

*Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования детей «Инжавинский районный центр  
дополнительного образования «Радуга»*

## **ПОДГОТОВКА И ПРОВЕДЕНИЕ ДЕТСКИХ ТУРИСТИЧЕСКИХ СЛЕТОВ И СОРЕВНОВАНИЙ.**

**(Методические рекомендации для педагогов  
дополнительного образования школьных организаторов  
туристско – краеведческой деятельности)**

*Автор - составитель:  
Надежда Александровна Лакеева*

*Инжавино  
2016 г.*

## Содержание

Введение	- 2 стр.
Подготовка туристического слета, соревнований	- 3 стр.
I. Положение о проведение слета или соревнований	- 4 стр.
II. Формирование судейских бригад	- 5 стр.
III. Требования к выбору места проведения мероприятия и его оборудование.	- 6 стр.
IV. Организация быта, досуга, медицинского и информационного обслуживания.	- 7 стр.
V. Виды соревнований и конкурсов	- 8 стр.
5.1. Соревнования по технике пешеходного туризма	- 8 стр.
5.2. Соревнования по ориентированию	- 14 стр.
5.3. Соревнования по технике водного туризма	- 15 стр.
5.4. Соревнования на контрольном туристическом маршруте	- 15 стр.
5.5. Конкурсная программа	- 17 стр.
Приложения	- 19 стр.
Используемые источники	- 25 стр.

## ВВЕДЕНИЕ

Туристические слеты и соревнования всегда пользовались большой популярностью среди туристов. Это и спорт, и общение, и активный отдых.

Практически каждый педагог дополнительного образования, учитель, занимающийся туризмом с детьми, хотя бы раз в год принимает участие в туристическом слете или соревнованиях.

Детские туристские соревнования учащихся значительно отличаются от соревнований взрослых, так как они учитывают возрастные особенности, а главное — небольшой туристский опыт участников, команды которых, как правило, комплектуются из учащихся одного класса и возглавляются учителем, не имеющим зачастую большого туристского опыта. В связи с этим программы соревнований и условия проведения значительно облегчены, однако организационная сторона соревнований усилена, так как к

проведению соревнований школьников подключается различные организации, и при проведении подобных мероприятий следует строго следить за обеспечением безопасности жизни и здоровья их участников.

Детские слеты и соревнования служат популяризации и активизации туристско-краеведческой работе в образовательных учреждениях. Обычно, они проводятся поэтапно: первый этап - в рамках образовательных учреждений, второй этап - муниципальный, третий этап - областной; четвертый этап - Всероссийские слеты или соревнования.

Как правило, соревнования проводятся в конце учебного года, подводя итог проделанной за год работы. Они так же являются одной из важных форм подготовки и проверки готовности туристских групп к совершению безаварийного, содержательного летнего туристского похода; своеобразной формой обмена опытом работы и пропаганды всего нового, появившегося в туризме за последнее время. Они служат не только целям обучения и проверки, полученных учащимися навыков, но и хорошей школой подготовки педагогов, занимающихся туристско-краеведческой работой.

Туристские соревнования школьников способствуют их оздоровлению, приобщению к здоровому образу жизни; имеют большое воспитательное значение, что отражается в программе, которая может включать разнообразную конкурсную программу. Таким образом, туристические соревнования школьников – это комплексное мероприятие, подготовка и проведение которого требует больших усилий всех организаторов.

Данные методические рекомендации адресованы педагогам дополнительного образования и школьным организаторам туристско-краеведческой работы. Они помогут не только организовать и провести школьный туристический слет, но и подготовить команды к участию в районном и областном туристических слетах школьников.

### **ПОДГОТОВКА ТУРИСТИЧЕСКОГО СЛЕТА, СОРЕВНОВАНИЙ. (школьных или районного)**

Мероприятие пройдет нормально, без срывов и проблем у организаторов и судей, если его готовить заблаговременно, по определенному плану, выполнение которого должна четко контролировать проводящая организация. Подготовка школьного туристического слета начинается, обычно за два месяца, что позволяет вовремя решить все организационные вопросы.

Для четкой организации и проведения подготовительных работ формируется оргкомитет, состав которого утверждается на педагогическом или методическом совете школы. Здесь же следует обсудить: содержание программы слета; место и время его проведения; план подготовки; сформировать главную судейскую коллегия. Оргкомитет и главная судейская коллегия отвечают за различные участки подготовки и проведения слета, и утверждаются директором образовательного учреждения. Начальником слета рекомендуется быть директору школы. Следует провести семинар с классными руководителями. На уроках физкультуры и ОБЖ можно выделить время для выяснения непонятных вопросов и подготовки

детей к соревнованиям: вспомнить правила поведения в лесу, технику безопасности, практическое использование узлов, технику и тактику преодоления препятствий и др. Подготовка команд необходимо уделить достаточно времени, чтобы все участники во время соревнований чувствовали себя уверенно и комфортно. Для этого можно привлечь учителей и учащихся - участников районных туристических соревнований.

День слета можно объявить общешкольным днем здоровья.

Главная судейская коллегия принимает участие в комплектовании судейских бригад, разработке Положения и условий проведения, в выборе места соревнований.

### **I. Положение о проведении слета или соревнований**

Оргкомитет по проведению мероприятия и главная судейская коллегия разрабатывают Положение, которое является основным документом, регламентирующим проведение слета или соревнований. Определяет порядок участия в нем и требования, предъявляемые к участникам.

При разработке Положения и программы соревнований надо исходить из конкретных целей, задач и возможностей образовательного учреждения, из уровня подготовки участников. Положение утверждается директором и вывешивается за месяц, до проведения соревнований - участники должны заранее знать, что их ожидает.

Положение должно освещать следующие вопросы (смотри приложение № 1)

#### *1. Общие положения.*

Указывается, кто отвечает за вопросы организационной подготовки соревнований, на кого непосредственно возлагается проведение мероприятия.

#### *2. Цель и задачи.*

Туристические соревнования школьного и муниципального уровня проводятся прежде всего, с целью пропаганды и популяризации туризма, обучения технике и тактике туризма, повышения безопасности детских походов, оценки возможностей команд; и решают образовательные, развивающие, воспитательные и оздоровительные задачи.

#### *3. Место и время проведения.*

В этом разделе указывают дату проведения, время прибытия команд, место проведения, способы подъезда, дату и место проведения совещания представителей.

