

【大河报、凤凰河南、科学网、网易等】攀树你会吗？

许昌这所高校开设攀树课程

作者:杜文育来源:大河报、凤凰河南、科学网、网易、国际在线等 编辑:沈飞凡 访问次数:991 次发布

时间:2018-06-21



大河报·大河客户端记者 杜文育

6月21日，许昌学院校园内，一棵五层楼高的苦楝树上，挂了几根绳子，地上整齐地摆放着绳索、头盔、安全带、锁扣等工具，一群师生站在树下，他们不是在乘凉，而是在上课，课堂的内容就是要爬到高高的树上。

●攀树是个专业活儿

一说起攀树，很多人都会联想到小时候爬树摘果子、掏鸟窝等往事。其实，攀树与爬树完全是两码事，爬树只能依靠上下肢力量拉拽踩踏树干，不仅累而且

没有安全措施,如果遇到较高的笔直树干就只能望而兴叹了。任课老师李学良说,攀树是一项借助专业装备完成上升、下降、走枝、飞枝等动作的户外运动项目,除了能体验与平地不同的视觉感受,观察多样的自然生态外,还能修缮树木帮助树木成长。

攀树前要对树木周围环境进行测评:地面的石块、树冠中间的电缆、树枝上的蜂巢等,都是攀树过程中的危险因素。李老师说,攀树前要绕树一周,观察树根腐朽程度,敲击主干检查是否有树洞,目测固定绳索的树枝直径以及是否是活枝,然后才能确定攀爬的位置,设计锚点位置、攀爬线路等,同时对悬挂绳索的锚点进行重力测试。

在给学生们示范时,李老师将系有绳索的豆袋抛上树丫,然后牵引、安装树皮保护器,再把主绳穿过树木保护器,以避免攀爬时绳索对树木的摩擦。锚点固定好之后,他把一端打结固定在安全带上,用抓结绳缠绕另外一端并同时固定在安全带上。这时,人就像“升旗”一般,拉动抓结一端将身体提升。下降时,只需要轻轻地按动抓结绳即可顺利下滑至地面。



● 树上空气都是新鲜的

“我平时就喜欢户外运动，跟同学爬山啊、野炊啊经常有，但还没有学习过这样专业的户外技术课程。”张航同学上了攀树课后，觉得挺有意思，喜欢上了这门课程。

第一堂课老师教了攀树基本过程，印象深刻的就是介绍装备和安全要求。田震同学说，老师说得很全面，听了才知道自己在这方面的认识比较欠缺。

李书慧同学说：“脚蹬绳套、手推绳结，如此重复多次到达终点——当整个人悬在离地七八米的半空中，眼前树影重重，凉风飒飒，虽然心怀忐忑，成就感却是油然而生，就连呼吸着的空气也似乎清新了几分。”

●攀树课程共 48 课时

目前，这门课面向许昌学院体育学院社会体育指导与管理专业(户外运动方向)的同学开设，课程为半学期。李学良老师介绍，为学生系统地了解攀树运动，共设置了 48 课时，主要分为六大版块：攀树理论、装备使用、锚点固定、上升下降、走枝飞枝、树上拯救。

攀树，不仅是一项运动技能，还可以学以致用。该校户外教研室主任刘振坤说，将来这些户外方向的同学在青少年营地实习、工作时，利用在校所学到的这些户外技能，可以开展一系列青少年自然教育、探索教育等项目。



●开创我省高校攀树课先河

据介绍，攀树运动源于上世纪 80 年代的美国，攀树是一项起源于美国的户外运动项目，借助专业装备完成在树上的上升、下移、旋转、飞跃等动作。

攀树不同于爬树，它更类似于攀岩，但比起攀岩的技巧性、冒险性，征服性，攀树更多了一分亲近自然，热爱自然的意味。

在欧美，这是一项风靡校园的户外运动。对同学们来说，攀登上大树的顶端，在另外一个高度，另一个视角观察世界，令他们感受到快乐与新奇。

攀树还能够培养青少年的勇气与冒险精神，锻炼关爱他人和团结协作的能力。因此，攀树从诞生之日起就备受推崇。

据悉，目前国内高校攀树课的大部分师资还很依赖港台地区的攀树协会，自厦门大学于 2012 年末在中国内地高校率先将引入攀树运动课程后，近几年西北大学等 5 所院校也相继开设了攀树课程，而许昌学院是河南高校中唯一一所开设攀树课的高校。

该校体育学院院长李慧林说，攀树运动在发达国家和我国一线城市迅速升温，学生们通过国家专业技能考试后可将攀树作为一项新兴的职业，也可以通过攀树活动对青少年进行自然教育与探险教育指导。攀树课的开设便是学校在培养学生野外生存与挑战能力的同时，面向社会需求，适应新兴产业的课改举措。

世界首报 (C) 夏为大报

大河报

2018年6月22日 星期五
第XXXXX号

刷新自己 看到最好的你

大河报今日掀起新的一页 版式更简约内容更易读
更多精彩内容 等待我们共同开启

A1-02版



亲近自然又能锻炼 这门新课叫攀树

许昌学院全省率先开设攀树课程 学生可以之作为新兴职业

A1-03版

高考咨询报志愿 网上App、线下咨询机构五花八门

大河高招访谈今日启幕 21所省内外高校做客支招志愿填报

A1-04、05版

大河报印刷厂承印 印刷部电话: 0374-2222222 印刷部地址: 许昌学院印刷厂