Данная брошюра не является интеллектуальной собственностью автора
сайта http://survivalkit.my1.ru/ . Претензии не принимаются

Краткая Памятка Выживальщика Тактическая

Что необходимо сделать для успешного преодоления критической ситуации:

1. Одолеть страх и панику.
2. Оценить обстановку с точки зрения реальной угрозы.
3. Оказать первую медпомощь нуждающимся.
4. Определить свое местонахождение.
5. Переменить, отремонтировать одежду, в холодную погоду утеплиться.
6. Защититься от климатических воздействий, соорудив временное убежище.
7. Провести инвентаризацию и поиск снаряжения и вещей.
8. Сформировать продуктовый и вещевой НЗ.
9. Определить тактику дальнейших действии.
10. **ТЫ – лучший, вне всякого сомнения.**

- Заранее настроиться на восприятие критической ситуации как Вашего собственного долгожданного шанса стать героем. Вы должны испытывать душевный подъем. Ведите себя так, чтобы потом было что вспоминать
- Воспользуйтесь покоем для приведения в порядок знаний, идей, самоорганизации. Если еды хватает тренируйте мускулы. Заведите себе домашнее животное, например, паука. Наблюдайте за ним, дрессируйте, ставьте эксперименты. Сознательно раздвоите свою личность, не дожидаясь, пока она раздвоится сама в результате шизофрении. Вариантов много: Я - энтузиаст и Я – циник и т.д. Если скучно - утройтесь, учетверитесь. Сознательно начинайте думать вслух. Это когда-нибудь начнется само собой, но Вы опередите события для профилактики психических нарушений. Невозможность писать - хороший повод начать серьезную тренировку памяти.
- Предположим, Вам необходимо пройти огромное расстояние или перевернуть лопатой огромное количество земли. Это очень скучное занятие, но оно позволяет думать о постороннем. Займите голову приведением в порядок прошлых впечатлений: вспоминайте приятные эпизоды, фильмы, книги. Анализируйте свою жизнь. Этого развлечения хватит надолго. Еще можно мечтать - о том, как хорошо все когда-нибудь будет. Ищите выгоду в сложившемся положении. Она может состоять, например, в тренировке мускулов, в развитии некоторых психических качеств.
- Учитывайте: любая тяжелая потеря эмоционально переживается только первые три дня. Потом человек ко всему привыкает. Наберитесь сил на 3 дня. Если не хочется жить, проведите ревизию тех радостей, которые для Вас еще доступны. Их может набраться достаточно, чтобы оправдать Ваше существование. Если у Вас есть враги, подумайте, как они будут обрадованы Вашим бездарным концом. Если Вы всю жизнь не отваживались на какой-то решительный поступок, совершите его "под занавес". Это может вернуть Вам волю.
- В трудностях помогает держаться надежда на лучшее. Солдат мечтает о "дембеле", Робинзон - о парусе на горизонте. Имейте запасные мечты на случай провала основной. Не ставьте все на одну карту: двигайтесь в нескольких направлениях (но бойтесь разбрасываться).
- Человеческий ум гибок, словарный запас богат, и любой мерзости можно найти оправдание. Не придумывайте себе оправданий. Даже циники соблюдают некоторые правила. Эти правила, составляющие инвариантную основу совести, заложены в наших инстинктах, потому что мы - стадные существа. Если у Вас нет убедительных доводов не совершать некоторый поступок, сомнительный с позиции Вашей морали, не совершите его просто "на всякий случай". Но если сомнительно и "да" и "нет", решительно делайте то, что выгоднее лично Вам.

Две огромные опасности для жизни таятся в нашем собственном мозгу.

1. *Стремление к комфорту* - необходимо для себя уяснить, что ценности современной цивилизации не принципиальны для решения проблемы выживания. Просто отбрось их.
2. *Пассивное созерцание* - является следствием приобщения к благам цивилизации. Общество избавляет человека от ситуаций, в которых необходимо принять критическое для жизни решение.

Практически все решения, которые мы принимаем, повседневны и банальны. Инициатива чахнет, и большинство людей склонно к пассивному, почти овечьему созерцанию. Однако, попав в нештатную ситуацию, вы обязаны будете действовать независимо, абсолютно самостоятельно принимать все решения.
Основными приоритетами в пиковой ситуации являются: убежище, вода, огонь и еда .

Снаряжение

Рюкзак (спортивная сумка)
Большой вместимости, удобный.

Средства разведения огня
Зажигалки (Criket)
Огниво
Спички в герм. упаковке
Оргстекло

Сигнальные средства и ориентирование
Телефон сотовый с зарядкой
Карта (Атлас автодорог)
Фонарик налобный (с запасом батареек)
Компас
Свисток

Укрытие и спальные принадлежности
Спальный мешок
Палатка (тент)
Туристический коврик

Одежда
Термобелье
Влагозащитный костюм (пончо)
Куртка флисовая (свитер)
Носки несколько пар
Футболка, трусы
Перчатки х/б рабочие
Накомарник

Средства пригот. и хран. провианта и воды
Фильтр для очистки воды
Нож фиксед (крепкий)
Котелок металич. (2-3 литровый)
Фляга (бутылка) пластик.
Кружка металич. одно стенная
Ложка металлическая

Питание.
Вода
Сублимир. мясо и крупы
Чай
Сахар Соль

Аптечка
Антисептик (перикись, йод, спирт)
Пластырь рулон
Перевязочный материал (вата, бинт, ИПП)
Диарея (имодиум не лечит, только остановка)
Кишечные инфекции (рифаксимин)
Аллергия (фексадин, супрастин)
Антибиотик (суммамед, ципролет)
Обезболивающее (кетонал, нурофен)
Лезвия для скальпеля
Обеззараживание воды (Акватабс, пантоцид)
Адсорбент (лактофильтрум, активир. уголь)
Спазмолитики (но-шпа)
Пинцет
Жгут кровоостанавливающий

Гигиенические принадлежности
Влажные салфетки
Туалетная бумага
Полотенце небольшое
Мыло
Зубная щётка, паста
Бритва

Документы
Св. о рожд., разреш. на оружие, деньги и т.д.
Флэшка с копией докум., спец. учебн. и т.д.

Инструменты
Топор (ножовка)
Мультитул (отвертки, пассатижи)

Рем набор
Точильный брусок
Нитки х\б зел.,черн.,капрон., иголки
Скотч армированный
Полотно для пилы по металлу
Суперклей
Проволока метал. Тонкая

Разное
Шнур (веревка) 25-50 м
Блокнот мал.
Рыб. снасти (крючки, леска плетен.)
п/эт. мешки для мусора (120 л)
Ручка (карандаш)

Оружие
Какое-нибудь;-)

Все жизненно важное (документы, спички, нож и т.д.) должно находится в карманах.

Принятие решения на строительство укрытия

Подумайте: способны ли вы будете, не отдохнувши, принимать назавтра ответственное решение? А тем более его же и исполнять?! Ответ однозначен: это необходимо, особенно при наличии женщин и детей. А при наличии осадков без укрытия вы обречены.

Очень тяжелый случай

Не ложиться нельзя. Тем более это относится к наличию в группе пострадавшего. Единственная рекомендация - устроить контакт с грунтом той части тела, которая наименее чувствительна к холоду, т.е. спать на животе. А под места, чувствующие холод, подложить свою ладонь. Примечание - взрослый человек, как правило, просыпается от чувства «холода снизу». Дети не способны к этому.

Тяжелый случай

если вы в глухой степи вдвоем с товарищем, а под ногами мокрая жидкая грязь и некуда даже сесть, то можно сделать следующее. Переодев верхнюю одежду «задом наперед» и встав спина к спине, надо застегнуться вдвоем. Ноги - чуть шире плеч, «уравняться» в росте, положить голову на плечо товарища, взяться за руки под одеждой - и... можно поочередно засыпать на 8 - 10 минут. Если совсем нет ничего, то можно, прислонившись к сухому либо живому дереву, вздремнуть на 10 минут.

Общие требования к укрытиям

- Защита от холода или жары. - Защита от ветра. - Защита от насекомых. - Защита от осадков.

Изолироваться от холодной земли и камней - основная задача.

Природное укрытие

Ночлег на месте сгоревшего костра. Очистив от снега площадку, разводят небольшой костер на 2-3 часа (при температуре минус 10-15 достаточно двух часов, при минус 25-30 нужно 5 часов). Затем сгребают угли в сторону. На прогретое место укладывают подстилку из лапника на высоту 1-1,5 метра. Дают ему прогреться (около 30 минут). После того как лапник перестанет парить,- можно ложиться.

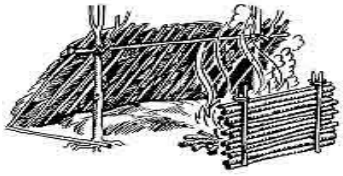
Стволы поваленных деревьев. Или деревья, поломанные на некотором расстоянии от земли, образующие с грунтом острый угол. Навалите на бревно или ствол валежника, еловых лап и листвы.

Естественные углубления в грунте, расселины и ямы. Они обеспечивают защиту от ветра, но устраивая в них убежище, не забудьте о дренажной канавке, отводящей от него дождевую воду. Над углублением построить кровлю, положив несколько поперечин из веток и застелив лапником.

Небольшие валуны и камни. Чтобы защитить себя от ветра, промежутки между камнями можно заложить глиной, листвой, перемешанной с грязью, или торфом.

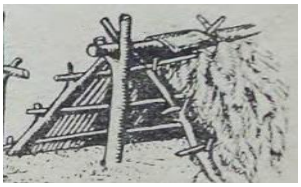
Пещера. Она может стать прекрасным укрытием. Если вы нашли её в склоне холма, горы или скалы, то можете улучшить её теплоизоляцию, построив перед входом в неё стенку - ветровой щиток. Если вы решили развести в пещере костер, помните, что место для него нужно выбирать в глубине пещеры, а не у входа, иначе дым и гарь от костра будет тянуть внутрь пещеры и вы можете задохнуться.

Навес



Костер гораздо легче создавать у поваленного сухого ствола. Пол в укрытии следует делать наклонным, с подъёмом от огня, чтобы тепло костра согревало лежащих под навесом более равномерно. Только следует помнить, что навес должен располагаться на расстоянии не менее 0,75-1 метра от костра, чтобы "выстреленный" из него уголек не прожег полотнище. Под навесом устраивается теплоизолирующий настил из слег (стволы или ветки диаметром 3-5 сантиметров), лапника, сухой травы, на котором и размещаются люди. Со стороны костра укладывается бревно, предохраняющее спящих от сползания в огонь

Шалаш

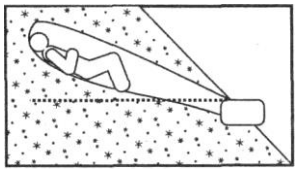


В лесу можно построить шалаш из веток. Для этого вокруг расчищенной для ночлега площадки насыпь подковой земляной вал. По концам вала поставь два длинных шеста связанных накрест. По всему валу воткни наклонно жерди так, чтобы они опирались на вершину связанных шестов. Сверху покрой этот каркас хвойными ветками. Получается шалаш. Перед ним разводится костёр. Так же, как и у заслона, в шалаше спи ногами к огню. Перед постройкой шалаша определи направление ветра: вход в шалаш не должен быть с наветренной стороны. Можно устроить себе постель из еловых веток. Для этого натаскай в шалаш побольше сухого валежника, наломай прутья длиной в 75-100 сантиметров и уложи их рядом. Прутья прикрой хвойными ветвями так, чтобы комли их лежали в противоположные стороны. Подушку тебе заменит вещевой мешок.

Практика походов показала, что даже при низкой температуре и сильном ветре ночевать рядом с костром под правильно поставленным навесом теплее, чем в неотапливаемой палатке.

Не рекомендуется строить укрытие:

На вершине холма, открытой ветру - там будет постоянно холодно и ветрено.
В глубокой низине, овраге или на дне долины - там влажно летом и холодно зимой.
На склонах холмов, где имеются подземные пустоты - там всегда сыро.
Вблизи промоин и овражков, ведущих к воде - там, пролегают звериные тропы к водопою.
Возле деревьев с осиными гнездами, а также возле сухих деревьев - последние могут обрушиться
Под одиноко стоящим деревом - в грозу оно может привлечь молнию.
Не стройте убежище рядом с местами, где пролегают пути ливневых ручьев и потоков воды, в местах, подверженных затоплению, или там, где скапливается грязь.
Не ставьте лагерь непосредственно около деревни. Если ночь застает вас на маршруте около деревни, и нет возможности долго продолжать движение, то становиться на ночлег следует ДО того, как вы пройдёте деревню, а не ПОСЛЕ того, как вас в ней уже видели. При этом, естественно, вводится режим свето- и звукомаскировки - ваш костёр не должен быть виден со стороны населенного пункта, ну и, конечно, придется воздержаться от громких песен и разговоров.



Зимой. Неплохим кратковременным укрытием, обеспечивающим в то же время хорошую маскировку, могут служить снежные пещеры и ямы. Для устройства пещеры в сугробе выкапывают тоннель длиной около 1 м, который затем расширяют в стороны. Вход в пещеру закрывается снежным блоком или плащ-палаткой. Ямы накрывают каркасом из жердей или плащ-палатками (брезентом) и заваливают снегом. Снежные убежища - иглу, пещеры, домики, берлоги, возведенные за полтора-два часа, - надежно защищают человека от воздействия низких температур и ветра, а при наличии горючего обеспечивают тепловой комфорт. В правильно построенном снежном убежище температура воздуха только за счет тепла, выделяемого человеком, поднимается до минус 5- 10°С при 30-40-градусном морозе на улице. С помощью свечи температуру можно поднять от 0 до плюс 4-5°С.

Основные требования

- Основные внешние ресурсы, потребляемые лагерем, - это вода (более важна летом) и дрова(зимой).
- Выбор места стоянки осуществляется засветло, не менеё чем за час до наступления темноты. А на постановку крупного базового лагеря, как правило, уходит почти весь первый световой день.
- Необходимо также обеспечить в укрытии соответствующую вентиляцию, чтобы не задохнуться от скопления углекислого или угарного газа. О наличии угарного газа в укрытии говорит синеватый цвет пламени на углях костра, о скоплении углекислого газа – желтоватый цвет пламени.
- Палатки следует ставить не ближе 7 - 10 метров от костра Удобнеё, когда палатка стоит входом к костру - тогда подход к ней освещён. Ветер не должен задувать во вход, особенно в холодное время года. Если палаток в лагере очень много, лучше расставлять их упорядоченно - улицами или кругами.
- Место для лагеря должно быть в первую очередь сухим.
- Хорошо, если утром лагерь освещен солнцем (восточные склоны холма, восточная опушка леса, берег реки и т.д.). Здесь быстрее просыхают конденсат и роса на палатках.
- Бивак должен быть рассчитан на внезапное ухудшение погоды.
- Внимательно проследите, чтобы вокруг лагеря не было муравейников, - иначе муравьи не дадут вам покоя. Оглядите рядом стоящие деревья. На них могут находиться гнезда ос или шершней.
- Любой тип укрытия ставят «спиной « к господствующему ветру.
- Прежде всего следует чуть поодаль от лагеря выкопать две ямы. Одна яма будет служить помойкой, в которой будут складываться отходы вашей хозяйственной деятельности - пустые консервные банки, пакеты и прочий мусор. Вторая яма будет служить отхожим местом.
- Место лагеря должно быть труднодоступным для чужих или его следует **сделать** таковым.
- Подходы к лагерю защищаются сигнальными средствами, например гильза и консервная банка.
- Выставляются парные наблюдатели, расстояние между постами должно быть порядка 50—100 метров. Устанавливаются пароли, опознавательные знаки и т.д.
- Для возвращения в лагерь необходимо иметь несколько маршрутов и пользоваться ими по очереди.
- Необходимо обеспечить надёжное укрытие людей от наземного и воздушного наблюдения.
- Необходимо обеспечить хорошие условия для наблюдения за подступами к лагерю.
- Необходимо обеспечить выгодные условия для быстрого и скрытого выхода из-под удара в случае обнаружения, свободу маневра и возможность обороны при нападении на лагерь.
- Основные и запасные пункты сбора должны быть известны всему личному составу.

Проникновение (см.) в различные материалы пули калибра от 5.56 до 7.92 мм с дистанции 92 м.

Кирпичная кладка - 46 см; Бетон -31 см; Древесина - 92 см; Мешки, с сухим песком- 51 см;
Бруствер из суглинка - 92 см; Снег рыхлый - 457 см.

Поиск воды

-Если поблизости нет открытых водоемов, копайте землю в поисках грунтовых вод

-Ройте в долине под крутым склоном или в местах, густо покрытых травой, где в дождливое время года возможно был родник. и ждите, пока не начнет просачиваться

-Сходящиеся следы животных часто ведут к воде, идите по ним под гору

-птицы слетаются к источнику воды рано утром, либо вечером Водоплавающие и хищные птицы пьют редко и поэтому не являются хорошими указателями

-полет: прямой и низкий - значит, скорее всего, они летят к воде; неторопливый, ломаный, от дерева к дереву, с частым отдыхом - птицы возвращаются от воды

-Если вы увидели пчел, значит, в этом месте надо внимательно искать воду.

-Мухи вообще не удаляются от воды дальше 100 метров.

ПРЕДОСТЕРЕЖЕНИЕ: Если вы нашли источник воды на местности, вокруг которого нет растительности, следов животных и людей, то такую воду лучше не пить.

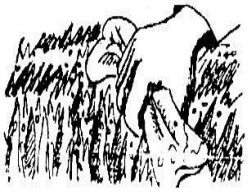
Сбор воды

Яма в земле, обмазанная глиной и накрытая сверху, будет хорошо удерживать воду.

Обвяжите чистые вещи вокруг икр и лодыжек и походите по мокрой растительности.

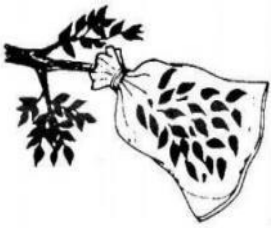
Ранним утром можно водить чистой льняной либо хлопчатобумажной материей по траве.

Когда идёт дождь, обвяжите тканью дерево.



Надев пакет на ветку любого дерева, желательно с густой листвой, нужно туго завязать его у основания, и дождаться, пока в нем скопится вода. горловина мешка вверху. Вода будет собираться в его углу внизу. За сутки таким способом можно собрать до литра воды

Весной сок березы. Для этого в коре нестарой березы прорезается в виде буквы "V" несколько небольших отверстий. В них вставляются веточки



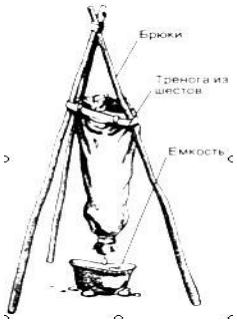
Изо льда получается вдвое больше воды, чем из снега, Снег брать лучше с крон деревьев

-Немного снега растопите в котелке, а затем постепенно добавляйте в него очередные порции снега

Отстаивание воды

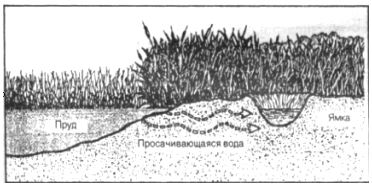
Мутную воду можно осветлять отстаиванием в ведрах, бочках, резиновых емкостях, выкопанных резервуарах. На отстаивание требуется 10-12 часов, причем осветление получается неполное, т.е. мелкие вещества глинистого и растительного происхождения не оседают и при более длительном отстаивании. Этот способ осветления воды применяется на длительных стоянках, главным образом для хозяйственных нужд.

Фильтрация воды



Простейший фильтр представляет собой пустую консервную банку или пластиковую бутылку с двумя-тремя небольшими отверстиями, пробитыми в днище (пробке) и на две трети заполненную мелким песком, на дно банки или горлышко бутылки предварительно выкладывается кусок материи.

Если <посуды> под рукой нет, то в качестве корпуса фильтра можно использовать кепку или шапку, рукав рубахи, штанину подвесив их например на ветку дерева. Чтобы фильтруемая вода не просачивалась по ткани, ее следует узкой струйкой наливать в углубление, сделанное в центре фильтра.



фильтр - "земляной насос". в 50 -100 см от водоема необходимо выкопать глубокую, не менее полуметра, ямку и подождать, пока она заполнится водой. Затем воду осторожно вычерпать, подождать, пока ямка вновь наполнится, и снова вычерпать. И так до тех пор, пока вода не станет чистой и прозрачной.

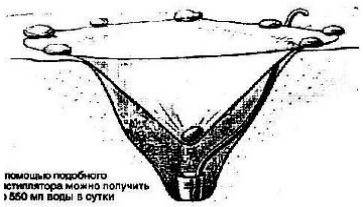
Обеззараживание воды

Воду из любого водоема необходимо обеззараживать.

Кипячение. (8- 10 мин). В полевых условиях можно добавить листья ромашки, чистотела, брусники, малины или зверобоя. Самый надежный способ.

Химия. Продезинфицировать воду можно кристалликами марганцовки (до слабой розовой окраски воды и дать ей постоять час), Хватит примерно 1 - 2 г на ведро воды, или на литр воды несколько кристалликов чуть меньше спичечной головки.
Таблетками пантоцида (акватабса): 1-2 таблетки растворить в 1 л воды и выдержать в течение 30 мин.
Для дезинфекции пригоден и 5%-ный раствор йода: 2-3 капли на 1 л воды, хорошо перемешать и дать отстояться в течение часа.
Серебро может быть уместно только в целях сохранения исходно чистой воды для длительного хранения.
Солнце. Поместите чистую, прозрачную пластиковую ПЭТ бутылку до трёх литров в объёме с отфильтрованной водой под воздействие прямых солнечных лучей на 6-8 часов. Светлый камень, фольга или металл с отражающими свойствами помогут ускорить процесс. В случае облачной погоды, короткого светового дня или мутной воды с взвесью частиц, оставьте бутылку на улице на два полных дня.

Опреснение воды
В зимнее время года соленую воду опресняют замораживанием. Для этого флягу заполняют водой и, дав ей замерзнуть на 2/3, остаток (рассол) сливают.



Солнечный дистиллятор. Выкопайте яму диаметром приблизительно 90 см и глубиной 45 см. В центре ёмкость для сбора воды, затем накройте яму листом полиэтиленовой пленки и придайте ему форму конуса. Чтобы капельки воды сбегали вниз, сделайте нижнюю поверхность пленки шероховатой с помощью камня. Солнце нагревает воздух и землю, при этом образуются водяные пары. Вода конденсируется на нижней поверхности пленки и стекает в подставленную емкость. Этот метод особенно эффективен в тех местах, где днем жарко, а ночью холодно. Дополнительно накидайте свежих веток с листвой

Моча и морская вода.
Никогда не пейте ни того, ни другого.

Преодоление чувства жажды
Чувство жажды приходит значительно раньше, нежели организм исчерпал запасы воды на испарение. достаточно положить под язык маленький камушек, который вызовет слюноотделение. Можно даже просто пожевать травинку. кислая конфетка (карамель), долька кураги

Для сведения потери жидкости к минимуму
Сводите к минимуму физическое напряжение. Отдыхайте.
Не курите.
Не перегревайтесь. Держитесь в тени. Если нет естественной тени, сделайте навес.
Не лежите на горячей земле или нагретой поверхности.
Не ешьте или ешьте как можно меньше. Если вода не поступает в организм, то для переваривания пищи он начинает брать ее из своих органов
Ни в коем случае не употребляйте алкоголь.
Не разговаривайте; дышите носом, а не ртом.

