

Техническая подготовка туриста

- Под **техникой** туризма подразумевается умение применять на практике **технические приемы** и **тактические способы** преодоления естественных препятствий с использованием специального снаряжения и без него.
- К **техническим приемам** относятся работа рук и ног во время движения или преодоления препятствий, вязание узлов, применение специального снаряжения.
- **Тактические способы** – это выбор определенных приемов для преодоления конкретных участков местности, естественных препятствий.

Преодоление препятствий в походе

Болото

Водные преграды

Скалы

Бурелом

Склоны

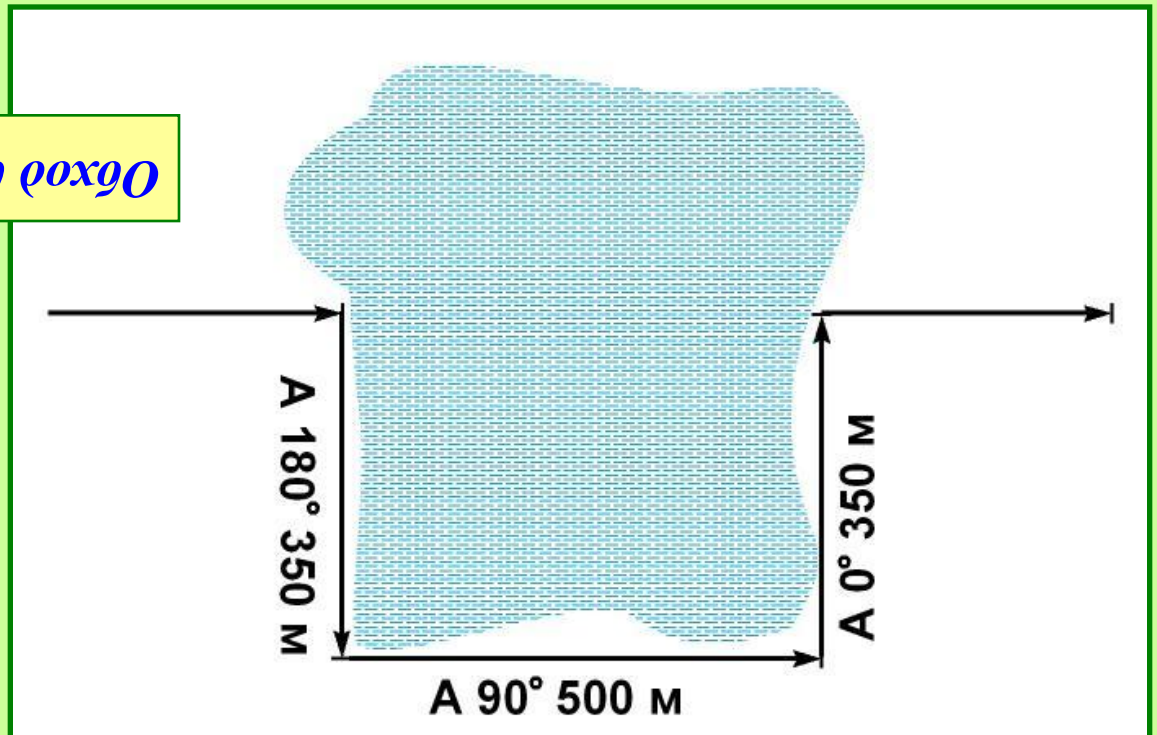
Овраги и каньоны

Движение по болоту

Болота классифицируются на:

