**План – конспект**

**занятия по теме:**

**«Техника наведения навесной переправы»**

**Цель:**

- сформировать у учащихся умение преодолевать овраги по навесной переправе

**Задачи:**

- закрепить умения использовать страховку и самостраховку на переправе;

- продолжить формирования навыков самостоятельной работы по наведению верёвочных переправ;

- способствовать развитию логического, аналитического мышления, умения принимать правильные решения;

- формировать умение работать в команде, чувство ответственности за принятое решение

**Место проведения**: Березовая роща

**Оборудование:** верёвки основные – 5 шт., карабины, жумары, страховочные системы, карточки заданий, инструктивный материал. 2 ватмана с изображением местности, карточки с тестами для проверки знаний.

**ХОД    ЗАНЯТИЯ.**

|  |  |
| --- | --- |
| Содержание    занятия | Деятельность обучающихся |
| **1. Подготовительная часть:**       Учащиеся делятся на три группы и занимают места на станциях, надевают страховочные системы. | Надевают страховочные системы |
| **2. Основная часть:**            Здравствуйте. Сегодня у нас с Вами занятие по теме «Техника наведения навесной переправы»  **Цель** нашего занятия – освоить способ преодоления оврагов по навесной переправе, а также закрепить умение страховать друг друга и переправляться через овраг по бревну.        Прошу Ваши группы пройти на одну из Станций. Двигаться будем по часовой стрелке. Время работы на Станции 10 минут.        Идёт параллельная работа трёх групп по 4 человека на трёх Станциях.        Педагог на Станции объясняет новой материал:        Ребята навесная переправа позволит Вам очень быстро переправиться самим через труднопреодолимый овраг или каньон и транспортировать груз. Применяется такая переправа чаще всего в горной местности и на туристских соревнованиях.        Перед переправой у вас должно быть подготовлено снаряжение. На вас уже есть страховочная система и по 4 карабина. Также у нас есть условная опора с двух сторон оврага в виде закреплённых карабинов. Нам с вами надо одну двойную верёвку длиной чуть больше, чем расстояние от опоры до опоры и одну верёвку в два раза длиннее первой. На конце каждой верёвки надо прикрепить карабин. Конец двойной верёвки, который пойдёт с первым переправляющимся на целевой берег надо завязать штыком к карабину и прикрепить к блокировке страховочной системы первого на переправе. Также к блокировке крепиться конец второй длинной верёвки. Потом надо изготовить точку страховки для первого, как вы уже делали. Первому придётся спуститься в овраг и подняться на противоположный берег с командной страховкой. На целевом берегу он закрепляет конец двойной верёвки к карабину точки опоры и встаёт на самостраховку.         Оставшиеся члены группы на исходном берегу занимаются подготовкой полиспаста.  **Подготовка полиспаста**  1) Вокруг исходной опоры на высоте, выбранной командой для натяжения транспортной веревки, двумя кусками основной веревки рядом друг с другом вяжутся две петли: первая - для временного закрепления при натяжении (через схватывающий узел) транспортной веревки, вторая - для крепления первого двойного блока полиспаста.  2) Транспортная веревка, закрепленная на целевом берегу, натягивается командой и удерживается в руках.  3) На транспортной веревке вблизи исходной опоры в направлении целевого берега завязывается первый схватывающий узел (перечень возможных узлов приведен в Методических указаниях), к примеру «Австрийский схватывающий». Узел вяжется петлей из куска вспомогательной веревки диаметром 8 мм или двойного 6 мм репшнура. Затем свободная петля этого узла присоединяется через карабин к первой петле исходной опоры. Схватывающий узел подтягивается в направлении целевого берега, создавая при этом некоторое натяжение веревки.  В этом положении веревка удерживается за счет схватывающего узла, прикрепленного через петлю к опоре. В дальнейшем этот схватывающий узел используется для временной фиксации веревки при натяжении веревки полиспастом;  4) На транспортной веревке в направлении целевого берега на максимально досягаемом расстоянии от исходной опоры (не заходя в воду) завязывается петлей второй схватывающий узел. На петлю узла крепится второй двойной блок полиспаста (рис 1).    5) Собирается система полиспаста. Для этого на конце полиспастной веревки вяжется узел «восьмерка», который присоединяется к карабину второго блока. Далее полиспастная веревка идет к первому блоку и огибает один из его роликов. Затем веревка опять идет ко второму блоку и огибает один из его роликов. В итоге веревка пройдет через все ролики первого и второго блоков, и ее конец выйдет для натяжения в направлении, противоположном креплению конца полиспастной веревки. Необходимо обратить внимание, чтобы на собираемой системе не было перехлестов веревки. Данную систему лучше всего собирать в руках, а затем закрепить на петлях опоры и транспортной веревки. В конечном итоге получается система блоков, с помощью которой можно сильно натянуть транспортную веревку (рис. 2).    **Натяжение транспортной веревки.