#### *4. Участники соревнований.*

Определяются команды-участницы, их возрастной, половой и количественный состав, уровень туристской подготовки. На школьных соревнованиях возрастные группы чаще всего комплектуются по классам – учащиеся: 4 - 6 классы 7-9 классы 10-11 классы, на районных, из участников определенных годов рождения.

Указывается документация, необходимая для участия в соревнованиях: заявка (см. приложение №2), срок подачи предварительной заявки, выписка из приказа по школе, справка о прохождении инструктажа по технике

безопасности (см. приложение №3), командировочные удостоверения руководителей и т.д.

Условия приема и размещения участников, особенно если планируются полевые условия: перечень снаряжения или оборудования, необходимого для организации быта и участия в соревнованиях и конкурсах. В случае предоставления судейского снаряжения это должно быть оговорено в положении.

#### *5. Программа соревнований*

Уточняется соревновательная и конкурсная программы. Конкретизируется распределение видов по дням и время проведения.

#### *6. Определение результатов и награждение.*

В этом разделе по каждому виду программы формулируются принципы распределения мест и зачетных очков. Обязательно оговаривается система определения мест в комплексном зачете (если подводится данный результат), при этом указывается, какому виду отдается преимущество, в случае равенства мест - очков. Указывается, какими наградами будут отмечаться команды-призеры, а также отдельные участники.

#### *7. Финансирование.*

Указывается, какие расходы несут организаторы соревнований и командирующие команды организации. Этот раздел является основой для материального обеспечения команд.

Так как в Положении трудно подробно осветить порядок проведения и особенности видов соревнований, к Положению районного слета добавляются Условия проведения каждого вида соревнования, в которых: оговаривается порядок организации, количество этапов, длина дистанции, действия участников, необходимое снаряжение, система судейства, подведение итогов. Обычно сообщается, что перечень этих этапов примерный, возможны изменения, которые будут доведены до сведения участников на месте.

#### *Программа школьного туристического слета:*

В программу школьного и районного слета можно включить следующие виды соревнований и конкурсной программы:

- соревнования по технике пешеходного туризма или контрольный туристический маршрут;
  - соревнования по технике водного туризма;
  - соревнования по ориентированию;
- конкурсная программа:
- конкурс краеведов;
  - конкурс туристской песни;
  - конкурс юных фотолюбителей;
  - конкурс туристских навыков;
  - конкурс экологов и т.д.

#### **II. Формирование судейских бригад.**

Главная судейская коллегия соревнований комплектует судейские бригады. На школьных туристских соревнованиях чаще всего главными и

старшими судьями назначаются люди, имеющие педагогический и туристский опыт, а рядовыми судьями - школьники, занимающиеся в туристских объединениях и имеющие опыт участия в районных туристских соревнованиях, так же можно привлечь работников и младших инструкторов по школьному туризму МБОУ ДОД «Инжавинский РЦДО «Радуга».

Для того чтобы судейство прошло на высоком уровне, перед, началом соревнований проводится установочный семинар, на котором подробно освещаются вопросы проведения соревнований.

### **III. Требования к выбору места проведения мероприятия и его оборудование.**

Правильный выбор места соревнований играет большую роль в их успешном и безопасном проведении. Необходимо наличие следующих факторов:

- местность, удобная для постановки дистанций;
- наличие картографического материала данной местности для подготовки и проведения соревнований;
- поляна или редкий лес, ровный участок, для постановки лагеря, торжественных церемоний, проведения различных спортивных мероприятий;
- река или ручей, другие источники воды для приготовления пищи, мытья посуды, умывания участников;
- дорога для завоза на поляну продуктов и дров, заезда машины «скорой помощи» и другого транспорта;
- дрова для приготовления пищи на кострах;

Место найдено, организаторы с представителями судейской коллегии на месте уточняют все организационные моменты, делают предварительную планировку поляны, встречаются с лесником и получают письменное согласие местных органов исполнительной власти на проведение в данном районе соревнований. Необходимо решить вопрос о выделении дров и завозе их в лагерь.

*Оборудование лагеря.* На выбранной для лагеря поляне каждой команде отводится место для установки палаток и небольшой участок для костра. Костры должны располагаться так, чтобы не возникла угроза загорания леса и палаток. Судейский лагерь рекомендуется организовать несколько в стороне, чтобы дети не мешали подготовительной работе судей.

Определяется место забора воды, мытья посуды, купания и оборудуются соответствующим образом - мостками, ступеньками, указателями, ограждениями.

С участниками соревнований необходимо провести инструктаж об охране природы. К нарушениям относятся: разведение костров в неположенных местах; уничтожение зеленых насаждений, животных, птиц и их гнезд, разрушение почвеннодернового покрова и др.

Открытие и закрытие соревнований следует проводить торжественно: поднять флаг, организовать приветствие участников, можно разжечь общий костер и т. д.

Общий костер должен располагаться не ближе 50 м от кромки леса. Площадка под костер оборудуется следующим образом: в центре снимается дерн, на расстоянии 1 - 1,5 м от огня делается земляная насыпь шириной 60 - 80 см, чтобы не загорелась трава вокруг.

При постановке дистанций соревнований судейская коллегия также должна помнить об охране природы - снимать после соревнований маркировку, не допускать порубки зеленых насаждений, использовать сухостой и поваленные деревья. На местах старта и финиша, которые обычно проходят на открытых сенокосных полянах в присутствии большой массы людей, рекомендуется выкосить участки травостоя, ограждая «волчатником» места, которые нежелательно вытаптывать.

#### **IV. Организация быта, досуга, медицинского и информационного обслуживания.**

*Организаций быта* – обустройством лагеря, заготовкой дров, питанием и т.д, самостоятельно занимаются сами команды, под руководством руководителя.

*Медицинское обслуживание.* Охрана здоровья участников является одной из важнейших задач организаторов и руководителей команд. Контроль за ее выполнением, на школьных соревнованиях, как правило, выполняет школьная медсестра. Для обслуживания районных соревнований ТМО выделяет фельдшера, в распоряжении которого находится машина скорой помощи.

Медицинское обслуживание соревнований начинается с проверки заявок команд. Врач совместно с мандатной комиссией должен проверить наличие у каждого участника разрешения врача на участие в соревнованиях. Во время соревнований на этапах проверки навыков оказания первой доврачебной помощи врач принимает самое активное участие в подготовке и судействе действия.

Во время прохождения командами дистанции соревнований медицинский работник чаще всего находится в районе старта – финиша.

