

# СПОРТИВНАЯ ПРОГРАММА

## УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ НА СРЕДСТВАХ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ (ВЕЛО)

**Протяженность дистанции:** до 100 метров.

**Система нарушений – штрафная.** (1 балл = 15 секунд)

**КВ дистанции:** 3 минуты.

**Участники от команды:** 2 человека. (1 - мужчина, 1 - женщина)

### Необходимое снаряжение.

Соревнования проводятся на технически исправных велосипедах любого типа с диаметром обода не менее 559 мм (26"), и колесной базой не менее 950 мм.

Наличие перчаток и касок у участников обязательно. Допускаются к использованию каски, предназначенные для спортивного туризма.

Перед стартом будет предоставлено судейское снаряжение (велосипед, шлем).

**Старт.** Участнику дается 2 минуты на подготовку велосипеда по себя. По команде судьи «Старт» участник начинает движение по дистанции.

### **Фигурное вождение.**

Количество фигур: 6.

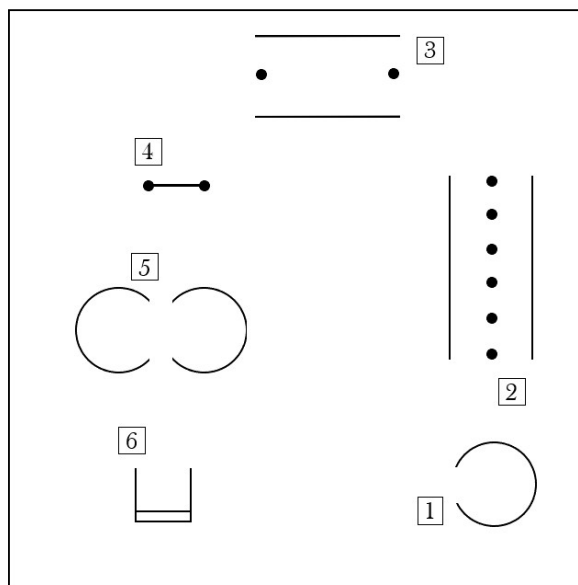
Расстояние между фигурами: 5 м.

Покрытие: асфальт.

### Последовательность фигур:

Круг – Змейка – Перенос кольца – Ворота – Восьмерка – Стоп-линия.

Схема этапа:



**Финиш.** По пересечению задним колесом финишной линии.

**Таблица нарушений:**

| Нарушение  | Штраф  |
|--|--|
| Неспортивное поведение                             | снятие, 50 баллов  |
| Касание ногой земли или другой опоры               | 1 балл за каждый случай  |
| Сбитая или сдвинутая стойка или ограничитель       | 1 балл за каждый случай  |
| Выезд одним колесом за разметку проходимой фигуры. | 1 балл за каждый случай  |
| Въезд в не пройденную фигуру                       | 5 баллов за каждый случай  |
| Нарушение порядка прохождения фигур                | 5 баллов за каждый случай  |
| Сбитая верхняя планка ворот                        | 5 баллов   |
| Потеря, не взятие кольца                           | 5 баллов   |
| Падение велосипеда                                 | 5 баллов (касание земли рулем)   |
| Падение участника (с велосипедом или без него)     | 5 баллов (касание земли любой частью тела выше колена)   |
| Непрохождение фигуры                               | Объезд; пропуск; сквозной проезд; полное разрушение ворот; выезд двумя колесами за разметку проходимой фигуры; более 5 касаний ногой земли в пределах фигуры; сильное разрушение фигуры – сбитые или сдвинутые более 5 стоек или ограничителей |

### **УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ** **«ДИСТАНЦИЯ ПЕШЕХОДНАЯ» (СПРИНТ)**

**Класс дистанции: 2.**

**Количество технических этапов: 4.**

**ОКВ: 40 мин.**

Расстояния между этапами, длина дистанции указана на схеме дистанции. Длина окружности горизонтальных опор – 70 см.