Питьевой режим
много пить утром и много пить вечером
Пьют теплое не сладкое и не газированное
Пить среди дня нужно редко, примерно раз в час или ещё реже. Сначала прополаскивают рот и выплёвывают воду. Только после этого делают 1-2-3 маленьких глотка
помните, что выпитая вода не сразу уменьшит жажду. Она должна пройти путь до желудка, затем в тонкую и толстую кишку, этап всасывания, попасть в кровь, чтобы изменить концентрацию солей в крови до нормальной величины, и только тогда будет отмечено центральной нервной системой как сигнал, что состояние жажды прошло. На это уходит 10- 15 мин. Поэтому не торопитесь пить много воды сразу!

Голод.

Не бойтесь голода. Организм здорового человека может до трех суток обходиться без пищи (дети чуть меньше), практически не теряя сил. Возможно, вам лучше не тратить время на поиски пищи, а за трое суток просто «выйти к базе». Если вы не будете много двигаться, можно запросто продержаться без пищи 10-15-20 дней. Если вы будете просто идти, можно выдержать дней шесть.

Полное голодание переносится легче частичного. Чувство голода присутствует только первые три дня. Надо глушить его обильным потреблением тёплой воды. Потом организм подстраивается к ситуации. После примерно 20 дней голодовки чувство голода появляется вновь. Это уже сигнал, что начинается дистрофия. Не набрасывайтесь на пищу сразу. Первые дозы должны быть мизерные, иначе вы умрёте. За 6 голодных дней Вы в состоянии преодолеть километров 200.

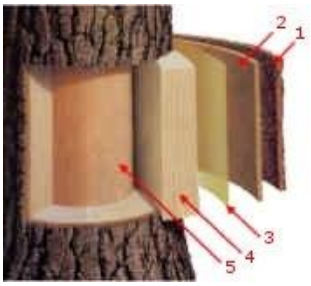
Режим питания

Учтите весь запас имеющихся у вас продуктов и воды. Избегайте сухой, содержащей крахмал, или очень острой пищи и мяса, если у вас на день приходится не более 1 л воды. Запомните: еда вызывает жажду. Употребляйте пищу, богатую углеводами (твердые леденцы, фруктовые плитки).Работайте минимально. Чем меньше вы работаете, тем меньше вам требуется воды и пищи. По возможности ешьте регулярно и не дробите порцию. Планируйте так, чтобы плотно поесть один раз каждый день, и, если есть возможность, ешьте горячее. Варка делает пищу более безопасной, усвояемой, вкусной. Кроме того, во время приготовления пищи вы сможете отдохнуть. Всегда будьте внимательны: не встретится ли что-нибудь съедобное. За небольшим исключением, все, что растет на земле, ходит по ней, ползает или плавает – это возможный источник пищи. Учитесь существовать за счет самой природы. Пережевывайте все гораздо дольше, чем обычно, для лучшего переваривания и усвоения пищи.

Съедобные части деревьев

Заболонь (на рисунке цифра 4) - наиболее питательной считается вторичная кора у березы, ивы, клена, сосны, осины, лиственницы, ели, тополя. Кстати, у всех перечисленных деревьев, кроме лиственницы, съедобны почки и молодые побеги в сыром, но лучше в проваренном виде.

При заготовке заболони её лучше всего снимать у основания ствола или даже с вылезших на поверхность земли толстых корней, где она наиболее питательна и сочна. Значительно улучшает её вкусовые качества продолжительная варка. Заболонь, опушенная в кипящую воду, постепенно размокает, разбухает и превращается в единородную желатиновую массу, которую, слегка остудив, и следует есть. Если эту «кашу» высушить на камнях, раскаленных на костре, или другой импровизированной сковородке, то полученную муку можно использовать для выпечки лепёшек. Возьми сосновую или еловую шишку и подержи её над костром. Шишка раскроется и внутри её ты найдёшь питательные семена. Сосна может предложить в качестве витаминного напитка, хвою.



Орехи. Большая их часть съедобна в сыром виде. Сырые желуди в пищу не пригодны из-за оби¬лия в них дубильных веществ. Жёлуди очищают, разрезают на четыре части и заливают водой. Вымачивают двое суток, меняя воду не менее трёх раз в сутки. Затем заливают холодной водой и доводят до кипения. После этого желуди размельчают, высыпают тонким слоем на подстилку и просушивают сначала на воздухе, а затем над костром. Высушенные жёлуди размалывают (толкут) в муку.

Съедобные насекомые.

Наиболее ценными в пищевом отношении принято считать муравьев (их личинки и куколки или, как их иногда называют, муравьиные яйца) , кузнечиков , саранчу , сверчков , некоторые виды жуков ,медовых пчел , водных насекомых . малоподвижные улитки ,слизни ,черви ,личинки , тем более что они обычно кучкуются в одном месте.

Легче всего найти насекомых на стволах старых и погибших деревьев, пней. Собирать насекомых можно, оглядывая высокие растения, на стеблях и цветках, утолщения и тому подобные дефекты. Лучше воздержаться от употребления насекомых, найденных на кучах навоза и павших животных

Пресмыкающиеся и земноводные.

Лягушек, небольших змей и ящериц можно жарить на палке. Крупных змей и угрей, лучше сначала сварить. У змей отрезается голова вместе с ядовитыми железами. Прежде чем приготовить пищу из змей и лягушек, снимите с них кожу. Кожа змей не ядовита, однако после ее удаления улучшается вкус пищи. В отличие от лягушек их родственники - жабы - в пищу не годятся.

Крабов, речных раков, креветок и других ракообразных необходимо варить, чтобы уничтожить болезнетворные организмы. Однако они быстро портятся и их следует варить сразу же после отлова. Варить ракообразных надо живыми, бросая в кипящую воду.
Яйца относятся к наиболее безопасным продуктам питания, они съедобны на всех стадиях развития эмбриона. Отыскать гнезда можно на обрывах и обращенных в сторону водоема высоких берегах, на кронах деревьев, в густом кустарнике. Достаточно только понаблюдать за поведением птиц, чтобы вычислить место их гнездования. Можно употреблять в пищу крыс. Вопреки общему мнению, крысы не питаются недоброкачественной пищей, но представляют угрозу как переносчики болезней и вшей. При освежевании тушки крысы следует выбрасывать внутренности, голову и крестец вместе со шкуркой. А мясо тщательно проваривать.
В норах мышей и других мелких грызунов можно обнаружить до 10 кг и более пригодных в пищу продуктов - зерна, корневища, побеги и пр. Отыскать звериные кладовые можно, наблюдая за поведением животных
Дождевые черви чистить можно не в ручную а на полдня положить в банку с чистым, живым мхом, или на крайний случай с травой, через пару часов из них выйдет вся земля, тогда их можно есть прямо сырыми Можно их высушить у костра (на камнях) истолочь и потом варить бульон.

Съедобные растения

Ревень дикий (фото слева) - идёт на кисло-сладкие кисели и варенье.

Рогоз (фото справа) - корневища употребляются в печёном и варёном виде (тростник предварительно отмачивают), из них можно делать кашу, пюре.

Крапива - молодые побеги употребляются на зелёные щи, пюре, салаты.
Одуванчик - листья на салат, поджаренные и размолотые корни - как суррогат кофе.
Лопух - молодые мягкие корни съедобны в варёном, жареном, печёном виде.
Малина, земляника, брусника, смородина, ежевика - листья используют как суррогат чая.
Подорожник, клевер луговой - листья на салат
Зверобой обыкновенный, чабрец, душица - из цветов получают ароматный суррогат чая.

Иван-чай (фото слева) - корневища отваривают, молодые листья идут на салат, а подсушенные листья - как заварка вместо чая.

Черемша (фото справа) - используются в пищу в сыром виде как салат и приправы,

Для улучшения вкуса растительной пищи ее вымачивают, варят или размягчают кипятком.
Варите листья, стебли и почки до тех пор, пока они не станут мягкими. Если пища горькая, смените несколько раз воду.

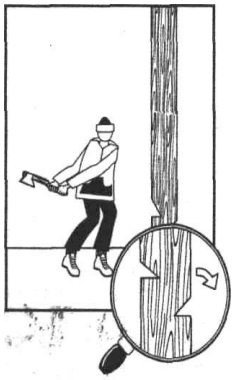
Не рекомендуется есть:
-растения, выделяющие на изломе млечный (похожий на молоко) сок
- лучше всего отказаться от всех незнакомых на вид грибов;
-луковицы без характерного луковичного или чесночного запаха;
-волосатые растения (либо при употреблении их тщательно проваривать);
-старые, увядшие листья растений (в том числе черники, малины, вишни, сливы и пр.)

Основные условия быстрого и легко разжигаемого костра.

1. Место (Хорошее место, это уже полдела)

Особо уделять внимание сухости почвы, подальше от водоемов или ручьев. С приглянувшегося вам участка следует снять дерн и отгрести от будущего костровища сухие листья и траву на полтора два метра в сторону. Так же, выбирая место для будущего костра, обратите внимание на присутствие дров поблизости, чтобы вам не пришлось бегать два часа по окрестностям. Если снежный покров неглубокий, его достаточно просто утоптать, но лучше сгрести снег в сторону. Если возможно защитите костровище от осадков с помощью тента.

2. Топливо (Хорошие дрова - приятный огонь)



15

Так

Ну, конечно же, сухое. Чем тверже порода дерева, и чем ближе к сердцевине тем лучше, а отсутствие коры, это просто супер. Твердое полено всегда содержит меньше влаги, чем полу прогнившее, даже если на вид оно выглядит суше. Запомните, лежащих на земле сухих веток практически не бывает. Ели и сосны приготовили для нас у основания стволов сухие тонкие веточки. Необходимо 10-палочек со спичку (или чуть более) величиной. И еще около десятка - в 2 спички. же ищите ветки толщиной 2 - 3 см с сухой сердцевиной. Разломленные «со щепой вдоль волокон» они будут искомым материалом. Разбейте ветки камнями. Мелкую растопку и отсыревшие спички можно высушить на голове под шапкой. Далее - запас дров. Критерий устойчивости следующий - надежное горение палочки толщиной в человеческий палец. Лучше всего горят ольха, сосна, кедр и лиственница. Очень хорошо использовать сухую березу, но на дрова обязательно надо искать сухостойное дерево - лиственный валежник очень быстро отсыревает и гниет. Осиной топить только тогда, когда ничего другого поблизости нет и не предвидится. Чтобы переломить сравнительно толстую сухую палку прежде чем наносить удар, необходимо найти центр тяжести и именно этим местом нанести удар. Топливом могут служить также кусты, камыш, коровьи кизяки (высушенные!!!), сухая трава с мощными стеблями. Подсушивайте влажные дрова возле костра.

3. Вентиляция (Легче дышать - легче жить)

Подогретый воздух стремится вверх, создавая тем самым подсос свежего воздуха с низу и с боков. Для обеспечения вентиляции желательно создать воздушную прослойку-подложку под костром.

3.а. Каменная подложка - выкладывается камнями средней величины (примерно пол строительного кирпича или меньше) с небольшими щелями в 2-3см. друг от друга для свободной циркуляции воздуха. Камень, желательно выбирать сухой. Обкладка костра с боков тоже нужный и полезный процесс. ВНИМАНИЕ! При обкладке костра выбирайте камни без трещин, и без слоистой структуры.

3.б. Деревянная подложка - выкладывается деревянными брусками средней толщины примерно до 5см. (во влажную погоду желательно без коры и по возможности суше). Настилать надо параллельно, бревнышко к бревнышку оставляя между ними щель 1-2см. при желании можно настелить еще и перпендикулярный слой.

4. Розжиг (Начало жизни костра)

Для только что рождающегося оптимальной является исключительно «шатер». Встаньте перед костром на колени, спиной к ветру оптимальнее пользоваться «факелом-запалом» из трех спичек, сложенных «наискось» И как только огонек побежал по растопке, начинайте тонкими палочками наращивать ваш костёр-«шатер». Запомните: никогда не следует разводить костёр вдвоем! Тем более втроем. И уж ни при каких обстоятельствах — перед «зрителями».

5. Розжиг в сырую погоду

Для быстрого розжига применяют „сухой спирт“ , полоски оргстекла или свечу. Не обязательно применять высокотемпературные составы, для этого вполне достаточно пламени свечи, главное чтобы энергия воздействовала на топливо достаточно продолжительное время. Не имеет смысла пользоваться для растопки костра под дождем бензином, керосином или спиртом — облитые ими дрова вспыхнут моментально, но так же быстро и погаснут. Можно использовать «лапшу» из резины, срезанной с каблуков обуви; бересту (нередко, загораясь, скручивается в рулон). Замену растопки, скажем, свечной огарок, нужно установить на земле, и над ним соорудить шалашик из тонко нащепанной лучины или паутинки (тонких еловых веточек). Пока горит свечной огарок, тонкие веточки успевают высохнуть и понемногу разгореться.Если у потерпевших нашелся бензин или спирт, надо пропитать ими свернутый в плотный жгут кусок ткани и использовать его в качестве растопки.

6. Сохранение тепла, и повторный розжиг костра (А он все еще теплый)

Помните, пепельная шапка на кострище долго сохраняет тепло и горячие угли, поэтому в данной ситуации можно забросать костер сухой листвой или травой после ее сгорания вы получите шикарную

пепельную шапку, которая сохранит вам горячие угли до утра. Помните, камень это самый лучший аккумулятор тепла, по возможности забросайте костер и ими.
Старайтесь, уважительно относится к огню, хотя бы не плюйте в костер.

НЕЛЬЗЯ:

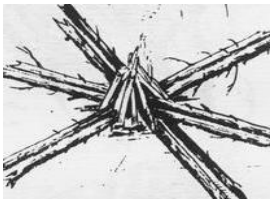
Разводить костры вблизи стволов и на корнях деревьев. Разводить костры под низкими кронами деревьев. Разводить костры в хвойных молодняках. Разводить костры в зарослях сухого камыша. Разводить костры на торфянике. Разводить костры под деревьями, на ветках которых лежат шапки снега. Приближаться к огню в нейлоновой и другой легковоспламеняющейся и плавящейся одежде. Работать возле огня с распущенными волосами. Подбрасывать в огонь порох и другие взрывчатые вещества. Заваливать только что разгоревшийся костер избытком дров.Разводить костры в лесу, на каменистых россыпях. В между камнями накапливается сухая лесная подстилка. Пожар, возникший в таком месте, потушить практически невозможно.

Способы получения огня при отсутствии спичек (кремень, линза, порох и т.д.)

Трут. Приготовьте немного очень сухого трута перед тем как начать добывать огонь при отсутствии спичек. Приготовив его, укройте трут от ветра и сырости. Самые лучшие труты - гнилушка, корпия из материи, мелко раздробленная сухая кора, сухая порошкообразная древесина, птичьи гнезда, ворсистый растительный материал и древесная пыль, образуемая насекомыми,

Типы костров

Ленивый. Названный так как можно обойтись без рубки дров. Длинные валежины - укладываются крест-накрест в количестве 3-8 штук веером перед укрытием. Концы длиной 0,6 — 1м выставляют по другую сторону костра. По мере сгорания нижние валежины укладывают сверху по тому же принципу. Отвалившиеся концы используют для «шалаша», обеспечивающего ровный устойчивый жар в точке пересечения.



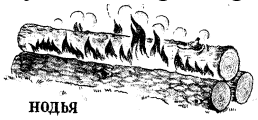
Шалаш. Такой костёр даёт мало углей и обладает небольшой зоной обогрева. в сильный дождь при плотной укладке такой костёр гаснет медленнее. ему нет равных среди других типов костров как источнику света. Поэтому костры, предназначенные для подачи сигналов, укладывают так.

ШАЛАШ

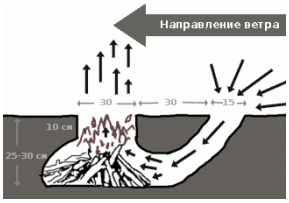
Колодец - один из самых жарких типов костров. Поэтому он наиболее удобен для готовки пищи, сушки одежды и обогрева. Складывается он из заранее нарубленных и напиленных коротких и относительно толстых поленьев, которые хорошо разгораются за счет образующейся внутри "колодца" тяги, и горят ровным, медленным пламенем.

КОЛОДЕЦ

Нодья. Может использоваться даже для ночевок зимой без палатки! Такой костёр обычно сооружают из трех прямых сухих и ровных бревен диаметром 35 - 40 сантиметров и длиной от 1,5 до 2,5 метров. Заготовленные бревна тщательно очищают топором от сучков. Чтобы бревна быстрее разгорались, на них делают зарубки. Нодью сооружают на уже готовом костре, угли которого ровным слоем разгребают на всю длину бревен. На эти угли рядом друг с другом как можно плотнее укладывают два нижних бревна. В промежуток, остающийся между ними, подкладывают хворост, бересту, мелкие ветки, лапник. При устройстве следует помнить, что ветер должен дуть вдоль уложенных бревен.


нодья

Полинезийский («ямка») невидим и дает много углей и золы.



<u>Переноска огня</u> - Для переноски горячих углей обложите их небольшими необгорелыми палочками, высушенными у костра. Все это вместе оберните мхом, а снаружи — берестой и перевяжите для удобства переноски».

Ядерный взрыв.

1. Найдите укрытие. Если есть время, спуститесь в подвал или метро. Если вас застали врасплох - укройтесь за строением или прячьтесь в подходящую яму или канаву. Не скрывайтесь за объектом, который может на Вас упасть при опрокидывании или разрушении от взрывной волны.
2. Лягте на пол или землю. Во избежание падения или удара отброшенными взрывом предметами, лягте на пол или под диван, или прижмитесь к стене. Заметив вспышку, отвернитесь, прыгните в тень, упадите в сторону от взрыва, прикройте голову одеждой, спрячьте кисти рук под себя. Ждите взрывной волны.
3. Закройте лицо руками. Спрячьте лицо в сгибе локтя. Это защитит лицо от световых ожогов, предотвратит ослепление вспышкой и травмы осколками.
4. Переждите, прежде чем покинуть убежище. После взрыва подождите около часа, пусть уровень радиации спадёт. После прохождения взрывной волны двигайтесь со всех ног от центра взрыва, но не по ветру, чтобы выйти из разносимого ветром радиоактивного следа.

Характерной особенностью радиоактивного заражения является быстрый спад уровня радиации с течением времени за счет непрерывного распада радиоактивных веществ. Так, через 7 часов после наземного ядерного взрыва уровень радиации на местности уменьшается в 10 раз, через сутки - примерно в 40 раз, через 49 часов - в 100 раз.

Доза облучения значительно снижается различными укрытиями, зданиями и сооружениями. Так, например, при нахождении в одноэтажном деревянном доме доза облучения снижается в 2 раза, в подвале такого дома - в 7 раз, в открытой щели - в 3 раза, в перекрытой щели - в 50 раз, в одноэтажном каменном доме - в 10 раз, в подвале каменного дома: одноэтажного - в 40 раз, трех - пятиэтажного - в 400 раз.

Самое опасное гамма-излучение. Защита от него возможна тремя методами - временем, расстоянием и экранировкой.

Жизнь в радиоактивной зоне.

Если приходится жить в зоне, особо важным становится ограничение контакта с пылью:

1. Чистите обувь и смывайте упавшую при чистке грязь. 2. Чаще стирайте одежду.
3. Чаще протирайте пыль в жилище (не подметайте!). 4. Старайтесь меньше дышать пылью улицы: Держитесь подальше от пыльных дорог. Не ходите в ветреную погоду. Выбирайте такую сторону дороги, чтобы ветер не гнал пыльна Вас. При попадании в облако пыли задерживайте дыхание. 5. Промывайте носоглотку и глаза теплой солоноватой водой каждый вечер. Чаще мойтесь. 6. На каждую форточку установите фильтр из ткани, смачиваемой водой. 7. Воздержитесь от визитов "на природу" и полевых работ. 8. При необходимости выполнять пыльную работу надевайте распиратор. Его надо время от времени промывать.

Питание в радиоактивной зоне.

Животные, особенно рыбы, накапливают радиоактивные вещества. Особенно много радиоактивных веществ собирается в костях. Не варите кости. Фрукты менее радиоактивны, чем овощи. Наиболее радиоактивна кожура, поэтому ее лучше срезать. Очень много радиоактивных веществ накапливают грибы. Если среди радиоактивных веществ был йод, необходимо принимать йодомарин, либо йод (одна капля на стакан молока) - это ослабляет накопление радиоактивного йода в щитовидной железе.

Категорически запрещается употреблять в пищу открыто хранившиеся продукты и пользоваться водой из открытых водоемов. Продукты, находящиеся в негерметичной таре (мясные и молочные), дезактивируют путем снятия зараженного слоя (ножом, скребком, тонкой проволокой) толщиной не менее 2-3 мм. Незатаренные пищевые продукты (мясо, колбасные изделия) дезактивируются промывкой струей воды. В случае необходимости с них снимают зараженный слой толщиной 0,5-1 см. Радиоактивные вещества с таких продуктов, как рыба, овощи, фрукты, удаляются также многократным смыванием струей воды или срезанием верхнего слоя. Находящиеся в зараженной таре сухие сыпучие продукты (крупу, сахар, муку) дезактивируют пересыпанием в чистую тару. Если эти продукты хранились открыто, то с них снимают верхний слой толщиной 2-3 см. Картофель, морковь и другие корнеплоды будут годны к употреблению в пищу, если их тщательно вымыть, очистить и сварить. Воду в домашних условиях дезактивируют фильтрацией и отстаиванием.

Правила поведения населения в районах химического заражения

Ядовитые пары могут накапливаться в низинах, в подвалах. Не прикасайтесь к подозрительным веществам: ОВ могут поражать организм через кожу.

По зараженной территории надо двигаться быстро, но не бежать и не поднимать пыли; не прислоняться к зданиям, не прикасаться к окружающим предметам; следить, чтобы не было открытых участков тела; нельзя снимать противогаз и другие средства защиты, снимать перчатки, поправлять голыми руками противогаз и одежду; не наступать на видимые капли и мазки ОВ.

Средняя глубина распространения первичного облака зараженного воздуха на открытой местности составляет 2—5 км для кожно-нарывных и 15 - 25 км для нервно-паралитических ОВ. Средняя продолжительность поражающего действия первичного облака относительно невелика и обычно не превышает 20—30 мин. Средняя продолжительность поражающего действия вторичного облака измеряется несколькими часами или даже сутками.

Отравляющие вещества нервно-паралитического действия

Зарин – бесцветная или желтоватого цвета жидкость с очень слабым фруктовым запахом. **Зоман**— бесцветная жидкость, имеет ароматный запах, напоминающий камфару.

Ви-Икс (Vx) представляют собой маслянистые жидкости не обладают запахом.

Наиболее достоверными признаками поражения следует считать:

- при ингаляционном воздействии — ухудшение зрения, бронхоспазм, саливацию, повышенное потоотделение, фибрилляции отдельных мышечных групп и судороги;
- при поражении через кожу — мышечные подергивания на месте аппликации ОВ
- при поражении через рот — тошноту, повторную рвоту

ОВ кожно-нарывного действия

Иприт — бесцветная маслянистая жидкость обладает запахом горчицы или чеснока

Люизит представляет собой маслянистую жидкость с запахом герани.

Поражение легкой степени проявляется по окончании скрытого периода (2—12 ч). Первыми признаками являются: светобоязнь, слезотечение, гиперемия и незначительная отечность конъюнктивы, сопровождающиеся жалобами на ощущение песка в глазах. Постепенно эти симптомы нарастают, пораженный утрачивает боеспособность. Через 6—12 ч с момента действия иприта возникает чувство царапания и саднения в носу, носоглотке, першение в горле, сильный насморк, сухой кашель, афония; при осмотре заметна гиперемия слизистых и зева. Капельно-жидкий иприт вызывает локальные поражения кожи, глаз, желудочно-кишечного тракта. Поражение кожи каплями иприта протекает различно в зависимости от дозы ОВ и анатомической особенности пораженного участка (локализации поражения). Скрытый период равен 2—6 ч. Площадь эритемы совпадает с размерами пораженного участка кожи.

