

муниципальное бюджетное учреждение
дополнительного образования Анжеро-Судженского городского округа
«Станция юных туристов»



Конспект занятия
«Организация перил на этапе «Спуск»»
по программе «Турист России»
(для учащихся 15-16лет)

Автор-составитель: Васильев Денис Сергеевич,
педагог дополнительного образования

Анжеро-Судженский городской округ,
2021

Пояснительная записка

Спортивный туризм — это вид спорта, в основе которого лежат соревнования на маршрутах, включающих преодоление категорированных препятствий в природной среде (перевалов, вершин, порогов, каньонов, пещер и пр.), и на дистанциях, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе. Соревнования на пешеходных дистанциях проводятся в трех дисциплинах: лично, среди связок и среди групп.

Соревнование в спортивных дисциплинах с участием «лично» означает, что каждый спортсмен стартует и проходит дистанцию индивидуально, используя технику и тактику одиночного (личного) прохождения дистанции.

Соревнование в спортивных дисциплинах с участием «связок» означает, что одновременно стартуют два(три) участника связки проходят дистанцию, взаимодействуя между собой, используя тактические и технические приемы, обеспечивающие их совместное прохождение дистанции.

Соревнование в групповых спортивных дисциплинах означает, что участники одной группы стартуют одновременно и проходят дистанцию, взаимодействуя между собой, используя тактические и технические приемы, обеспечивающие совместное прохождение дистанции всеми участниками.

Данный конспект разработан для проведения занятия с учащимися 15-16 лет, занимающихся по дополнительной общеразвивающей программе «Турист России», первого года обучения. Занятие по получению новых знаний и умений, учащихся по данной теме проводится в спортивном зале, оборудованном согласно требованиям дополнительных общеразвивающих программ туристско-краеведческой направленности.

Данный конспект может быть использован педагогами дополнительного образования.

Тема занятия: Организация перил на этапе «Спуск»

Тип занятия: получение новых знаний и умений

Вид занятия: комбинированное

Цель занятия: знакомство с требованиями при организации перил на этапе «Спуск»

Задачи занятия:

Обучающая: изучить основные правила для при организации перил на этапе спуск;

Развивающая: развивать у детей память, внимание, мышление;

Воспитывающая: воспитывать чувство ответственности, усидчивость.

Методы и приёмы обучения: Методы словесного обучения (объяснения, вопросы, пояснения). Игровые методы и соревновательные приемы. Методы практической работы.

Предполагаемый результат: познакомиться с требованиями при организации перил на этапе спуск

Материалы и оборудование: скалолазный стенд с зацепами. Страховочные системы, карабины, спусковые устройства, веревки.

План занятия

1	Вводная часть. Организационный момент Определение целей и задач	3 мин.
2	Основная часть Объяснение нового материала. Практическая часть Разминка. Преодоление этапа спуск, с организацией перил. Закрепление материала.	38 мин.
3	Заключительная часть Подведение итогов занятия.	4 мин.

Ход занятия:

Вводная часть.

Организационный момент: Приветствие. Проверка судейского оборудования, экипировки и личного снаряжения учащихся.

Определение целей и задач: Ознакомление учащихся с темой и целью занятия.

Основная часть

Объяснение нового материала.

Педагог: в спортивном туризме различают дистанции на естественном рельефе (в природной среде) и на искусственном рельефе, (в закрытых помещениях), мы с Вами находимся в спортивном зале и соответственно этап который мы будем преодолевать установлен на искусственном рельефе. Любая дистанция состоит из набора этапов или блоков этапов, при этом различают этапы, оборудованные судейскими перилами и этапы на которых участникам самим необходимо организовать и снять перила.

Педагог показывает учащимся скалолазный стенд с зацепами установленный в спортивном зале, и объясняет, что сегодня учащимся предстоит освоить этап спуск с организацией перил, какое судейское снаряжение необходимо использовать, а также указывает точки для самостраховки участников.

Далее педагог объясняет учащимся требования, которые необходимо выполнять для правильной организации перил на этапе спуск.

Педагог: существует два основных способа организации перил на этапе спуск.

Первый способ заключается в том, что для крепления перил к точке опоры используется узел карабинная удавка. При организации перил на спуске на свободном конце перил должен быть завязан узел "проводник-восьмёрка". Если спуск заканчивается в ОЗ этапа, то нижний конец перил должен быть закреплён на ТО. При проведении соревнований в закрытых помещениях узел на свободном конце перил не обязателен.