*Организация досуга.* Особое внимание следует обратить на организацию досуга участников. Сделать так, чтобы свободное от соревнований время было насыщенным и интересным. При составлении программы соревнований необходимо предусмотреть проведение вечера знакомств, встреч с интересными людьми, конкурсов художественной самодеятельности, туристской песни и т.д.

*Обеспечение безопасности.* Обеспечение безопасности - один из основных вопросов, который больше всего волнует оргкомитет, судейскую коллегия, представителей команд.

Главное, что следует учесть при организации и проведении подобных мероприятий - обеспечение полной безопасности участников на дистанциях, исключение всякой возможности получения травм, увечий и в лагере.

В состав главной судейской коллегии должен входить заместитель главного судьи по безопасности - опытный организатор. Его слово должно быть решающим в вопросах организации безопасности при постановке

дистанций, планировании мероприятий, допуске отдельных участников и команд к соревнованиям.

Судья по безопасности организует проверку специального снаряжения команд, участвует в приеме дистанций соревнований на предмет их безопасного прохождения, подписывает акты приемки.

На отдаленных этапах должны находиться средства оказания первой, доврачебной помощи. Если есть возможность, то следует установить радиосвязь между этапами.

В подготовительный период разрабатываются *правила техники безопасности* (см. приложение № 2) на соревнованиях, с которыми знакомят как руководителей, так и участников команд. В памятке уделяется особое внимание соблюдению дисциплины и порядка на соревнованиях, выполнению режимных моментов, дается запрет на употребление в пищу незнакомых грибов и ягод, самовольное купание, выход на дистанцию и создание помех работе судей и участников.

Особое внимание на соревнованиях необходимо уделить вопросам организации купания. Для купания выбирается специальное место, проверяется дно, ограждается участок. Купаться разрешается только в присутствии руководителя команды, который отвечает за безопасность.

Для обеспечения безопасности лагеря в ночное время организуется дежурство сотрудников милиции, а при их отсутствии - дежурство руководителей команд по графику.

В соответствии с правилами соревнований в случае возникновения условий, ставящих под угрозу безопасность участников, соревнования должны быть отложены, а уже начавшиеся — прерваны.

*Информационное обслуживание.* Стенды информации располагаются так, чтобы участники могли беспрепятственно знакомиться с информацией, не мешая работе судейской коллегии. Стенды оборудуются защитными козырьками или накрываются полиэтиленовой пленкой.

На информационных стендах размещаются следующие материалы: Положение о соревнованиях, Условия проведения отдельных видов соревнований, Программа слета, памятка по безопасности и правилам поведения на природе, иная оперативная информация, исходящая от организаторов мероприятия.

#### **У. Виды соревнований и конкурсов.**

В программу детских туристических слетов обычно включают следующие виды соревнований:

- по технике пешеходного туризма;
- по ориентированию;
- по технике водного туризма;
- контрольно – комбинированный маршрут.

##### **5.1. Соревнования по технике пешеходного туризма.**

Главное требование к дистанции - ее безопасность, динамичность, зрелищность.

Судья не имеет права выпускать участника на этап, если участник с точки зрения безопасности к этому не готов. Судья обязан заставить выполнить правила безопасности.

Трасса соревнований должна проходить так, чтобы по возможности была видна зрителям. Лучший вариант, если она не будет беговой, и не будет превышать 300 - 500 метров, Желательно максимально использовать естественные формы рельефа и препятствия - подъемы, канавы, ручьи, кустарники, завалы. На дистанции рекомендуется максимально использовать элементы туристской техники, чередующиеся по сложности и легкости их преодоления. Трассу рекомендуется разметить флажками или «волчатником» так, чтобы исключить возможность схода участников с дистанции. Старт дистанции обычно совмещают с финишем.

Задача участников данного вида соревнований состоит в том, чтобы в возможно короткое время преодолеть туристскую полосу препятствий, используя необходимое снаряжение. За нарушения при прохождении технических этапов участники наказываются штрафом. Старт согласно командной жеребьевке. На этапах, где это возможно, разрешается взаимопомощь участников. Команда должна пройти все этапы в той последовательности, которая определена судейской коллегией. Чаще всего в соревнованиях разрешается сквозное прохождение - когда участники команды не ждут друг друга у этапов, а начинают выполнение задания сразу же после прихода на этап (если это не определено судьями). Это дает большие возможности команде по выбору тактики.

Результат команды определяется по наименьшему времени, затраченному на прохождение дистанции с учетом штрафного времени на этапах или по наибольшему количеству набранных баллов.

Условия прохождения этапов доводятся до сведения участников заранее. На доске информации вывешивается схема дистанции. Перед началом проведения соревнований по технике пешеходного туризма главному судье данного вида необходимо познакомить капитанов команд с дистанцией, объяснив порядок прохождения этапов, действия участников, систему штрафов. Показ необходимо проводить в присутствии судей этапов с тем, чтобы им была известна информация, которая доводится до сведения участников соревнований, тем самым исключить возможность допущения ошибок при выполнении технических приемов.

Форма участников - брюки, штормовка (кофта с длинным рукавом), обувь без металлических шипов, перчатки, заблокированная страховочная система. Снаряжение команды должно обеспечивать безопасное прохождение технических этапов.

#### *Рекомендуемые технические этапы соревнований:*

##### *1. Установка и снятие палатки*

Снятие палатки: команда снимает и укладывает палатку, стойки, шпильки, на обозначенной площадке.

Установка палатки: палатка ставится командой на 2 стойки и 10 шпилек. Вход не застегнут.

По сигналу капитана «готово» (после построения команды) секундомер включается. Судья оценивает правильность установки палатки. Если палатка установлена правильно, то он подает команду «принято» и выключает секундомер. После этого команда финиширует.

Если обнаружены ошибки, то команде предлагается еще одна попытка на их устранение. В случае отказа от попытки или при повторной ошибке - штраф - 1 минута. Время, затраченное судьей на оценку поставленной палатки, команде не засчитывается. Принято считать, что палатка установлена тогда, когда она не имеет перекосов морщин и провиса крыши. Команда может ставить свою палатку.