Отравляющие вещества обще ядовитого действия

Синильная кислота — бесцветная прозрачная чрезвычайно летучая жидкость, обладающая слабым запахом, напоминающим запах горького миндаля.

Хлорциан (СК) — бесцветная прозрачная жидкость, обладающая запахом хлора.

Отравляющие вещества удушающего действия

Дифосген. При нормальных условиях – бесцветная жидкость с запахом гнилых фруктов

Медицинская помощь пораженным включает:

- прекращение дальнейшего поступления яда;
- использование специфических противоядий (антидотов);
- восстановление и поддержание жизненно важных функций (дыхания и кровообращения);
- симптоматическое лечение.

Значения слоев половинного ослабления гамма-излучения и нейтронов для некоторых материалов

Наименование материала	Плотность материала, г/см³	Толщина слоя половинного ослабления, см	
		гамма-излучения	нейтронного потока
Бронза	7,8	3,5	11,5
Бетон	2,3	9,5	8,2
Кирпичная кладка	1,6	13	10
Вода	1	20,4	2,7
Полиэтилен	0,9	21,8	2,7
Древесина	0,7	30,5	9,7
Грунт	1,6	13	9

Уровни радиации в районе наземного взрыва с наветренной стороны через 1 ч после взрыва на 1 тыс. т мощности взрыва

Расстояние от центра взрыва, м	Уровень радиации, р/ч	Расстояние от центра взрыва, м	Уровень радиации, р/ч	Расстояние от центра взрыва, м	Уровень радиации, р/ч
50	600	700	0,35	1800	0,0007
100	175	800	0,17	2000	0,00025
200	33	900	0,09	2200	0,00013
300	12,5	1000	0,05	2400	0,000055
400	4,5	1200	0,014	2600	0,000025
500	1,6	1400	0,005	2800	0,00001
600	0,8	1600	0,0017	3000	0,0000035
				3500	0,000001

Аварийное ориентирование

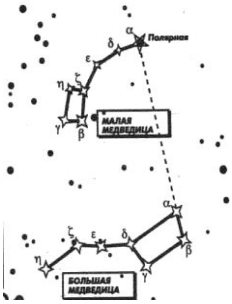
Проще и, как показывает опыт, быстрее всего определить свое местонахождение можно, вернувшись по собственным следам назад, до места гарантированного ориентирования, и уже оттуда продолжить прокладку маршрута. Для выхода предпочтительнее линейные и площадные ориентиры: реки, побережья морей, крупные озера, просеки, железные и автомобильные дороги и пр. В ситуациях, когда у потерявших ориентировку людей нет с собой компаса, нет карты это единственная возможность стопроцентно выйти к людям. Идти до первой встретившейся на пути реки или ручья. Пусть он будет совсем махоньким, этот ручеёк, но если следовать вдоль него вниз по течении, он приведёт к другому, болеё крупному ручью, тот, в свою очередь, впадет в небольшую речку, та - в болеё полноводную. Чем крупнеё река, тем больше вероятность встретить возле неё людей.

Определение сторон света

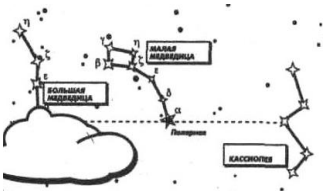
В аварийных условиях обращаться с компасом следует особенно осторожно - хранить во внутреннем кармане или под одеждой на крепком шнурке. Носить компас в наружных карманах или на руке опасно, так как в подобном положении его легко потерять или разбить защитное стекло. Если компас сломался, следует отыскать и сохранить магнитную стрелку, с ее помощью можно сделать компас из подручных материалов.

Помочь сориентироваться в сторонах света могут стальные иголки и булавки. Для этого перед походом все иголки и булавки следует намагнитить, прилепив на несколько десятков минут к любому имеющемуся магниту, и, сверив с рабочим компасом, пометить северный конец краской. для придания им дополнительной плавучести можно воткнуть в кусок пробки, кору, пенопласт, соломинку. Близость металла искажает показания магнитной стрелки! А сама вода должна быть несоленой!

По звездам.



Полярная звезда - последняя в «ручке ковша» созвездия Малая Медведица - всегда указывает на север. Отыскать ее можно, мысленно продолжив линию, соединяющую две крайние звезды в ковше созвездия Большая Медведица, и отложив на ней пять отрезков, примерно равных расстоянию между этими звездами. Точность определения этим способом может достигать 3-4°. В ситуации, когда созвездие Большая Медведица закрыто облачностью или расположено слишком низко на небе, отыскать Полярную звезду может помочь созвездие Кассиопея. Оно расположено почти всегда против созвездия Большая Медведица и так же, как и оно, вращается вокруг Полярной звезды. Созвездие Кассиопея состоит из пяти ярких звезд, напоминающих сильно сплюснутую букву «М».

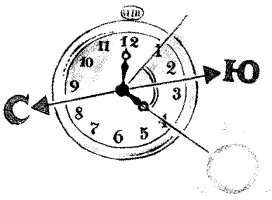


Для того чтобы определить местоположение по движению звёзд по небосклону, следует изготовить простейшее визирное приспособление из двух вбитых в грунт на некотором расстоянии друг от друга кольев. На вершины двух кольев следует «посадить» хорошо различимую звезду и заметить, в какую от визирной линии сторону она сместится через несколько минут. Если направо - то вы смотрите приблизительно на юг. Налево - значит, ваш взгляд направлен на север. Если поднимается вверх - визир нацелен на восток. Опускается - на запад. Данным способом стороны света определяются очень приблизительно.

По солнцу.

Днем поможет сориентироваться солнце. Если в местный полдень встать спиной к солнцу, то тень укажет на север, соответственно юг будет сзади, восток - по правую руку, а запад - по левую. Иначе говоря, самая короткая тень от предмета указывает на север, и одновременно самая короткая тень «отбивает» полдень. Вставьте в землю палку вертикально. Отметьте конец тени от палки. Подождите минут 20 и снова отметьте положение конца тени. Соедините линией обе метки, она будет идти с Запада на Восток.

По солнцу и часам.



- Довольно известен способ определения сторон света по солнцу и часам. Для этого надо, поворачивая часы в горизонтальной плоскости, направить часовую стрелку на солнце. Минутная и секундная стрелки в работе не задействуются. и поэтому на них можно не обращать внимания. Биссектриса угла между часовой стрелкой и цифрой «2» на циферблате укажет направление на юг. Причем до полудня юг будет справа от солнца, а после полудня - слева.

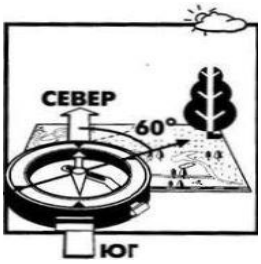
По луне.

Существует ещё один упрощенный способ ориентирования по луне, находящейся в первой или последней своей четверти (то есть когда видна лишь одна четвертая часть диска.) В этом случае надо мысленно соединить концы «рожек» месяца прямой линией и продолжить её вплоть до пересечения с горизонтом. В Северном полушарии эта точка будет указывать приблизительно на юг. В южном - соответственно на север.

По деревьям, муравейникам и т.д.

Наиболее ценную информацию дают отдельно стоящие деревья, пни, камни, - кроны деревьев с южной стороны гуще; - лишайники и мхи предпочитают северную сторону стволов деревьев, отдельно лежащих камней; - «годовые» кольца на пне спиленного дерева толще с южной стороны; - муравейники почти всегда находятся к югу от естественного укрытия - пней, кустов; южная сторона муравейника более пологая, чем северная; *Лучше эти признаки использовать как косвенные.*

Азимуты и движение по азимутам.



Азимут - это угол между направлением на север и направлением к выбранной цели. Азимуты отсчитываются от 0 до 360 по ходу часовой стрелки. Почти всем известен эффект «движения по кругу» по незнакомой местности. Как говорится, «леший водит»! Дело в том, что одна нога у человека почти всегда заметно сильнее другой. И соответственно длина шагов различна. Если вы не будете контролировать направление движения, то через некоторое время рискуете увидеть свои собственные следы. Чтобы «лешему на удочку» не попасться, в момент ориентирования и принятия решения двигаться, надо выбрать азимут, т.е. найти на горизонте (либо в пределах видимости) ориентир и идти к нему. При достижении этой промежуточной цели вновь повторите ориентирование и выбор азимута. Чтобы определить азимут на местности, надо: - стать лицом в направлении предмета, на который требуется определить азимут; - ориентировать компас, то есть подвести его нулевое деление (или букву С) под затемнённый конец стрелки; - вращая компасную крышку, направить на предмет визирное приспособление; - против указателя визирного приспособления, обращенного к предмету, прочесть величину азимута. Совмещение визирной линии с направлением на цель достигается многократным переводом взгляда с визирной линии на цель и обратно. Не нужно поднимать компас до уровня глаз, снижается точность измерения.

Как находить дорогу к жилью.

Самое главное отличие тропы звериной от тропы, протоптанной человеком, заключается расположением веток. Бьет ветка в лицо, пояс - уходи с тропы: это тропа зверя, к человеческому жилью она не приведет.

В отыскании дороги к жилью большую помощь может оказать знание системы затесов. Тропы с затесами, как правило, ведут к охотничьим избушкам, местам установки капканов, к воде.

Ориентирование по видимости предметов

В дневное время:

1. Населенные пункты видны с 10-12 км.
2. Многоэтажные строения – 8-10 км.
3. Отдельные одноэтажные дома – 5-6 км.
4. Окна в домах различимы с 4 км.5. Трубы печей на крышах – 3 км.
6. Отдельные деревья различимы с 2 км.
7. Люди (в виде точек) – 1,5 – 2 км.
8. Движение рук и ног человека – 700 метров.
9. Переплеты оконных рам – 500 метров.
10. Голова человека – 400 м.
11. Цвет и части одежды – 250-300 м.
12. Листья на деревьях – 200 м.
13. Черты лица и кисти рук – 100 м.

В ночное время:

1. Костер (обычный) виден на расстоянии 6-8 км.
2. Свет фонарика (обычного) – 1,5 – 2 км.
3. Горящая спичка – 1-1,5 км.
4. Огонь сигареты – 400-500 м.

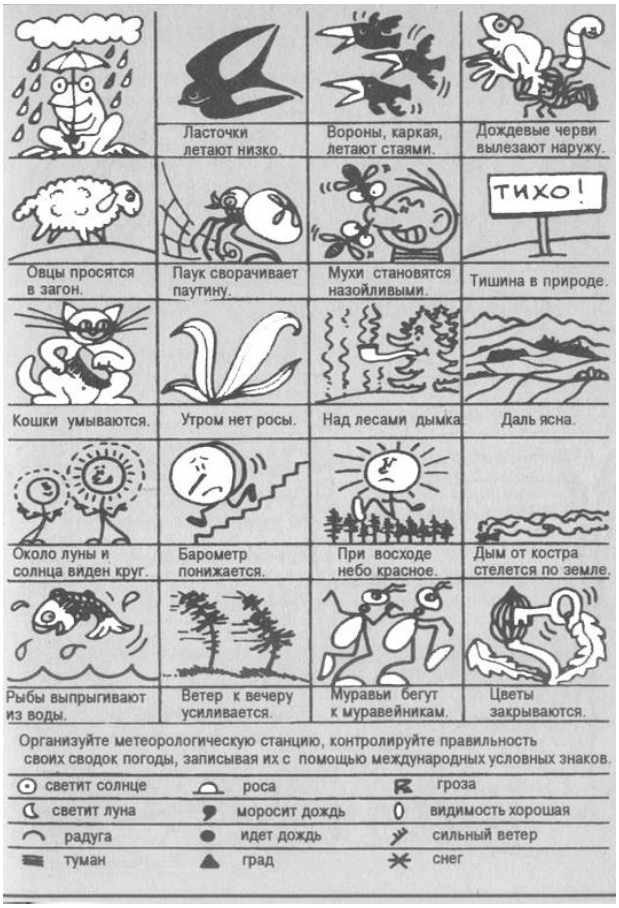
Ориентирование по звукам

Для тихого места и при нормальной влажности:

1. Шум железной дороги (идущего поезда) слышен за 5-10 км.
2. Выстрел из ружья – 2-4 км.
3. Гудок автомобиля, треск пускача трактора, громкий свисток – 2-3 км.
4. Лай собак – 1-2 км.
5. Движение автомобилей по шоссе – 1-2 км.
6. Человеческий крик неразборчиво – 1 – 1,5 км.
7. Звук газующего мотора легкового автомобиля – 0,5 – 1 км.
8. Шум падающего дерева (треск) – 800 – 1000 метров.
9. Стук топора, стук по металлическим предметам – 300-500 метров.
10. Спокойный разговор людей – 200 метров.
11. Негромкая речь, кашель – 50 – 100 метро

Признаки ухудшения погоды

1. Перистые облака движутся с запада, изменяя очертания.
2. Давление непрерывно падает несколько дней.
3. Кучевые облака к вечеру увеличиваются в размерах.
4. Днем ясно, а к вечеру облака утолщаются и сгущаются.
5. Уменьшается разница между дневной и ночной температурой.
6. Вечером становится теплее, чем утром.
7. Увеличивается видимость отдаленных предметов и слышимость отдаленных звуков.
8. К вечеру ветер не стихает, а усиливается.
9. Дым от костра стелется над землей.
10. Солнце садится в тучу. Над тучей видны перистые или перисто-слоистые облака.
11. Красная заря утром и вечером.
12. Ночью нет росы, а в низинах не видно тумана.



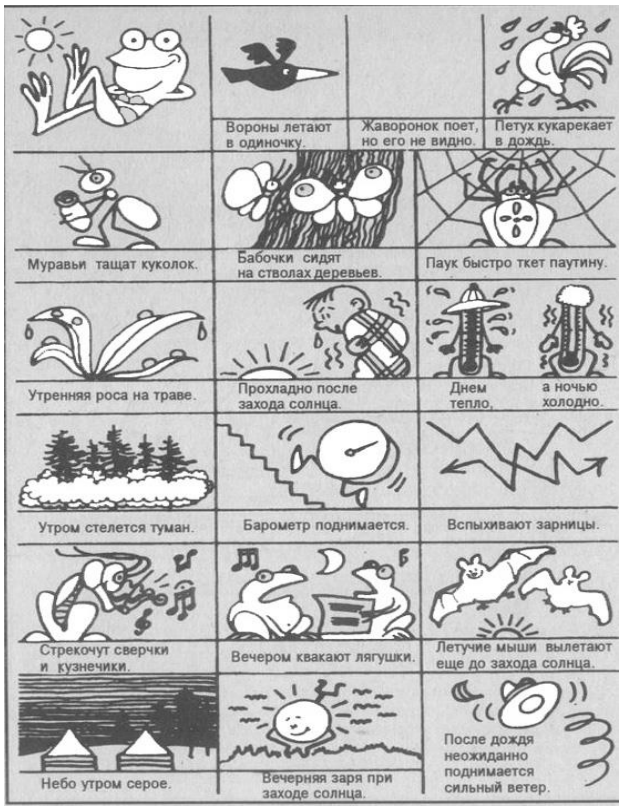
Ветер, дующий весь день и усиливающийся с наступлением ночи, свидетельствует о приближении циклона.
Если встать спиной к ветру, то область низкого атмосферного давления всегда будет слева и несколько впереди. Облака, находящиеся на горизонте по правую руку от наблюдателя (в области высокого давления), никакой угрозы в себе не несут. Напротив, уплотнение облачности по левую руку от наблюдателя, свидетельствуют о приближении ненастья.
Если воробьи купаются в пыли или песке, — быть дождю.
Если воробьи сидят напыжившись, — это к дождю.
Птицы входят в воду — к дождю.
Очень быстрое, подобное дыму движение облаков предвещает усиление приземного ветра через час-другой.
Если после дождя становится тепло, от земли идет пар, а мелкий дождь при солнышке еще продолжается, — ненастная погода продолжится.
Если после ясного дня звезды видны плохо, — это указывает на приближение ненастья.
Если собаки катаются по земле, — следует ожидать дождя, возможно, сопровождаемого грозой.
Если собака усиленное роет землю, — это к дождю.
Парит, а в воздухе - тишина, (птицы не поют, деревья не шумят) - к дождю
В реке или пруду потемнела вода. - к дождю
С утра очень душно. - к дождю
Накануне вечером на небе мало звезд. - к дождю4
Если дождь начался после полудня - есть вероятность, что он затянется до ночи.
В зимнее время.
Если задул устойчивый серверный ветер, — следует ожидать наступления холодов.
Если тучи идут против ветра, следует ожидать снега.
Если вороны устроились на нижних ветвях деревьев, — ожидай ветра.
Если вороны раскаркались всей стаей, — это к морозу.
Если звезды блестят ярко — к стуже.

Стойкая плохая погода

Сохраняется или падает низкое давление. Ветер слабый. Сплошная облачность без прояснений. Туман ползет по долинам. Мелкий дождь идет с незначительными перерывами. Днем и ночью сохраняется одинаковая температура.

Перемена погоды к лучшему

1. В сплошных облаках появляются просветы голубого неба.
2. К вечеру на западе полоса ясного неба. Солнце садится на безоблачном небе. Форма закатного солнца искажена.
3. К вечеру (и ночью) туман.
4. Появляются перистые облака причудливой формы, к вечеру исчезающие.
5. Постепенно повышается давление.
6. Сильно падает температура.
7. Стрижи летают высоко.
8. Вечером и ночью обильная роса.
9. Ветер днем усиливается, к вечеру стихает.
10. Дым от костра поднимается вертикально.
11. Комары летают роем ("толкутся").



Устойчивый серверный или северо-восточный ветер указывает сохранение ясной малооблачной погоды без осадков. В конце лета такие ветры обычно приносят сухую погоду.
В горной местности. Слабый ветер на высотах и медленное движение облаков над вершинами, — признак малой вероятности изменения погоды.
Если туман стелется по воде, — это к хорошей погоде.
Если при тумане наблюдается понижение температуры, — туман усилится.
В зимнее время. Если воробьи дружно расчирикались — к оттепели.
В летнее время: Если утром выпадает маленький дождь, — день обещает быть солнечным и погожим.
Если Млечный Путь полон звезд и светел (ясно виден) — к хорошей погоде.
Если кошка ложится посреди комнаты и крепко спит (особенно, если при этом она вытягивается и лежит брюхом вверх), — это к теплу.
Если собака лежит, вытянувшись, — это к теплу.

Стойкая хорошая погода
Высокое давление не меняется или медленно повышается. Днем тепло или жарко, но не душно, к ночи холодает. Заря зеленоватого или золотистого цвета. К полудню появляются облака, ветер. К вечеру небо очищается, ветер стихает. Днем ветер дует вверх по долинам, ночью вниз. Звезды не яркие, почти не мерцают. Туман ложится вечером в долины, на рассвете рассеивается, обильная роса держится до утра.

Рыбацкие приметы
К бесклевью
• Жаркая погода и перегретая вода.
• Понижение атмосферного давления.
• Обилие грибов.
• Сильный холодный дождь.
• Полнолуние.

К клеву
• Перед локальной грозой в солнечный день (иногда бывает и после).
• В теплый моросящий дождь.
• При ветре у прибойного берега.
• Новолуние.

Преодоление водных преград

Переправа вброд

через горные реки со скоростью течения более 3-4 м/сек с каменистым дном возможна:
человеку – при глубине по колено;
верховым лошадям – при глубине по брюхо;
для телеги в упряжи – не выше оси хода.

Прежде чем войти в воду, проверьте её температуру. Если она очень холодная и вы не нашли неглубокого места для её перехода вброд, не рекомендуется пытаться перейти реку.

При сильном течении на переправе, прежде чем начать движение, турист прикрепляется к перилам (основной веревке) карабином или страховочной петлей, находящейся на его грудной обвязке (со стороны груди). Последний участник отвязывает веревку и прикрепляется к ней. Вспомогательная и основная веревки закрепляются карабином со стороны груди. Опираясь на шест, турист переправляется через реку.

Выбирая место для брода, запомните следующие советы:

- **насколько** возможно, выбирайте направление пересечения реки под углом в 45° вверх по течению;
- **никогда** не пытайтесь перейти реку прямо, невзирая на глубокие места и быстрые течения;
- **старайтесь** избегать каменистые места, так как падение может причинить вам серьёзное ранение. Используйте в качестве опоры прочную жердь. Ставьте её вверх по течению, чтобы облегчить себе переход. Жердь сделает брод более безопасным и с точки зрения избегания рытвин. Лучше всего переправляться в тех местах, где река расширяется и образует рукава и протоки.

Переход вплавь используйте стиль брасс, плаванье на спине или на боку. Они наиболеё бесшумны, менеё утомительны, а также позволят вам перенести и сохранить сухими одежду и экипировку. Если это возможно, одежду и экипировку необходимо снять и перенести сухими через реку. Переходите вброд до того места, где это безопасно. Если слишком глубоко, чтобы перейти вброд, погружайтесь медленно, чтобы свести до минимума возможность пораниться скрытыми под водой предметами. На глубине переплывайте реку диагонально по течению.

Плот.

Исходите из того, что обычный плот, к примеру для 3-х человек, должен быть длиной 12 шагов и шириной 6 шагов. Ветер создает волну, которая мешает плыть и управлять плавсредством. А вот что и надо обязательно взять с собой в первый заплыв, так это якорь! Якорем может служить большой камень или небольшой ствол дерева. Если тебя снесет течением, якорь обязательно выручит.

Грузоподъемность плота, кг	Длина плота, м	Число бревен	
		Диаметром 20 см	Диаметром 30 см
100	3	6	4
250	5	8	6
500	7	10	8

Ширину реки измерь так. Стань у реки лицом к противоположному берегу и заметь там какой-нибудь предмет, на рисунке – дерево. Повернись направо и отсчитай от берега 50 шагов. Поставь на последнем шаге какую-нибудь примету – вбей в землю палку. Пройди по тому же направлению ещё 50 шагов (Г). Затем сделай ещё один поворот направо и отсчитывай шаги, оглядываясь на палку и дерево Когда увидишь их на одной прямой линии, остановись (Д). Расстояние от последнего поворота до этой остановки (Г-Д) и будет равно ширине реки.

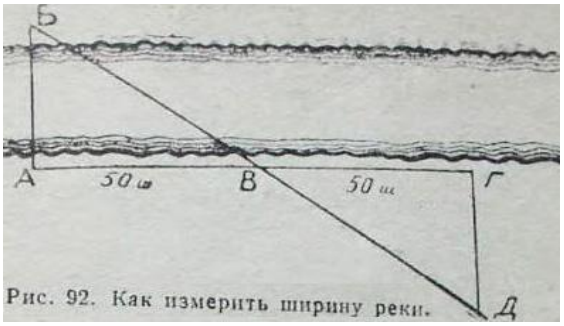


Рис. 92. Как измерить ширину реки.

Глубину реки определишь, забрасывая с моста или лодки верёвку с камнем.

Скорость течения измерь так. Вбей вдоль берега вниз по течению три колышка в шести шагах одни от другого. Пусти на воду подле первого колышка небольшой кусок дерева. Где окажется этот кусок дерева через 10 секунд? Если он не дойдёт даже до второго колышка - течение слабое, пройдёт мимо второго - течение среднее, а минует и третий - течение быстрое. При переходе через реку старайся не оставлять следов, особенно там, где пролегает тропа к броду.

