

Методические рекомендации

тренерам и руководителям, готовящим команды школ к соревнованиям по туристско-прикладному многоборью в технике горно-пешеходного туризма в связках.

1. Понятие туристской связки.

Туристская связка – это группа туристов из двух и более человек, соединенных (связанных) между собой одной страховочной веревкой или несколькими веревками, соединенными цепочкой через членов данной группы.

Туристские связки образуются с целью безопасного прохождения сложных участков местности (движение вдоль крутых склонов, на подъем, движение в горах, на перевалах, по снежным и ледяным отложениям большой толщины и глубокими трещинами).

Длина цепи страховочной веревки между двумя ближайшими участками туристской связки должна была быть такой, чтобы идущий вторым всегда видел и мог зрительно контролировать движение первого участника.

На несложных участках маршрута туристские связки состоят из минимального числа туристов, т.е. из двоих человек. Поэтому на туристских соревнованиях обычно соревнуются связки из двух человек, или связки-двойки. Длина страховочной веревки в этом случае определяется судьями соревнований и должна быть на 5 – 6 м. больше длины любого этапа туристской полосы препятствий.

Туриста связки-двойки, идущего в связке первым, называют **передовым**. Идущего вторым называют **страхующим**. Действия туристов, идущих в одной связке должны быть продуманными и согласованными. Каждый турист связки должен уметь правильно организовать самостраховку и страховку своего напарника.

2. Страховка и самостраховка.

Страховка – это совокупность индивидуальных и коллективных технических приемов и средств, применяемых для обеспечения безопасности туристов, преодолевающих объективно опасные участки спортивных маршрутов и дистанций туристских соревнований.

Объективно опасными естественными препятствиями, требующими организации страховки, будут являться, прежде всего, горные склоны различной природы и крутизны и преодолеваемые туристами водные преграды. При этом техника страховки определяется приемами работы туристов с основной веревкой, обеспечивающими уверенное задержание сорвавшегося на любых формах рельефа и на переправах.

В связках-двойках страхующий должен сам стоять на самостраховке.

Самостраховка – это технический прием, который обеспечивает надежное удержание страхующего на одном месте при падении или срыве передового участника связки.

В качестве средств самостраховки могут использоваться веревочные кольца разной длины, усы ИСС, веревочные петли. В качестве объектов для самостраховки могут выступать деревья, валуны, выступы скал, вбитые кручья или скобы.

3 Передвижение в связках.

Передвижение связок-двоек при преодолении препятствий осуществляется при попеременной страховке участниками друг друга. Порядок страховки можно разделить на следующие этапы:

- 1) Самостраховка участника №2 связки и организация им страховки участника №1;
- 2) Прохождение участника №1 связки препятствия на страховке, организованной участником №2 и его самостраховка на противоположной стороне;
- 3) Снятие участника №2 с самостраховки и прохождение им препятствия на страховке, организованной участником №1.

Во время страховки участниками друг друга запрещается как сильный провис, так и сильное натяжение страховочной веревки. Страхующий должен зрительно контролировать передвижение передового и постепенно выдавать веревку. Выдача страховочной веревки должна осуществляться только в рукавицах. Страхующий должен держать страховочную веревку обязательно двумя руками. Держать страховочную веревку одной рукой можно только тогда, когда передовой (первый участник связки) преодолеет препятствие и спустится в безопасную зону.

Выдача веревки одной рукой при нахождении передового в опасной зоне расценивается как потеря страховки и на соревнованиях наказывается штрафными балами или штрафным временем.

На соревнованиях отдельные этапы полосы препятствий оборудуются судейскими петлями с рабочими карабинами на исходной и целевой стороне. Выпуск страховочной веревки при преодолении препятствий на соревнованиях должен осуществляться только через судейские рабочие карабины.

Деревья, на которые участники связки становятся на самостраховку на исходной и целевой стороне, должны быть промаркированы судьями сигнальными лентами. Угол перелома страховочной веревки на судейском карабине должен быть больше 90 градусов и меньше 180 градусов.