Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей

«Центр внешкольной работы»

**Методическая разработка**

**туристического мероприятия**

**«Зимний турслет»**

**( городские соревнования молодежи и школьников по технике и тактике лыжного туризма)**

****

Методист

Каракулькина Юлия Викторовна

1-я кв. категория

г. Арзамас

2013 г.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Цель:** Городские соревнования по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет), проводится с целью пропаганды и популяризации спортивного туризма, ориентирования и краеведения, как важного средства физического, морального и нравственного воспитания среди школьников и молодежи, проверка физической, технико-тактической подготовки юных туристов, воспитание патриотизма, отработка приемов и действий жизнеобеспечения в экстремальных ситуациях, повышение безопасности проведения лыжных походов, выявление сильнейших команд.

**Задачи:**

* Способствовать развитию туристских навыков среди школьников и молодежи города;
* формированию навыков группового взаимодействия;
* содействовать гармоничному физическому развитию ребенка и профилактике правонарушений;
* выработке умений использовать туристические навыки и условия окружающей среды для укрепления здоровья, противостояния стрессам;
* формированию общественных и личностных представлений о престижности разносторонней физической подготовки;
* приобретению практического опыта посредством различных туристических навыков и формирование умений применять их в различных по сложности ситуациях;
* закреплению потребности в регулярных занятиях физической культурой и избранным видом туризма;
* формированию адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма;
* развитию навыков ЗОЖ целеустремленности, уверенности, выдержки, самообладания.

**Участники**: В мероприятии принимают участие обучающиеся ОУ г. Арзамаса и учащиеся ГБОУ СПО АКТТ. Состав команды – 6 чел. (не менее 2-х девушек), один представитель и один судья (не моложе 18 лет). Возраст участников: 13 – 17 лет (7-11 классы). К участию в спортивных состязаниях допускаются учащиеся, по состоянию здоровья, допущенные к занятиям по физической культуре, прошедшие инструктаж по ТБ.

**Руководство соревнованиями.** Подготовку и проведение соревнований осуществляет ОРГКОМИТЕТ в состав, которого входят представители департамента образования, комитета по физической культуре, спорту и молодежной политике администрации г. Арзамаса, и других заинтересованных организаций и учреждений. Непосредственное проведение и организация соревнований возлагается на МБОУ ДОД ЦВР г. Арзамаса.

**Порядок и срок подачи заявок.** Предварительная заявка подается на судейской коллегии в оргкомитет соревнований. Именная заявка, заверенная директором школы и врачом, подается в мандатную комиссию на месте соревнований.

**Время и место проведения.**

Городские соревнования по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет), проводятся 21 февраля на ФОБ «Снежинка».

В связи с постановлением Гл. государственного санитарного врача по Арзамасскому району от 15.02.2013 г. №46 «О введении ограничительных мероприятий по ОРВИ и гриппу в г. Арзамасе», соревнования были перенесены на 06.03.2013 г.

Прибытие на ФОБ «Снежинка» – до 09.30; Старт первой команды в 10.00.

**Программа соревнований:**

* **Инструктаж по технике безопасности**

1. **Контрольно-туристический маршрут (КТМ) с этапами туристической полосы препятствий, выполнение специальных заданий** (коэффициент 1)**.**

**С элементами спортивного ориентирования.**

**Условия прохождения соревнований на дистанции КТМ и перечень возможных этапов.**

Состав команды – 6 чел. (не менее двух девушек). Длина дистанции до 3 км. Во время прохождения дистанции КТМ участники команды должны нанести на карту данной местности месторасположение контрольных пунктов (КП), путем прокалывания булавкой предполагаемого нахождения КП на карте и перечеркивания карандашом, находящимся на призме КП, точки прокола. Соревнования проводятся на маркированной дистанции. Каждая команда движется по дистанции согласно стартового протокола (по жеребьевке). При прохождении этапов команда использует любые тактико-технические приемы, не противоречащие правилам техники безопасности. За потерю маршрутных документов команда снимается с данного вида соревнований. За не прохождение этапа дается штраф -100 баллов. На каждом этапе за недостающего участника команда получает 10 баллов штрафа. Прохождение этапов оценивается согласно Правилам соревнований по туристскому многоборью(«Русский турист». 1998 года и приложений к правилам – «Руководство для судей и участников соревнований по «ТЛиПТ». Теплоухов В.В., 2000год) с уточнениями, которые сообщаются участникам перед стартом соревнований. Общий результат команды в КТМ определяется наименьшей суммой штрафных баллов, набранных на этапах дистанции.