Преодоление болота

Болото пройти можно :

1) Если его покрывают густые травы вперемежку с осокой (в сухое время можно даже проехать);
2) Если на болоте видна поросль сосны;
3) Если болото покрыто сплошной порослью мха и толстым слоем (до 30 см) очесов - старого, разложившегося мха (выдерживает на грузку машины на гусеничном ходу).

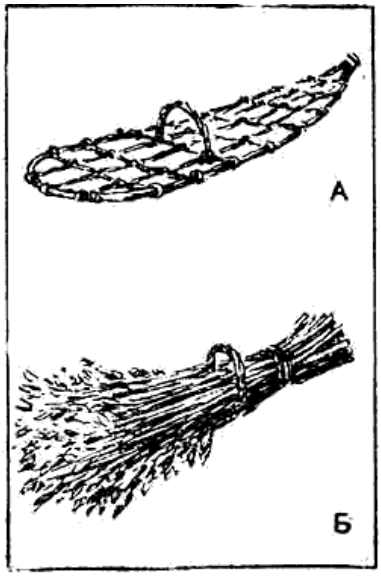
Болото пройти труднее :

1) Если на нем среди мха попадаются частые лужицы застойной воды (надо пробираться в одиночку по мшистым полоскам и грядам, поросшим невысокими кустами);
2) Если на болоте растет пушица - трава, на которой после цветения остаются, подобно одуванчикам, головки пуха;
3) Если болото поросло густым кустарником, ивой, ольхой, елью или березой.

Болото пройти почти невозможно :

1) Если оно покрыто камышом;
2) Если по болоту плавает травяной покров.

Поэтому, проходя через незнакомое болото, следует ступать осторожно, не делая резких движений, всегда иметь с собой шест и прощупывать впереди почву, идти с остановкой, не спеша. При передвижении по болоту нужно использовать **болотоступы**, они увеличивают площадь поверхности подошвы, и лучше держат, не давая проваливаться. Делать их можно из небольших веток, тростника, какой ни будь фанерки и т.д.



Следует иметь в виду, что по промерзшему болоту пройти легко, но иногда замерзает только поверхностный слой и по такому болоту ходить опасно. Быстро и хорошо промерзают травяные болота, лед на них образует сплошную крепкую корку. Плохо замерзают болота, покрытые порослью ивняка и ольшаника. Окраины болот замерзают хуже.
Опаснее всего на болоте зарастающие водоемы, поверхность которых покрыта ярко-зеленой травой. Это топь. Она почти непроходима. Поэтому топкие места рекомендуется обходить. Если в силу необходимости (далекого и сложного обхода) группа все же вынуждена идти через топь, то следует предпринять все меры безопасности.

Помощь упавшему должна оказываться быстро, без суеты и в то же время осторожно. Вначале следует загатить ближайшее от него место шестами и ветками. Затем осторожно подобраться к нему, помочь снять рюкзак и выбраться.
При движении по болоту нужно постоянно следить за направлением, отмечать ориентиры, ставить "вешки", привязывая к ним небольшие кусочки материи или бинта. Маркировка пути может также пригодиться при возвращении обратно, в случае невозможности дальнейшего движения вперед.
Проходить болото нужно в обуви и одежде. При этом брюки должны быть заправлены, чтобы они не цеплялись и не мешали ходьбе. Снаряжение, продукты и одежда должны быть уложены в полиэтиленовый мешок в середину рюкзака. Прежде чем преодолевать болото, необходимо по возможности больше о нем узнать: где самые топкие места, возможность их обхода, где сухие места (островки) на случай непредвиденной остановки и т. д.

<u>Основы радиосвязи в походах</u>

До выхода на маршрут следует:

1. Ознакомиться с устройством используемых раций и проверить их исправность.
2. Назначить основное и дополнительное время выхода на связь.
3. Назначить главную и подчиненные станции.
4. Назначить позывные каждой станции.
5. На связь выходит только главная станция.
6. Главная станция при обращении должна назвать свой позывной и позывной вызываемой станции.
7. Каждая реплика должна заканчиваться словом "ПРИЁМ".
8. Начинать следует с проверки слышимости. Например:

"Иванов, я База. Как слышите? Приём."

"База, я Иванов. Слышу вас отлично. Приём."

9. Главная станция запрашивает подчиненную о её местонахождении, состоянии, планах. Подчиненная эту информацию сообщает. Затем главная спрашивает подчиненную, не хочет ли та сообщить какую-либо информацию дополнительно или задать какие-либо вопросы, и если да, то отвечает на них.
10. При передаче важной информации её реципиент повторяет ключевые моменты по требованию передающего, или просто говорит "Вас понял". При повторении ключевых слов по буквам лучше для обозначения букв использовать слова, чем выкрикивать сами буквы. Например: *"Река Аккем, по буквам: Агния, Коловрат, Коловрат, Елень, Мстислав."*

Перечень основных правил тактического радиообмена:

<u>1) Необходимо определить короткие и четкие позывные.</u>

Позывной "Тимофей Дармидотович" - это непростительный перевод драгоценных миллисекунд во время разговора. В качестве позывных можно использовать имена, но при условии, если в команде нет 2-х человек с одинаковыми именами.

<u>2) Не занимать канал больше 10-15 секунд.</u>

С этой целью сообщение необходимо формулировать максимально:

- содержательно;
- четко;
- коротко;

Когда вы нажимаете на тангенту радиостанции (кнопку передачи) вы полностью захватываете на себя канал и блокируете сообщения других товарищей. Поэтому, длительность вашей передачи не должна превышать 10-15 секунд, после чего тангента должна быть отпущена и канал освобожден. Ни в коем случае нельзя использовать голосовое (т.н. "войсовое") управление передачей - вы рискуете наглухо занять канал одним своим тяжелым дыханием.

Исключение из правила "10-ти секунд" делается только для командира. Это единственный, который имеет право занимать канал произвольно длительное время по мере необходимости для управления.

<u>3) Передача сообщения должна повторяться 2 раза, после чего заканчиваться ключевым словом,</u> например "Прием" или "Как понял?".

Это необходимо потому, что, как правило, при нажатии тангенты и одновременном начале фразы теряются первые слоги, а то и слова сообщения. Аналогично происходит и с концовкой сообщения при отпускании тангенты.

<u>4) Если вам необходимо с кем-то установить персональный диалог, вы должны:</u>

- назвать позывной вызываемого;
- назвать свой позывной;
- дождаться голосового подтверждения того, что на связи и готов принять ваше сообщение;
- провести радиообмен;

Выглядит это следующим образом;

Первый Ежу. Первый ответь Ежу. Прием.

Первый на связи.

Первый, слева от объекта кукушка, слева от объекта кукушка. Как понял?

Основные принципы одинаковы для всех.

! ДУМАЙТЕ, ЗАТЕМ ГОВОРИТЕ: Знайте, что хотите сказать, до того, как начнете передачу по рации.

! ГОВОРИТЕ ПРОСТО И КОРОТКО: Не допускайте в разговоре сложных и пространных монологов. Сообщения должны быть понятными и короткими.

! ЗАВЕРШАЙТЕ СВОИ СООБЩЕНИЯ: Помните, что, завершив передачу своего сообщения, Вы должны дать знать об этом своим абонентам. Во-первых, чтобы Вас не прерывали, во-вторых, чтобы получить ответы.

При переговорах на английском языке. Вот перевод некоторых важных слов:
radiocheck - как слышите? read you - слышу вас. over – приём. roger - вас понял. out - конец связи. stand by - следующий сеанс связи в установленное время. proceed - действуйте по плану. Пример диалога:
- *Alpha five five this is base, radiochek, over*
- *Base this is alpha five, read you, over*
- *Alpha five stand by, over*
- *Base, stand by, proceed, over*
- *Alpha five, out*
- *Base, out*

Пример очень плохого радиосообщения:

Казань Один, это Самара Шесть. Этаа... нуу... У меня тут куча народу, похожи на не наших. Они типа... метрах в 25 от меня на одиннадцать часов, от вас на 12 часов или примерно где-то так. И их там, может... 6... или 10, что ли. Вроде они идут на вас. Может быть, тебе, типа, отойти слегка назад, и все такое. Прием.

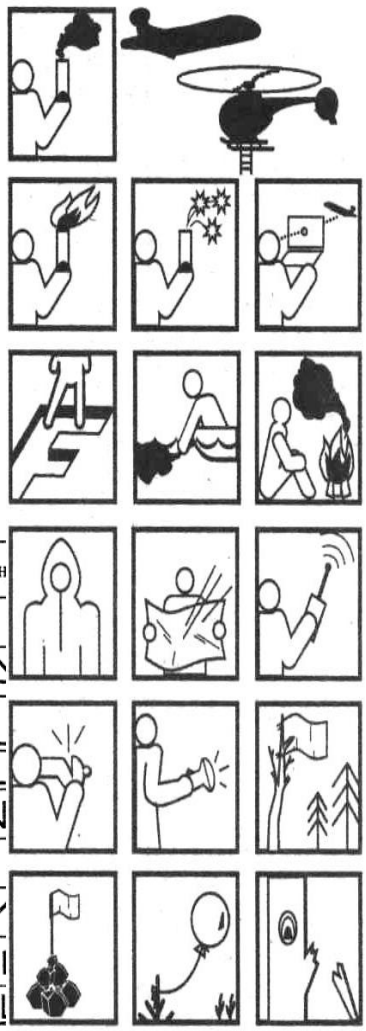
Как можно заметить, в этом сообщении много пауз, которые тормозят его, и много запутывающих утверждений. Для передачи этого сообщения лучше всего выждать пару секунд (которые и так были потеряны в первом примере), обдумать свои фразы и выдать быстрое, понятное заключение. Например:

Казань Один, это Самара Шесть. Внимание. Прямо перед тобой, в 40 метрах, от 5 до 10 человек, идущих к тебе. Отойди на 10 метров к моему флангу, и мы сможем прикрыть тебя. Прием.

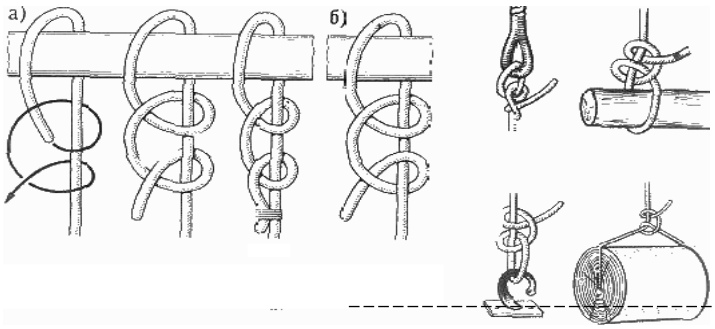
Здесь сказано все то же самое, но в четко выраженной, понятной манере. Особый термин "Внимание" используется для того, чтобы Казань Один знал, что сейчас будет передаваться важная информация.

А	Анна, Антон	Р	Роман, радио
Б	Борис	С	Сергей
В	Василий	Т	Тамара, Татьяна
Г	Галина	У	Ульяна
Д	Дмитрий	Ф	Фёдор
Е	Елена	Х	Харитон
Ж	жук, Женя	Ц	центр, цапля
З	Зинаида	Ч	человек
И	Иван	Ш	Шура
Й	Иван краткий	Щ	щука
К	киловатт, Константин	Ъ	твёрдый знак
Л	Леонид	Ы	игрек
М	Михаил, Мария	Ь	мягкий знак
Н	Николай	Э	Эдуард
О	Ольга	Ю	Юрий
П	Павел	Я	Яков

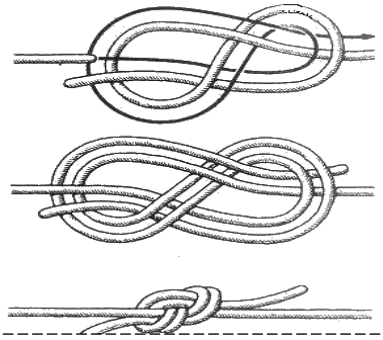
A	Alfa	B	Bravo
C	Charlie	D	Delta
E	Echo	F	Foxtrot
G	Golf	H	Hotel
I	India	J	Juliet
K	Kilo	L	Lima
M	Mike	N	November
O	Oscar	P	Papa
Q	Quebec	R	Romeo
S	Sierra	T	Tango
U	Uniform	V	Victor
W	Whisky	X	X-ray
Y	Yankee	Z	Zulu



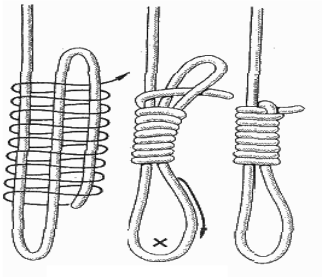
Значение сигнала	Сигнал	Значение сигнала	Сигн
Нужен врач – серьезные телесные повреждения	I	Судно серьёзно повреждено	II
Нужны медикаменты	II	Здесь можно безопасно совершить посадку	△
Не имеем возможности к передвижению	X	Требуется топливо и масло	L
Нужна пища и вода	F	Всё в порядке	LL
Требуется огнестрельное оружие и боеприпасы	⋁	Нет	N
Требуется карта и компас	▭	Пытаемся взлететь	⊳
Нужна сигнальная лампа с батареей и радиостанцией	¦	Да	Y
Укажите направление следования	K	Не понял	⅃I
Следую в этом направлении	↑	Мы нашли всех людей	LI



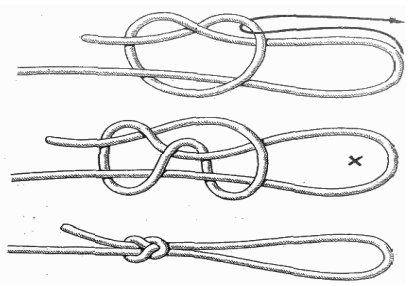
«Простой штык»
Предназначен для крепления троса к предмету.
На берегу этот нехитрый, но надежный узел можно применять во всех случаях, когда трос необходимо временно прикрепить к какому-нибудь предмету для сильной тяги, например за крюк при буксировке автомобиля. Контрольный узел желателен.



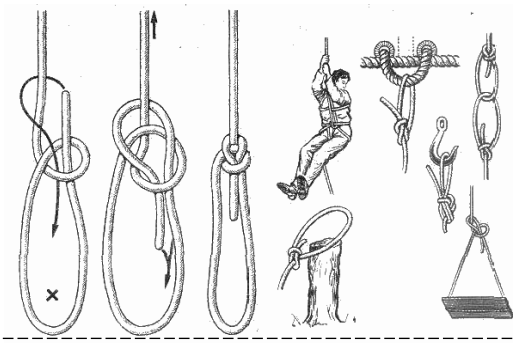
«Фламандский узел»
для соединения двух тросов как тонких, так и толстых.
Соединение двух тросов фламандским узлом считается очень прочным. Этот узел, даже будучи сильно затянут, не портит трос, и его сравнительно легко развязать. Кроме того, он обладает превосходным качеством - не скользит и надежно держит на синтетической рыболовной леске.



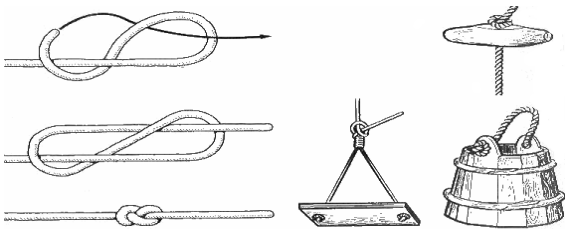
«Затягивающаяся удавка» (эшафотный)
Затягивающаяся петля.
Предназначена для крепления троса к предмету.



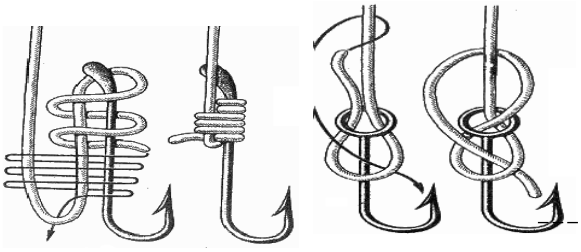
«Силковый узел»
Этот узел позаимствован из незамысловатой техники птицеловов. Силки, сделанные из конского волоса или самой тонкой нейлоновой лески с помощью такого узла, действуют безотказно. Силковый узел считается одним из наиболее плавно и легко затягивающихся узлов.



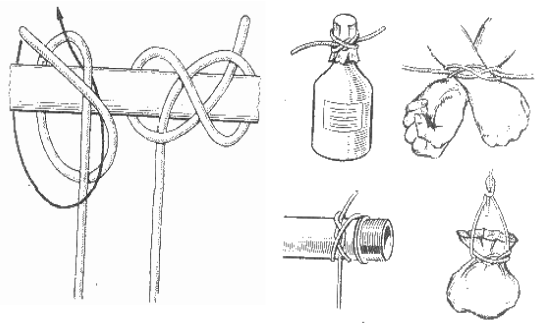
«Беседочный узел» (булинь)
Незатягивающаяся петля. Считается самым лучшим узлом
Основное назначение беседочного узла - это обвязка человека тросом под мышками как средство страховки при подъеме на высоту, опускании за борт. Из всех способов связывания двух тросов из различного материала (например, пенька и сталь) соединение с помощью двух беседочных узлов петлями будет самым надежным. Контрольный узел желателен.



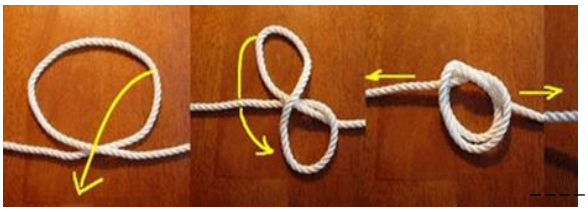
«Восьмерка»
Этот узел считается классическим. Он составляет основу полутора десятков других, более сложных узлов различного назначения. В повседневной жизни она очень удобна для закрепления троса, когда он проходит сквозь отверстие в каком-нибудь предмете

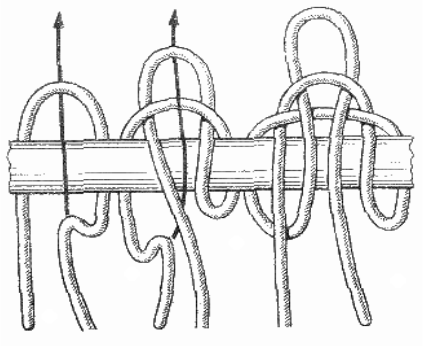


«Ступенчатый» и **«Рыбацкая восьмерка»**
Узлы для крепления крючков.

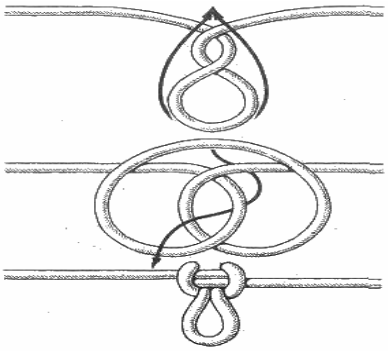


«Констриктор»
Узел, известный во всем мире под этим названием, является одним из самых сильно затягивающихся узлов. В то же время он считается и одним из наиболее трудно развязываемых узлов. Как правило, его даже не развязывают, он служит один раз. "Констриктор" хорошо затягивается, если он завязан на круглых, не имеющих острых углов предметах; в этом случае он незаменим. С его помощью можно, например, очень туго завязать мешокобжать протекающий резиновый шланг, затянуть свернутый ковер, ватное одеяло, связать руку хулигану, наложить на раненую конечность жгут и многое другое. Второй вариант вязки, формирует готовую петлю.



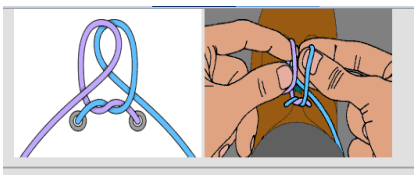


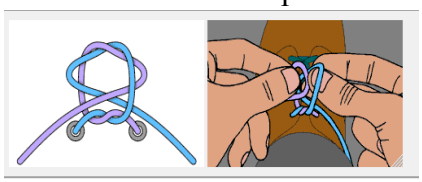
«Пиратский узел»
С помощью этого "дистанционно развязываемого" узла можно опустить из окна дома, например, ведро с водой, поставить его на землю и снова поднять веревку наверх.

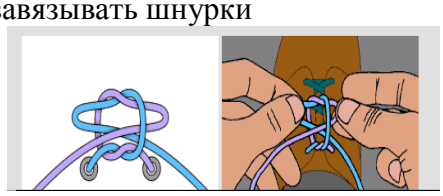


«Ездовая петля»
Рассчитана на тягу в любом направлении и может быть завязана в середине троса. Несколько завязанных таким образом петель помогут вытащить застрявший в грязи автомобиль, позволят подняться на высоту или спуститься с отвесной скалы.

«Узел Айана» или как правильно завязывать шнурки







Содержание тела в чистоте
Обычно на походе и во временном укрытии отсутствуют возможности для мытья горячей водой с мылом, стирки белья, стрижки волос и бритья. Тем не менее, соблюдение некоторых правил гигиены является строго обязательным.

Во-первых, уходя в поход необходимо коротко подстричься, сбрить усы (если они были), обрезать как можно короче ногти на пальцах рук и ног. Надо все время заботиться о том, чтобы нижнее белье и носки оставались чистыми и сухими. Как минимум, необходимо ежедневно во время привалов (ночлега) вытряхивать одежду, обувь и белье, проветривать их и сушить. Руки мыть хотя бы холодной водой или протирать их дезинфицирующими веществами (спирт, бензин, марганцовка, крем после бритья и т.д.). Если позволяют погода и внешние условия, обязательно купаться в естественных водоемах с чистой водой или организовывать обмывание конечностей горячей водой, а также стирку белья. При первой возможности нужно мыться или хотя бы протирать мокрой тряпкой лицо, подмышки, промежность, пальцы ног. При отсутствии тряпки допустимо использовать мягкие листья растений.

Во-вторых, следует всячески избегать потертостей ног. Потертости ног обычно возникают от неправильно подогнанной обуви, от долгого хождения в мокрой обуви, от того, что ногти на ногах слишком большие. Необходимо, чтобы обувь всегда была сухой, разношенной, без складок и неровностей внутри. Ежедневный уход за кожей и пальцами ног является строго обязательным. Можно также пересыпать складки кожи растертым в пыль сухим грибом-трутовиком, пухом кипрея (иван-чая), мхом сфагнумом (см. фото).

Гигиена одежды и обуви
За обувью всегда нужно тщательно следить, особенно при нахождении в сырых климатических условиях и зимой. Обувь нужно чаще сушить, соблюдая осторожность, так как при быстрой сушке (на огне костра, у горячей печки) она может испортиться, равно как и при оставлении мокрой обуви на морозе. Хорошим способом сушки является заполнение обуви нагретой (так, чтобы не обжигало) галькой, песком, мелкими камешками. Обувь можно набить бумагой, сухим сеном или мхом - это способствует сушке и препятствует деформации. Допустимо в крайнем случае надевание сырых сапог (ботинок) на сухие носки, но не наоборот. Регулярно смазывайте обувь тонким слоем сапожного крема. Сапожный крем можно заменить несоленым салом, дегтем, жиром водоплавающих птиц (рыбы), сырым мылом, растительным маслом. Для получения дегтя нужно нагревать бересту в банке на огне до тех пор, пока не отгонится темная жидкость.
Зимой нужно особенно тщательно следить за исправностью одежды, содержать ее сухой и оберегать от прожигания. Наиболее частой причиной увлажнения одежды является сильное потоотделение. При его появлении снимите лишнюю одежду (обязательно сохранив верхний ветрозащитный слой), уменьшите физическую нагрузку, если есть возможность. Одежду при длительных нахождении, особенно в холодных климатических условиях, следует просушивать, вывешивая в верхней части убежища, предварительно вытряхнув.
Сохраняя одежду в чистоте, вы не даете накапливаться в ней грязи с песком, которые разрушают волокна. В случае если стирка по какой-либо причине невозможна, следует заменить ее хорошим ежедневным вытряхиванием или выколачиванием, а затем повесить на 1,5-2 часа на открытом воздухе.. Ежедневного внимания (стирки или выколачивания) требуют предметы одежды, вплотную прилегающие к коже, в особенности носки и нижнее белье. При обнаружении в одежде паразитов - блох, вшей и пр. - кипятить.