## *2. Вязка узлов.*

На этапе имеются таблички с названием узлов (таблички перевернуты). Каждый участник берет табличку и вяжет заданный узел. Задание выполняет все участники команды, после чего сразу же продолжает движение. Перечень узлов:

узлы, применяемые для связывания веревок одинаковой толщины: прямой, булинь, встречный; узлы, применяемые для связывания веревок разной толщины: брамшкотовый, академический; узлы, применяемые для страховки и само страховки: проводник, двойной проводник, восьмерка, стремя, схватывающий, булинь; узлы, применяемые для закрепления веревок на опоре: стремя, "удавка", булинь, простой штык, штык со шлагом.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- отсутствие контрольных узлов, перехлест веревок - 30 с.
- не завязанный узел - 90 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

## *3. Переправа по параллельно натянутым перилам (веревкам).*

Через препятствие натягиваются две параллельных веревки длиной 20 - 30 метров, расстояние между 1,5 - 1,7 метра. Участник страхуется за веревку «усом» через карабин и преодолевает этап, проходя по нижней веревке. Разрешается помощь вне границ этапа.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- не завинчена муфта карабина - 30 с.
- прекращение страховки - 180 с.
- нахождение на перилах более одного участника - 180 с.
- срыв с зависанием на само страховке - 180 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

## *4. Прохождение условного «болота» по кочкам или жердям.*

По кочкам

Этап протяженностью до 15 м. Кочки представляют собой обрезки бревен длиной 60 см. диаметр 15-20 см, вертикально вкопанные в землю на расстоянии 1,0-1,5 м. Высота выступающей части бревна - 10 см. Кочки устанавливаются зигзагообразно так, чтобы в середине этапа происходила

вынужденная смена толчковой ноги. Прохождение этап произвольное, первая и последняя «кочка» обозначают границу этапа.

#### По жердям

Обрезки бревен длиной - 1м, диаметром - 10-15 см, лежащие горизонтально на болотистом участке местности. Прохождение этапа произвольное, первая и последняя «жердь» обозначает границу этапа.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- одно касание ногой - 30 с. (каждое касание штрафуеться отдельно)
- не прохождение этапа - 300 с.
- падение, срыв двумя ногами - 90 с.

#### 4. Преодоление завала из бревен и кустов.

Штрафуеться прохождение этапа за пределами коридора шириной до 2-х м.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

#### 5. Переправа по бревну с перилами.

Длина бревна - 10-15 метров, оно устанавливается над препятствием на высоте 1-1,5 метра, над бревном натягивается веревка (перила). Участник страхуеться «усом» (через карабин к перилам) за перила, переправляется по бревну.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- прекращение страховки - 180 с.
- не завинчена муфта карабина - 30 с.
- срыв с зависанием на само страховке - 180 с.
- нахождение на перилах более одного участника - 180 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

#### 6. Навесная переправа.

Веревка натягивается через препятствие. Длина переправы 20 – 30 м. угол наклона до 10 градусов. Участник проходит этап самостоятельно. Порядок пристежки: рабочим «усом», через карабин к судейской страховочной веревке; к основной веревке через карабин сначала грудной обвязкой, а потом «беседкой» (отстегивание в обратном порядке) на границе этапа разрешается взаимопомощь.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- прекращение страховки - 180 с.
- не завинчена муфта карабина - 30 с.
- зависание на само страховке, помощь судьи - 180 с.
- нахождение на перилах более одного участника - 180 с.

- нарушение порядка пристегивания и отстегивания карабина - 180с.
- не прохождение этапа - 300 сек.

#### *7. Маятниковая переправа.*

Участники преодолевают препятствие с помощью веревки, закрепленной в верхней точке опоры над препятствием. По усмотрению судейской коллегии возможна страховка «усом» через карабин к веревке.

Система штрафа:

- заступ за ограничение - 30 с.
- потеря снаряжения - 30 с.
- срыв - 90 с.
- касание земли – 30 с.
- не прохождение этапа – 300 с.

#### *8. Подъем и спуск по перилам.*

Подъем.

Крутизна склона 30 - 40 градусов, протяженность этапа 20 - 40 м. Участник поднимается по склону «спортивным способом», захватывая веревку поочередно правой и левой руками способом «наизворот» т.е. обкручивая ее вокруг кисти и предплечья; или с самостраховкой и опорой на перильную веревку. Самостраховка осуществляется с помощью петли из репшура, диаметром 6 мм., которая с помощью схватывающего узла присоединяется к перилам и пристегивается карабином к страховочной системе в грудное перекрестье обвязки.

Спуск.

Участник спускается по склону «спортивным способом» т.е. пропустив веревку за спиной, удерживая ее обеими руками и обмотав одним витком вокруг предплечья и кисти верхней по склону руки; или с самостраховкой. Самостраховка осуществляется аналогично этапу подъем.

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- прекращение страховки, захват узла ладонью - 180 с.
- не завинчена муфта карабина - 30 с.
- не завязан узел – 90 с.
- работа на этапе без рукавиц – 180 с.
- нахождение на перилах более одного участника - 180 с.
- не прохождение этапа - 300 сек.

#### *9. Траверс склона*

Крутизна склона до 40 градусов, протяженность этапа до 40 м. Перила могут иметь 4 – 6 промежуточных точек крепления. Участник движется по склону, страхуясь к перилам скользящим карабином «уса» самостраховки. Перестежка должна производиться без потери самостраховки т.е. участник должен сначала пристегнуться имеющимся у него свободным «усом» самостраховки к следующему участку перил, затем выстигнуть карабин самостраховки из предыдущего участка и продолжать движение.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.

- заступ за ограничение - 30 с.
- прекращение страховки - 180 с.
- не завинчена муфта карабина - 30 с.
- срыв с зависанием на само страховке - 180 с.
- нахождение на перилах более одного участника - 180 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

#### *10. Переправа по качающимся бревнам.*

Через препятствие натягиваются подвесные бревна (3-5 штук) длиной 1,5-2 м и параллельно судейские перила длиной 20-30 м. Участник страхуется за перила «усом» само страховки через карабин и преодолевает этап, проходя по бревнам. Разрешается помощь команды вне границ этапа.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- не завинчена муфта карабина - 30 с.
- прекращение страховки - 180 с.
- нахождение на перилах более одного участника - 180 с.
- срыв с зависанием на само страховке - 180 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

#### *11. Переправа по навесному «мосту»*

Через препятствие натягиваются «мост» и параллельно веревка длиной 20- 30 метров, расстояние между 1,0 - 1,5 метра. Участник страхуется за веревку «усом» само страховки через карабин и преодолевает этап, проходя по «мосту». Разрешается помощь вне границ этапа.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- заступ за ограничение - 30 с.
- не завинчена муфта карабина - 30 с.
- прохождение по веревкам - 30 с.
- прекращение страховки - 180 с.
- нахождение на перилах более одного участника - 180 с.
- срыв с зависанием на само страховке - 180 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

#### *12. Прохождение «паутины»*

Участник преодолевает препятствие по веревкам натянутым в форме «паутины» в обозначенном коридоре. Высота веревок над землей 0,5 - 0,7 м, в местах пересечений веревки не связаны.