1. **Спортивное ориентирование (коэффициент 1).**

**Штрафы за неточную отметку КП:**

Ошибка прокола

-//- d 2мм – штраф – 0 мин.;

-//- d 4мм – штраф – 1 мин.;

-//- d 6мм – штраф – 2 мин.;

-//- d 8мм – штраф – 3 мин.;

-//- d более 8мм – штраф – 5 мин.

За каждый лишний прокол на карте – штраф 5 мин Отсчет правильности прокола проводится от расположения КП на карте.

1. **Краеведческая викторина, посвященная истории родного края, его природе, географии, туризму** (коэффициент 0,5)**.**

**Оборудование:**

1. Карта полигона для стенда - 1 шт.;
2. Карта полигона для участников 20 шт.;
3. Веревки - 2 шт.;
4. Рюкзаки - 2 шт.;
5. Котелок для воды - 2шт.;
6. Газовая горелка - 2 шт.;
7. Карабины - 10 шт.;
8. Каски - 6 шт.;
9. Аптечка - 1 шт.;
10. Секундомер электронный - 2 шт.;
11. Компас - 3 шт.;
12. Топор походный - 2 шт.;
13. Набор посуды (КЛМН) - 1 шт.;
14. Костровое оборудование - 1 шт.;
15. Разделочная доска - 2 шт.;
16. Половник - 2 шт.;
17. Пленка - 1 шт.;
18. Коврики (пенки) - 35 шт.;
19. Стол - 2 шт.;
20. Стулья - 10 шт.;
21. Фотоаппарат - 1 шт.;
22. Мегафон - 1 шт.;
23. Музыкальный центр - 1 шт.;
24. Дрова
25. Санки «Волокуши» 1шт.;
26. «Следы животных» (раздаточный материал) 1комплект;
27. Протоколы на этапы (планшеты) 15 шт.;
28. Маршрутные листы 20 шт.;
29. Файлы 20 шт.;
30. Карта спортивная 1 шт.;
31. Грамоты участникам - определяются по предварительной заявке педагогов
32. Кубки 3 шт.;
33. Сувениры и сладкие призы - по смете.
34. Журнал по ТБ (инструктажи)

**Личное снаряжение.**

*Рюкзак, теплая куртка, штаны, теплая обувь, шерстяные и тонкие носки, запасные перчатки (варежки), спички, часы, КЛМН (команда имеет право укомплектовать один рюкзак на всю команду).*

**Групповое снаряжение.**

*Медаптечка (бинт, вата, кровоостанавливающие, дезинфицирующие средства); компас, спички герметизированные, фанера 3-х миллиметровая 30х50 см, булавка, файл, ручка.*

**Оформление информационного стенда:**

*Оформляется в день соревнований.*

Педагог – организатор

*Карпов Семен Александрович*

1. Положение
2. Этапы соревнований
3. Карта полигона
4. Правила поведения туристов;
5. Инструктажи по т/б.

**Подготовительный этап:**

План подготовкигородских соревнований по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет)**.**

1. На Судейской коллегии педагогическим коллективом утверждается план проведения городских соревнований по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет), место и сроки проведения, распределяются обязанности.
2. По итогам Судейской коллегии директор пишет приказ по МБОУ ДОД ЦВР о проведении городских соревнований по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет), с указанием должностных обязанностей каждого педагога на день проведения мероприятия.
3. Пишется положение о «Городских соревнованиях по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет)». Рассылается по ОУ г. Арзамаса.
4. Собирается актив, представители и судья от каждого ОУ, на котором знакомят с положением о «Городских соревнованиях по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет)». Даются рекомендации по подготовке, назначаются дни тренировок и консультаций.
5. Педагогом-организатором и педагогами ДО готовится инвентарь и площадка (территория ФОБ «Снежинка»). Педагоги ОУ организуют и подготавливают команды.
6. В назначенный день дети собираются на ФОБ «Снежинка». Проводится представителем команды инструктаж по ТБ (с занесением в журнал).
7. По окончании соревнований проводится торжественное закрытие и награждение победителей (участников), обучающиеся организованно покидают место соревнований.