Гигиена питания
Остерегайтесь желудочно-кишечных заболеваний и расстройств. Не грызите ногти, не принимайте пищу грязными руками (как минимум, тщательно обтирайте руки перед едой чистой сухой травой или листьями). Не пейте грязную воду (ее надо прокипятить или обработать специальными таблетками, а затем профильтровать). Предохраняйте пищу и воду от мух и прочих насекомых, своевременно удаляйте пищевые отбросы и отходы. Избегайте употреблять в пищу необработанные и недоброкачественные продукты (недостаточно проваренные, прожаренные, немытые горячей водой, подгнившие, покрытые плесенью, забродившие, протухшие и т.д.). Пищевое отравление, дизентерия в полевых условиях означают недееспособность и, вполне вероятно, гибель человека.

Мочалка

Мелко надранное тонкое лыко березы или другого дерева.

Туалетная бумага.

Вместо туалетной бумаги хорошо использовать мох (нижнюю часть с корешками) с влажного места. Можно использовать гальку (гладкие камешки). После промывают их водой. Так же большие листья растений. Натерли межягодичное пространство, хорошо промыть и детская присыпка в помощь или картофельный крахмал.

В качестве антисептической жидкости могут служить отвары различных растений, прокипяченные в течение 10- 15 мин, и настои из этих же растений. Все отвары в таких случаях делаются по единой методике: листья, ветки, кору или корни (желательно молодые побеги) измельчают ножом, топором, дробят или разминают и кладут в воду в соотношении объемов 1:1 Наиболее сильным антисептическим действием обладает сок (настой, отвар и т. д.) следующих растений: мох исландский (цитрария), каланхое перистое, тысячелистник, аир болотный, чистотел большой, зверобой продырявленный, черёмуха, календула лекарственная (ноготки)

Мыло.

1. Детское, Банное - самые лучшие и гипоаллергенные мыла. Далее в списке идет Дегтярное - чрезвычайно полезное для кожи головы, в т.ч. и от мелких, но досадных паразитов. Ну и, наконец, Хозяйственное. Только коричневое 65%-72-75%. Классика жанра. Мыться им тоже можно.
2. В качестве мыла можно использовать растение **мыльнянку** (сапонарию) из семейства гвоздичных (см. фото)
3. **Щёлок** - это консистенция из золы, настоянной на воде. Холодный способ приготовления щёлока:

- 2/3 ведра заполнить древесной золой
- залить водой и перемешать
- убрать крупный мусор и отстаивать три дня (больше не перемешивать)

В верхней половине ведра останется прозрачная жидкость - это и есть щёлок (мыльный на ощупь). Если стирать сильно концентрированным щёлоком, то одежда будет быстро снашиваться. Для этого нужно разбавлять щёлок водой (примерно 1/10).

Только хорошо разбавленным щёлоком можно мыть голову и тело!

Когда щелок, полученный из древесной золы, смешивается с жирами и маслами, происходит химическая реакция и в итоге получается то, что мы называем мылом.

Если у вас есть древесная зола и жир или масло (в вашей грязной посуде), то у вас есть мыло!

Чистить зубы толченым древесным углем. Лучше всего из липы. Уголь хорошо обеззараживает полость рта, придает зубам белизну, уничтожает бактерии. Чтобы порошок был более приятен, можно к нему прибавить высушенных и измельченных листьев мяты.

Хорошо вымыть всё тело можно 1,5-2,0 литрами воды. Как это делается?

Возьми пластиковую бутылку и в крышке проткни маленькую дырочку. Через неё из бутылки будешь брызгать на себя водой. В железной посудине (кастрюле, кружке) нагрей воду на костре, свече. Нагретой водой медленно разбавь воду в пластиковой бутылке. Никак не наоборот. От горячей воды пластик может расплавиться или покорежиться до невероятия. Когда холодно мойся по частям. Начинай с головы. Помыл её и сразу вытирай. Надень головной убор. Затем переходи к рукам и торсу. Намыливайся мочалкой и ею же смывай мыло движениями сверху-вниз. Воду брызгай экономно и именно на тот участок тела который моешь. Помыл и сразу разотрись до покраснения кожи полотенцем. Если полотенце маленькое, то стряхни воду с тела ладонью. Одень майку. Приступай к поочередному мытью ног.

Рецепт от облысения;-)

Намазать лысину медом.

Сесть на солнышке, желательно где много мух.

Когда мухи сядут, резко покрутить головой.

Мухи отлетят, лапки останутся.

При близком контакте с крупными и опасными животными главное всегда сохранять спокойствие и трезво оценивать происходящее. Если животные видят вас и не убегают, это совсем не значит, что они почти ручные. Наоборот, эти звери показывают, что вас совсем не боятся и если вы, приблизитесь к ним на недопустимо близкое расстояние (обычно ближе 50 метров), то у вас обязательно будут неприятности. Сначала последует демонстрационная атака, а затем и настоящая на поражение. С другой стороны, если крупный хищник или другие опасные животные демонстрируют себя угрозами, но не нападают, значит, у этого зверя (опасных животных) нет желания напасть на вас и вам просто предлагается, не задерживаясь уйти. Не надо в таких ситуациях убегать сломя голову или лезть на деревья (на всякий случай). Сидеть на дереве, возможно, придется долго

Медведь

1. Нельзя создавать вокруг населенных пунктов, баз и лагерей, полевых партий, отрядов, туристских групп, на привалах и маршрутах помоек, свалок, складов пищевых отбросов, способствующих концентрации зверей рядом с человеком.
2. Нельзя хранить продовольствие и съестные припасы в местах, легко доступных для разграбления, как то: в неохраняемых полотняных палатках, мешках и ящиках под открытым небом.
3. Присутствие в лагере собак, не боящихся присутствия зверя, обладающих злобной реакцией
4. Во время маршрутов рекомендуется держаться преимущественно открытых мест и редколесий, где приближение зверя можно заметить заблаговременно и принять необходимые меры
5. Ни при каких обстоятельствах нельзя приближаться к останкам павших животных, массам снулой рыбы и другим естественным привадам, являющимся значительным источником животной пищи для зверя. В первую очередь это касается добычи самого бурого медведя!

Медведь становится агрессивным, когда сталкивается с людьми внезапно для себя. Т.е., когда идешь по лесу, надо громко разговаривать, шуметь, петь песни, чтобы он задолго заметил вас и успел скрыться.

Медведь прекрасно знает, как поступать с теми, кто хочет убежать, но драться с уверенным в своих силах или с «непонятным» противником даже на своей территории не хочет. Нормальный медведь чует и слышит человека за несколько сотен метров от себя и у медведя почти всегда есть время и возможность избежать встречи, отойти подальше или спрятаться в ближайших кустах иногда в двух шагах от ничего не подозревающего проходящего мимо человека.

При нападении медведя ни при каких обстоятельствах нельзя проявлять внешних признаков страха. Если поблизости нет надежных укрытий или убежищ, необходимо встретить опасность стоя, лицом к лицу. Помните! До самого последнего момента остается надежда, что медведь повернет в сторону! К атакующему зверю нельзя поворачиваться спиной! Выдержка и хладнокровие спасут вашу жизнь! Убежать от догоняющего медведя невозможно!

Свою добычу медведь атакует на четырех лапах и на задние лапы встает только перед равным себе по силе или перед более сильным противником. Когда медведь поднимается во весь рост перед человеком, он считает человека равным себе и подобное противостояние не обязательно должно закончится дракой или нападением. Если медведь в такие моменты стоит немного полубоком, держит передние лапы ладонями к себе, взгляд неуверенный или, меняя скачки на резкие остановки, передвигается параллельно вам, он (медведь) рассчитывает закончить встречу миром точнее в ничью, во всяком случае, нападать не собирается.

Если же стоит в стойке футбольного вратаря, ладони наружу, уши прижаты или идет, не спеша на четырех лапах параллельно вам с вызывающим взглядом, то это уже явная демонстрация агрессии.

Если вы, не будете смотреть в глаза медведю и не поворачиваясь к нему спиной быстро отойдете (а точнее боком, не очень быстро отбежите) на достаточное, метров 30 расстояние то медведь отстанет от вас. Медведю не нужны неприятности, если медведь захочет напасть, то нападет, как и любой другой хищник внезапно без предварительных предупреждений и угрожающих поз.

Убегать, поворачиваясь спиной к медведю нельзя. Пятится также нельзя, можно споткнуться и упасть, в обоих случаях медведь может не выдержать соблазна и догнав или подскочив обязательно даст пару, тройку оплеух на память. Боком бегать не удобно, но именно так боком, не теряя из виду медведя, окружающую обстановку и главное не теряя контроля над самим собой и надо отходить. Постарайтесь

понять, чем вызвана угроза и в этом отступлении, попытайтесь изобразить другого медведя, равного хозяину и отступающего «почти с достоинством».

У большинства людей после прихода к лагерю медведя сразу появляется идея либо приучить его, либо проучить его (пристрелить). Делать ни того, ни другого не надо. Медвежья мораль отличается от человеческой, если вы дадите медведю подачку (подкормите), то медведь посчитает это данью. И вместо друга, вы приобретете очень наглого и настойчивого «налогового инспектора». Если, приучив зверя к подачкам, вы вдруг вздумаете больше не давать подачек, медведь придет требовать свое, силой.

Кабан

Эти звери могут представлять опасность лишь в двух случаях:

1. Когда мать охраняет своих детенышей в первые месяцы после их появления на свет (весна и начало лета);
2. Когда кабан ранен и чрезвычайно озлоблен, а его обидчик или иной случайно подвернувшийся человек подойдет к нему на близкое расстояние.

Секач обладает злобой и быстротой. Можно его обмануть, когда кабан будет от вас метрах в 5-6, резко отскочить в сторону. Промахнувшись, кабан не будет возобновлять попытку вас атаковать.

Волк ;-)

Очень скрытый и настороженный по отношению к человеку зверь. Он знает, что человек в лесу - явление необычное, временное, непредсказуемое, а зачастую и опасное - потому и осторожничает, и в БОЛЬШИНСТВЕ случаев, на человека не нападает, а довольствуется своей традиционной добычей.

Гнус (мухи, мошки, слепни)

Укусы насекомых можно лечить, смазывая укушенное место размятыми листьями подорожника, свежим соком полыни горькой.

Места укусов комаров можно смазать раствором чайной ложки питьевой соды в двух стаканах воды или нашатырным спиртом.

Палаточный городок защищается от насекомых дымом. На костер кладут сверху мох, сырую траву, сгнившую березу получается хороший дымокур.

- разбивайте лагерь на возвышенном месте в стороне от болот;
- спите под антикомариной сеткой, если это возможно (в противном случае замените ее любым другим подходящим материалом);
- если ничего нет смажьте лицо грязью (илом), особенно перед сном;
- заправьте брюки в носки или ботинки;
- используйте антикомариные мази, нанесенные на одежду, они сохраняют свое воздействие на целые недели, в кожу впитываются в считанные часы;

Биваки хорошо размещать близ кустов черемухи, которую не любят мухи. Свежая полынь, стебли пижмы обыкновенной, дикой рябины хорошо прогоняют из палатки мух и комаров.

Сетка-накомарник должна быть светлой, т.к. комары и многие другие насекомые боятся светлого цвета. Темные тона их привлекают.

Вороны и им подобные

Для отпугивания ворон и им подобных. Берешь крыло вороны (галки) и вешаешь на верёвочке на палке над мясом или скажем, столом. Закинуть с грузом на дерево. Не то что срать - несколько лет на это дерево вообще ни одна ни села. Тока воробьи им пох. А гильзы и футболки - это от зверушек.

Мыши

При отсутствии мышеловки мыши ловятся бутылкой. Берешь любую бутылку, наливаешь немного подсолнечного масла. Перевернув, крутишь, чтобы смазались стенки или хотя бы одна нижняя. Кладешь в место обитания приподняв немного горлышко, через некоторое время вы с добычей.

Собаки

Атака собаки. Ненатасканные собаки действуют инстинктивно, как на охоте, настигают добычу, прыгают, опрокидывают ее навзничь и рвут или перегрызают горло. Другая модель поведения - жертва останавливается и начинает обороняться. Тогда стая обступает ее кольцом, и нападают те псы, что находятся со спины. Как бы не изощрялась нападающая на нас собака манёврами и прочими финтами, но конечная фаза её атаки всё равно будет прямолинейной.

Техника защиты.

Сразу надо принять устойчивую позу и развернуться к собаке боком. Голову нагните вниз и прикройте горло подбородком. Если есть возможность - снимите пальто, куртку и используйте их для того, что бы занять пасть собаки или накинуть ей на голову, ослепить ее. Нельзя рассчитывать на удары при внезапном нападении, т к есть достаточно большая вероятность “недовложить” удар и в итоге мы как бы сами создаем благоприятные условия для поведения четкого укуса . В случае внезапного нападения следует выполнять “пропуск”.

Пропуск. Техника выполнения - исходное положение тела - как обычная боевая стойка и передняя рука находится на уровне груди и согнута в локте. Предплечье параллельно земле. В момент прыжка и подлета собаки к точке предполагаемого укуса мы выполняем уход с линии атаки и одновременно складываем руку в локте и прижимаем ее к груди, убирая ее тем самым от укуса (если собака атакует в лицо, то выполняется примерно таким же движением отбив ее морды и одновременном уход с линии атаки).

Собака по инерции пролетает мимо нас. За счет инерции ее проносит как правило на пару

метров. Промах во время прыжка у собаки - сильнейший стресс, резко снижающий ее самооценку - она уже проиграла один раунд. Может получиться, что собака зацепиться за одежду, но не за тело.

Если ткань оказалась крепкой, по сути мы перейдем к варианту с отдачей в укус.

Отдать в укус. Ситуация - собака провела фиксированный укус в руку. Прорабатывается ситуация в которой мы успели подготовиться к нападению, замотав руку защитой (курткой, тряпкой и т.д.) и отдали ее на укус. Для того что бы выдержать укус достаточно обернуть руку курткой - больно будет, но терпеть можно. Поведение собак после проведения укуса может отличаться от собаки к собаке, но в худшем (для человека) варианте примерно выглядит таким образом - выполнив укус собака затягивает захваченную руку вниз к земле и начинает заходить за спину человеку, при этом она энергично выполняет рыки за счет шеи и при реальном прокусе за счет этого увеличивается рана и соответственно болевой шок.

Удушение два существенных недостатка.

1. Атака на область шеи для собаки является одной из наиболее привычных (имеется ввиду драки между собаками) и соответственно у них уже генетически заложены навыки ухода от подобных ситуаций.
2. Есть собаки: бультерьеры, питбультерьеры, те же ротвейлеры, и т.д. у которых шея значительно мощнее чем у человека и возможно длительное сопротивление удушению

Какие места на теле собаки наиболее уязвимы

1. Нос (переносица) - все соглашаются, что это болезненная область для животного
2. Брюшина и паховая область - мышцы плохо приспособлены что бы держать удар, возможны разрывы
3. Позвоночник - в частности собака не приспособлена к падениям на спину

Оружие

Это может быть камень, палка, кусок асфальта, листва, пыль, грязь. Никакой из этих предметов не следует кидать. Особенно если он один. Камень зажмите в кулаке - удар им будет куда болезненней, нежели просто кулаком. Палкой можно держать собаку на расстоянии, а при контакте - ею можно сломать собаке позвоночник или ткнуть в глаз, пасть, в пах. Охапку листвы можно сунуть собаке в пасть, в морду. Если рассмотреть применение оружия (нож и палка) , то как правило это удар ножом в бок с уходом с линии атаки или удар палкой по голове или хребту. Собака выполняет атаку на определенную часть тела (например на безоружную руку) и в момент прыжка одновременно выполняется увод атакуемой области, скрутка и удар оружием. Наиболее сложный момент - это быть готовым к повторной атаке, если удар по каким то причинам не нейтрализовал

Не стоит действовать зонтиком, как дубинкой, это не эффективно. Зонтик значительно лучше работает как щит. Раскрывайте и закрывайте его - собака не понимает сущности вещей. Для нее и бумага - непреодолимая преграда, если она не видит цели.
Сумкой можно "занять" пасть собаки. Дайте ей схватить сумку. Когда она схватит ее - тяните на себя изо всех сил. Собака будет стараться ее удержать. Отведите сумку в сторону, отвлеките внимание и ударьте собаку ногой.

Использование спецсредств

перцовые баллоны, находящиеся в свободной продаже низкая эффективность
Кайенскую смесь для нейтрализации собак. Состоит она из смеси молотого черного перца и табака в соотношении 50/50. При покупке табака выбирайте самый вонючий. И перец, и табак дополнительно перемалываются до пылеобразного состояния (например кофемолкой). Можно также добавить и порошок горчицы. Хранить такую смесь надо в пластиковом цилиндрическом стаканчике. В наружном кармане. Причем крышка должна быть одновременно и плотной и сниматься мгновенно и одной рукой, например, большим пальцем. Идеально подходят флакончики из под витаминов.

"Шумовое" оружие

В принципе, можно использовать большие петарды, но не для шума, а сделав из них газовые гранаты. Для этого приготавливается кайенская смесь, вокруг петарды выклеивается небольшой бумажный кожух, куда засыпается смесь (примерно одна чайная ложка). Кожух заклеивается.
При взрыве петарды образуется взвесь из перца и табака, пороха.
Следует использовать петарды с зажигательной головкой, а не со шнуром.

Психология

На Вашем пути стая. Пожалуй, это единственный способ, когда есть резон начать войну первому. Еще на подходе следует закричать на собак громким и низким голосом, напоминающем рычание. Собака - животное, хотя она и различает членораздельную речь, но она реагирует на интонацию. Если вы начинаете с угроз ("рычания"), значит Вы готовы к бою. И если ей нечего тут защищать - она (они) скорее всего, отступят даже после крика.
Следует демонстративно показать собакам, что вы вооружены - поднимите (или сделайте вид, что поднимаете) с земли палку, ветку, камень. Собаки наверняка имеют неприятный опыт контактов с этими предметами и не хотят рецидивов. Если позволяет дистанция, можно даже кинуть камень в сторону стаи, продемонстрировав серьезность своих намерений.
Что бы победить собаку морально, представьте, что это маленький злобный человек-карлик с острыми зубами, который будет кусаться, который причинил вам много зла. Но вы должны (и главное имеете все шансы) его убить.
Представьте себе сцену, как вы ломаете ей лапы, ребра, душите ее коленом, рвете ее на части, ее кровь течет рекой, она визжит и стремиться убежать. Таким образом, вы сами морально подготовитесь к бою, а собаки - телепаты, тоже "увидят" эту картинку своего нерадостного будущего. Причем надо кричать это громко и злобным рычащим голосом "А-а-аЫ-ы-ы! Что я с тобой сделаю! Как я ждал этого момента! Ну наконец-то! Сейчас ты узнаешь, что такое Боль!" Вашей идеологией должно быть "Я с тобой сделаю все, что хочу, а ты со мной только то, что я тебе позволю".
Никогда не ведите себя пассивно, падая и закрываясь руками.
Никогда не следует убегать - все равно не убежите, собака бегает в 5 раз быстрее человека. Исключение составляет случай, когда есть возможность гарантированно оказаться вне досягаемости собаки. Например - быстро залезть на ветвистое дерево, забраться по лестнице, войти в воду по пояс.
Большую роль играет возможность нарушения оптической связи между хозяином и собакой. Без визуального контакта со своим хозяином она чувствует себя куда менее уверенно.
Во время боя с собакой ни в коем случае не берегите "фирменную" одежду, вещи и т.д. их стоимость сущая мелочь, по сравнению со стоимостью качественного лечения от укусов.

Что делать, если вас покусали?

Главное – тщательно промыть рану проточной водой с мылом (или любым антисептиком), наложить стерильную повязку и в лечебное учреждение.

Клещи

Клещи располагаются, как правило, у троп, по которым проходят животные. Клещи боятся сухости, они - обитатели сырых мест. Их излюбленные места - травяные поляны и заросли кустарника в поймах рек, у болот. Клещи поджидают своих жертв на верхушках травинок или кончиках веточек, расположенных не слишком высоко /чаще всего не выше полметра/ от сырой почвы. Много клещей в молодых порослях осинника, на вырубках, в малинниках, вдоль троп, дорог и в местах, где пасется скот. В светлых рощах без подлеска, в сухих сосновых борах, где ветрено и солнечно, клещей, как правило, не бывает. В течение суток в условиях хорошей погоды клещи наиболее активны утром и вечером. Сильный дождь или жара значительно снижают опасность их нападения. Если вам необходимо пересечь участок, где возможна нежелательная встреча с этими паразитами, сломайте ветку с растопыренными прутьями (с листьями или без - неважно) и оббивайте перед собой этим "орудием" траву и низкую древесную поросль. Паразиты будут сбиты на землю. Важное значение имеет походная одежда туриста. Это заправленная в брюки штормовка или плотная (только не из ворсистой ткани) рубашка, обшлага которой рекомендуется делать на двойных резинках. Под рубаху можно надеть тесно облегающую тело футболку или тельняшку. Воротник и манжеты рубашки должны быть застегнуты. Спортивные брюки следует перетянуть ремнем и заправить в носки. Голову и шею защитить капюшоном. Носите рубашку, застегивающуюся на "молнию", а не на пуговицы. При движении следует производить само- и взаимоосмотры: в районах с повышенной клещевой опасностью через каждые 1,5-2 часа; - со средней клещевой опасностью — утром, сразу после ночлега, днем и вечером. В одежде особенно тщательно надо проверять все складки, имея в виду, что удалить клещей путем отряхивания нельзя. Очень хорошее средство обработки одежды - спреи на основе рефтамида. Одна обработка оберегает от нападения клещей на полторы - две недели.

Если обнаружили на теле клеща НЕ ДАВИТЕ!!!! Удаление клеща необходимо производить с осторожностью, не сдавливая его тело, поскольку при этом возможно выдавливание содержимого клеща вместе с возбудителями болезней в ранку. Делается это так – на впившегося клеща наносится несколько капель вазелина, растительного масла или другого жира (можно прижечь спичкой?), через 5-7 минут из крепкой нитки делается петля (незатянутый узел), которая набрасывается на клеща как можно ближе к ранке, затем петля затягивается и клещ удаляется покачивающими движениями (не рывками). После удаления клеща ранка обрабатывается антисептиком. После извлечения клеща вымойте руки с мылом или протрите одеколоном.

Если при извлечении клеща оторвалась его головка, которая имеет вид черной точки, место присасывания протирают ватой или бинтом, смоченными спиртом, а затем удаляют головку стерильной иглой (предварительно прокаленной на огне) так, как Вы удаляете обычную занозу.

Заражение клещевым энцефалитом предотвращает своевременная вакцинация или прием йодантипирина Для предупреждения заражения клещевым энцефалитом йодантипирин принимают:

- в случае присасывания клеща сразу же по 3 таб. 3 раза в сутки в течение 2 дней, затем по 2 таб. 3 раза в сутки в течение следующих 2 дней, затем по 1 таб. 3 раза в сутки в течение следующих 5 дней.