- Соревнования проводятся в соответствии с Правилами вида спорта «Спортивный туризм», раздела 3, части 7. Далее пункт Правил, указанный в условиях этапа.
- По п. 6.2.8 (а).
- По п. 1.3.6 допускается перемещение участника по КОД и/или ПОД как в сторону ИС, так и в сторону ЦС этапа, при этом участники, начавшие движение по ПОД в ОЗ этапа или начавшие движение по КОД, обязаны достичь ИС данного этапа.
- По п. 1.3.11 все карабины, предоставленные в качестве ТО – неразъёмные.

Для контроля времени используется электронная система отметки SportIdent. Участникам данных соревнований необходимо иметь чип для спортивного ориентирования. На соревнованиях возможна аренда чипа. Условия аренды будут сообщены дополнительно.

Порядок работы с отметкой на дистанции:

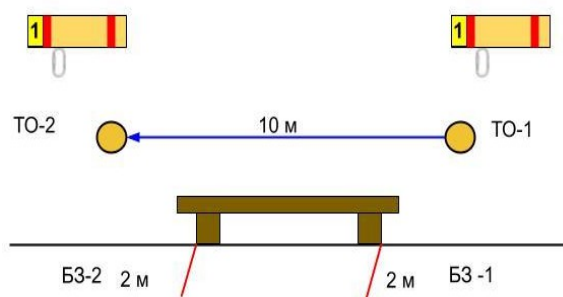
|  | Станция отметки             | Место расположения                      | Расстояние от станции до чипа, при котором происходит отметка | Примечание   |
|--|-----------------------------|---|---|--|
| <b>СТАРТ</b>                             | отсутствует                 | —                                       | —   | Старт осуществляется по третьему звуковому сигналу стартовых часов |
| <b>Прохождение этапа</b>                 | бесконтактная станция       | на входе и выходе из рабочей зоны этапа | 1,8 м и менее   |  |
| <b>Снятие с этапа</b>                    | контактная станция «СНЯТИЕ» | у судьи на выходе из рабочей зоны этапа | контактно   | Участник должен отметить самостоятельно                            |
| <b>КП контроля прохождения дистанции</b> | бесконтактная станция       |   | 1,8 м и более   |  |
| <b>ФИНИШ</b>                             | бесконтактная станция       | на линии финиша                         | при пересечении линии финиша                                  |  |

## ПЕРЕЧЕНЬ ЭТАПОВ, ПАРАМЕТРЫ, ОБОРУДОВАНИЕ И УСЛОВИЯ ПРОХОЖДЕНИЯ

### Этап 1. Переправа по бревну КВ – 2 мин.

#### Оборудование:

ИС – Б31, ТО1 – 1 судейский карабин, горизонтальная опора. КЛ – начало ОЗ.  
Судейские перила.  
ЦС – Б32, ТО2 – 1 судейский карабин, горизонтальная опора. КЛ – окончание ОЗ.  
КОД – вдоль нитки этапа



Действия: Движение участника по п.7.8

Обратное движение: по КОД

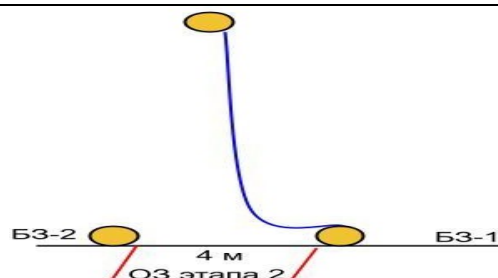
### Этап 2. Переправа методом «вертикальный маятник» КВ – 5 мин.

#### Оборудование:

ИС – Б31, КЛ – начало ОЗ. Судейские перила.  
ЦС – Б32, КЛ – окончание ОЗ. КОД – вдоль нитки этапа

Действия: Движение участника по п. 7.15.