**Определение результатов и награждение.** Результат команды в общем зачете определяется по наименьшей сумме мест зачетных видов соревнований. В случае равенства очков предпочтение отдается команде, имеющей более высокое место в КТМ. Команды-призеры награждаются грамотами и кубками. Команды, занявшие призовые места в отдельных зачетных видах соревнований, награждаются грамотами.

**Ход мероприятия:**

**09.30 -10.00**

1. **Встреча участников и их сопровожде**ние

Педагог-организатор

*Карпов С.А.*

**Инструктаж по технике безопасности с занесением в журнал.**

Зам. по ВР

*Морозова Инна Юрьевна*

Секретарь

*Каракулькина Юлия Викторовна*

Представитель команды

**10.00-10.20**

1. **Торжественное открытие**

Директор МБОУ ДОД ЦВР

*Андронов Алексей Владимирович*

- Особое место занимает туристическая деятельность и традиционный зимний туристический слет детей и молодежи города Арзамаса. Это мероприятие способствуют развитию таких качеств, как личная инициатива и взаимная выручка, настойчивость, сила воли и высокая дисциплинированность. Пребывание на свежем воздухе, воздействие солнца и дозированных физических нагрузок, разнообразие впечатлений нормализуют деятельность центральной нервной системы, восстанавливают силы, повышают работоспособность. Ежегодный зимний туристический слет, можно назвать культовым мероприятием, его с нетерпением ждут и взрослые и дети. ..

**3. Выступление гл. судьи соревнований** *Родин Ю.В.*

**Приветствие**

**Сообщает границы полигона.**

Перед стартом капитан каждой команды сдает рапорт (………).

*«Команда, в одну шеренгу* ***стройся!***

***Равняйся! Смирно!***

1. *- Товарищ главный судья! Туристическая команда**ОУ «,,,,,, » , руководитель ,,,,,,,,,,для участия в городских соревнованиях по технике и тактике лыжного туризма* ***прибыла*** *в количестве 6 человек. Рапорт сдавал* ***капитан*** *команды…..».*
2. *- ………..*

**10.20**

**СТАРТ КТМ**

**СТАРТ Спортивное ориентирование**

Гл. судья

*Родин Ю.В.(МБОУ гимназия)*

*Команда стартует на лыжах со спортивной картой, на которой необходимо отметить 6 контрольных пунктов (КП). КП будут находиться на маркированной дистанции.*

* 1. **этап. Предстартовая проверка.**

Судья

*Беззаметнова Юлия Вячеславовна*

*На предстартовой проверке команда предоставляет к осмотру личное и групповое снаряжении, спрашивают:*

*- границы полигона, на котором проходит дистанция КТМ (участник по выбору судьи);*

*- действия в случае аварийной ситуации (капитан);*

*- допуск к соревнованиям от врача;*

*- инструктаж по ТБ (кто и когда проводил, фиксирование в журнал).*

*- неправильный ответ - 3 балла;*

*- некомплект снаряжения или медаптечки – 1 балл за каждый отсутствующий предмет из списка;*

*- нет медаптечки – 10 баллов*

*Максимум – 30 баллов.*

*После этого команде выдается маршрутный лист и карта полигона, по мере прохождения маршрута он будет заполняться судьями на этапах: КТМ, спортивное ориентирование, краеведческая викторина. Заполненный маршрутный лист, свидетельствует о прохождении всей дистанции соревнований.*

*Сдается на финише секретарю, вместе с картой полигона.*

**2этап. Вязка узлов.**

Судья

*Бурзаев Андрей Игоревич (МБОУ СОШ №1)*

*Каждый узел вяжется одним из участников команды (булинь, встречный, грейпвайн, академический, схватывающий, проводник-восьмерка). Все узлы должны быть выполнены.*

* *неправильно завязанный узел – 3 балла;*
* *отсутствие контрольного узла – 1 балл.*

*Максимум 18 баллов*

**3 этап. Спуск с торможением.**

Судья

*Рябов Михаил Михайлович (МБОУ СОШ №15)*

*Спуск проходят по одному, торможение в определенной зоне, указанной судьями сигнальными флажками.*