Для профилактики лайм-бореллиоза после удаления клеща необходимо принять антибиотик широкого спектра действия (доксициклин или ципрофлоксацин)

Самый верный способ определить наличие заболевания – сдать анализ крови. Сдавать кровь сразу после укуса клеща не надо - анализы ничего не покажут. Не ранее чем через 10 дней можно исследовать кровь на клещевой энцефалит и боррелиоз методом ПЦР.

Пауки

Первая помощь при укусах пауков:

- прижигание ранки – выполняется для разрушения яда (в отличии от змей, укусы пауков не проникают глубже кожи, поэтому яд распространяется медленнее) – 3-4 спички головками прикладываются к ранке, затем чиркаем по ним коробком так, чтобы вспышка произошла непосредственно в ранке. но не позже, чем через 2 минуты после укуса. - дальше как при укусах змей.

Ножки кровати ставьте в емкости, наполненные водой.

Пчелы

При укусах пчел и ос первая помощь сводится к удалению жала из ранки (в случае укуса пчелы), охлаждению места укуса и, при необходимости, обезболиванию (анальгин, парацетамол, пенталгин или темпалгин). Дальнейшее лечение может потребоваться в случаях развития аллергической реакции или укуса в область шеи (противоаллергические препараты димедрол, тавегил, кларитин).

Змеи (Гадюка)

Максимальный бросок - не более 20 см. Так же она не способна бить вертикально вверх. Если "объект " стоит на земле, то удар будет почти параллельно поверхности, или на 5 см выше. Почти всегда змея предупредит Вас заранее своим шипением, молчаливая атака бывает крайне редко.

Если Вас тяпнула гадюка, то самое главное - не паникуйте! Поверьте - яд гадюки для человека смертельным не считается. Скорее всего это не полноценный укус, а лёгкий удар зубами с минимальным вводом слюны в тело (или т.н. "сухой" укус). Или если и укусила змея, то ввела не более 10 - 20% имеющегося у неё яда, это "средний" укус. Полноценный укус - это фиксация зубов в теле в течении 1,5 - 2 секунд и более. Если всё же укус был продолжительный (по времени), с перехватом (не два следа от зубов, а четыре, шесть и т.д.), то положение достаточно серьёзное, но не критическое..

Как же отличить укус ядовитой и неядовитой змеи? Укус неядовитой змеи оставляет две полоски тонких мелких царапин, в то время как укус ядовитой змеи обычно оставляет на конце этих полосок один или два прокола от клыков (рис. справа).

Первая помощь при укусе ядовитой змеи:

- удаление невсосавшегося яда из раны; (сделать простейшее приспособление из одноразового шприца емкостью 20 мл, срезается верхняя часть корпуса с канюлей для иглы, края слегка оплавляются, кожа вокруг раны слегка смазывается вазелином для лучшей фиксации, приставляется шприц, поршень до упора вытягивается вверх и фиксируется на 30 минут, одновременно делаются массирующие движения по направлению к ране. Можно так же высосать банкой или гильзой. Выделяющиеся из раны капельки крови после удаления шприца промокаются (не вытираются!) марлевой салфеткой. Если никакого приспособления нет, яд из ранки МОЖНО отсосать ртом, периодически сплевывая слюну (возможно лёгкое онемение полости рта). При первых признаках отека отсасывание прекратить.
- снять кольца, браслеты, стягивающие ремни (на случаи отека);
- выполнить транспортную иммобилизацию поврежденной конечности;
- промыть ранку 3% раствором перекиси водорода (антисептика);
- выполнить местное охлаждение поврежденного сегмента конечности;
- при сильных болях провести обезболивание.
- провести антибиотикопрофилактику.

НЕЛЬЗЯ Разрезать место укуса для лучшего отхождения яда не рекомендуется. Ни в коем случае нельзя накладывать жгут. Прижигание места укуса неэффективно, потому что большая длина ядовитых зубов змеи. Пить спиртные напитки категорически запрещается.

Оценить дозу введённой слюны

Для этого надо: поймать змею, сдоить её на нож (в тарелку) и посмотреть, если у неё ещё много осталось яда, то введён был минимум. Если сдаивается мало слюны, то можно вскрыть змею и полюбопытствовать - что в желудке? В случае сильного заполнения можно предположить, что львиную долю яда змея потратила на предыдущей охоте, накануне укуса человека. Если подобные манипуляции не проясняют ситуацию, то всё равно - на больничку, однозначно.

А уже в медучреждении следите, чтобы врачи не халтурили, обязательно следует настоять на проведении гепаринотерапии - это зачастую окажет больший эффект, чем сыворотка.

Если врач увидит, что развивается ДВС-синдром, пусть ищут плазму (но тут виднее врачам). Если затруднено или полностью прекратилось мочеиспускание, то гормоны надпочечников будут в самый раз. В жару, в июле, змеи подвижны, концентрация яда - максимальная.

Несколько простейших советов как уберечься от укусов ядовитых животных и насекомых:

- не трогать змей – как правило, первыми они не нападают; - носить сапоги; - быть особенно внимательным в густой траве, в заросших ямах; - не ходить ночью без фонаря – многие змеи особенно активны в теплые летние ночи; - не устраивать ночлега возле прогнивших пней; - прежде чем лечь спать в лесу – осмотреть постель; - если, проснувшись утром, обнаружили на себе змею – не дергаться, позвать на помощь или ждать, пока змея уползет. Не суйте руку в дупло, в нору. Будьте осторожны, когда поднимаете большие камни. Опасны отдельно-стоящие небольшие делянки невысокой сухой травы; крутые уклоны почвы с южной стороны пригорков и холмов(особенно утром); не поднимать с земли и не переворачивать большие куски древесной коры, полуразвалившиеся пни, обломки шифера; не ходить на тех участках, ступенчатые микроопользни грунта на пригорках.

Отпугнуть от стоянки?... имеется такой способ. Змеи не переносят с/х химических удобрений.

Потребуется взять с собой одну-две ампулы любого садового гербицида. Уже будучи на стоянке растворить их в воде, в ПЭТ-бутылках, и так же разбрызгать линией по периметру (для этого проделать несколько дырок в крышках). Эффект - гарантирован. Только амбре у гербицидов не самое приятное, я бы сам не стал отравлять им чистый лесной воздух. Отдых будет подпорчен.

Средняя скорость движения пешехода
по равнинному участку местности с твердым грунтом составляет без груза 4-5 км/ч, с грузом 3-4 км/ч. При движении по лесному району без дорог, с густой речной сетью и наличием заболоченностей, с учетом времени на поиск бродов, наведение переправ и разведку пути она будет без груза 2-2,5 км/ч, с грузом 1,5-2 км/ч. Зимой скорость передвижения без специальных средств (лыж, снегоступов) резко снижается из за снежного покрова. При движении по сильнопересеченной местности следует учитывать снижение скорости в зависимости от крутизны преодолеваемого склона.

Марш.

Обычный боевой походный порядок состоит из ядра и походного охранения. В походное охранение выделяется головной дозор в составе двух-трех человек. Боковой и тыловой дозоры высылаются в зависимости от обстановки. В задачу охранения входят: разведка местности и предупреждение группы об опасности. В случае столкновения с противником на охранение возлагается задача сковать противника огнем, чтобы дать ядру возможность для маневра, развертывания в боевой порядок и отражения нападения. При необходимости охранение обеспечивает прикрытие группы при отходе. Командир группы обычно следует в голове ядра группы, управляя дозорами и ядром, регулируя темп марша.
После начала движения первый привал продолжительностью 5 - 10 минут целесообразно делать примерно через полчаса. Во время этого привала участники устраняют выявленные недостатки в подгонке снаряжения. Последующий ритм движения задается в зависимости от целей и задач маршрута, наличия времени и степени подготовленности группы. В военной разведке при движении по среднепересеченной местности привалы продолжительностью 10 минут назначаются через каждые 1,5 - 2 часа, при преодолении склона крутизной 15 - 25 градусов - через 50 минут, а на болеё крутых склонах и чаще. Привалы предназначены для короткого отдыха, отправления естественных надобностей, уточнения местонахождения, определения порядка дальнейшего движения, ухода за одеждой, обувью и снаряжением, при необходимости - для корректировки маршрута. Привалами не следует пренебрегать, даже если в данный момент вы все "бодры, веселы" и чувствуете в себе силы пройти еще сотню-другую километров без остановки. И уж тем более недопустимо в угоду скорости отказываться от длительного привала для приема пищи. **Принимать пищу и воду на ходу категорически нельзя!** Еда любит внимание и покой. **Водой можно лишь изредка смачивать рот, не допуская проглатывания.** Двигаться на марше следует в привычной манере, не напрягаясь излишне без крайней на то необходимости. Дыхание должно быть равномерным и ритмичным, вдохи и выдохи - глубокими, полными. Величину нагрузки можно приближенно контролировать по частоте сердцебиения. Нормальный нагрузочный пульс не должен превышать значения, равного "180 ударов в минуту минус ваш возраст". Для определения максимально допустимого нагрузочного пульса возраст следует вычитать из 220. Изменять ритм движения желательно плавно, постепенно набирая скорость в начале перехода и сбрасывая её ближе к привалу.

Определения пройденного расстояния подсчет пройденных шагов: удобней всего считать шаги парами или тройками. К примеру, для человека среднего роста, идущего по утоптанной тропе, 60-62 парных шага соответствуют 100 м пути.

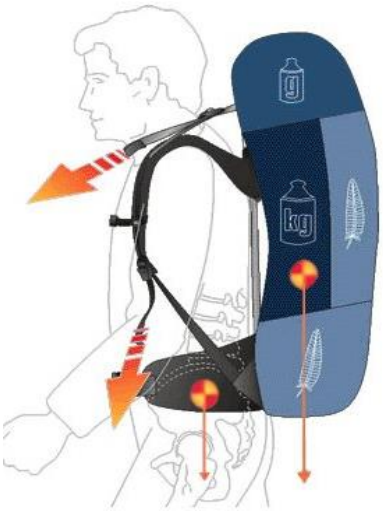
Определение высоты с помощью брошенного камня
1 секунда — 5 метров, 2 секунды — 20 метров, 3 секунды — 45 метров, 4 секунды — 80 метров, 5 секунд — 125 метров. Есть интересная особенность, камень не обязательно бросать вниз, его можно бросить в сторону, но важно что бы в любом случае его начальная вертикальная скорость была равна нулю.

Бег. При длительном беге иногда наступает состояние, когда не хватает воздуха, дыхание затруднено, и боец как бы задыхается. Это состояние называется "мёртвой точкой". В случае наступления "мёртвой точки" следует замедлить бег или, если обстановка позволяет, перейти на быструю ходьбу. Во время "мёртвой точки" боец должен усилием воли заставить себя двигаться, тогда это состояние быстро проходит, наступает устойчивое состояние, и бег может продолжаться длительное время при вполне удовлетворительном самочувствии. Дыхание должно быть подчинено ритму бега. Надо делать не глубокие ровные вдохи-выдохи, а три-четыре коротких вдоха, по вдоху на каждый шаг. А затем - четыре коротких выдоха на четыре шага. Между вдохом и выдохом возможна пауза в один шаг. Кратко система дыхания называется 4х4х1.
Боль в боку при беге - Боль в боку при беге проходит (при нетренированном организме) уже через 15-20 минут. Останавливаться при возникновении боли не рекомендуется. Погасив после остановки за 5-6 минут

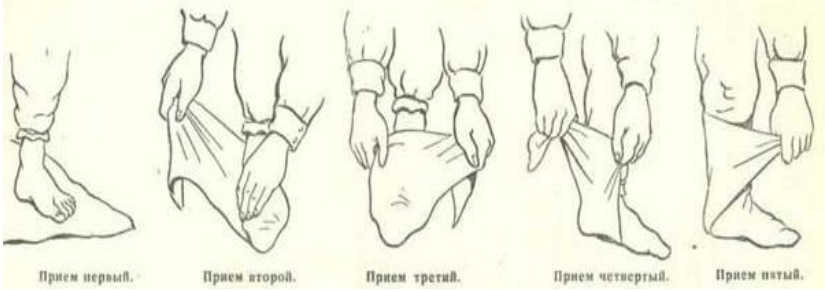
боль, вы на бегу через 10-12 минут её снова «найдёте». Болеё оптимален метод борьбы с болью на ходу. Если боль небольшая, можно попытаться погасить её, прижимая левый локоть к боку. Если боль не проходит, приступайте к болеё сложному способу. Если не удалось прижать селезенку снаружи, тогда прижимайте её «изнутри». Диафрагмой! Не меняя ритма бега, делайте два медленных вентилирующих вдоха-выдоха, а затем медленный глубокий вдох. Диафрагма, уходя глубоко вниз, прижимает селезенку, и боль начинает стихать. Затаивайте дыхание на вдохе и продолжайте бежать не дыша не менеё 6-8 секунд. Чем больше, тем лучше. Уже не в силах сдерживать дыхание, начинайте очень медленно выдыхать.

Одежда должна обеспечивать защиту и хорошо подходить, не стесняя движений. Она должна держать вас в тепле и сухости, но обеспечивать хорошую вентиляцию, чтобы вы не перегрелись (если станет холодно, то всегда можно одеться дополнительно). Чтобы одежда наилучшим образом выполняла свои защитные функции, придерживайтесь следующих рекомендаций:

— Содержите одежду в чистоте.
— Избегайте перегрева.
— Сохраняйте одежду сухой.
— Безотлагательно чините ее.



При переноске грузов правильно заполняйте рюкзак (см. рис.)
Одежда не должна быть настолько тесной, чтобы затруднять кровообращение, поскольку именно система кровообращения переносит по телу тепло и помогает ему бороться с обморожением в холодную погоду. При большой физической нагрузке ослабляйте одежду на шее, запястьях и талии. Если тело все равно перегревается, можете снимать по одному слою одежды. Окончив работу, немедленно оденьтесь, потому что, разогревшись и вспотев, вы можете легко простудиться. Никогда не переделывайте свою одежду из соображений комфорта. Например, в жарком климате не обрезайте брюки, чтобы из них получились шорты; впоследствии может оказаться, что вам будет нечем прикрыть ноги. Одежда, мокрая от пота (или дождя), будет терять тепло чуть ли не в двадцать пять раз быстрее, чем сухая. Сочетание мокрой одежды и сильного ветра может привести человека к быстрой гибели.
Повседневная одежда – три слоя. 1-отвод влаги (термобелье) 2- удержание тепла (флис, полартек) 3-защита от влаги и ветра (мембраны, Гор-текс). Синтетика и мембраны для бега и движения. Мех и шерсть для малоподвижных видов деятельности.
Обувь должна быть приношенной, мягкой, по возможности крепкой и герметичной.
Бахилы - отличная защита как от снега, так и от грязи. Если у вас их нет сделайте обмотки поверх ботинок из любого подручного материала. Для этого отрежьте две полосы шириной 7-10 см и длиной 120 см. Оберните ими ноги в виде спирали поверх имеющейся у вас обуви. Это предохранит от попадания в нее песка.
Портянки прочнее носков. Самый цимус - фланель, которая идёт на пелёнки. Прежде, чем обёртывать ногу портянкой, помни портянку в руках, чтобы она стала мягче. Ширина портянки для сапог - 35 сантиметров, длина - 60-65 см. Для ботинок: ширина - 30 см., длина - 45-50 см. Вытряхивайте песок и насекомых из обуви и носков, даже если для этого приходится делать частые остановки.



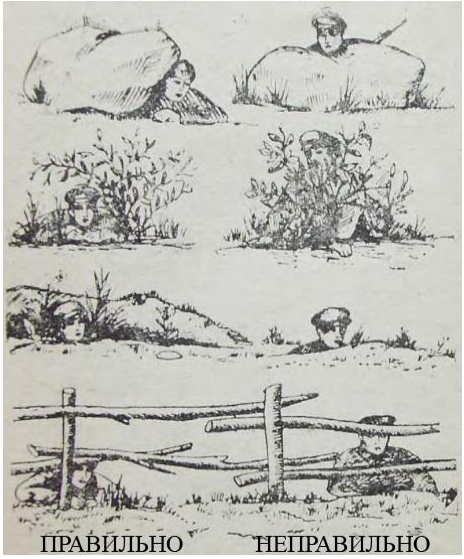
Для защиты глаз от солнечной радиации следует носить очки темного цвета. В случае их отсутствия (потери) можно сделать ленту с прорезями для глаз из любой плотной материи (например, из брезента). Края прорезей можно зачернить сажей от костра, а ленту завязывают на затылке узлом.
Как избежать переутомления в походе
Чтобы снять симптомы мышечной усталости и восстановить силы, вам потребуется отдых не менее одного или двух дней. Если обстоятельства похода не позволяют устроить дневку, то следует максимально разгрузить заболевшего участника и придерживаться его ритма движения. Для поднятия тонуса можно порекомендовать мед с пергой, «гоголь-моголь», энергетическую смесь № 1 (30 г грецкого ореха и 20 г изюма). Для транспортировки раненых можно соорудить носилки-волокуши из длинных жердей (лыж).

Маскировка

Не выходи на самый край леса, а наблюдай из глубины, укрываясь в кустарнике или за стволом дерева. Влезая на дерево, устраивайся так, чтобы за тобой была стена густых ветвей. Никогда не располагайся на выделяющемся дереве с редкими ветвями. Не становись и не садись в развилке ствола: так твоя фигура будет хорошо заметна даже ночью на более светлом фоне неба. Но если дерево повалено, то удобнее расположиться как раз в развилке ствола, у его резкого изгиба или около расщеплённого конца. Избегай укрываться за одиноко растущим деревом: это хороший ориентир для вражеского наблюдателя. Но если всё же у отдельного дерева или на опушке на виду у врага, старайся стоять так, как растёт дерево; если ствол корявый или наклонный, так же должен изогнут и ты. При остановках в лесу располагайся между стволами толстых деревьев. Даже в яркий солнечный день они легко скроют тебя от вражеского наблюдения. В мелколесье на виду у неприятеля передвигайся согнувшись или ползком, так как движение во весь рост создает мелькание, очень заметное со стороны. Двигаясь по оврагу, держись теневой стороны, плотно прижимаясь к краю оврага.

Маскировка от воздушного врага.

Как только заметишь приближение неприятельского самолета, быстро оглядись вокруг, нет ли поблизости каких-нибудь зданий или деревьев, отбрасывающих тень. Сейчас же постарайся спрятаться в тень, и ты сделаешься незаметным для воздушного врага. Чтобы ещё лучше укрыться, прижмись к стене или к дереву.



В лесу главное – не отличаться цветом от окружающей местности, не выделяться чёткой фигурой человека. Для этого, если нет маскировочного костюма, следует набрать пучки травы и другой удобный материал и разместить их на одежде. Чтобы хорошо замаскироваться в кустах и траве – нарви ветки и траву в искусственный куст. Держа его перед собой, можешь незаметно передвигаться ползком. Ходить следует медленно, не вызывая у смотрящего боковым зрением впечатления мельканий. Или короткими быстрыми перебежками при временном отсутствии наблюдения. Точно так же смотреть за движением на местности следует боковым зрением и следя за человеком НИКОГДА не смотреть прямо на него, а на место около него. Ибо прямой взгляд чувствуется сильно и может вызвать тревогу наблюдаемого. Одеваться следует в тёмную одежду, оставляющую открытыми лишь глаза. Чисто чёрный цвет даже в условиях сильных сумерек бликует пятном на фоне местности. Тёмно синий или коричневый цвет лучше. Лучше одевать платок типа «банданы», чем толстый капюшон или шапку – так лучше слышно. Незакрытые тёмной материей места лучше камуфлировать грязью, углём и т.д.

При ходьбе в полный рост в незнакомых местах, покрытых лесом или кустарником, необходимо левую руку слегка согнуть в локте и держать перед собой на высоте лица для самостраховки, иногда двигая её сверху вниз. При ходьбе в темноте в местах, где могут быть ловушки и сюрпризы, подготовленные противником **передвигаться низко пригнувшись или на четвереньках** (чтобы не натолкнуться на проволоку, веревку и т. п.) и делать медленные осторожные движения руками перед собой, левой рукой - "поглаживающие", а правой - круговые или зигзагообразные.

Когда идти в разведку. Самое лучшее время - перед рассветом. Тогда в лагере врага часовые и дозорные утомлены больше всего, внимание их притупилось, наблюдать им труднее. Ночь, туман, дождь – верные помощники разведчика.

Обеспечение скрытности марша. Переходя дороги, следует выбирать участок с твёрдым покрытием, где следы менее заметны, а иногда вообще не поддаются обнаружению. В отдельных случаях, когда нельзя скрыть признаки перехода дороги, можно применить шесты, засыпать песком место, где разведчики перешли, или замести оставленные на дороге следы. Трудно определить место подхода к реке или отхода от неё, если движение было совершено по камням (переступали с одного камня на другой). Ходи незаметно, не оставляй после себя следов. Не ступай на места с мокрой землей: здесь хорошо отпечатаются твои следы. Обойди это место обочиной. Помни, что рано утром на росистой траве остаются следы. Избегай также ходить по густой непримятой траве. Не пересекай лесные поляны посередине, а старайся двигаться по опушке леса. Помни: для розыска пользуются служебными собаками. Прими все меры к тому, чтобы после тебя осталось возможно меньше следов.

Ночью. Перед началом движения желательно не смотреть на яркий свет и костер - чувствительность сетчатки глаза к свету при этом существенно снижается и полностью восстанавливается только

примерно через час. Фонари, применяемые для подсветки карты и освещения, должны быть по той же причине оснащены красным светофильтром. Ночью как и днём нужно умело применяться к местности, помня о наличии у противника средств ночного видения, радиолокационных, тепловизионных и других приборов наблюдения.

Всё более широкое применение получают переносные радарные, тепловизорные и видеосистемы наблюдения. Обычно их ставят повыше (на мачты, вышки, деревья) для увеличения площади обзора. Если таковая система обнаружена, то следует поискать другой путь к объекту или постараться уничтожить. Радар хорошо работает в тумане и дыму, но не обнаруживает медленно ползущего человека. Тепловизоры плохо работают против солнца, в сильно жаркую погоду и при больших пожарах.
Системы видеонаблюдения малоэффективны в туман и при дымовой завесе. К тому же не все видеокамеры снабжены инфракрасной подсветкой. Используй на полную катушку мёртвые зоны - не просматриваемые пространства. Днём местность обозревается через бинокли и стереотрубы. Ночью наблюдение ведётся с помощью приборов ночного видения (ПНВ). Используй переходное время суток. Когда солнце начинает садиться или вставать. В дневную оптику уже/ещё плохо видно, в ПНВ ещё или уже засвечивается.
Густой туман, дождь, снег, дым существенно затрудняют наблюдения. Плохая погода твой шанс остаться незамеченным, читай, живым.

Карта. Ни одну карту района, которыми вы располагаете, нельзя помечать. Пометки на карте в руках противника могут поставить под угрозу людей и места, где было оказано содействие. Не оставляйте случайных следов на карте. Испачканные пальцы оставляют такие же заметные следы, как и карандаш.
Убежище. Нужно избегать таких убежищ, как заброшенные дома, амбары, пещеры, стога сена и подобные укрытия. Они почти наверняка привлекут внимание противника в ходе поисков. Хотя убежища такого типа в принципе обречены, местность и климатические условия могут предоставить небольшой выбор.

Сигналы, имитирующие звуки птиц и животных.
Для средней полосы очень полезно научиться стрекотать сорокой, ухать филином, квакать лягушкой, пищать раненым зайцем, пищать мышкой, свистеть рябчиком.