- проходимые,*
- труднопроходимые,*
- непроходимые.*

Ширина от того до того



Преодоление водных препятствий

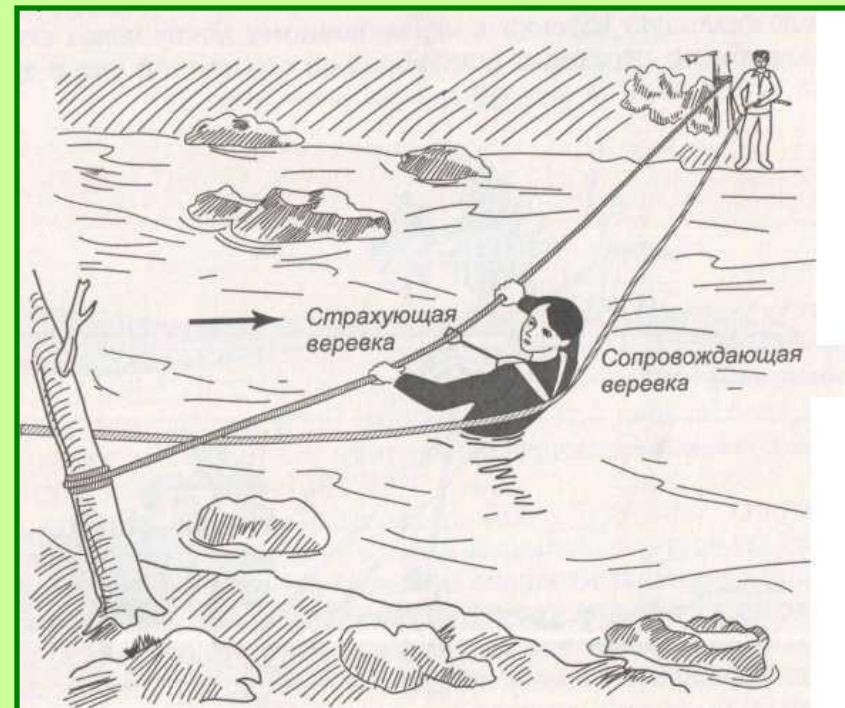
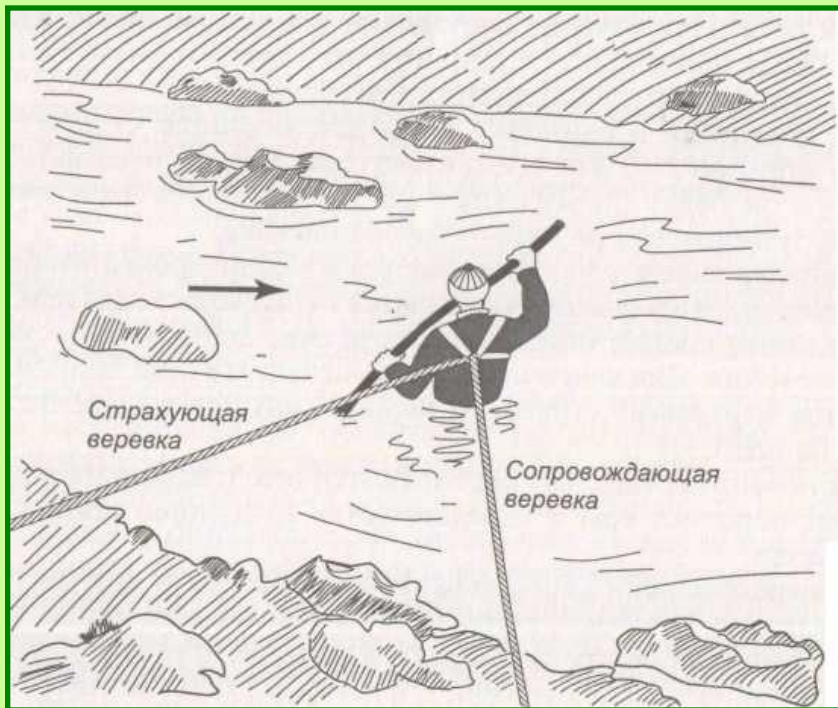
Переправа вброд без специального снаряжения

- с шестом
- «кругом»
- колонной

Переправа с организацией страховки

- вброд
- по бревну с параллельными перилами
- по бревну с маятниковыми перилами
- навесная переправа
- переправа по параллельными веревкам