* *Торможение не в зоне – 3 балла;*
* *Неправильное торможение – 3 балла.*

*Максимум 20 баллов.*

**4 этап. Подъем по склону «елочкой».**

Судья

*Мячков Андрей Геннадьевич*

*Прохождение по одному, в заданном коридоре – подъем способом «елочка».*

* *Падение – 3 балла;*
* *Двое на этапе – 5 баллов;*
* *Применение другого способа подъема – 5 баллов;*

*Максимум 20 баллов.*

**5 этап. Скоростной спуск с поворотами.**

Судья

*Маврин Петр Евгеньевич (МБОУ СОШ №14)*

*Поочередный спуск со склона, с поворотом. Проходят командой по одному.*

* *Падение – 3 балла;*
* *Двое на этапе – 5 баллов;*
* *Невыполнение условий этапа – 5 баллов;*

*Максимум 30 баллов.*

**6 этап. Поиск пострадавшего в лавине.**

Судья

*Малюгин Вадим Евгеньевич (МБОУ СОШ №3)*

*Работает вся команда. Зона поиска ограничена «волчатником». Лыжи снимаются. Поиск производится цепью, лыжной палкой, движение снизу вверх.*

* *Громкий разговор, крики – 10 баллов;*
* *Не выставлен наблюдатель – 10 баллов;*
* *Неправильный поиск – 5 баллов;*
* *Потеря снаряжения – 3 балла.*

*Максимум 50 баллов*

**7 этап. Транспортировка пострадавшего на волокушах.**

Судья

*Васильев Антон Сергеевич (МБОУ СОШ №2)*

*Участвует вся команда. Определяется «пострадавший» и 2 «сопровождающих». При помощи команды укладывается в спальный мешок и размещается на волокуше (выдает судья). Направление движения указывается судьей.*

* *Отсутствие сопровождающего – 5 баллов;*
* *Потеря пострадавшего – 10 баллов;*
* *Помощь пострадавшего – 5 баллов.*

*Максимум – 20 баллов.*

**8 этап. Разведение костра и кипячение воды.**

Судья

*Варганова Татьяна Ивановна (МБОУ СОШ № 13)*

*Подготовив место под костер: тринога (выдает судья), щепки. Используя минимум 3 спички, без ЛВЖ и бумаги, вскипятить 250 гр. воды за контрольное время (к.в. 10 мин) в котелке (выдает судья).*

* *За каждую спичку, свыше трех положенных – 3 балла;*
* *Не подготовленное место под костер – 5 баллов;*
* *Не вскипела вода – 5 баллов.*

*Максимум 20 баллов.*

**9 этап. Преодоление водной преграды по тонкому льду**.

Судья

*Ермаков Сергей Викторович МБОУ гимназия*

*Выставляется наблюдатель, от команды (капитан). Громко говорит:*

*- Я, наблюдатель!*

*Каждый частник, поочередно движется по лыжне, имитируя переправу по тонкому льду. Участник, идущий последним, пройдя дистанцию, назначает себя наблюдателем, дистанцию проходит капитан.*

* *Не выставлен наблюдатель – 10 баллов;*
* *Тактико-технические ошибки – 5 баллов;*
* *Двое на этапе – 5 баллов;*
* *Потеря снаряжения – 3 балла.*

*Максимум – 50 баллов*

**10этап. Тропление лыжни.**

Судья

*Фролов Андрей Александрович (МБОУ СОШ № 58)*

*Альвинцев Владимир Андреевич (МБОУ СОШ №10)*

*Производится полная смена ведущего: головной участник через 3 м., смещается в сторону - «вправо», пропуская всю команду и встает замыкающим (каждый участник тропит лыжню).*

* *неучастие в троплении участника команды – 3 балла;*
* *движение не по протропленной лыжне – 1 балл за каждого участника.*

*Максимум 20 баллов.*

**11этап. Поляна заданий.**

Судья

*Колесов Дмитрий Николаевич (МБОУ СОШ №15)*

Определение следов животных

* *Неправильный ответ – 1 балл.*

*Максимум 10 баллов.*

Определение расстояния по карте

* *За каждые 25 метров ошибки 2 балла*

*Максимум 10 баллов.*

**ВИКТОРИНА**

Судья

*Зам. по ВР Морозова Инна Юрьевна*

По окончанию спортивной части соревнований участники, всей командой, отвечают на вопросы краеведческой викторины, посвященной истории родного края, его природе, географии, туризму.