Сигналы жестами
1. Для развертывания группы в цепь - несколько раз развести обе руки в стороны.
2. Для того чтобы медленно и бесшумно разойтись, - медленно согнуть руки в локтях и медленно развести их в стороны вниз с разжиманием пальцев обеих рук.
3. Для того чтобы подразделение быстро разбежалось, - резко развести руки в стороны вниз.
4. Ложись - поднять согнутую в локте руку до подбородка и быстро опустить её ладонью вниз.
5. Внимание - поднять руку вверх на высоту головы.
6. Бесшумно подползти к противнику - левой рукой указать направление, а ладонью правой сделать несколько зигзагообразных

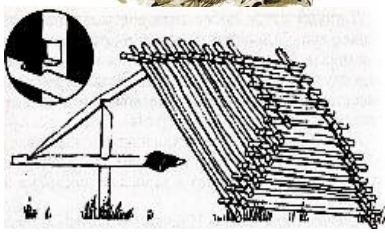
Знайте, на кого охотитесь. Если вы хотите добиться успеха, то сначала должны решить, какое животное надо ловить, продумать, как оно будет реагировать и какую лучше всего использовать приманку. Крысы, мыши, кролики и белки легко попадаются в ловушки. У этих небольших млекопитающих привычки постоянны, а зона их обитания ограничена. Найдите лаз или ход, поставьте приманку и ловушку. Выкуривайте землеройных животных из их нор. И как только добыча появится, ловите её петлей, прикреплённой к концу длинной палки. Насадите на рыболовный крючок мелкую рыбёшку и положите на берегу около воды. Возможно, её схватит птица.

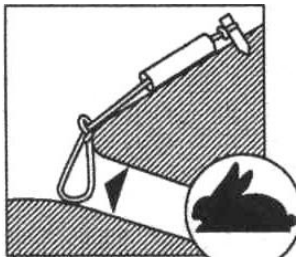
Существует несколько общих правил устройства самоловных орудий.

ЖИВОТНОЕ	ДИАМЕТР ПЕТЛИ	ВЫСОТА НАД ЗЕМЛЕЙ
Заяц	10 см	7,5 см
Белка	7,5 см	4 см
Кролик	10 см	6 см
Лисица	25 см	30 см
Волк	40 см	45 см
Бобер	12 см	2,5 см

Устанавливать ловушки следует в местах гарантированного прохождения животных: у нор, на звериных тропах, у водопоев и мест постоянного кормления. Устанавливайте их в тех местах, где раньше разделывали убитых животных. В качестве приманки используйте их внутренности. Поставив ловушку на тропе, соорудите барьеры по обеим её сторонам.

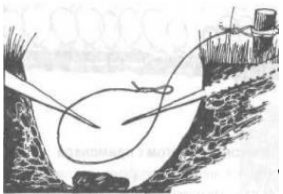
Эти барьеры должны быть сделаны из сухих веток, палок и сухих листьев в форме большой буквы V, они будут направлять животное. Если зверь движется немного в стороне от тропы и натолкнётся на барьер, он не перепрыгнет его и не наступит на него, а пойдет вдоль барьера и подойдет к ловушке. При устройстве ловушки нельзя нарушать естественный вид окружающей обстановки. Изменения привычного пейзажа могут насторожить животных, много раз проходивших в месте засады. Для этого все приготовления к установке самоловных орудий следует проводить вне места их установки (тропы, норы и пр.), стараться как можно меньше топтаться, не обламывать без крайней нужды мешающие ветки, по возможности не перекладывать с места на место валежник, камни. Подходить к охотничьей снасти при установке и проверке лучше со стороны естественных препятствий – кустов, деревьев, валежника, близко расположенных к месту промысла. Зимой следы можно присыпать мелким снегом. Иногда отвлечь внимание дичи от ловушки может повешенная на ветки, чуть в стороне от тропы, где насторожена ловушка, тряпка или какой-нибудь предмет. Чем меньше признаков вашего присутствия будет в месте охоты, тем выше шанс на успех. При устройстве ловушек следует позаботиться о том, чтобы не оставлять запаховые метки. Обоняние у животных во много, иногда в десятки раз чувствительней, чем у человека. Запах, который охотник не чувствует, как бы ни принюхивался, зверь, что называется, чует за версту, за ту же версту обходя предназначенную для него западню. Чтобы избежать этого, надо как можно меньше касаться деталей самоловного орудия и окружающей растительности. Лучше всего работать в перчатках, причём, если они долго носились, желательно перед охотой их постирать или, напротив, перепачкать соком давленой травы, землей. Нелишне будет вымыть и руки. Не надо среди березового леса устанавливать ловушку, сделанную из сосновых жердей. Несвойственный данной местности запах может спугнуть осторожного зверя. Иногда, с целью запаховой маскировки, допускается пропитывать детали ловушки дымом от горящего костра. Запах дыма довольно привычен лесным животным и может перебить запах, оставленный на снастях человеком. Металлические части охотничьей снасти можно, для устранения чужеродных запахов, выварить в течение нескольких часов в воде с добавлением хвои или обмазать пометом животных.





Камуфляж то есть цветовое соответствие ловушки окружающей местности. Верёвочные или металлические детали самоловного орудия следует закрасить соком растений или землёй. Свежесрезанные ветки и жерди деревьев, используемых в конструкции ловушки, следует в месте спила или сруба также замазать грязью и устанавливать таким образом, чтобы они как можно более естественно вписывались в окружающий пейзаж. Все ловушки должны делаться с двойным запасом прочности, ведь заранее не известно, кто в них угодит. Очень часто в небольшие заячьи силки попадают лапами более крупные животные, и, если вы не хотите упустить их, не поленитесь укрепить ловушку. Колья, которые вкапываются в землю, следует углублять в почву по меньшей мере на треть длины, а лучше использовать растущие тонкие деревца, прочно сидящие корнями в грунте, обрубая их до нужной высоты. Петлевые ловушки желательно, кроме ближнего, вбитого в землю колышка, подвязать к деревьям, чтобы добыча не убежала вместе с силком. Нельзя надеяться на одну-единственную поставленную охотничью снасть. Охотничьи самоловные орудия тем действенней, чем больше ловушек вы установили.

Волчья яма с петлей и приманкой



Животное нюхает приманку и опускает голову. Если оно сунет голову между заостренными палками, оно не сможет вытащить ее назад. Если животное воспользуется лапой, то она будет схвачена петлей. Сквозь края ямы вгоните четыре гибких заостренных стержня так, чтобы они выходили в яму ниже уровня земли и поэтому меньше были заметны. Поверх них положите петлю, прикрепленную к колу снаружи ямы. После спасения или ухода с места охоты необходимо снять все самоловные, особенно рассчитанные на поимку крупной дичи или в крайнем случае, рассказать спасателям об их конструкции и месте нахождения.

Как обнаружить зверя.

Секрет успешной охоты состоит в том, чтобы увидеть животное раньше, чем оно увидит вас. Тщательное изучение следов и помета поможет определить не только разновидность и количество животных, но и их размеры, направление движения. У водопоя, где есть следы зверей, спрячьтесь и ждите появления животного, заранее зная, что на это может уйти несколько часов. Лучшим временем для охоты считаются ранние утренние часы и сумерки. Подкрадывайтесь к животным против ветра, двигайтесь медленно и бесшумно только тогда, когда они едят или смотрят в другую сторону. Замрите на месте, если животное смотрит в вашу сторону. Если у вас есть оружие и вы увидели зверя, пронзительно свистните, чтобы животное остановилось и у вас была неподвижная цель. Охотясь на крупных животных, цельтесь в шею, грудь или голову. Если вы ранили животное и оно бежит, идите по кровавому следу не спеша, но настойчиво. Тяжело раненый зверь скоро ляжет, если его не преследовать; обычно он обессиливает и уже не может подняться. Приближайтесь к нему медленно и добейте его. Сразу же после того как вы застрелили крупное животное, например, оленя, выпотрошите его и спустите кровь.

О стрельбе из ружья

При стрельбе в бегущего зверя нужно спускать курок, как только мушка коснется передней части туловища зверя (зверь бежит от вас под углом 90 градусов.) При значительном расстоянии до зверя делать упреждение на 1-3 корпуса вперед. По зверю, который бежит от вас, целиться надо в голову или чуть-чуть выше. По зверю, который бежит на вас, надо целиться на уровне ног. Очень резкое нажатие на спуск приводит к выстрелу ниже цели. Стрельба руками - поводка без разворота корпуса стрелка - обычно приводит к промахам. Стрельба по стае приводит к промахам и подранкам. Хочешь попасть - целься в одну птицу. Ружье не прижато к плечу - синяк на плече и на щеке.

Советы

Поднятый заяц (беляк) почти всегда возвращается к лежке. Общее правило: в сырое время зайцев надо искать на более сухих, приподнятых местах, в сухое время - в низинах. При полете пары уток первой летит утка, за ней - селезень. С воды утки поднимаются против ветра. Волки идут след в след. Независимо от количества. Весенняя песня глухаря состоит из щелканья и точения. Во время щелканья охотник должен затаиться, во время точения глухарь не слышит, но хорошо видит. Можно подобраться на выстрел, и лучше в сумерках. Медведь крепок на рану, даже с простреляннными легкими, сердцем и т. д. он может пробежать метров 200. Короткое расстояние он покрывает моментально. Гусь - осторожная птица. Пролетает над теми местами, где охотнику негде спрятаться. К стае не подойдешь просто так. У них выставляется охрана. Для охоты на гусей заблаговременно роют окопчики и тщательно их маскируют. Курить в них нельзя. Осень, лет уток: перед основной стаей летят «разведчики». Их лучше пропустить. Так же и у гусей. Утка нырок обладает хорошей реакцией. Он видит вспышку из ружья и ныряет раньше, чем до него долетает дробь. Отвлечь нырка от выстрела может бегающая или плавающая собака, брошенный камень, другой охотник. Если собрался уходить с охоты, вынь из патронника патроны. При «сломанном» ружье нажми спусковые крючки и «сложи» ружье: боевые пружины разрядятся. Если птицы замолчали, то это тоже сигнал, что в лесу кто-то появился. В большой мороз при стрельбе на предельные дистанции птице лучше стрелять в угол, под перо, а не в грудь. Тетерева лучше стрелять в бок, глухаря - в плечо. Зверь или птица видят все черно-белым, то есть силуэт охотника. Только один гусь видит в цвете. Для охоты зимой подойдет белый маскхалат, летом -одежда камуфляжная с висячими тряпочками, напоминающими листву, траву и т. д.. Сбил птицу над зарослями - ни в коем случае не отводи глаз от места падения: потеряешь добычу. Упал - проверь стволы: грязь в канале ствола - его разрыв при выстреле. На ходовой охоте носи сумку, добыча в руках мешает стрелять. Если видишь, что птица падает подранком в заросли, добивай вторым выстрелом в воздухе. К раненому кабану, лосю, оленю подходи сзади; если уши прижаты - зверь жив. К подранку подходи, перезарядив ружье. Подходя к человеку, машине, строению, переломи ружье. Не бери ружье стволами на себя. После осечки выжди 10-20 с, не открывая ружья: может произойти затяжной выстрел. Не разрешай собаке прыгать на себя при заряженном ружье: может лапой задеть спусковой крючок.

Невербальное общение

Расширение зрачков – ощущение интереса и получение удовольствия от информации, но так же сильное страдание, употребление некоторых лекарств или наркотиков.

Сужение зрачков – раздражение, злоба, ненависть и действие некоторых наркотиков.

Усиленное моргание – раздражение, обман.

Люди всегда предпочитают смотреть на тех, кто им нравится или на тех, с кем у них близкие взаимоотношения. В ходе общения чаще смотрят в глаза, когда слушают, а не когда говорят. *Субъект, который смотрит вам в глаза меньше трети периода всего общения* либо не честен, либо пытается скрыть что-то.

Тот же, кто усиленно смотрит вам в глаза – выказывает интерес либо раздражение, либо пытается доминировать.

Руки с расставленными локтями отведены за спину – ощущение превосходства над партнёром.

Закладывание больших пальцев рук за пояс– знак агрессивности, уверенности в себе.

Скрещенные конечности – скептическая, защитная установка.

Нескрещенные конечности и расстёгнутый пиджак – установка доверия.

Закидывание ноги на ногу со скрещиванием рук на груди – знак отключения от разговора.

Скрещенные лодыжки у сидящего – сдерживание неодобрительного отношения, страх или взволнованность, попытка самоконтроля, негативное защитное состояние.

Вставание – сигнал о том, что некое решение принято, беседа закончена, что-то удивило.

Сцепленность пальцев рук – разочарование и желание скрыть отрицательное отношение.

Кисти рук соединены кончиками пальцев, но ладони не соприкасаются – знак превосходства, уверенности в себе и своих словах, критическое отношение к словам собеседника.

Руки опираются локтями о стол, а кисти перед ртом – скрывание своих истинных намерений.

Поддерживание головы ладонью – скука.

Подпирание большим пальцем подбородка – критическая оценка.

Обхватывание своего бокала двумя руками – замаскированная нервозность.

Выпускание дыма от сигареты вверх – положительный настрой, *вниз* - негативный настрой.

Чрезмерная жестикуляция – выказывание беспокойства и неуверенности.

Демонстрация открытых ладоней – показатель откровенности.

Сжатие кулаков – возбуждение, агрессивность.

Прикрывание рта рукой или бокалом в руке – удивление, неуверенность, ложь.

Прикосновение к носу или лёгкое почёсывание его – неуверенность в сообщаемом, ложь или поиск в процессе разговора новых контраргументов.

Потирание пальцем века – ложь, но иногда как ощущение лжи со стороны партнёра.

Потирание и почёсывание различных фрагментов головы – озабоченность, неуверенность.

Поглаживание подбородка – момент принятие решения.

Суетливость рук – настороженность, нервозность, смущение.

Покусывание ногтей – внутреннее беспокойство.

Всевозможные движения руки поперёк тела (поправить часы, поиграть пуговицей) – маскируемая нервозность.

Собирание ворсинок с одежды – неодобрение.

Оттягивание от шеи воротничка – гнев, человек подозревает, что другие распознали его обман.

Протирание стёкол очков, либо покусывание дужки – пауза для обдумывания, просьба подождать.

Гашение или откладывание сигареты – максимальное напряжение.

Частое сбивание пепла с сигареты – нервозность.

Наклон головы набок – пробуждение интереса.

Постоянное отбрасывание якобы мешающих волос со лба – беспокойство.

Явное желание опереться обо что-либо – ощущение сложности и неприятности момента.

Отзеркаливание субъекта.

Подстройка под ритм дыхания, одинаковая поза – способствует установлению доверительных отношений.

Как преодолевать боль при пытках.

Сосредоточенность на параллельном раздражителе (зажимание между зубов чего-либо). Возбуждение могучей эмоции (ярости, ненависти) с целью заблокировать импульсы боли. Отключение болевой чувствительности ментальными (медитация) или грубо-физическими (удары головой о стену) методами. (Для примера. Въетконговский метод допроса - голова жестко фиксируется и в ухо вводится до упора и прокола перепонки обычный карандаш. Далее, ручкой от ножа понемногу вбивается в ухо, (1 удар в 3 секуды) более 5-7 ударов никто не выносит)

Особо опасные люди.

1. *Неудачники*. Они, как правило, озлоблены, обидчивы, мстительны.
2. *Молчуны*. Их трудно прогнозировать, потому что о них мало что можно узнать.
3. *Психопаты*. Они капризны, обидчивы, действуют в зависимости от настроения, легко теряют контроль над собой. Признак психопатии - стремление быть на виду.
4. *Курильщики*;-) У них дряблая воля. Они могут устроить пожар. Они могут умереть, не вернув долг.
5. *Энтузиасты*. Они неосторожны и могут ввергнуть Вас в неприятности.
6. *Обижающие животных*. Кто не мучает животных, у того есть моральный барьер.
7. *Принципиальные*. Они могут пожертвовать Вами ради принципа.
8. *Дураки*. От них можно ожидать чего угодно.
9. *Лица с легко возбуждающейся психикой*. Они могут терять контроль над собой. Главный признак - неспособность долго пребывать в неподвижности. Такие люди качают ногой, барабанят пальцами.
10. *Особо услужливые*. Нормальное отношение к Вам посторонних людей - плохо скрываемое безразличие. Если кто-то с Вами любезен, значит, навяжется с просьбой или подстроит ловушку.

Что помогает ослабить стресс:

- старайтесь сосредоточиться на контроле за своими действиями;
- делайте все как можно более точно;
- стремитесь контролировать не только себя, но и окружающую ситуацию в целом;
- постарайтесь увидеть себя со стороны;
- попытайтесь представить со стороны всю ситуацию;
- не поддавайтесь эмоциям, прикажите себе думать над своей задачей, для этого залайте себе три вопроса: Кто я? Где я нахожусь? Какова моя задача (что я должен делать)?;
- чтобы прийти в себя постарайтесь вслух (если это возможно) описать себе ситуацию, в которой Вы оказались, но не давайте ей эмоциональных оценок;
- постарайтесь воспринимать все окружающее сразу целиком.

Симптомы постстрессового состояния

1. Состояние. *Дрожание пальцев рук, мышечное напряжение, потливость, тошнота, незначительный понос, частое мочеиспускание, учащенное дыхание и сердцебиение, тревожность.*

Помогает. Дружеская поддержка, общение с товарищами, постановка конкретных задач, объяснить, что это нормальное состояние у большинства, которое проходит с опытом. Не обращай излишнее внимание на это состояние, не подчеркивай серьезность положения и НЕ усугубляй его, не высмеивай и не оставайся равнодушным

2.Состояние. *Безучастное лицо, стоит или сидит без движения и разговоров, не обращает внимания на окружающих и обстановку*

Помогает. Мягко установить контакт, добиться, чтобы он сам сообщил о случившемся, высказать понимание и солидарность, напомнить о дружбе и товарищах, дать простую и рутиною работу, обеспечивать теплой пищей и сигаретами, доложить командиру. Не проверяй излишнюю жалость, не говори "громких фраз" о солидарности и братстве, не давай лекарственные средства

3.Состояние. *Спорит, быстрая беспорядочная речь, выполнение ненужной работы, суета, высказывание бесконечных чувств окружающим, бегающий заискивающий взгляд*

Помогает. Дай выговориться, поставь на конкретную тяжелую работу, предложи съесть или закурить, держи на контроле, не проявляй других чувств, доложи командиру. Не обращай особого внимания на его состояние, не вступай в спор, при необходимости дай таблетку успокоительного.

4.Состояние. *Безумные попытки к бегству, неконтролируемый плач и истерика, бег кругами*

Помогает. Твердо, но с доброжелательностью останови его, дай съесть иди выпить теплого, предложи закурить, прояви участие в беседе, если необходимо, изолируй в отдельное помещение, доложи командиру. Не кричи, не бей, не обливай холодной водой, не давай лекарственных средств (за исключением тяжелых случаев)

Рыба - добывать её несравнимо легче, чем обитающую на суше дичь.

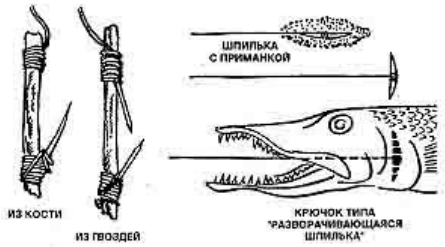
Удилище Длина «идеального» удилища-хлыста должна составлять: при ловле с берега в местах с быстрым течением - 3,5- 4,5 м,; при ловле с плота и тому подобных плавсредств - 2,5- 3,5 м; при ловле на донную удочку без поплавка - 1,5- 2 м, перед тем, как начинать ловлю, проверить удилище на прочность, для чего нагрузить его конец весом, примерно равным весу рыбы. Например, набить песком носок или любую другую подходящую «ёмкость» Наконец, при полном отсутствии материала для изготовления удилища можно ловить рыбу, зажав леску между большим и указательным пальцами.

Леска. для ловли мелкой и средней рыбы, обычно используется леска диаметром 0,15-0.25 мм; для ловли крупной рыбы - 0,3-0,8 мм.. Возможно распускать на отдельные нити брезентовые и плетеные ремни, используемые в рюкзаках, вещмешках, походных сумках и т. п. Отличной леской может послужить капроновая нить, вытянутая из шва палатки, спального мешка, одежды. Проще всего закрепить леску на улочке, пропустив её в сделанный на конце удилища тонкий щелевидный разрез. проследите, чтобы леска не заканчивалась на конце удилища, а протягивалась к комелю, где её возможно будет придерживать руками. В противном случае при сломе удилища снасть вместе с пойманной рыбой уйдёт в воду.

Грузило. Идеальное грузило получается из крупной, прорезанной до половины дробинки, гвоздь, болт, гайка, металлические части одежды, обуви и снаряжения. В простой удочке грузило закрепляется на расстоянии 12-15 см от крючка. Вес его подбирается таким образом, чтобы обеспечить поплавку вертикальное, приподнятое над поверхностью воды положение.

Поплавок. Для поплавка подойдет всякий плавающий и легко обрабатываемый материал: пенопласт, пробка от бутылки или термоса, авторучка, кора дерева, толстая соломинка или сухая камышинка.

Крючок. В аварийной ситуации хорошие крючки можно изготовить из гвоздей, металлической проволоки. Для этого конец гвоздя, проволоки надо слегка расплющить и сделать лезвием ножа глубокую зарубку, чуть отогнув стружку вверх для образования бородки, препятствующей срыву попавшейся рыбы. Теперь достаточно выгнуть гвоздь в форме крючка и сделать кольцо или лопаточку для вязки лески. Неплохие крючки получаются из проволочного кольца от связки ключей, разломленной на две части английской булавки, раскрученной пружины от стержня авторучки. Для облегчения работы с твердыми сталями, их можно попытаться прокалить на огне. Деревянный крючок проще всего сделать из ветки с отходящим в сторону под острым углом сучком. Уловистость крючка напрямую зависит от остроты его жала.



Ужение с поплавком. Поплавок устанавливается на требуемом расстоянии от крючка (обычно 1-3 м), что обеспечивает погружение крючка с наживкой на нужную глубину. Забрасывать удочку лучше от себя, так как при броске через голову крючок может зацепиться за растительность на берегу. О поклевке рыбы и моменте подсечки судят по движению поплавка на поверхности воды. Надо сделать простейшие держаки из раздвоенных на конце веток (рогаток), вбитых в дно. При ловле примитивной удочкой стремление «взять крупную добычу» оправдывает себя не всегда. Надёргать несколько килограммов мелких окуньков или пескарей бывает гораздо легче, чем поймать *2*-3-килограммовую щуку.

При ловле удочкой надо соблюдать несколько простейших правил.

Лучше одновременно забросить 3-4 удочки с различными насадками, чтобы определить, какие из них более всего привлекают рыбу. А затем насадить её на все крючки. Находясь на берегу водоёма с прозрачной водой, следует соблюдать возможную тишину, без необходимости не ходить, не делать резких движений, прятаться в тени кустов и деревьев. Нежелательно погружать концы удилищ в воду, пытаться вытаскивать рыбу резким рывком - в лучшем случае рыба сорвется, в худшем - оборвется леска или сломается удилище. Рыба боится посторонних запахов, поэтому насаживать наживку следует чистыми руками. Нельзя бросать в воду предметы, имеющие посторонние запахи, особенно окурки сигарет и папирос. Пойманную крупную рыбу не следует стремиться вытаскивать по воздуху; лучше, оберегая снасти, подвести её к берегу по воде и вытащить руками или импровизированным сачком. Если сохранность снасти вызывает сомнение, лучше бросить удилище в воду и внимательно следить за его движениями. Скоро рыба устанет, и удилище остановится. Нельзя пытаться вытягивать запутавшуюся в водной растительности рыбу, надо отпустить леску и дать ей возможность высвободиться самой, после чего подтянуть к берегу. Когда крючок глубоко заглатывается и застревает в горле рыбы, не надо пытаться для его освобождения применять силу. Следует разрезать рыбу и аккуратно вытащить крючок.