Второй способ. Так же на спуске допускается крепление перил кольцом на ТО. В этом случае концы верёвки должны быть связаны узлом из п. 3.7 регламента либо соединены при помощи карабина, при этом устройства для обеспечения самостраховки и движения включаются в обе ветви перил. Снятие перил осуществляется с ЦС этапа или с ЦС блока этапов. Снятие перил осуществляется основной верёвкой не менее 10 мм (Приложение 1).

Практическая часть

Разминка

1. Ходьба (на носках, пятках, перекатом с пятки на носок)
2. Бег (с изменениями темпа и направления движения)
3. Общеразвивающие упражнения на месте (на мышцы шеи, на кисти рук, на плечевой пояс, на ноги, туловище)
4. Специальные упражнения (подъём по скалолазному стенду свободным лазанием, спуск по судейским перилам).

Преодоление этапа спуск, с организацией перил.

Первичное выполнение технических действий.

Перед началом самостоятельной работы учащихся на дистанции, педагог проводит для них инструктаж по ТБ.

Разделившись на две группы, учащиеся преодолевают блок-этапов подъём по стенду с зацепами, спуск организацией и снятием перил. Учащиеся поделены на 2 группы, чтобы одновременно можно было работать на двух скальных стендах. Учащиеся поочередно применяют оба способа организации перил. Педагог наблюдает и по ходу (или после прохождения этапа) рассказывает учащимся об их ошибках и проговаривает, как устранить эти замечания и погрешности в работе на этапах.

Многократное прохождение блока с учетом времени.

Одновременная, попарная работа учащихся на блоке этапов. Учащиеся по два человека, каждый на своём стенде по очереди преодолевают блок этапов, стараясь правильно и быстро выполнять необходимые требования. Так же для более быстрого усвоения нового материала педагог привлекает учащихся, не преодолевающих в данный момент блок этапов для судейства. Внимательно наблюдая со стороны за своими одноклассниками, учащиеся легче понять свои ошибки, и в дальнейшем их больше не допускать.

Заключительная часть

Подведение итогов занятия.

Педагог спрашивает если у детей какие-то вопросы по новому материалу, если есть, то отвечает. Далее педагог задает учащимся несколько вопросов по новому материалу:

1. Какие существуют способы крепления перил на этапе спуск?
2. Допускается ли при креплении перил кольцом встёгивать спусковое устройство в одну верёвку?

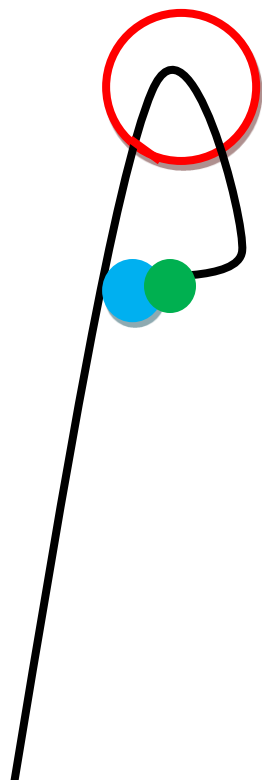
Список литературы

1. Правила вида спорта «Спортивный туризм» Утверждены приказом Минспорта России от “22” июля 2013 г. № 57 [Электронный ресурс], - <http://tmmoscow.ru/index.php?go=Pages&in=view&id=114>

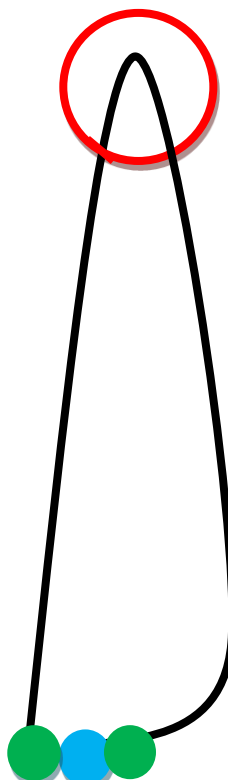
2. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (номер-код вида спорта - 0840005411Я) Утверждено Президиумом ФСТР протокол №6 от 28.03.2015. [Электронный ресурс], - http://tmmoscow.ru/norm_doc/reg_play/regplay_2014_pedestrian.pdf

Схема организации перил на этапе спуск





1.Карабинная удавка



2.Кольцо



Условные обозначения:

-  - судейский карабин
-  - карабин,
-  - узел,
-  - верёвка.