Система штрафа:

- потеря снаряжения - 30 с.
- выход за пределы коридора - 30 с.
- касание опор - 60 с.
- не прохождение этапа - 300 с.

Возможны и другие этапы: разжигание костра, укладка рюкзака, переноска пострадавшего, наклонное бревно, командное бревно, «бабочка», «рукоходы», «ромб» и др.

## 5.2. Соревнования по ориентированию.

В программу школьного слета без наличия карты местности можно включить следующие виды ориентирования:

1. *Азимутальный маршрут.*

2. *Маршрут по «Легенде».*

Для проведения соревнований лучше выбрать пересеченную местность с ярко выраженными ограничениями (дорога, река и т.д.) Снаряжение команды: компасы, часы, описание маршрута, карточки участников или зачетно - маршрутные книжки (ЗМК).

1. *Азимутальный маршрут.*

Команда получает задание пройти маршрут по отрезкам с указанием азимута в градусах и расстояния в метрах. Команда, организованно двигаясь в заданном направлении, при выходе на контрольный пункт (КП) списывает код в ЗМК и движется дальше.

2. *Маршрут по «Легенде».*

Команда получает задание пройти участок маршрута по описанию с указанием расстояний в метрах и угловых величин в азимутах (словесное описание маршрута - «Легендой»). При выходе на КП команда делает отметки в ЗМК.

Соревнования по видам спортивного ориентирования удобнее делать по кольцевому маршруту. Для прохождения маршрута устанавливается контрольное время, обычно в два раза больше нормального.

Итоги соревнований подводятся по наибольшему количеству баллов, набранных на маршруте. При одинаковом количестве баллов, предпочтение отдается команде, затратившей на прохождение маршрута наименьшее время. Сначала итоги подводятся для команд, уложившихся в контрольное время, затем для остальных.

3. *Командные соревнования по спортивному ориентированию (по выбору).*

В программу районных туристических слетов школьников (при наличии спортивной карты) обычно включаются соревнования по спортивному ориентированию вида – ориентирование по выбору, которые можно проводить по различным вариантам.

Соревнования проводятся в виде эстафеты. На старте каждая команда (команда 5 человек, в том числе не менее одной девушки) получает карту, с нанесенными на нее местом старта, финиша и контрольными пунктами.

1. *Вариант* - Задача участников команды, стартуя поочередно или парами за наименьшее время посетить заданное количество КП из числа имеющихся в районе соревнований, уложившись в контрольное время (КВ).

Команда победительница определяется по наименьшему времени, затраченному на прохождение дистанции.

2. *Вариант.* КП, нанесенные на карту, имеют оценку в баллах. Задача участников команды, стартуя поочередно или парами набрать как можно больше баллов, при этом, не превысив контрольное время. За превышение времени из результатов команды вычитываются штрафные баллы – определенное количество за каждую просроченную минуту.

Команда победительница определяется по наибольшему количеству набранных баллов.

### **5.3. Соревнования по технике водного туризма.**

Соревнования по водному туризму обычно проводятся командными, на байдарках (двухместных, каркасных), плавание на которых позволяет научиться чувствовать воду, отработать технику гребли.

*Короткая дистанция.* На воде устанавливается дистанция, обычно две параллельные нитки, с навешанными на них воротами (обозначаются вешками). Ворота номеруются. Задача команды – экипажи байдарок, за наименьшее время должны пройти дистанцию в заданном порядке (по номерам ворот). За ошибки при прохождении ворот экипажи штрафуются:

- не прохождение ворот экипажем – 60 сек.;
- не прохождение ворот одним участником – 30 сек;
- нарушение порядка прохождения – 60 сек;
- умышленный отвод вешки – 60 сек.

Перед началом проведения соревнований по технике водного туризма главному судье данного вида необходимо познакомить участников с дистанцией, объяснив порядок прохождения этапов, действия участников, систему штрафов.

Команда – победитель определяется по наименьшей сумме времени, затраченному на прохождение дистанции всеми экипажами, с учетом штрафного времени.

### **5.4. Соревнования на контрольном туристическом маршруте (КТМ)**

Контрольный туристический маршрут (КТМ) проводится как небольшой туристический поход, в котором каждая команда выполняет задания по краеведению, туристической технике, топографии, ориентированию, оказанию первой медицинской помощи, по элементам «школы безопасности» (школьного курса ОБЖ).

На маршруте команда преодолевает различные препятствия, самостоятельно выбирая тактику и способ безопасного их прохождения. Рекомендуется не система штрафов, заставляющая даже неподготовленную команду идти на преодоление препятствия, а систему набора баллов. Если ребята не готовы к прохождению какого - либо этапа, они могут его пропустить, лишившись соответствующего количества баллов. На прохождении каждого этапа устанавливается контрольное время. Если команда преодолевает этап быстрее, преимущества она от этого не получает. В КТМ можно включить следующие этапы:

#### *1. Предстартовая проверка.*

(максимальная оценка 20 баллов).

- ответ капитана о действиях команды в аварийной ситуации - до 4 б.
- ответ одного из участников (по жребию) о границах района соревнований - до 4 б.
- проверка личного снаряжения одного из участников (по жребию) – до 3 б.
- наличие и состав медицинской аптечки, ремонтного набора, группового снаряжения - до 3 б, за каждый набор. За

отсутствующий предмет снимается 1 б, но не более 3 б. в каждом списке.

## 2. Доврачебная медицинская помощь.

(максимальная оценка - 20 б.)

2.1. *Знание правил оказания первой медицинской помощи.* Двое представителей от команды получают карточку с указанием диагноза травмы и заболевания. Используя представленные в карточке наборы признаков травм, заболеваний и способов оказания первой медицинской помощи, команда выбирает правильный ответ (записывает шифр). За каждый правильный ответ дается до 5 б.

2.2. *Оказание первой медицинской помощи по условно заданной травме* (максимальная оценка - 10 б.) Список травм заранее оговаривается. Правильное выполнение - 10 б, с ошибкой - 5 б, неправильно - 0 б.

