

# УКЛАДКА СНАРЯЖЕНИЯ В РЮКЗАК

## *Как правильно выбрать рюкзак?*

Рюкзак для многодневных походов следует выбрать вместительный с задними и боковыми карманами, с широкими плотными лямками. Он должен быть изготовлен из плотной крепкой ткани, иметь вшитое дно и небольшой вес. Все, что несет турист, укладывается в рюкзак. Руки при ходьбе должны быть свободными.

## *Правила укладки рюкзака.*

Требования к укладке рюкзака весьма строги. Рюкзак должен быть уложен так, чтобы он стал как бы частью тела туриста и сохранял правильную осанку. Неправильно уложенный рюкзак обязательно натрет спину. Нижняя часть рюкзака должна быть вогнутой, повторяя форму поясицы, и плотно к ней прилегать. К спине рюкзак должен прислоняться, а не давить на нее.

В обычных рюкзаках вдоль спинки и дна укладывается спальный мешок или одеяло. Углы рюкзака, к которым пришиты лямки, обязательно должны быть наполнены. Тогда рюкзак будет хорошо лежать на спине. На дно кладут самые тяжелые предметы (консервные банки, мешочки с крупой и т. д.); сверху - груз полегче (хлеб, макароны, одежду). В задний карман укладываются миска, ложка, нож. В один из боковых карманов - туалетные принадлежности, фонарик, топор.

Все что может потребоваться в пути - рубашка, носки, - лучше всего положить в другой боковой карман, чтобы не развязывать рюкзак при резком изменении погоды. Накидку от дождя, куртку помещают под верхний клапан\* рюкзака, чтобы в случае надобности их легко было достать. В кармане на верхнем клапане - удобное место для маршрутного листа, карты.

Самое уязвимое место в рюкзаке - дно и боковые карманы, поэтому хрупкие вещи туда класть нельзя.

При укладке рюкзака необходимо установить твердый порядок расположения вещей и запомнить его, чтобы в любой момент можно было достать необходимое. Не следует привязывать вещи, например котлы или обувь, сзади рюкзака.

Чтобы мелкие вещи не рассыпались в рюкзаке, сшей заранее несколько мешочков разных размеров. Такие же чехлы пригодятся для белья, посуды. Документы, карты, схемы заранее положи в непромокаемую упаковку.

Уложив рюкзак, завязав его и застегнув карманы, обязательно надо проверить, удобно ли его будет нести, не упрутся ли в спину твердые предметы. Если они упрутся, рюкзак нужно терпеливо собрать заново.

**РЮКЗАК** - заплечный вещевой мешок с карманами.

**КЛАПАН** - нашивка из куска материи, прикрывающая карманы.

### Задание №1

Расскажи, как правильно выбрать рюкзак для похода.

---

---

---

---

### Задание №2

Покажи стрелками, где в твоём рюкзаке разместятся эти вещи?



### Задание №3

Соедини стрелками с рюкзаком только те предметы, которые ты возьмешь с собой в поход?

