

Департамент освіти і науки
Луганської обласної державної адміністрації
**Луганський обласний центр дитячо-юнацького
туризму і краєзнавства**



План-конспект заняття гуртка «Пішохідний туризм»

Туристські вузли

Олена Вертеленко, керівник гуртків
Луганського обласного центру
дитячо-юнацького туризму і краєзнавства

2020 рік

- Мета:** - закріпити знання вихованців про туристські вузли.
- Завдання:** - закріпити назви вузлів та їх призначення;
- вдосконалювати практичні вміння та навички в'язання вузлів;
- розвивати логічне мислення, пам'ять, увагу;
- розширювати кругозір.

Тип заняття – узагальнення і систематизація знань, умінь та навичок.

Форма проведення – практичне заняття.

Методи та прийоми: метод змагання, наочний, мозковий штурм, демонстрація, показ.

Обладнання: мотузки різного розміру, фішки, картки з назвами вузлів, секундомір, інтерактивна дошка.

Місце проведення – навчальний кабінет.

I. Організаційний момент

Налаштування на роботу. Перекличка.

II. Хід заняття

Актуалізація опорних знань і умінь.

Керівник гуртка. Вузли – одне з давніх понять, з яким ми стикаємося у побуті. Як вам відомо, вузол – це елемент, який дозволяє з'єднати два кінця мотузки, шнура, нитки або закріпити їх вільний кінець у визначеному місці. Туристи, при подоланні природних перешкод, походів, під час змагань, занять спортивним туризмом, застосовують особливі вузли – дуже прості, надійні, які легко зав'язати і так само розв'язати. Відповідно до Технічного регламенту проведення змагань з пішогодного туризму (2018) визначені 16 вузлів, які використовуються під час туристських заходів. Сьогодні на занятті ми пригадаємо туристські вузли та їх призначення, особливості техніки в'язання вузлів.

Питання на закріплення матеріалу.

1. На які групи поділяються туристські вузли?

Вузли для зв'язування мотузок однакового діаметру:

- прямиий;
- зустрічна вісімка;
- гренвайн.

Вузли для зв'язування мотузок різного діаметру:

- брамшикотовий;
- академічний.

Провідники:

- провідник вісімка;
- серединний провідник.

Вузли для кріплення мотузки до опори:

- булінь;
- удавка;
- стремено;
- штик.

Вузли для організації страховки:

- УІАА (Мунтера);
- Гарда.

Схоплюючі вузли:

- схоплюючий (Прусіка);
- схоплюючий Бахмана;
- австрійський схоплюючий (Маршалла)

2. Назвіть вузли, де необхідно зав'язувати контрольні вузли.

(Булінь, удавка, стремено, штик – 1 контрольний вузол;
прямий, академічний, брамикотовий – 2 контрольних вузла).

3. Які вузли використовуються в якості контрольних?

(Звичайний або напівгрепвайн).

4. Яка повинна бути довжина кінця мотузки, що виходить з вузла (у т.ч. і контрольного)?

(Не меншою 5 см).

5. Назвіть вузли, які застосовуються для підйомів та спусків по мотузкам.

(Схоплюючі вузли – австрійський схоплюючий (Маршалла), схоплюючий Бахмана, схоплюючий (Прусіка)) (Додаток 1).

Керівник гуртка. Правильно зав'язані вузли повинні бути розправленими, затягнутими, не мати перекручень мотузок.

Використання туристських засобів у процесі змагань і під час походів вимагає від туриста розвинених вмінь та навичок організації страхування. Основу вмінь організації страхування складають вміння в'язання туристських вузлів.

3. Проведення вікторини «Назви вузол».

Демонстрація презентації «Вікторина «Назви вузол» (Додаток 2).

Вихованцям пропонуються на екрані фото, на яких зображені вузли. Необхідно назвати назву вузла та пояснити його призначення.