Обратное движение: по КОД



| <b>Этап 3. Переправа по параллельным перилам. КВ -5 мин</b>   |  |
|---|--|
| <u>Оборудование:</u><br>ИС – БЗ1, ТО1 - горизонтальная опора. КЛ – начало ОЗ. Верхние двойные судейские перила, нижние по п. 3.9.4.<br>ЦС – БЗ2, ТО2 –горизонтальная опора. КЛ – окончание ОЗ |  |
| <u>Действия:</u> Движение участника по п. 7.8   |  |
| <u>Обратное движение:</u> по п. 7.8   |  |

| <b>Этап 4 . Навесная переправа. КВ- 5 мин.</b>  |  |
|---|--|
| <u>Оборудование:</u><br>ИС – БЗ1, ТО1 – горизонтальная опора, КЛ – начало ОЗ.<br>Двойные судейские перила.<br>ЦС – БЗ2, ТО2 – горизонтальная опора, КЛ – окончание ОЗ |  |
| <u>Действия:</u> Движение участника по п. 7.9   |  |
| <u>Обратное движение:</u> по п. 7.9   |  |

**ФИНИШ.**

### **Дистанция «Техника водного туризма»**

**КВ – 8 минут.**

| <b>Задача</b>  | Команде предоставляется судейское плавсредство (рафт), спасательные жилеты и весла. Команде необходимо пройти дистанцию в количестве одних ворот, обойти буй, преодолеть маркированный коридор, и спасти условного пострадавшего при помощи спасательного конца из зоны спасения от маркированной на берегу, необходимо попасть в ворота спасательным кругом один раз от команды (условный пострадавший обозначен воротами на воде (2 красных бую шириной 1 метр)) за минимальное количество времени, не нарушая правил. |
|--|--|
| <b>Длина этапа</b>   | До 250 м.  |
| <b>Количество участников</b>                               | 4 человека (не менее 1 женщины)  |
| <b>Действия команды</b>                                    | Участники в полном составе проходят дистанцию на судейских плавсредствах (рафт) за минимальное количество времени. Во время прохождения дистанции участники должны находиться в спасательных жилетах, касках, одежде, закрывающей локти и колени, обуви со старта до финиша.   |
| <b>Нарушения</b>   |  |
| Касание бую или маркированного коридора (за каждый случай) | 1 балл   |
| Не застегнут спасательный жилет                            | 2 балла  |
| Попадание участника в воду (выше колена)                   | 5 баллов   |
| Потеря личного снаряжения                                  | 1 балл   |
| Опасное поведение участников во время движения             | 10 балла   |
| Не спасение пострадавшего                                  | 10 баллов  |
| Потеря группового снаряжения, судейского снаряжения        | 10 баллов  |

Результат команды определяется суммой времени прохождения дистанции и штрафного времени. (1балл - 10 секунд).

# **КОНКУРСНАЯ ПРОГРАММА**

## **Конкурс «Я в профсоюзе»**

В рамках конкурса командам-участницам необходимо подготовить наглядную агитацию, отражающую преимущества работников, являющихся членами профсоюза и подчеркивающую роль и авторитет профсоюза.

Наглядная агитация выполняется в любой форме (плакат, стенгазета, стенд и т.д.) и должна **гармонично сочетаться** с общей концепцией оформления лагеря команды, располагаться **на видном месте**. Конкурсный материал готовится командами **до начала слета**.

### **Критерии оценки Конкурса:**

- наличие официально утвержденной символики Профсоюза работников образования;
- оригинальность оформления;
- практическая ценность и привлекательность агитационных материалов (отражение преимуществ работников, являющихся членами профсоюза);
- эстетическое и художественное оформление.

Члены жюри оценивают работы в соответствии с данными критериями по 3-х бальной системе (0 – не соответствует, 1 – соответствует с недочетами, 2 – полностью соответствует).

По итогам конкурса команды, набравшие наибольшее количество баллов, награждаются Грамотой за победу в конкурсе «Я в профсоюзе». На усмотрение организаторов слета и членов жюри могут быть введены дополнительные номинации.

## **Конкурс «Профсоюзные старты»**

### **Соревнование «Перетягивание каната»**

Участвуют по 4 человека от каждой команды (не менее 1 женщины).

Команды заявляются на старт непосредственно перед началом соревнований.

Состав команды до окончания состязания не меняется. Замены не допускаются.

