МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР КРАЕВЕДЕНИЯ И ТУРИЗМА»
Г.МИЧУРИНСКА ТАМБОВСКОЙ ОБЛАСТИ

«Техника пешеходного туризма, организация навесных переправ»

Разработал:
педагог дополнительного образования
«Центра краеведения и туризма»
Г. Мичуринска Тамбовской области
Трунов Николай Николаевич

Мичуринск, 2021г

Аннотация.

Туризм давно стал частью нашей жизни, и активно пропагандируется как элемент здорового образа жизни. Различают несколько видов туризма. Пеший, горный, лыжный, водный, и тд. Сегодня, мы остановимся на пешем туризме, как наиболее распространенным и популярным в нашей стране. Пеший туризм, предполагает, как передвижение на большие расстояния, так и преодоления различных препятствий при помощи вспомогательных средств. Веревок, страховочных систем, блок роликов и др.

В данной методической разработке описывается способ преодоления естественных препятствий при помощи навесной переправы. Данный способ требует особого внимания к процессу организации, так как допущенные ошибки приведут к травмам.

Данная методическая разработка составлялась в помощь педагогам дополнительного образования, работающим в туристско-краеведческой направленности, учителям ОБЖ, педагогам организаторам, готовящих участников к соревнованиям по спортивному туризму

Оглавление

Пояснительная записка	4
Педагогическая целесообразность	4
Новизна	4
Отличительная особенность	5
Цель	5
Планируемые результаты	5
Формы организации учащихся	6
Методы и технологии	6
Оснащение	6
План занятия	7
Заключение	16
Список литературы	16

Пояснительная записка

Данная методическая разработка составлялась в помощь педагогам дополнительного образования, работающим в туристско-краеведческой направленности, учителям ОБЖ, а так же педагогам организаторам, подготавливающим команды к соревнованиям по спортивному туризму.

Данная разработка составлялась с использованием гиперссылок. Данный метод позволяет сделать изучение новой темы интерактивной.

Навесная переправа - метод преодоления водных преград, методом навески веревок. Метод, изложенный в данном пособии, активно используется в проведении соревнований по спортивному туризму, что говорит об актуальности выбранной темы.

Педагогическая целесообразность

Данное учебное пособие педагогически целесообразно, так как при ее реализации происходит комплексное развитие таких сфер как:

- духовная сфера- развитие духовных человеческих качеств необходимых в экстремальных условиях жизни;
- самоутверждение личности, включая все личные достижения;
- оздоровительный эффект - естественное благотворное влияние природной среды;
- психологическая сфера - социализация и адаптация к быстро меняющимся условиям.

Учебное пособие разработано на основе педагогических принципов: систематичность, последовательность, преемственность, доступность, соответствие содержания возрастным особенностям.

Новизна:

В содержании заложены и формируются туристские умения, навыки. Расширяются туристские знания, на основе регионального компонента, в соответствии с Концепцией развития дополнительного образования детей.

Отличительная особенность:

Данного учебного пособия состоит в том, что оно является практико-ориентированной, что способствует развитию деятельностных компетенций, социально и личностно значимых в современных условиях.

Цель:

Познакомить учащихся с методикой организации навесных переправ.

Развивающая:

Развить навыки пользования специальным оборудованием.

Развить навыки организации навесных переправ.

Развить навыки работы в команде.

Образовательная:

Познакомить обучающихся с оборудованием, применяемым в организации навесных переправ.

Познакомить обучающихся с принципами его работы.

Познакомить с техникой безопасности при наведении навесных переправ.

Воспитательная:

Воспитать умение слушать и слышать товарищей.

Воспитать уважительное отношение к чужому мнению.

Воспитать умение поддерживать других и быть к ним благожелательными.

Планируемые результаты:

Личностные:

- будут стремиться к здоровому образу жизни, получат позитивный взгляд на жизнь

- будут с уважением относиться друг к другу и окружающим людям.

Предметные:

- овладеют техническими навыками пешеходного туризма;

- ознакомятся с технологиями проведения туристских походов;

- изучат технику безопасности в походе и при проведении соревнований;

- научатся организовывать навесные переправы;

- получат жизненно важные навыки, необходимые для выживания в экстремальных условиях;

Метапредметные:

- будут развиты личностные качества: смелость, терпение, настойчивость, целеустремленность, аккуратность, воля к достижению цели;

- будут развиты коммуникативные личностные качества.

Формы организации учащихся: групповая, фронтальная.

Методы и технологии: ИКТ, практическая и самостоятельная работа.