Назвіть назви вузлів, які ви бачите на екрані:

- | | |
|-------------------|-----------|
| Прямий | - слайд 2 |
| Грепвайн | - слайд 4 |
| Зустрічна вісімка | - слайд 6 |

Академічний	- слайд 8
Брамшкотовий	- слайд 10
Провідник-вісімка	- слайд 12
Серединний провідник	- слайд 14
Булінь	- слайд 16
Удавка	- слайд 18
Стремено	- слайд 20
Штик	- слайд 22
Схоплюючий (Прусика)	- слайд 24
Австрійський схоплюючий (Маршалла)	- слайд 26
Схоплюючий Бахмана	- слайд 28
УІАА (Мунтера)	- слайд 30
Гарда	- слайд 32

За кожен правильну відповідь вихованці отримують фішки. Учасник, який отримає найбільшу кількість фішок являється переможцем вікторини.

4. Практична частина.

1. Вправа «В'язання вузлів». Вихованцям пропонуються картки з назвами туристських вузлів. По черзі учні витягують картки з запропонованими вузлами та зав'язують їх.

Перерва

2. Проведення змагань «Хто перший зав'яже вузол».

Вихованці становляться в коло, керівник гуртка пропонує вузли для зав'язування. Учасники одночасно починають зав'язувати запропоновані вузли на швидкість. Перевіряється правильність в'язання вузлів та враховується швидкість виконання завдання. По закінченню змагань виявляються лідери.

III. Підбиття підсумків заняття

Керівник гуртка. Сьогодні на занятті ми пригадали туристські вузли, їх призначення. Закріпили техніку в'язання основних вузлів. Всі молодці, показали свої знання та вміння, були уважними, відповідально підійшли до виконання завдань. Щоб вміло і швидко в'язати вузли, потрібна практика. Тільки коли ви навчитесь робити це автоматично, тоді ви будете готовими застосувати своє вміння в будь-якій ситуації.

Визначаються активні вихованці.

Використані джерела

1. Вахліс К. Туристськими стежками. –К: «Молодь», 1966.
2. Кодыш Э.Н., Соревнования туристов: Пешеходный туризм. – М: ФиС, 1990.
3. Спортивний туризм. Правила змагань. – Київ. 2008.
4. Технічний регламент проведення змагань з пішохідного туризму, Київ. 2018.
5. Узлы. Техника вязания и их применение.- М: «ВСВ-Сфинкс», 1997.

Опис вузлів

(в дужках указана кількість контрольних вузлів)

Вузли для зв'язування мотузок однакового діаметру

Вузол 1. Прямий (2)



Вузол повинен бути симетричний, не навантажені кінці виходять з однієї сторони вузла.

Вузол 2. Грешвайн (0)



Вузол повинен бути симетричний, обидві половинки повинні розташовуватись в одному напрямі. Невантажені кінці виходять з вузла в діагональній протилежності. Перехрещення мотузок повинні знаходитись з однієї сторони.

Вузол 3. Зустрічна вісімка (0)



Вузол повинен бути симетричний. Не навантажені кінці виходять з вузла в діагональній протилежності. Петлі, утворені вантажними кінцями, повинні знаходитись з зовнішньої сторони вузла.

Вузли для зв'язування мотузок різного діаметру

Вузол 4. Академічний (2)



Вузол повинен бути симетричний, ненавантажені кінці виходять з однієї сторони вузла. Вантажний кінець тонкої мотузки повинен перетискати не навантажений кінець в місці їх перехрещення. Може застосовуватись для зв'язування мотузок однакового діаметру.

Вузол 5. Брамшкотовий (2)



Ненавантажені кінці виходять з однієї сторони вузла або з різних.

Провідники

Вузол 6. Провідник вісімка (0)



Петля, утворена вантажним кінцем повинна знаходитися над петлею не навантаженого кінця. Відстань від вузла до крайньої точки петлі не повинна перевищувати 20 см.

Вузол 7. Серединний провідник (батерфляй, австрійський провідник) (0)



Вузол повинен бути симетричний і розтягнутий (розправлений) в сторони. Відстань від вузла до крайньої точки петлі не повинна перевищувати 20 см.

