	Опасные места	Меньше риска

Короткая памятка помогает быстро вспомнить основные правила перед выходом на воду и во время движения по маршруту.

Памятка показывает, что безопасность складывается из простых, но обязательных действий. Пропуск любого пункта повышает риск для всей группы.

Учебная памятка по безопасности в водном туристском походе

Главный вывод: безопасность начинается до старта

Безопасный водный поход начинается не на воде, а с подготовки: проверенного маршрута, исправного снаряжения и согласованных действий. Если помнить о жилете, погоде и сообщать о риске взрослым, большинство опасностей можно предотвратить.