Оснащение:

Веревка статическая, два отрезка по 25м, диаметр 10

карабины 6 штук овалы

блок ролики 2 шт. одинарный двойной

Спусковое устройство венто высота/десантер 2021г

обвязки венто стандарт

прусик

жумар

зажим

План занятия

№ п/п	Этапы занятия	Время	Действия учителя	Действия обучающихся
1	Организационный момент	2	Здравствуйте ребята! Давайте отметим отсутствующих и преступим к нашему занятию.	Готовятся к занятию, называют отсутствующих.
2	Актуализация темы	2	Сегодня, мы с вами погрузимся в трудности, которые готовит нам походы, а именно переправы через реку. Познакомимся с методами организации веревочной переправы. Научимся работать с туристским оборудованием.	
4	Контроль исходного уровня знаний учащихся	10	Но перед тем, как мы начнем, предлагаю поразмышлять, а зачем нам нужны переправы, почему мы не можем вброд пересечь реку?	Ответы обучающихся: «Не всегда можно безопасно преодолеть реку вброд. Так же навесная переправа поможет при перебросках вещей и пострадавших с одного берега на другой»
5	Изучение нового материала.	24	Слайд 1. Здравствуйте ребята. Сегодня, на занятии, мы познакомимся с навесными переправами, узнаем как правильно организовать переправу, а так же познакомимся с мерами безопасности. На протяжении всей презентации, некоторые слова будут выделены, кликнув на них, вы увидите более подробное описание предмета, либо	

			узла. Слайд 2 Представим, что нам нужно перебраться с одного берега реки на другой. Если нам позволяет река, то можно ее пересечь вброд, но что делать если у нас много с собой вещей, и течение реки достаточно сильное? Нужно организовать навесную переправу. Навесная переправа, это метод преодоления препятствий при помощи тросов или веревок. Слайд 3 Для организации навесной переправы нужно специальное снаряжение. Первая вещь, которая нам понадобится, это индивидуальная страховочная система. Слайд 4 Индивидуальная страховочная система необходима для страховки туриста, при падении, она удержит его, и турист не упадет в реку. Слайд 5 Индивидуальная страховочная система состоит из грудной обвязки, поясной беседки, и блокировки. Слайд 6	

			Грудная или верхняя обвязка. Часть индивидуальной страховочной системы, фиксирующая плечи туриста, предотвращающая выпадение последнего из поясной беседки при случае потери сознания. Различают два типа грудных обвязок. Тип бабочка, и стандартный тип. И та, и другая одинаковы по своим функциям. В одной грудной обвязке, без применения беседки, находиться запрещено! Слайд 7 Поясная беседка. Основной элемент в индивидуальной страховочной системе, это беседка. Вследствие этого, турист может находиться в безопорном пространстве. Различают несколько видов беседок. С единой силовой точкой и с кольцом. Во всех типах беседок, такие элементы обозначены красным цветом. Встегивать страховку разрешается только в силовые элементы, и никуда больше! Слайд 8 Блокировка - отрезок основной веревки, объединяющий между собой силовые кольца беседки и грудной обвязки.	

			Завязывается обычным «проводником». Так же, частью индивидуальной страховочной системы является самостраховка. Это небольшой отрезок основной веревки, одним концом ввязывается в индивидуальную страховочную систему, а другим присоединяется карабином к перилам. Слайд 9 Когда все туристы подготовлены, и облачились в страховочные беседки, можно начинать организовывать навесную переправу. Берег, на котором мы находимся, называют исходной стороной. Берег, на который нам нужно попасть целевой стороной. Слайд 10 Для организации переправы, необходимо одного человека отправить на целевой берег, а для этого нужно обеспечить ему страховку. Слайд 11 Для этого, в его страховочную систему, при помощи карабинов, крепятся две основные веревки. Такие веревки называются перильными. Одну веревку держат не менее двух человек. Эта веревка должна	

			располагаться позади туриста. Вторая, располагается ниже по течению. Ее может держать один человек. В случае падения человека, веревка, расположенная позади, блокируется. Турист, держащий веревку внизу по течению, начинает вытягивать на себя. Тем самым, маятником, вытаскивают пострадавшего на берег. Слайд 12 Турист преодолел реку, и оказался на целевой стороне, теперь он ищет надежную точку опоры, это может быть любое мощное дерево, которое выдержит вес нескольких человек. Слайд 13 Когда такое дерево выбрано, турист, при помощи узла «штык», крепит две веревки к этому дереву. Навесная переправа должна состоять из сдвоенной веревки, так как две веревки лучше держат натяжение, и в случае обрыва одной из них, другая продолжит страховать. Слайд 14 Перила закреплены на целевой стороне, но преодолевать препятствие рано. Для начала	

