# Рабочий лист урока № 23

|  |  |
| --- | --- |
| **Класс:** 6 | **Дата: 26.02.2025** |
| **Предметный курс: Введение в** ОБЗР |  |
| **Тема:** Горные походы | |
| **Дорогие ученики!**  **Ознакомьтесь с предложенными материалами и заданиями, выполните их.**  **Желаю вам успешного освоения материала!** | |

**Ход урока**

1. Ознакомьтесь с материалом урока, для этого прочитайте Приложение 1.

2. Ответьте устно на вопросы:

1) Как вы думаете, в чём основная сложность горных походов? Обоснуйте свой ответ.

2) Опишите, как организуется передвижение по горным и травянистым склонам.

3) Как уберечься от камнепада?

4) Что такое осыпь? Как передвигаться по осыпи?

5) В чём особенности устройства бивака в горном походе, в отличие от других походов?

6) Что категорически запрещается делать туристской группе в горах?

3. Выполните письменное задание в тетради:

Подумайте, каким должно быть снаряжение туриста, собирающегося в горный поход. Составьте перечень снаряжения. Опишите его особенности и предназначение, заполнив таблицу

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Название снаряжения | Предназначение |
|  |  |  |

4. Составьте памятку «10 главных правил безопасности в горах»

Приложение 1

Туристы, совершающие горные походы, особенно сложные, в неблагоприятных климатических условиях, закаляют волю, укрепляют чувство коллективизма, квалифицированно оказывают взаимопомощь.

Все группы, планирующие горные походы, должны встать на учёт в местном управлении МЧС России.

Придя в управление, руководитель группы наряду с заполнением и подачей заявления должен ознакомиться с достоверной информацией о местах, представляющих потенциальную угрозу, а также опасных участках на выбранном пути; узнать, как их можно обойти, возможно, придётся немного удлинить или сменить маршрут; получить полные сведения о погодных условиях в день, на который запланирован поход; взять памятки с важной информацией о действиях в чрезвычайных ситуациях.

Регистрация туристских групп включает в себя не только сообщение о дате и точном маршруте их путешествия, но также предоставление личной информации. Необходимо подготовить список номеров телефонов всех участников похода, их домашние адреса и данные ближайших родственников.

В горном походе особое внимание уделяется технике передвижения. Так. существуют различия в технике движения при подъёме и спуске.

При подъёме колени обязательно сгибают, ступни полностью становятся на грунт, а носки обуви чуть-чуть разворачивают наружу. Это необходимо для лучшего сцепления подошв с грунтом. При подъёме по травянистому склону туристы также ставят ногу на всю ступню, но чем больше крутизна склона, тем больше носки ног разворачиваются. Интервал между туристами при подъёме — 0,5 м.

При спуске по травянистому склону ступню ставят прямо на всю подошву; при этом слегка согнутые ноги пружинят.

При спуске по каменному склону ногу устанавливают как упор на устойчивый камень, шаг укорачивается, походка становится пружинистой.

Часто в горных походах на пути может возникнуть осыпь (скопление на склонах камней и обломков горных пород). Существует твёрдое туристское правило — осыпь нужно обойти.

Если такой вариант нельзя реализовать, то туристы используют наиболее безопасную тропу, чтобы преодолеть осыпь. Такая тропа должна пролегать по слежавшимся камням.

Лучше всего в туристском походе подниматься и спускаться по большим валунам, используя их как ступени лестницы. Подниматься по прочной осыпи следует прямо или короткими зигзагами, спускаться лучше наискось или прямо вниз.

Если какой-то камень стронулся со своего места, то нужно его задержать, иначе он может вызвать камнепад непредсказуемой интенсивности.

Если камень остановить не удалось, туристскую группу предупреждают об опасности чётко и громким голосом: «Камень!»

Движение по снежным склонам начинают после оценки руководителем крутизны склона, состояния снега и лави- ноопасности.

Естественно, такие сложные участки маршрутов посиль- ны только туристам, имеющим большой опыт туристских путешествий, технически подготовленным и физически крепким.

**Запомните! Группа не должна передвигаться во время дождя, так как камнепад наиболее вероятен, когда на склонах возникают ливневые потоки.**

При устройстве бивака руководитель похода обязательно позаботится, чтобы место, выбранное для бивака, не было расположено в лавиноопасном месте, на пути возможных селей и оползней. Ни в коем случае бивак нельзя размещать рядом с горной речкой или в её сухом русле. Во время неожиданно хлынувшего ливня (а в горах он очень вероятен) ливневые потоки могут снести лагерь за считаные минуты.