2.3. *Транспортировка «пострадавшего»* (максимальная оценка - 10 б.) Команда изготавливает из подручного материала средства для транспортировки и транспортирует «пострадавшего». Правильная транспортировка - 5 б, с ошибками - 2,5, неправильная - 0 б. Аналогично оценивается и правильное изготовление средств транспортировки.

3. *Определение расстояния по карте* (максимальная оценка - 3 б.). Команда, используя имеющийся инструмент (линейку или компас), определяет расстояние между пунктами на карте, При ошибке до 5% -3 б, до 10% - 2, до 15% - 1, более 15% - 0 б.

4. *Определение азимута на три ориентира* (максимальная оценка – 9 б.). Команда при помощи компаса определяет азимут на указанные ориентиры. При ошибке до 5 гр. - 3 б, до 10 гр. - 2, до 15 гр. - 1, свыше 15 гр. - 0 б.

5. *«Бивуак»* (максимальная оценка 10 б.) Команда за контрольное время (например - 0,5 час) должна поставить палатку и вскипятить воду (приготовить чай). Можно предложить оценить:

1. установку палатки (2 б.)

- качество натяжения скатов палатки;
- вертикальность установки передней и задней стенок.

2. костровище и костровое снаряжение (5 б.)

- место расположения костровища относительно палаток, зеленых насаждений и т. д;
- окопка и оборудование костровища;
- крепление топора, чехлы;
- варочная посуда (состояние и материалы),

3. кипячение воды в контрольное время (3 б.)

6. *Ориентирование.*

1. По «Легенде» (смотри раздел соревнования по ориентированию 4.3.). За посещение каждого КП дается 3 б.

2. Азимутальный ход. Получив исходные данные (азимут и длину хода - до 500 метров), команда движется к указанной точке. При выходе на финишную прямую записывается номер вешки. При ошибке до 5% длины хода - 15 б, до 10% - 10, до 15% - 5, свыше 15% - 0 б.

7. *Определение расстояния до недоступного предмета.* Команда любым известным ей способом определяет расстояние до недоступного предмета. При ошибке до 5% - 6 б, до 10% - 4, до 15% - 2, свыше 15% - 0 б.

В зависимости от уровня подготовки команд в КТМ можно включить и другие элементы:

- технические этапы техники пешего туризма (смотри раздел соревнований по технике пешего туризма 4.1.);
- технические этапы по «школе безопасности» (смотри там же);
- задания по краеведению и экологии, связанные со школьной программой: определение состава растительности, измерение расхода воды и т. д.;
- задания по школьному курсу ОБЖ: знание знаков Международной кодовой системы сигналов бедствия, очистка воды, знание внутригрупповой азбуки Морзе, знание лекарственных и съедобных растений и т. д. ;
- выполнение силовых упражнений.

Каждая команда имеет зачетную маршрутную книжку (ЗМК), в которой судьи делают отметку о прохождении этапа и о полученном результате. Основное требование к работе судей: команда, уходя с этапа, должна узнать свой результат.

Итоги на КТМ подводятся по наибольшему количеству набранных баллов командами. В случае равенства баллов учитывается время. Превышение контрольного времени на маршруте штрафуются баллами, или команде не засчитывается результат.

### **5.5. Конкурсная программа.**

В программу туристических соревнований школьников включают различные конкурсы, позволяющие занять свободное время ребят, показать их творческие способности. Конкурсная программа организуется и проводится во все дни соревнований и может включать следующие конкурсы:

#### *1. Конкурс туристской песни.*

Конкурс проводится в виде фестиваля. В нем принимают участие солисты, дуэты, ансамбли из числа участников соревнований. Каждая команда представляет не более двух песен на заданную тему.

Конкурс оценивается в баллах по следующим критериям: подбор репертуара; качество исполнения и сопровождения; авторство; творческий подход к исполнению; оригинальность.

Команда победительница определяется по наибольшему количеству набранных баллов.

#### *2. Конкурс краеведов*

Конкурс краеведов проводится в два тура. В первом туре принимает участие вся команда, будет предложено 10 вопросов по истории района, области. За контрольное время команде необходимо дать письменные ответы. За каждый правильный ответ команда получает баллы.

Пять лучших команд выходят во второй тур, который проходит в форме игры-соревнования юных краеведов (по 2 человека от команды). Вопросы и задания II тура предполагают знание истории, географии, культуры края; находчивость и эрудицию. За каждый правильный ответ команда так же получает баллы.

Команда победительница определяется по наибольшему количеству баллов, набранных в двух турах.

### *3. Конкурс юных фотолюбителей.*

На конкурс принимаются отпечатки фотографий, выполненные на фотобумаге в любой технике печати. Содержание фотоснимков произвольное, но отвечающее туристско-краеведческой тематике. Рекомендуемый формат снимков 20 x 30 см. (А- 4).

На обороте каждого снимка, способом, не нарушающим изображение, указывается название работы, фамилия, имя автора (полностью), его место учебы, почтовый адрес. Допускается представление одним учреждением не более 3 разных снимков.

Конкурсные работы могут определяются в следующих номинациях и жанрах: репортаж, репортажный портрет, портрет, постановочный портрет, этюд, пейзаж, редкий снимок, флора и фауна, город. Оргкомитет по рекомендации жюри может изменить перечень номинаций.

Жюри определяет победителей методом экспертной оценки, сосредотачивая внимание на следующем: общая художественная выразительность, избранные автором выразительные средства и композиционные приемы, светотональные и колористические решения, содержание снимка (раскрытие темы, отображение проблем «буден и романтики» туристского путешествия, неповторимой красоты родной природы и т.д.).

Победитель определяется по наибольшему количеству набранных баллов.

### *4. Конкурс экологов.*

В конкурсе экологов принимают участие 2 представителя от команды. Им предлагается определить названия растений, произрастающих на специально определенной территории за установленное время, например за 15 мин. Система штрафов: каждое неопределенное или неправильно определенное растение - 1 мин.

### *5. Конкурс туристских навыков.*

Конкурс туристских навыков предполагает соблюдение участниками слета дисциплины, личной гигиены, выполнение режима дня, бережного отношения к природе. Судейство осуществляется в течение всего времени проведения слета.