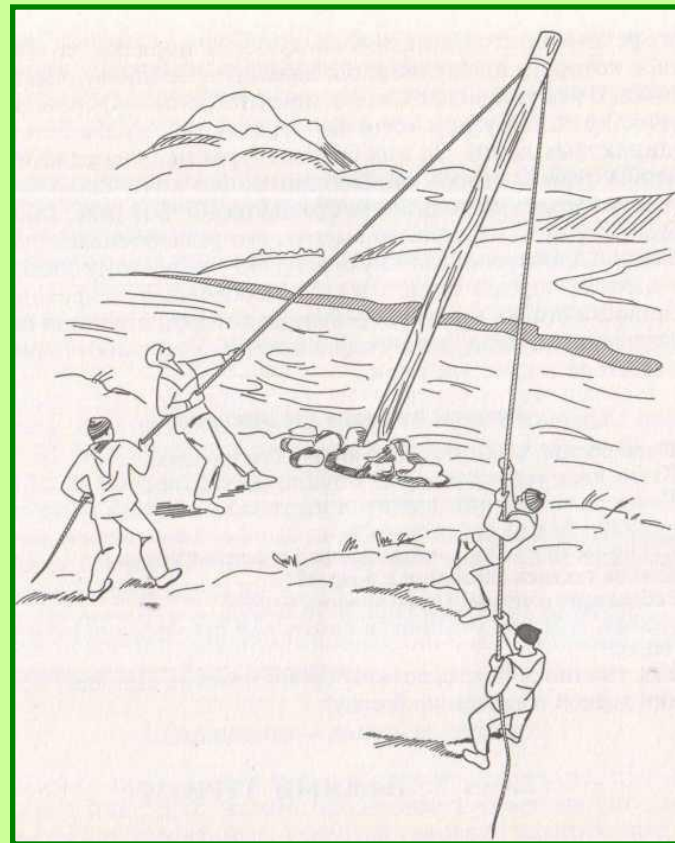
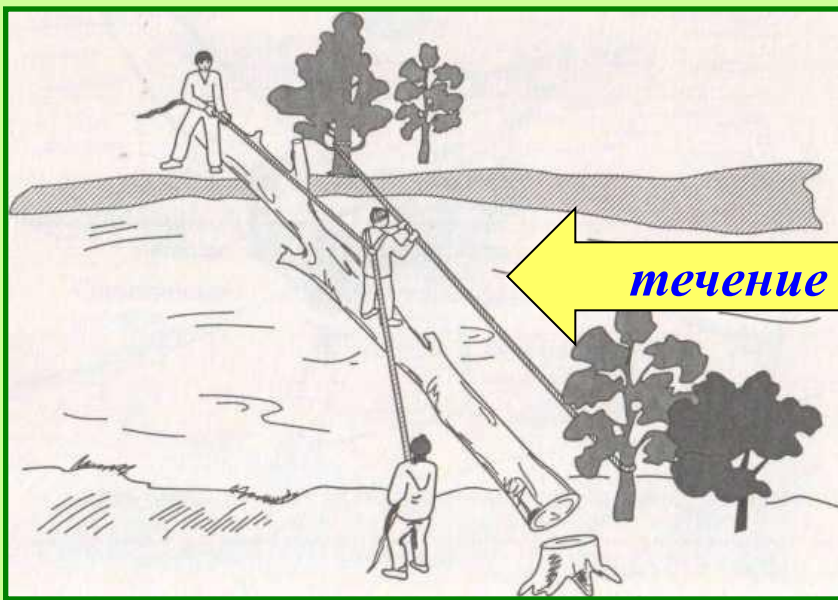
Переправа вброд с организацией командной страховки



*организация командной
переправы с помощью страховки*

*переход следующих
участников*

Переправа по бревну



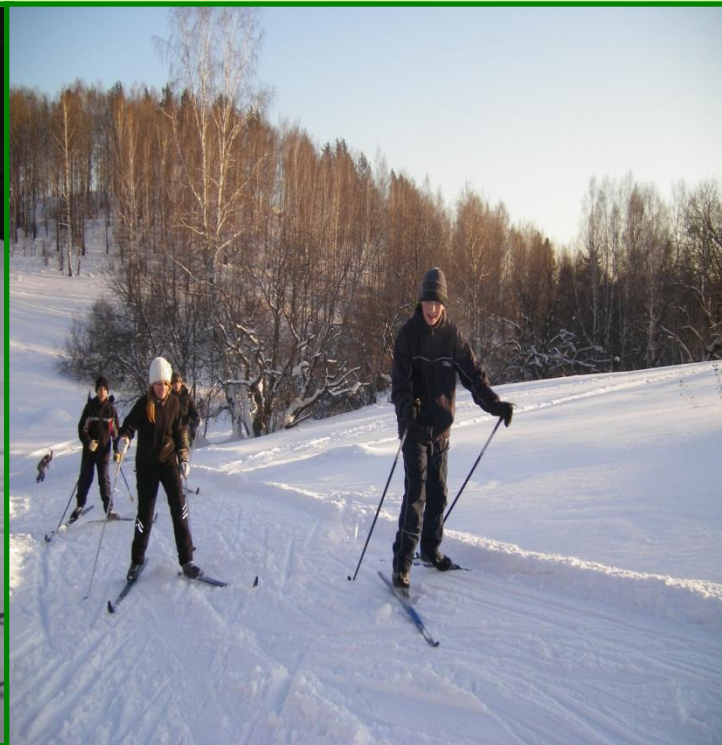
*прохождение участка по бревну
с командной траховкой*