Наживка Классической наживкой, привычной и рыбе и рыбаку, остается, конечно, **земляной червь**. В лесу проще всего отыскать червей подлежащими на земле стволами поваленных деревьев, под камнями, кучами прелой листвы, во влажных, затенённых местах с влажной почвой. На заболоченной местности - под корнями берез и ив, где нет мха. **Гусениц** следует собирать на стволах, ветках и листве деревьев, кустах, травяных растениях. **Короеды** - личинки различных жуков, обитающих под корой погибших еловых и сосновых деревьев. **Личинки муравьев (муравьиные яйца)** легко насобирать, если вскрыть муравейник

или поднять прикрывающий его сверху камень, ствол дерева. Кроме того, в качестве наживки можно использовать любых летающих, прыгающих, ползающих насекомых и их личинки, встречающиеся в данной местности (незнакомую наживку рыба берет с большей неохотой). Водную наживку можно добыть, протралив куском ткани дно водоема. **Мотыль** - личинки комара, красного цвета длиной 10-12 мм, живущие в донном иле. Для добычи мотыля надо зачерпнуть со дна водоема ил и промыть его в импровизированном решете. Кроме того, в качестве растительной наживки рыболовы используют специально приготовленную **зерновую насадку** - пшеницу, овес, ячмень, рожь, горох, фасоль и пр.; **недоваренный картофель; тесто; манные, пшеничные каши; белые и чёрные хлебные шарики и пр.**

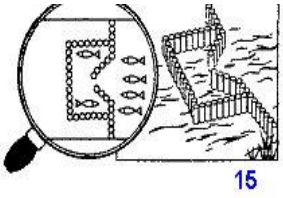
Блесны в аварийных условиях можно изготовить из любою металлического предмета с блестящей поверхностью - монеты, куска жести от консервной банки, вырезанного в форме рыбки, сережки, брошки, английского ключа, пуговицы и пр. Заброшенную в воду блесну надо подтягивать к себе, постоянно подергивая, притапливая и снова поднимая к поверхности, чтобы она плавала подобно настоящей рыбке. Необходимо провести блесну сквозь стаю мальков. Ту блесну, которая их не испугает надо использовать.

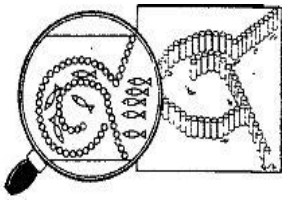
Донка-закидушка, К концу 20-40-метровой лески привязывается 20-60-граммовое грузило, а выше - 2-3 коротких поводка (лучше из тонкой металлической проволоки) с крючками. На крючки насаживается наживка после чего донка забрасывается подальше от берега, в ямы, омуты и привязывается к вбитому в берег или дно колышку. Чтобы заметить поклёвку, к леске можно привязать сторожок (палочку и пр.)

Острогой можно бить ею рыбу на мелководных участках реки. Желательно, чтобы жало остроги было изготовлено из металла. Например, из вилки. Загарпуненную рыбу не надо стремиться поднять вверх на остроге, так как она почти наверняка сорвётся. Наоборот, необходимо сильно нажать на острогу, чтобы она воткнулась в дно реки, и после этого, схватив рыбу под жабры, выволочь на берег. Иногда полезно бывает утяжелить острогу. Чтобы избежать ошибок, лучше заранее потренировать глазомер на неподвижных предметах, лежащих на дне. И помнить, рыбу пугает отбрасываемая тень.

Ловля рыбы с помощью сетей На больших водоёмах сеть проще всего использовать в качестве бредня. Для этого необходимо, зайдя поглубже в воду и растянув сеть, двигаться вдоль берега, постепенно приближаясь к нему и заводя концы снасти вперед. При этом чем выше будет у рыбаков скорость на последнем этапе ловли - вытаскивании сети на берег - и чем больше они будут шуметь, загоняя пытающуюся спастись рыбу обратно в ловушку, тем большим обещает к быть улов. Неширокие реки и ручьи можно перекрывать сетями поперек течения, от берега до берега. В воде сеть расправляется с помощью камней, грузил, привязанных к её нижнему краю, и поплавков, изготовленных из коры деревьев, пучков камыша и т. п. Чтобы сеть меньше цепляла проплывающий по реке мусор, её следует устанавливать под углом к течению. Для ловли окуня и плотвы, наиболее часто применяют одностенные сети с ячеей 27х32 мм. В такую же сеть может попасть и щучка весом до 1 кг

Рыболовные ловушки. дело достаточно долгое и оправдывает себя лишь при пассивном выживании, при длительном пребывании потерпевших на одном месте, Обычно ловушки строятся на мелководных нешироких реках и ручьях, которые возможно перегородить поперёк течения, от берега до берега.


15



Глушить рыбу можно просто палкой! Глушение палками возможно обычно в середине лета, когда рыба поднимается к самой поверхности воды и часами плавает кругами среди растительности.

Вот азы рыболовной тактики:

Рыба плохо клюет в жаркий день. Лучшее время клева - раннее утро. Больше рыбы там, где слабее течение, илистое дно, коряги, тень от деревьев. Не разговаривайте громко: рыба не любит шума.

О времени, подходящем для охоты на раков. Оптимально начинать ловить раков нужно часиков с десяти вечера и продолжать часов до трех ночи. Это как раз тот самый период времени, когда раки покидают свои убежища, чтобы раздобыть себе пропитание. Если пытаетесь ловить днем, то вам нужно не спеша, осторожно пройтись по отмели, где глубина не более полутора метров, и осмотреть дно, пошарить руками по речному грунту. Необходимо осматривать подводные камни и коряги, заглянуть под стволы деревьев, которые лежат в воде.

Как устроена рачевня и как ей ловить. Конструктивно рачевня мастерится так: берется толстый стальной пруток или проволока, из неё делается обод диаметром около полуметра. К ободу прикрепляется капроновая сетка с мелкой ячейкой, так, чтобы получилось что-то вроде небольшого сачка. В сетку, натянутую на обод, кладется приманка и рачевня опускается на дно реки. Через некоторое время (десять-пятнадцать минут) рачевня поднимается из воды. Делать это нужно быстро, чтобы пойманные раки не успели освободиться из сети. **Мелкая хитрость.** Для того, чтобы увеличить улов раков, ночью на берегу разводится костер. Странно, но раки идут на свет, от чего ловить их становится проще.

Разведка населённого пункта

Используя оптические средства наблюдения, начинают разведку населённого пункта осмотром его с расстояния, позволяющим по характерным признакам определить, есть ли там противник. Наличие войск в населённом пункте можно обнаружить по усиленному лаю собак, дыму походных кухонь, топке печей в необычное время, отсутствию людей на полях и огородах, особенно в период полевых работ. Следы танков, боевых машин при въезде (выезде), звуки работы двигателей выдают присутствие механизированных частей и подразделений. Наличие антенных устройств (радио и радиорелейных станций) на окраинах или вблизи населенного пункта, шестов кабельной линии связи или следов неглубоко прикопанных кабелей, посадочной площадки для вертолетов указывает на расположение командного пункта. Определить огневую точку, установленную в фундаменте дома, можно по расчищенному сектору для стрельбы (по отсутствию части забора или по вырубленным деревьям), отличию окраски от общего фона, усилению стен дополнительной кладкой или мешками с песком. При осмотре населённого пункта следует обращать внимание на кусты, отдельные строения, глубокие канавы, овраги на окраинах, где противник может располагать подразделения охранения, а также на крыши, чердаки, окна высоких зданий, фабричные трубы, откуда он может вести наблюдение. При разведке селения хорошо прибегнуть к помощи какого-нибудь знакомого верного человека, живущего в этом селении. Подходить к селению надо осторожно. К строениям подходи не с фасада, а с той стороны, где находятся хозяйственные постройки, дворы, сады, огороды. Дверь за собой плотно не закрывай. Во дворе оставь дозорного. Если в доме есть люди, вызови сначала хозяина и опроси ого. Всегда становись так что бы тебя не обстреляли с окон или дверей. Из населённого пункта выходи в противоположную сторону твоего дальнейшего движения.

Изучение следов

Направление движения боевой техники и транспортных средств

- грунт под выступом протектора или гусеницы уплотняется несколько больше в сторону, противоположную направлению движения;
- капли жидкости (масла), упавшие по ходу движения, вытянутыми тонкими концам указывают в сторону движения;
- частицы грунта отбрасываются колесом или гусеницей в сторону, противоположную направлению движения;
- трава и кустарники приминаются в сторону движения;
- грязь и вода при переёзде через лужи, канавы, обычно разбрызгиваются в стороны и вперёд, а в направлении движения остается влажный след;
- при выезде с грунтовой дороги на шоссе, особенно при влажном грунте, на асфальте остаются частицы почвы, указывающие направление движения.

Зная механизм образования следа при ходьбе, нетрудно установить, куда двигался человек или группа.

- наибольшая глубина следа бывает в той его части, которая обращена в сторону движения, так как именно носком человек делает своего рода толчок, двигаясь вперёд;
- сдвиг грунта, как правило, происходит от передней части следа в сторону, противоположную направлению движения;
- капли грязи падают с обуви по ходу движения вперёд, при этом острые концы капель направлены в сторону движения человека;
- в вязком грунте на стенках следа образуются вертикальные борозды или царапины, которые изогнуты верхними концами в сторону движения;
- отдельные небольшие комочки грунта выбрасываются вперёд, в сторону движения, а у следов на песке и на снегу, если нога погружается глубоко, образуется небольшой валик грунта на стороне противоположной направлению движения.

Следы, оставленные на почве:

1 ч 30 мин - На рыхлой почве след сохраняет достаточную свежесть и некоторую влажность в тени. Поверхность следа легко продавливается, если нажать пальцем руки. Осыпь земли у среза носка обуви рыхлая. На следе видны еле заметные трещины. После дождя вода, попавшая в след, отстаивается и светлеёт.

3 ч - На рыхлой почве сохраняется чёткий отпечаток. Поверхность следа затвердевает. Увеличиваются размеры трещин и образовываются новые. Появляется новая осыпь земли. На влажной земле комочки грунта на следе засыхают, светлеют и заметно отличаются от темного дна следа. Если почва вязкая, то дно следа покрывается коркой. Примятая трава, если следы оставлены на низкой траве, полностью выпрямляется. Следы, оставленные на песке и пыли, даже при незначительном ветре почти незаметны.

6 ч - На рыхлой почве достаточно хорошо видны высохшие участки следа. Увеличиваются размеры и количество трещин. Поверхность следа покрыта твердой коркой. На дне следа, оставленного на вязкой почве, появляются трещины. Вода, попавшая в след, отстаивается, и дно следа начинает покрываться осадком грязи. Примятая высокая трава выпрямляется.
12 ч - Поверхность следа из-за разности температур воздуха (дневной и ночной) слегка увлажняется. На поверхности следа резче обозначились трещины и появились новые. На некоторых участках след начал разрушаться. Вода отстаивается и становится совсем прозрачной, а дно следа полностью покрывается осадком грязи.
24 ч - Поверхность следа из-за разности температур воздуха в течение суток деформируется.. Частицы грунта отделяются от дна следа и как бы "набухают". Осыпь сдувается ветром, вследствие чего виден срез носка обуви. В некоторых местах заметен незначительный сдвиг почвы на следе. Высокие стебли травы, если они не сломаны, полностью выпрямляются.

Следы на неглубоком снегу

1 ч 30 мин - Поверхность следа при нажатии пальцем продавливается. На стеблях травы, прижатой ногой, появляются едва различимые наслоения мелкого снега. Все еще хорошо заметен четкий отпечаток.
3 ч - Поверхность следа твердеёт, но при незначительном усилии продавливается. На его поверхности и на прижатой траве заметно наслоение снега.
6 ч - Поверхность следа становится твердой и при легком нажатии не продавливается. Стебли прижатой травы полностью покрываются налетом снега.
12 ч - Поверхность следа твердая и продавливается только при сильном нажатии. Увеличивается нанос снега, весь след настолько покрыт мелким снегом, что он почти полностью скрывает стебли сухой травы, примятой на следе.
24 ч - Поверхность следа покрывается сплошной ледяной коркой. Стебли примятой травы на следе полностью покрываются мелким снегом. Нарушаются общие контуры следа
Процесс исчезновения следа значительно ускоряется в ветреную погоду, так как при ветре почва значительно быстрее сохнет и следы быстрее заносятся песком, пылью, листьями.

Наблюдение за поведением животных

Настораживание. Животное или птица сидит или стоит совершенно неподвижно, голова поднята кверху или вытянута вперёд. Тело настороженного животного обычно как бы сжато в готовности к прыжку.
Всматривание. Шея вытянута в направлении объекта тревоги либо кверху. Медведь, заяц, белка, бурундук стараются приподняться, суслик поднимается на задние лапки, а птица вытягивается на ногах. У млекопитающих морда устремлена прямо на объект тревоги. У птиц клюв направлен несколько в сторону от него, так как они рассматривают предмет одним глазом.
Принюхивание. При появлении тревоги животные пользуются верхним чутьем: оскаливаются, вытягивают шею горизонтально и втягивают воздух ноздрями, совершая короткие движения головой. При поиске пищи пользуются нижним чутьем
Движение. Встревоженное животное отличается порывистостью движений (короткие шаги, небольшие остановки, поднятая нога несколько задерживается в воздухе), оно ступает осторожно, как бы крадучись, шея вытянута вперёд и несколько вверх.
Побег или улетание. Встревоженное животное сначала бросается в сторону, а затем поворачивается в направлении, противоположном объекту опасности; птицы, удаляясь от объекта опасности, взлетают без разворота. При внезапной встрече с опасностью во время движения животное обычно резко меняет свое направление.
Утки. Встревоженная утка вытягивает шею и делает головой быстрые и короткие кивающие движения, всматриваясь в объект тревоги, причем клюв её направлен в сторону. Заметив опасность в полете, она быстрым разворотом поднимается вверх.
Вороны. Если ворона вблизи своего гнезда издает испуганное частое карканье, то это значит, что где-то недалеко пробирается человек. При этом ворона или сидит, или перелетает с дерева на дерево по самым верхушкам. Появление и особенно скопление ворон в лесу зимой, вдали от жилья, говорит о присутствии человека.
"Концерты" зеленых лягушек, урчание зеленых жаб, трель квакшей означают, что там, откуда доносятся звуки, все спокойно (человека нет), а внезапное и резкое смолкание их свидетельствует о появлении человека.

Выход зимой из леса

Скорость движения пешком снижается до 2 км/ч при глубине снега 30—50 см; до 1 км/ч — при глубине 50—70 см и не более 0,5 км/ч—при глубине более 75 см. При переноске груза скорость движения уменьшается в 2 раза, а при использовании лыж и снегоступов — значительно увеличивается.

Рыбачить и охотится стоит только в том случае, если это не потребует больших затрат энергии и охота будет эти затраты с избытком компенсировать. Если добудете какое-нибудь мясо или рыбу, т.е. источник белка, то можно добавлять в меню и съедобную растительность (зимние грибы, березовую заболонь и пр. но только то, в съедобности чего, вы уверены и, естественно, в вареном виде.) Если употреблять только растительную пищу, к тому же непривычную для желудка, можно сделать только хуже. Измученному диареей, выживать вам будет намного труднее. Муки голода лучше заглушать обильным питьем, благо снега кругом завались, было бы, в чем растопить и вскипятить. Ну и заваривать, естественно, ягоды шиповника, веточки смородины, хвою, всяко витамины.

Поскольку, добыча источника белка в зимнем лесу, даже при наличии ружья, дело не простое, и требует больших энергозатрат, если результата нет, лучше не усердствовать, а ограничиться самоловами (петлями и пр.) и тратить силы только на заготовку дров, а в остальное время лежать у костра, и попытаться как можно сильнее утеплить свое укрытие, чтобы уменьшить расход топлива.

В светлое время суток лучше не отвлекаться, а целенаправленно двигаться к цели, т. е. к людям. Если не уложились в световой день, но дорога вам известна, осталось недалеко идти, и у вас есть фонарь, и нет опыта зимних ночевок, то лучше не останавливаться и идти в темноте, не торопясь и часто отдыхая. В первый день силы еще есть, а потом будет все меньше и меньше, а так вы, по крайней мере, не замерзнете.

Если на дорогу требуется несколько дней, за 1-3 часа (в зависимости от того, есть у вас топор или нет) нужно выбирать место и останавливаться на ночлег. Вообще, во второй половине дня уже следует примечать удобные места для ночлега. Может случиться так, что сумерки близко, а удобного места нет, тогда проще вернуться к раньше примеченному месту.

Если выходите самостоятельно, и есть реальная возможность уложиться в несколько дней, надо рассчитывать на внутренние резервы организма. Пить, конечно, надо обязательно, но не есть снег, а топить его, кипятить и заваривать, тем, что можно мимоходом собрать, по крайней мере, хвою. И еще, следует учитывать, что пройденное за день расстояние будет каждый день уменьшаться, а время необходимое на оборудование ночлега - увеличиваться. И идти надо не торопясь, не потея, и часто отдыхая.

Первая стадия замерзания

Теплая кровь при переохлаждении усиленно продвигается к поверхностным (кожа) и периферийным (руки, ноги) участкам тела и возвращается холодной. Компенсация теплопотерь происходит, пока запасы энергии не иссякнут. Дрожь тела - это попытка организма за счет микродвижений выработать дополнительное тепло

Вторая стадия замерзания

Для компенсации теплопотерь необходимо принять дополнительные меры по увеличению скорости тока крови. Это интенсивное, спровоцированное извне расширение сосудов прием внутрь алкоголя, увеличение психо-эмоционального возбуждения, в том числе физические упражнения. Не следует забывать, что в этом случае кровь возвращается от поверхностных органов излишне охлажденная. Однако при дальнейшем переохлаждении организм уже не справляется с адекватным согреванием крови и сосредоточивается в «малом» круге кровообращения (мозг, легкие, сердце, печень). «Мерзнут ноги - утепляй голову».

Третья стадия замерзания.

Человек перестает дрожать, ему становится «хорошо», «тепло», приятно кружится голова, возникает желание лечь и отдохнуть. Если товарищи будут заставлять его двигаться и даже тормошить, двигать и растирать, то результат может оказаться трагичным. Скорость остывания резко повышается, поэтому дальнейшая активность только истощит организм и усугубит потери тепла.

Поэтому запомните: пострадавшего, который перестал дрожать, ни в коем случае нельзя растирать, двигать и заставлять двигаться, так как первым эффектом этих действий будет приток холодной крови от периферии к центральной зоне и дальнейшее падение температуры, охлаждение мозга и сердца (вплоть до его остановки). В результате наступает так называемая «смерть при спасении». Основной и, пожалуй, единственный способ спасения - «медленное» (до 3-6 часов) согревание.

Холодовой шок

В пути, при передвижении в мокрой одежде вас может подстеречь так называемый холодовой шок. Он возникает при длительном (до нескольких часов или суток) нахождении при плюсовой (!) (около+4... + 10С°) температуре, в условиях переувлажненного воздуха, а также интенсивной работы с большими теплопотерями. Часто наблюдается при длительных попытках согреться за счет движения, тем более высушить мокрую одежду «на себе». Наблюдается в виде кратковременного «отключения» мышц на конечностях.

Ледяной шок

Наблюдается при неожиданном попадании в холодную воду (0... +4С°). Находясь в воде длительное время, можно частью снятой одежды утеплить голову, особенно затылочную часть и область паха

Методы согревания

Переодеться в сухую одежду. Если нет сухой - снять мокрую, отжать и надеть на себя. В этом случае на голое тело предпочтительнее надевать шерстяные вещи. Они телом согреваются быстрее.

Пострадавшего, раздетого, помешают в спальный мешок вместе с так же раздетым спасателем, который своим телом согревает в первую очередь живот и грудь. Второй спасатель, если позволяют размеры спального мешка, таким же образом отогревает спину. При отсутствии спального мешка его подобие сооружается из одежды всей группы, которая проводит это время возле костра.

Замерзшие руки общеизвестное отогревание рук «по-рыбацки», т.е. на внутренней стороне бедер, где проходят наиболее крупные артерии и запас тепла максимальный.

Оптимальным вариантом использования алкоголя является «таежный грог« (две столовые ложки спирта на кружку горячего крепкого чаю).

Холодовая тренировка организма

Холод надо просто научиться «терпеть». Отсюда рекомендации: для тренировки последних наиболее эффективным способом может быть кратковременный бег (1,5-2 мин.) босиком по снегу. 1,5-2 мин. пробежки рекомендуется перемежать с 5-6 мин. разминки в теплой обуви. Эффективным средством холодовой тренировки в комплексе с бегом босиком по снегу является парная баня. Она способствует интенсивной работе организма в режиме температурного дисбаланса.

Преодоление водоемов по льду

Отдельные пешеходы могут переходить водоемы по льду, когда его толщина достигает 5-7 см, а группа людей – 7-12 см. Всадник на лошади может ехать по льду толщиной 10-12 см, проезд легковых автомашин разрешается по льду толщиной 25 см, грузовых машин с грузом – 45 см. Одним из опознавательных признаков непрочности льда является его цвет. Во время дождей лед становится белым (матовым), а иногда и желтоватым (он непрочен). Наиболее прочным бывает лед с синеватым или зеленоватым оттенком.

Если поверхность льда не покрыта снегом, можно увидеть, как под ногами образуются мелкие, расходящиеся во все стороны радиальные трещины. Одновременно слышно негромкое похрустывание, напоминающее треск рассохшегося дерева. По такому льду можно идти лишь в самом крайнем случае. Если к радиальным трещинам добавляются еще и кольцевые, значит он может проломиться в любой момент.

Наиболее тонок и опасен лед под снежными сугробами, у обрывистых берегов, зарослей тростника, в местах впадения и вытекания из озер рек и ручьев, возле скал, вмороженных в лед коряг, поваленных деревьев, досок и другого мусора, в местах слияния нескольких потоков, то есть там, где вода неспокойна. Если у вас за спиной рюкзак, одну лямку следует снять, чтобы иметь возможность мгновенно избавиться от него. Или волочить в нескольких метрах за собой на веревке. Крепления на лыжах надо расстегнуть, руки из петель лыжных палок вытащить.

Когда вы провалились под лед:

• Самое главное — сохранять спокойствие и хладнокровие.

• Избавиться от тяжелых, сковывающих движения вещей.

• Не терять времени на освобождение от одежды, т.к. в первые минуты, до полного намокания, она удерживает человека на поверхности.

• Выбираться на лед в месте, где произошло падение.

• Выползать на лед методом «вкручивания», т.е. перекатываясь со спины на живот.

• Втыкать в лед острые предметы, подтягиваясь к ним.

• Удаляться от полыньи ползком, по собственным следам.

При этом следует помнить, что **наиболее продуктивны первые минуты пребывания в холодной воде**, пока еще не намокла одежда, не замерзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие.

Оказывать помощь провалившемуся под лед человеку следует только одному, в крайнем случае, двум его товарищам. Скапливаться на краю полыньи всем не только бесполезно, но и опасно. Оказывающий помощь человек должен лечь на живот, подползти к пролому во льду и подать пострадавшему конец веревки, длинную палку, ремень, связанные шарфы, куртки и т.п. При отсутствии всяких средств спасения допустимо нескольким людям лечь на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, и так, ползком, подвинувшись к полынье, помочь пострадавшему. Во всех случаях при приближении к краю полыньи надо стараться перекрывать как можно большую площадь льда, расставляя в стороны руки и ноги, и ни в коем случае не создавать точечные нагрузки, упираясь в него локтями или коленями. Помощь человеку, попавшему в воду, надо оказывать очень быстро (10 — 15 минутное пребывание в ледяной воде может быть опасно для жизни)