			необходимо натянуть их. Вытягивать грубой физической силой не рационально, есть иной способ. Полиспаст – система из веревки и блок роликов, позволяющая экономить усилия при натяжении перилл. Посмотрим на слайд. Коричневой веревкой обозначены основные перила, к ним, при помощи «схватывающего» узла, крепится вспомогательная веревка, она обозначена зеленым цветом. Под номером три, мы видим одинарные блок ролики, которые уменьшают трение веревки, если блок роликов нет, то можно использовать карабины. Под цифрой пять показано зажимное устройство, так же можно использовать «схватывающий» узел. Под цифрой один находится обычная петля, обернута вокруг дерева, к которой при помощи карабина крепится блок ролик. Данный полиспаст экономит силы примерно в три раза. Слайд 15 Полиспаст тянут от 2 до 3 человек. Когда натяжение основных веревок достаточно, то на уровне дерева вяжется узел «карабинная удавка». При	

			помощи этого узла, под натяжением, крепится навесная переправа. Слайд 16-17 Когда перила хорошо натянуты и закреплены, пришло время первому туристу переправиться на целевую сторону. Первым делом встегивают самостраховку, а потом основной карабин. Когда турист находится на перильной линии, в его Индивидуальную страховочную систему встегивают сопроводительную веревку, другим концом, которая крепится к точке опоры на исходной стороне. Эта веревка нужно для транспортировки туриста на исходную сторону в случае, невозможности самостоятельно преодолеть навесную переправу. Слайд 18 После преодоления первым человеком навесной переправы, он сначала выстегивает основной карабин, затем самостраховку. Сопроводительную веревку он крепит к точке опоры на целевой стороне. Тем временем, туристы, находясь на исходной стороне, на сопроводительной веревке	

			вяжут узел «восьмерка». Теперь, мы получили так называемый челнок, который позволит транспортировать пострадавших и ценные вещи с исходной стороны на целевую сторону. Слайд 19-20 Когда все ценные вещи, пострадавшие и туристы благополучно переправились на целевую сторону, можно делать самосброс переправы. Для этого, последний человек находясь на исходной стороне отстегивает челнок от точки опоры и встегивает его в «карабинную удавку». Переправившись на целевую сторону, он стягивает все веревки, потянув за челночную веревку. Слайд 21 Перед вами основные соединительные звенья - карабины, они бывают с муфтой (справа) и без муфты (слева). Для безопасного наведения переправ необходимо использовать карабины с муфтой. Слайд 22 Веревку можно пропустить и сквозь карабины, но тогда будут большие потери на трении. Что бы	

			их избежать мы пользуемся блок роликами. Обратите внимание на карабины. С блоками лучше всего использовать овальные карабины. Иначе есть риск разрушения карабина, либо блок ролика. Слайд 23 Зажимы, могут двигаться по веревки в одну сторону, и блокируют движение в другую. Существуют два вида зажимов, с зубчиками в рабочей части, и без них. Зажимы с зубчиками лучшее цепляются за веревку, но могут повредить оплетку, если приложить слишком большое усилие. Слайд 24 Основная, или перильная веревка. Веревка диаметром 10мм, используется для наведения перилл. Необходимо использовать лишь сертифицированную веревку, прошедшую испытания на заводе изготовителе. Для переправ необходимо использовать сдвоенные веревки. Слайд 25-27 Изображение вязки различных узлов.	
6	Закрепление новой темы.	5	А теперь давайте ответим на следующие вопросы.	Ответы обучающихся:

			Давайте подумаем и ответим на них. 1) Для чего нужны веревочные переправы? 2) Из чего состоит страховочная система? 3) Из скольких веревок состоят перила?	
7	Домашнее задание	1	Хорошо поработали, а теперь домашнее задание. Я раздам вам презентацию с текстом. Ваша задача изучить весь сегодняшний материал.	Обучающиеся, записывают домашнее задание.
8	Рефлексия	1	А теперь, давайте проверим ваше настроение. На столах лежат два кружка. Зеленый значит, что вам занятие понравилось. Красный означает, что вам было скучно. А теперь, поднимите тот кружок, который соответствует вашему настроению и отношению к данному занятию.	Обучающиеся, поднимают табличку в соответствии со своим эмоциональным фоном.

Заключение:

Навесная переправа является ярким событием любого похода. Данное учебное пособие раскрывает все секреты организации навесной переправы.

Список литературы:

1. Алексеев А. «Спортивный туризм в СССР и России».− М.: «ООО САМ Полиграфист», 2015 - 468 с.
2. Бардин, К.В. Азбука туризма (о технике пешеходных путешествий): учебно-методическое пособие. - М.: 2004. - 198 с.
3. Балабанов И. «Узлы». − М.: Издатель 2014. - 80 с.