укладка бревна

Техника и тактика передвижения на лыжах



Высокая стойка

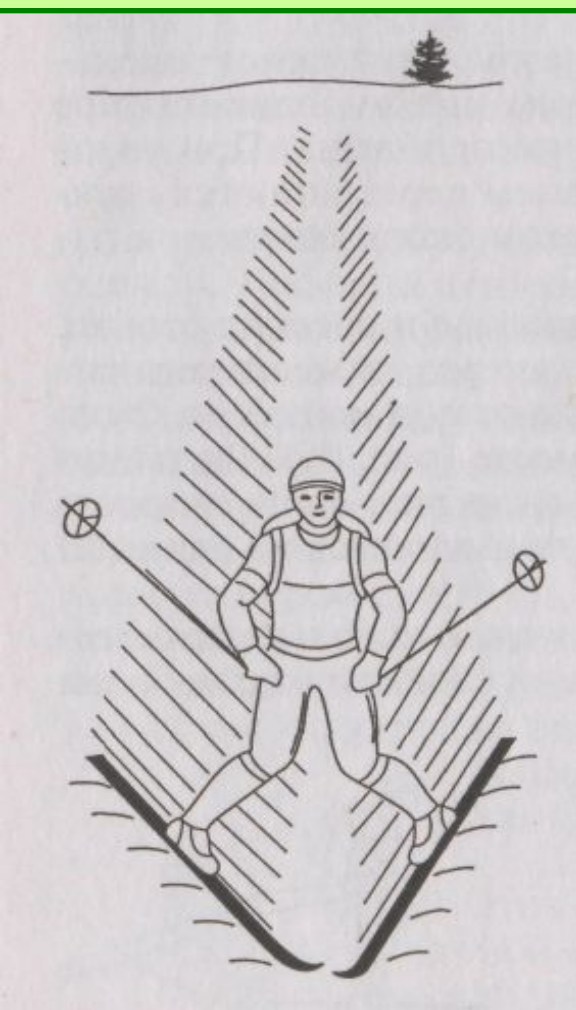


Подъем елочкой

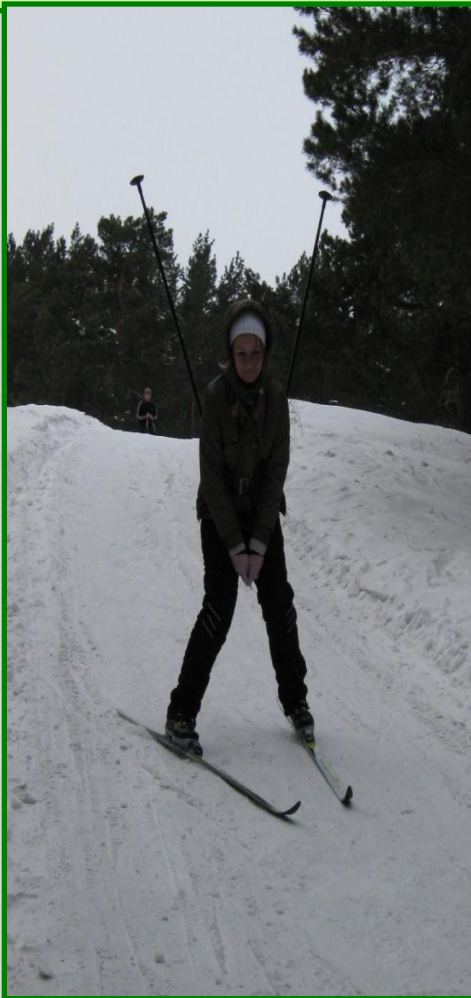


Средняя стойка

Торможение и повороты



Торможение «плугом»