* *коэффициент 0,5*

*Во время соревнований участники обеспечиваются горячим чаем.*

**14.00** – Подведение итогов.

*Судья сдают протоколы гл. секретарю, с подведенными результатами по своему этапу.*

*Заполняется сводный протокол соревнований, определяются призеры.*

**На следующий день информация о результатах, грамоты и призы направляется по школам.**

«СОГЛАСОВАНО» «СОГЛАСОВАНО» «УТВЕРЖДАЮ» Председатель Комитета Директор МБОУ ДОД ЦВР Директор департамента по физической культуре, спорту администрации г. Арзамаса образования и молодежной политике администрации г.Арзамаса

администрации г. Арзамаса

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.В. Андронов \_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н.Шевелев

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.В. Киселева

«СОГЛАСОВАНО»

Директор МУ «ЦФКиС г. Арзамаса

Нижегородской области

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_В.В.Румянцев

**ПОЛОЖЕНИЕ**

***о проведении городских соревнований школьников по технике и тактике лыжного туризма (зимний турслет).***

**ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ.**

Пропаганда и популяризация спортивного туризма, ориентирования и краеведения, как важного средства физического, морального и нравственного воспитания школьников, проверки физической, технико-тактической подготовки юных туристов, воспитания патриотизма, отработки приемов и действий жизнеобеспечения в экстремальных ситуациях, повышения безопасности проведения лыжных походов, выявления сильнейших команд.

**ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ.**

Соревнования проводятся **21 февраля 2013 года на ФОБ «Снежинка». Старт первой команды в 12.00.**

**РУКОВОДСТВО СОРЕВНОВАНИЯМИ.**

Подготовку и проведение соревнований осуществляет ОРГКОМИТЕТ, в состав которого входят представители департамента образования, комитета по физической культуре, спорту и молодежной политике администрации г. Арзамаса. Непосредственное проведение соревнований возлагается на МБОУ ДОД ЦВР г. Арзамаса (директор А.В.Андронов).

**УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.**

В соревнованиях принимают участие команды МБОУ г. Арзамаса. Команда состоит из 6 человек (не менее 2-х девушек). ***Обязательное условие - один представитель и один судья (не моложе 18 лет) от ОУ. При отсутствии судьи команда к соревнованиям НЕ ДОПУСКАЕТСЯ.***

Возраст участников: 13 – 17 лет (7 – 11 классы).

**ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ:**

1. Контрольно-туристический маршрут (КТМ) с элементами спортивного ориентирования и туристической полосы препятствий, выполнение специальных заданий **(коэффициент 1).**

2. Краеведческая викторина, посвященная истории родного края, его природе и географии **(коэффициент 0,5).**

3. Спортивное ориентирование (в программе КТМ) **(коэффициент 1).**

**ПОРЯДОК И СРОК ПОДАЧИ ЗАЯВОК.**

Предварительная заявка подается на судейской в оргкомитет соревнований. Именная заявка, заверенная директором школы и врачом, подается в мандатную комиссию на месте соревнований. **Судейская состоится 14.02.2013 г. в 15.00 ч. в МБОУ ДОД ЦВР. Приглашаются представитель и судья от команды (явка строго обязательна).**

**ОПРЕДЕЛЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ И НАГРАЖДЕНИЕ.**

Результат команды в общем зачете определяется по наименьшей сумме мест зачетных видов соревнований. В случае равенства очков предпочтение отдается команде, имеющей более высокое место в КТМ. Команды-призеры, занявшие призовые места в отдельных зачетных видах турслета, награждаются грамотами.

**ФИНАНСИРОВАНИЕ.**

Расходы, связанные с организацией и проведением соревнований, награждением призеров, несет МБОУ ДОД ЦВР, оплату судейства осуществляет КФКСиМП. Расходы, связанные с доставкой команд к месту соревнований и обратно, с организацией горячего питания в полевых условиях - за счет администрации ОУ.

**ОРГКОМИТЕТ**