



PROPOZYCJA PROGRAMOWA nr:

6

**

TRUDNOŚĆ

TYTUŁ:	Wywrotka na canoe				
AUTOR:	pwd. Dawid Brokos				
DLA KOGO:	<input type="checkbox"/> zuchy	<input checked="" type="checkbox"/> harcerze	<input checked="" type="checkbox"/> wędrownicy	JEDNOSTKA: drużyna	
SPRZĘT:	<input checked="" type="checkbox"/> kajak	<input checked="" type="checkbox"/> canoe	<input type="checkbox"/> żaglówka	<input type="checkbox"/> tratwa	<input type="checkbox"/> inne
ŚRODOWISKO ZAJĘĆ:	<input type="checkbox"/> jezioro	REGION: <input type="checkbox"/> inne		CZAS TRW.: kilka godzin	

OPIS REALIZACJI:

Przed przystąpieniem do realizacji tej propozycji rekomenduję wykonanie propozycji programowej „Kamizelka ratunkowa”.

Pewnie nie raz zdarzyło Ci się brać udział w sptywie kajakowym. Jeśli warunki pogodowe i trasa są mało wymagające, to zazwyczaj nie ma się czego obawiać. Sprawy mają się zupełnie inaczej, gdy coś pójdzie nie tak, a Ty nie wiesz jak zareagować w odpowiedni sposób. O wywrotkę na canoe lub kajaku wtedy nie trudno. Harcerz czuwa, jest zawsze gotowy, a więc do ewentualnej wywrotki dobrze jest się przygotować w bardziej sprzyjających warunkach. **Na odpowiednio zabezpieczonym akwenu (np. w koło ratunkowe/rzutkę) i oczywiście w kamizelkach ratunkowych wypłynąć niezbyt daleko od brzegu** i wykonajcie kontrolowaną wywrotkę canoe lub kajaka.

W pierwszej kolejności zawsze trzeba sprawdzić stan innych załogantów. Jeśli wszystko jest w porządku przystępujemy do ratowania sprzętu. Zbierzcie elementy wyposażenia takie jak wiosła czy bagaż i doholujcie kajak do brzegu.

Po opanowaniu tego zakresu przejdźcie do trudniejszego ćwiczenia. Po wywrotce, będąc na wodzie, spróbujcie pozbyć się wody ze środka. Jako budżetowy czerpak świetnie sprawdzi się butelka 1,5 litrowa przecięta pod kątem około 45 stopni. Zawsze warto zabrać jakiś czerpak na sptyw. Początkowo może się wydawać, że wody wpływa więcej niż wybieracie. Nie ma co nad tym dumać, tylko szybko pracować czerpakiem, aż do wynurzenia powyżej linii wody.

Jedna z osób pomaga stabilizować canoe/kajak, a druga próbuje wejść do środka. Gdy będzie już w środku dosiada się kolejna i wracacie spokojnie do brzegu.

Jeśli w sposób mistrzowski opanujecie technikę, możecie w swojej drużynie wyznaczyć limit czasu, w którym trzeba się zmieścić przeprowadzając manewr wywrotki. W mojej drużynie było to jedno z wymagań do stopnia wywiadowcy.

Jeśli chcecie jeszcze wyżej podnieść poprzeczkę, to kontrolowaną wywrotkę dwuosobowego kajaka niech przeprowadzi jedna osoba.

Druhu drużynowy do dzieła! Poćwicz i daj starszym harcerzom lub wędrownikom limit czasu do pobicia w samodzielnym uratowaniu się z wywrotki na dwuosobowym kajaku.



*Związek Harcerstwa Rzeczypospolitej
Wydział Wychowania Wodnego
Główniej Kwatery Harcerzy*

PROPOZYCJE GIER DO WYKORZYSTANIA:

PROPOZYCJE SPRAWNOŚCI DO ZDOBYCIA:

* Wodniak

** Kanadyjkarz

** Kajakarz