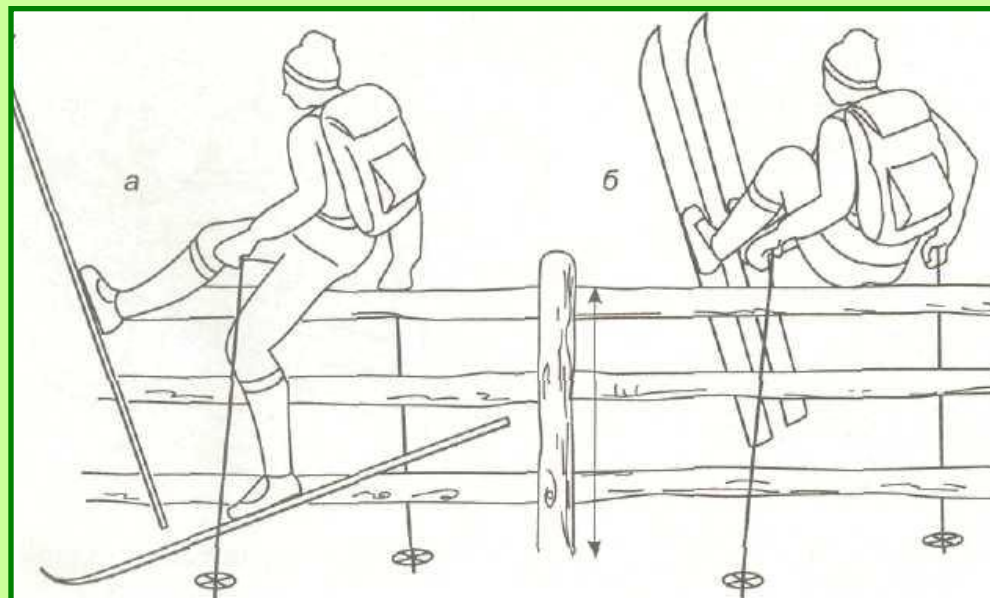


Поворот «переступанием»

Преодоление преград

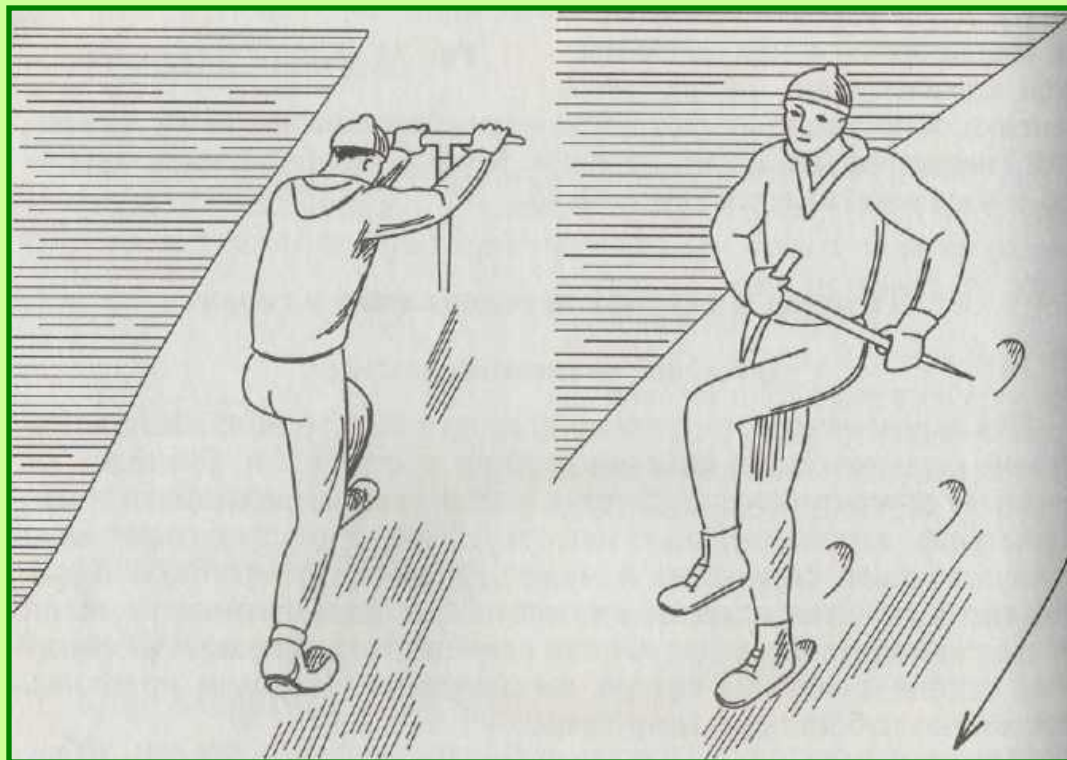


**Преодоление бревна
(канавы)**



**Преодоление небольшого
забора**

Техника и тактика передвижения в горах



*Подъем по
крутому
снежному склону*

*Спуск по
небольшому
склону*



*Самозадержание на
снежном склоне*

Движение по скальным участкам



Подъем по скальному участку



Спуск с верхней командной страховкой



Траверс склона