**  Команда, удерживая в руках полиспастную веревку, тянет ее на себя. При вытягивании полиспастной веревки за счет работы системы блоков натягивается транспортная веревка. При натяжении блок, закрепленный на транспортной веревке, приближается к блоку, закрепленному на петле опоры. После натяжения свободный конец полиспастной веревки фиксируется на исходной или рядом стоящей опоре. Если натяжение транспортной веревки достаточное, с нее снимается первая петля со схватывающим узлом, а свободный конец внатяжку крепится к исходной опоре карабинным узлом. Если необходимо продолжить натяжение, то первая петля со схватывающим узлом отодвигается по транспортной веревке на предельное расстояние. Зафиксированный ранее конец полиспастной веревки отвязывается от опоры и нагрузка переносится на петлю, удерживающую транспортную веревку. Второй схватывающий узел с блоком отодвигается по транспортной веревке в сторону целевого берега, и производится дополнительное натяжение полиспастом транспортной веревки. После этого полиспастная веревка фиксируется на опоре. Затем к исходной опоре через карабинный узел жестко фиксируется транспортная веревка. Далее освобождается от нагрузки и снимается или сдвигается к опоре полиспаст и первая пеля. В случае необходимости допускается снятие средств подключения полиспаста (схватывающих узлов, блоков) участником, подвешенным к натянутой транспортной веревке навесной переправы при соблюдении мер безопасности описанных ниже (см.**«**Порядок прохождения команды по навесной переправе через реку»).  Сила натяжения транспортной веревки должна быть такой, чтобы при переправе исключить провисание веревки от веса туриста и его касание воды.  **Натяжение страховочной веревки.**  Страховочная веревка натягиваетсявыше транспортной веревки. Степень ее натяжения не регламентируется, использование полиспаста – по усмотрению команды. Вместе с тем веревка не должна нагружаться весом туриста через страховочный ус при его переправе по транспортной веревке.    **Порядок прохождения команды по навесной переправе через реку.**  При прохождении навесной переправы необходимо выполнять определенный порядок (последовательность) крепления спортсмена к веревкам и схода с них.  В начале спортсмен, используя страховочный ус с карабином на конце, пристегивается к страховочной веревке (становится на страховку). Далее к блокировке страховочной системы в районе груди к нему через карабин крепится веревка сопровождения. Затем, спортсмен пристегивается к транспортной веревке карабином, расположенным в районе беседки (условной точки его центра тяжести). Допускается пристегивание к транспортной веревке двумя карабинами (при использовании двух карабинов, в начале пристегивается грудной карабин, а затем беседочный), а также использование блоков и тележек, проверенных и разрешенных к использованию технической комиссией соревнований.  Свободный конец сопровождающей веревки должен быть закреплен на опоре, либо на участнике, удерживающем ее в руках и стоящем на самостраховке на берегу. Для сопровождения можно сделать «челнок». Для этого используют две веревки, которые присоединяют к спортсмену или одну длинную веревку, середина которой крепится к спортсмену, а концы находятся на противоположных берегах.  При переправе на транспортной веревке может находиться не более одного человека.  В случае, если по условиям соревнований организуемая переправа является наклонной (угол более 20 градусов), то должны соблюдаться следующие правила:  а) сопровождающая веревка должна выдаваться участником в рукавицах через карабин (опорную точку) на “верхнем” берегу, в том числе и для последнего участника;  б) спортсмены передвигаются по навесной переправе ногами вперед в сторону «нижнего» берега;  в) необходимо наличие самостраховки у сопровождающего, в том числе и в безопасной зоне.  При неудовлетворительном состоянии переправы, сильном провисании транспортной веревки, ослаблении креплений на опорах и в связи с этим опасном погружении участника в воду, задевании за грунт, выступающие предметы, старший судья этапа обязан остановить работу команды и потребовать вернуть участника на исходный берег. В данном случае работа может быть продолжена только после дополнительного натяжения переправы.  По очереди участники команды переправляются на противоположную сторону. Последний участник перед началом переправы пристегивает к карабинам карабинных узлов транспортной и страховочной веревок, расположенных на опоре, вспомогательные веревки. Концы веревок он крепит к себе. Это необходимо в дальнейшем для снятия транспортной и страховочной веревок «продергиванием». После переправы последнего участника на целевом берегу развязываются узлы крепления транспортной и страховочной веревок. Затем, взявшись за концы вспомогательных веревок, команда вытягивает («продергивает») их, а с ними транспортную веревку и страховочную веревку. При «продергивании» веревок необходимо следить, чтобы они не запутались и не зацепились за деревья, камни и другие предметы.       Теперь вы попробовали навести и снять навесную переправу.       На следующих двух занятиях вы самостоятельно закрепите полученные знания. | Идёт параллельная практическая работа на 3-х этапах (станциях)  Обучающиеся слушают инструктаж и выполняют действия под диктовку педагога |

