

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

О чем и для кого эта книга	3
РАЗДЕЛ 1.	
Какие неприятности подстерегают нас в походе, и в чем или в ком их причины	7
Вначале определимся с терминами и понятиями	7
Описание типичных неблагоприятных ситуаций в водном походе	12
Факторы, определяющие уровень опасности водного похода	27
РАЗДЕЛ 2.	
Как можно управлять уровнем опасности своего похода	34
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.

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

РАЗДЕЛ 4.

Страховочное снаряжение для водного похода	158
Индивидуальное снаряжение. Спасжилет	158
Экипажное снаряжение	161
Групповое снаряжение	167

Приложение 1.

О том, как принято определять уровень риска	171
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.

Как можно количественно оценить уровень опасности своего похода	182
Словарь терминов, используемых в водном туризме	196
Литература	203