Команды – участницы штрафуются за: небрежно вымытую посуду; беспорядок и мусор в палатках; неправильное хранение продуктов; неправильное расположение костра; за разбросанные остатки пищи, бумаги, мусора на земле вокруг палаток и костров; за заготовку дров, громкие разговоры после отбоя и до подъема; за слив помоев и мусора в

неположенном месте; за невыполнение распоряжений по лагерю; за порчу и уничтожение зеленых насаждений; за нарушение техники безопасности при приготовлении пищи и заготовке дров; за нарушение правил поведения и этических норм.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение №1

### ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении районного туристского слета учащихся образовательных учреждений, посвященного Международному дню туризма**

#### ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Районный туристический слет школьников образовательных учреждений проводится отделом образования администрации Инжавинского района, МОУ ДО «Инжавинский районный центр дополнительного образования «Радуга». Непосредственная подготовка и проведение возлагается на МБОУ ДО «Инжавинский районный центр дополнительного образования «Радуга».

#### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

- развитие массового школьного туризма и краеведения как важнейших средств воспитания учащихся;
- широкое использование туризма для укрепления здоровья учащихся, приобщение их к здоровому образу жизни;
- повышение технического и тактического мастерства учащихся, оценка возможностей команд;
- отработка практической части школьного курса ОБЖ

#### ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

Районный туристский слет учащихся проводится 23 - 24 сентября 2015 года в с. Криволучье («Швейцария»).

Прибытие команд на место проведения слета 23 сентября до 10.00 ч.

Справки по телефону 2 – 77 - 63

**Внимание руководителей! По прибытии команды на поляну соревнований Вам необходимо с оформленными документами пройти регистрацию в мандатной комиссии.**

#### УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

В слете принимают участие команды школ района. Состав команды – 8 человек / 2 запасных /, руководитель команды и один судья. Итого 10 человек. В соревнованиях принимают участие 6 человек, из них не менее 2 – х девушек 1998– 2002 гг рождения.

Для участия в соревнованиях команде необходимо оформить заявку, заверенную медицинским работником, иметь выписку из приказа по школе и справку о прохождении участниками инструктажа по технике безопасности. Команды должны иметь при себе групповое и личное снаряжение, необходимое для проживания в полевых условиях, а так же продукты питания на все дни соревнований

#### ФИНАНСИРОВАНИЕ

Проезд участников к месту проведения соревнований и обратно, питание, экологический взнос в размере 300 руб., за счёт средств командирующей организации. Экологический взнос сдается по прибытию команды на место соревнований и возвращается в день отъезда, после сдачи места расположения коменданту лагеря.

Организационно – хозяйственные расходы по проведению соревнований и награждение за счет отдела образования администрации Инжавинского района.

### **ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ И НАГРАЖДЕНИЕ**

Результаты в отдельных видах соревнований и конкурсов подводятся согласно условиям проведения. Команды, занявшие призовые места в отдельных видах соревнований и конкурсах награждаются грамотами.

#### **ПРОГРАММА СЛЕТА:**

1-й день	Соревнования по технике пешего туризма (командные)	12.00
	Соревнования по технике пешего туризма (личные)	15.00
	Торжественное построение	18.00
	Конкурсная программа	19.00
2-й день	Соревнования по спортивному ориентированию (командные)	10.00
	Соревнования по спортивному ориентированию (личные)	12.00
	Соревнования по технике водного туризма	14.00
	Закрытие	16.00

#### **УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

*Организаторы оставляют за собой право вносить изменения и дополнения в программу соревнований*

##### 1. Командные соревнования по туристской технике.

В соревнованиях принимают участие команды в составе 6 человек, из них не менее 2-х девушек.

Команда, используя необходимое снаряжение, должна преодолеть туристскую полосу препятствий за наименьшее время. За нарушения, при прохождении технических этапов, участники наказываются штрафом. Команда – победительница определяется по наименьшей сумме чистого времени (показанного 6 – ю участниками) + штрафное время всех участников. Прохождение дистанции сквозное. Старт согласно командной жеребьевке.

Командам **могут быть** предложены следующие этапы: лестница, навесная переправа (с командной страховкой), подъем и спуск спортивным способом, «мышеловка», переправа по бревну с периллами, переправа по жердям, в брод, «бабочка», траверс склона, переправа по параллельным веревкам, «паутина», «маятник», «ромб», «кочки», качающееся бревно, вязка узлов (для закрепления на опоре, для связывания веревок одинакового и разного диаметра, вспомогательные узлы).

##### 2. Командные соревнования по спортивному ориентированию. ( по выбору ).

Соревнования проводятся в виде эстафеты. На старте каждая команда ( команда 5 человек, в том числе не менее одной девушки ) получает карту с нанесенными на нее местом старта и контрольными пунктами. Задача участников команды, за контрольное время (КВ) собрать определенное количество КП. Определение результатов согласно Правилам соревнований по спортивному ориентированию.

##### 3. Командные соревнования по технике водного туризма.

На воде будет установлена дистанция с несколькими воротами, обозначенными вешками. В задачу экипажей байдарок входит как можно быстрее пройти дистанцию, набрав при этом минимальное количество штрафов. Штраф начисляется за касание вешек, нарушение порядка прохождения ворот, не прохождение ворот. Победитель определяется по сумме времени, затраченного на прохождение дистанции двумя экипажами (один из которых смешанный), с учетом штрафа.

##### 3. Фотоконкурс « Люди идут по свету... ».

На конкурс представляется не менее двух фотографий с названиями и указанием автора (текст печатный). Оценивается: соответствие тематике, качество, оригинальность.

## КОНКУРСНАЯ ПРОГРАММА

Конкурсная программа проводится во все дни соревнований. Судейство осуществляется жюри.

### 1. Конкурс туристской песни.

Конкурс проводится в виде фестиваля. В нем принимают участие солисты, дуэты, ансамбли из числа участников соревнований. Каждая команда представляет не более двух песен на заданную тему (туристская тематика). Оценивается: подбор репертуара, качество исполнения и сопровождения, авторство, творческий подход, оригинальность.

### 2. Конкурс краеведов.

Командам будет предложено ответить на десять вопросов по истории Инжавинского района, р.п. Инжавино и Тамбовской области. За каждый правильный ответ команда получает баллы. Команда победительница определяется по наибольшему количеству набранных баллов.

### 3. Фотоконкурс «Люди идут по свету...».

На конкурс представляется не менее двух фотографий с названиями и указанием автора (текст печатный). Оценивается: соответствие тематике, качество, оригинальность.

Особое внимание необходимо уделить работе мандатной комиссии, которая должна более требовательно подходить к командным документам.

