

Владимир Веткин

А

# ВОДНЫЕ СПОРТИВНЫЕ ПОХОДЫ

как управлять уровнем  
их опасности



---

МОСКВА 2014

А

УДК 796/799  
ББК 75.81  
В39

**Веткин В. А.**

В39 Водные спортивные походы: как управлять уровнем их опасности / В. А. Веткин. – М. : Советский спорт, 2014. – 208 с. : ил.

ISBN 978-5-9718-0745-2

Эта книга как для тех, кто только начал ходить в водные походы, так и для тех, кто уже хорошо знаком с бурной водой и, критически анализируя свои походы, понимает, что если некоторые опасные ситуации в пройденных походах и закончились относительно благоприятно, то это – счастливая случайность, а не результат осознанных действий, умений и отработанных навыков, позволяющих уверенно ликвидировать такие ситуации.

Впервые в одной книге собраны и описаны все ключевые факторы, влияющие на безопасность туристов-водников.

Эта книга о том, как руководитель и члены спортивной группы сами могут влиять на уровень опасности предстоящего водного похода и количественно оценивать этот уровень во время похода.

**УДК 796/799  
ББК 75.81**

*Автор выражает признательность В. Н. Кузериной  
за помощь в подготовке книги к изданию  
и художнику Т. А. Ивановой  
за предоставленные фотоматериалы*

ISBN 978-5-9718-0745-2

© Веткин В. А., 2014  
© Оформление. ОАО «Издательство  
“Советский спорт”, 2014

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>О чем и для кого эта книга .....</b>	<b>3</b>
<b>РАЗДЕЛ 1.</b>	
<b>Какие неприятности подстерегают нас в походе, и в чем или в ком их причины .....</b>	<b>7</b>
Вначале определимся с терминами и понятиями .....	7
Описание типичных неблагоприятных ситуаций в водном походе .....	12
Факторы, определяющие уровень опасности водного похода .....	27
<b>РАЗДЕЛ 2.</b>	
<b>Как можно управлять уровнем опасности своего похода ....</b>	<b>34</b>
2.1. Управление рисками в предпоходный период .....	35
Подбор группы .....	35
Возможные психологические проблемы в группе .....	36
Выбор маршрута .....	38
Разработка маршрута и тактический план похода. План-график похода .....	43
Разработка аварийных выходов с маршрута .....	46
Подбор снаряжения и средств сплава .....	47
Спасательное снаряжение .....	50
Весовые характеристики груза .....	55
Предпоходные тренировки .....	56
Тренировочный поход .....	59
2.2. Управление уровнем опасности на маршруте .....	60
Подходы к началу сплава: пешая часть маршрута .....	60
Начало водной части маршрута .....	69
Тактика прохождения различных участков маршрута ....	70
Страховка и самостраховка во время сплава .....	86

Действия группы после аварии .....	124
Профилактика заболеваний. Первая помощь .....	142

### **РАЗДЕЛ 3.**

<b>Как можно отрабатывать необходимые приемы в предпоходный период .....</b>	<b>145</b>
Тренировки на воде. Отработка приемов преодоления препятствий .....	145
Отработка приемов страховки .....	150
Подготовка к пешей части маршрута .....	155
Тренировочный поход .....	155

### **РАЗДЕЛ 4.**

<b>Страховочное снаряжение для водного похода .....</b>	<b>158</b>
Индивидуальное снаряжение. Спасжилет .....	158
Экипажное снаряжение .....	161
Групповое снаряжение .....	167

#### ***Приложение 1.***

<b>О том, как принято определять уровень риска .....</b>	<b>171</b>
Уровень опасности, вызванной конкретным фактором .....	171
Существующие методы оценки риска .....	175
Системный подход в решении проблемы безопасности в походе .....	177
Страхи и их роль в проблеме безопасности туристов .....	180

#### ***Приложение 2.***

<b>Как можно количественно оценить уровень опасности своего похода .....</b>	<b>182</b>
<b>Словарь терминов, используемых в водном туризме .....</b>	<b>196</b>
<b>Литература .....</b>	<b>203</b>