Вузли для кріплення мотузки до опори

Вузол 8. Булінь (1)



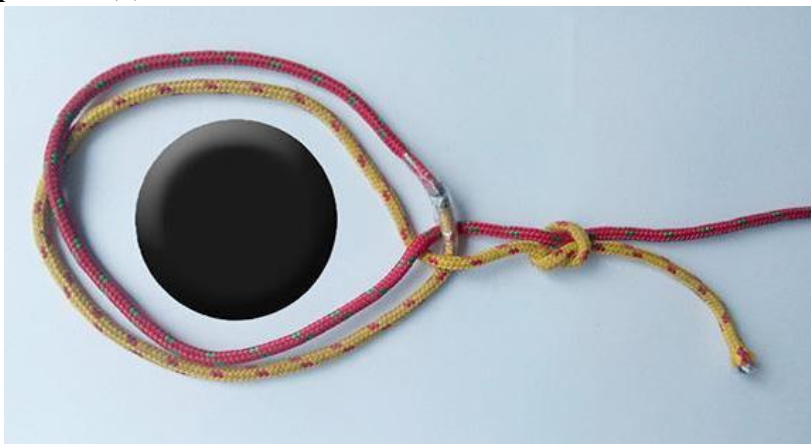
Не навантажений кінець може знаходитись з внутрішньої або зовнішньої сторони вузла.

Вузол 9. Удавка (1)



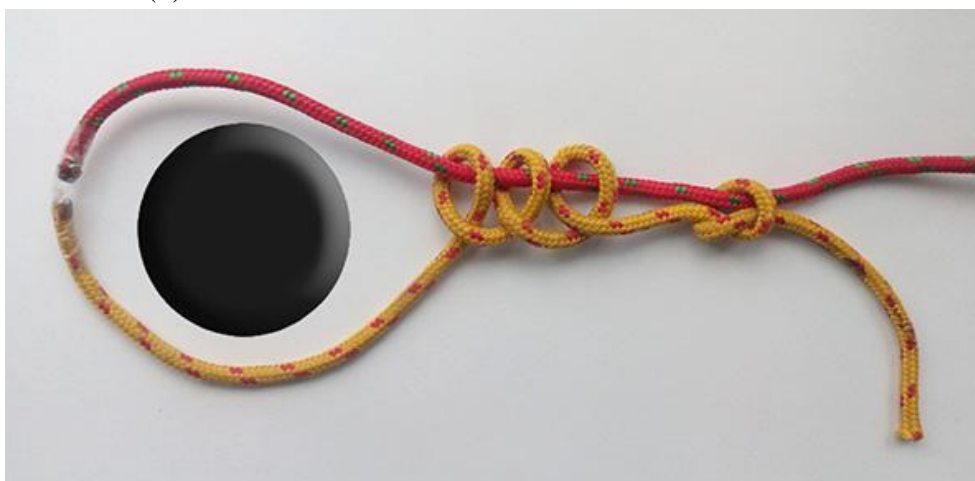
Повинно бути не менше 3-х обертів ненавантаженого кінця.

Вузол 10. Стремено (1)



В'яжеться одним кінцем навколо опори або петлею й надягається на опору.

Вузол 11. Штик (1)



Повинно бути не менше 3-х напівштиків. Усі напівштики в'яжуться в одному напрямку.

Схоплюючі вузли

Вузол 12. Схоплюючий (Прусіка) (0)





Повинно бути 2 оберти петлею допоміжної мотузки навколо основної. Може в'язатись одним кінцем.

Вузол 13. Австрійський схоплюючий (Маршалла) (0)



Повинно бути не менше 3-х обертів петлею допоміжної мотузки навколо основної.

Вузол 14. Схоплюючий Бахмана (0)



Повинно бути не менше 3-х обертів петлею допоміжної мотузки навколо основної і карабіна.

Вузли для організації страховки

Вузол 15. УІАА (Мунтера)(0)



Використовується як гальмівний пристрій для страховки або спуску по вертикальних перилах (спуску потерпілого).

Вузол 16. Гарда (0)



Застосовується для страховки або для створення додаткового гальмівного зусилля при натягуванні перил. Карабіни повинні мати однакову форму і розміщуватись в одну сторону.