### 4. Конкурс туристских навыков

Конкурс туристских навыков предполагает соблюдение участниками слета дисциплины, чистоты в лагере, личной гигиены, выполнение режима дня, бережного отношения к природе.

Судейство осуществляется в течение всего времени проведения слета.

Система штрафа:

- небрежно вымытая посуда - 3 балла;
- беспорядок и мусор в палатках - 3 балла;
- отсутствие эмблемы на палатках - 3 балла;
- неправильное хранение продуктов - 5 баллов;
- неправильное расположение костра - 5 баллов;
- разбросанные остатки пищи, бумаги, мусора на земле вокруг палаток и костров - 5 баллов;
- заготовка дров, громкие разговоры после отбоя и до подъема — 5 баллов;
- слив помоев и мусора в неполюженном месте - 5 баллов;
- невыполнение распоряжений по лагерю - 5 баллов;
- порча и уничтожение зеленых насаждений - 10 баллов;
- нарушение техники безопасности при приготовлении пищи и заготовке дров - 10 баллов;
- нарушение правил поведения и этических норм — 10 баллов.

В главную судейскую коллегию  
районного туристического слета школьников

З А Я В К А

От команды \_\_\_\_\_  
( название учебного заведения )

№№ п.п.	ФАМИЛИЯ, ИМЯ, ОТЧЕСТВО	год рождения	роспись в знании Т Б и умении плавать	виза врача
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				

Всего к соревнованиям допускаю \_\_\_\_\_ человек \_\_\_\_\_

М.п. врач \_\_\_\_\_

Руководитель команды \_\_\_\_\_  
( фамилия, имя, отчество )

Представитель команды \_\_\_\_\_  
( фамилия, имя, отчество )

м.п. директор учебного заведения \_\_\_\_\_  
( подпись) ( расшифровка подписи)

Угловой штамп или типовой бланк

## СПРАВКА

Настоящей справкой удостоверяется, что со всеми ниже перечисленными членами команды \_\_\_\_\_ направленными для участия в районном туристическом слете учащихся проведен инструктаж по следующим темам.:

1. правила поведения во время соревнований и на маршруте;
2. инструкция по охране труда при перевозке детей автомобильным транспортом
3. техника безопасности при организации бивуака;
4. пожарная безопасность;
5. правила поведения при угрозе и осуществлении теракта;
6. охрана природы.

№№ п.п.	ФАМИЛИЯ, ИМЯ, ОТЧЕСТВО	Личная подпись членов команды, с которыми проведен инструктаж
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		
9		
10		

Инструктаж проведен \_\_\_\_\_

( фамилия имя, отчество проводившего инструктаж, должность)

подпись проводившего инструктаж \_\_\_\_\_

руководитель команды \_\_\_\_\_

( Ф. И. О. полностью )

заместитель руководителя \_\_\_\_\_

( Ф.И.О полностью )

приказом № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ назначены ответственными за жизнь, безопасность и здоровье вышеперечисленных членов команды.

М. П.

Директор учебного заведения \_\_\_\_\_

## **ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ**

### **УЧАСТНИКАМ НЕ РАЗРЕШАЕТСЯ:**

1. Покидать территорию лагеря без разрешения руководителя.
2. Использование петард и др. взрывчатых предметов и веществ.
3. Оставлять костер без присмотра. ( Около костра обязательно должна находиться емкость с водой).
5. Порубка зеленых насаждений и сушняка.
6. Заготовка дров без руководителя.
7. Курение и распитие спиртных напитков.
8. Купание и подход к воде в ночное время без сопровождения руководителя.

**За перечисленные нарушения одним участником - команда снимается с соревнований.**

### **КАЖДЫЙ УЧАСТНИК ДОЛЖЕН ЗНАТЬ:**

1. Все колющие и режущие предметы должны быть зачехлены.
2. У костра работают только в одежде (в брюках, рубашке с длинными рукавами и ботинках).
3. Посуду с горячей пищей располагают в стороне. Обратите внимание на надежность стоек, тросиков, крючков
4. На бивуаке отводится специальное место для пилки и рубки дров, здесь не должны устраиваться игры.
5. Не разрешаются игры связанные с бросанием ножей, топоров, кольшкков.
6. Не разрешается лазанье по деревьям, перепрыгивание через рвы, канавы поваленные деревья и т.д.

### **НА МАРШРУТЕ НЕ РАЗРЕШАЕТСЯ:**

1. Разделение группы;
2. Сход с указанного маршрута без уважительной причины;
3. Срыв маркировки;
4. Создание помех движению других команд.

Если произошел несчастный случай, прекратите движение и немедленно сообщите о случившемся судье на ближайшем этапе.

### **ПРИ ДВИЖЕНИИ В НОЧНОЕ ВРЕМЯ:**

1. Соблюдать дистанцию, не растягиваться, преодолевать препятствия, соблюдая меры предосторожности;
2. В случае если отстал один из участников прекратить движение, если по -терялся немедленно сообщить в судейскую коллегию;
3. Передвигаясь соблюдать технику безопасности;
4. Передвижение допускается только шагом по дорогам и тропинкам

**Помни: любой крик - это крик о помощи!**

**РУКОВОДИТЕЛЬ** должен строго следить за соблюдением дисциплины и правил ТБ всеми участниками. Руководитель не имеет права выпускать участника на дистанцию, если есть обоснованные сомнения в обеспечении его безопасности. Руководитель не должен покидать место расположения команды без уважительной причины; не должен допускать передвижение по территории лагеря на автотранспорте.

### **Используемые источники**

1. Винокуров В.К. и др. Безопасность в альпинизме - М.; ФиС, 1983.
2. Захаров П.П. и др. Школа альпинизма -М.;ФиС, 1989.
3. Кодыш Э.Н. Соревнования туристов - М.; Физкультура и спорт, 1990,
4. Константинов Ю.С Туристические соревнования учащихся - М.; ЦДЮТиК МО РФ, 1995.
5. Константинов Ю.С. Туристические слеты и соревнования учащихся -М; ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
6. Константинов Ю.С Куликов В.М. Детско – юношеский туризм. ФЦ ДЮТК
7. Маслов А.Г. Подготовка и проведение соревнований учащихся «Школа безопасности», методическое пособие.- М.; гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000 г.
8. Правила организации и проведения туристических соревнований Российской Федерации – М.,ЦДЮТур и К МО РФ, 2009.