|  |  |
| --- | --- |
| **3. Закрепление материала прошлых занятий**  **Две группы**обучающихся во время объяснения третьей группе нового материала работают на этапах закрепления пройденного материала.  1-я станция. Группа ребят самостоятельно повторяют наведение переправы по бревну через овраг с навешиванием и снятием верёвочных перил.  2-я станция. Группа ребят повторяет приёмы организации точки командной страховки и самостраховки на примере спуска и траверса, а также отвечает на тесты и проверяет ответы предыдущей команды. | Идёт параллельная самостоятельная работа групп на 2-х станциях закрепления пройденного материала |
| **«Верно – неверно»**  1. Страхующий другого сверху должен быть на самостраховке (+)  2. Перильная верёвка крепится к опоре прямым узлом (-)  3. Металлическая «восьмёрка» является приспособлением для спуска (+)  4. Жумар используют для страховки на траверсе (-)  5. Карабином уса самостраховки пристёгиваются к перилам на спуске (-)  6. Угол перегиба страховочной верёвки через точку страховки должен быть100о      и более (-)  7. Страхующий должен держать верёвку двумя руками в рукавицах (+)  8. На двойной опорной страховочной петле может находиться более 2 человек (+)  9. Если конец страховочной верёвки на страхующем, то он должен быть на      самостраховке (+)  10. При спусках по вертикальной стене страховку осуществлять через        «восьмёрку» (+) | Карточка с вопросами |
| **4. Подведение итогов.**       Сегодня мы закрепили умения организовывать страховку, наводить навесную переправу переправу. Проверка ответов на тесты показала, что в основном вы усвоили такой важный элемент туристской техники, как командная страховка и самостраховка. Цели, поставленные на уроке, я считаю были достигнуты. На следующем занятии мы ещё раз повторим материал этого и прошлого занятия и изучим новый. Вы познакомитесь с основными разделами правил соревнований по спортивному туризму. | Должны перечислить ошибки в ответах на тесты |

Подготовил учитель: Биндевальд Дмитрий Андреевич