Награждение:

Все участники Конкурса получают диплом участника.

Победители награждаются грамотами за 1, 2, 3 место и памятными подарками.

### **Соревнование «Жим гири от груди стоя»**

Гиря как спортивный снаряд появилась в XVII веке. Ее придумали русские артиллеристы. Солдаты, которые заряжали пушки, должны были быть сильными и выносливыми. К ядру приделали ручку. Вот и получился такой снаряд для тренировок.

Количество участников от команды не регламентируется.

Участники заявляются на старт непосредственно перед началом соревнований.

Вес гири: мужчины – 24 кг, женщины – 16 кг.

Время выполнения: 1 минута (смена рук 1 раз).

Награждение:

Каждый участник конкурса получает диплом участника и памятный сувенир.

Победители среди мужчин и среди женщин награждаются за 1, 2, 3 место дипломами и памятными подарками.

## **Конкурс «Представление команд»**

**Оценка выступлений команды в конкурсной программе производится путем экспертной судейской оценки. Протесты на результат конкурсной программы не принимаются.**

Конкурс представления команд **посвящён Всемирному дню туризма и предполагает творческое музыкально-театрализованное презентационное выступление команды.**

**Цель конкурса:** познакомить участников соревнований с выступающей командой, раскрыть ее участие в развитии туризма в школе, районе.

1. Состав команды – до 8 человек.

2. Последовательность выступления команд определяется жеребьевкой.
  3. Выступление каждой команды строго регламентируется - **до 5 минут** (в случае превышения времени штраф за каждую полную минуту – 1 балл).
  4. Применение пиротехнических средств не допускается.
  5. Штрафы начисляются за:
    - незавершенность выступления команды на сцене и паузы во время выступления – 5 баллов;
    - некорректное (неэтичное) содержание выступления – 5 баллов;
    - некорректное поведение команды в зале во время выступления других команд (шум, выкрики, выход из зала и т.п.) – 5 баллов.
  6. Результаты выступления команды заносятся в протокол. Места в конкурсе определяются общей суммой баллов, выставленных членами жюри.
- Критерии оценки (максимальная оценка– 40 баллов):**
- Соответствие теме конкурса – до 10 баллов.
  - Исполнительское мастерство, артистизм, эмоциональная окрашенность – до 10 баллов.
  - Слаженность и взаимодействие выступления команды – до 5 баллов.
  - Художественное оформление, хореографический, вокальный или другой номер (театрализация и использование видеосопровождения, костюмов, различных атрибутов и прочее) – до 10 баллов.
  - Поздравление команды с Всемирным днем туризма – до 5 баллов.

### **Квест «Семейные ценности»**

Командам участникам необходимо пройти всех героев(судей) квеста и выполнить задания героев(судей).

Старт команд для участия в квесте – единый. Контрольное время прохождения квеста 2 часа.

Победитель среди команд определяется по времени затраченному на прохождение квеста и правильности выполнения заданий.

Возможно объединение команд для участия в квесте.

### **Интеллектуальный турнир «Знатоки родного края»**

В турнире участвует команда (3 человека).

Турнир проводится в форме викторины с демонстрацией вопросов (фото, видео, текст и т.п.) на экране.

Необходимое оборудование для участников: жёсткие планшеты и ручки (карандаши).

Команда коллективно отвечает на краеведческие вопросы, разделённые на пять тематических блоков: «Знаменитости Пензенского края», «Педагогика», «Туризм», «Великая Отечественная война (люди, события, факты)», «Блиц вопросы».

Вопросы по каждому блоку задаются всем командам одновременно. Команда пишет ответ на вопрос на специальном бланке, выданном организаторами.

На каждый вопрос установлено контрольное время (КВ). По окончании КВ ответ не принимается.

Использование справочной литературы или ресурсов сети Интернет не допускается. В случае нарушения условий – команда дисквалифицируется.

Определение результатов: по сумме баллов, полученных командой. В случае равенства баллов проводится дополнительный тур.

#### **Список литературы для подготовки к турниру «Знатоки родного края»**

##### **Раздел 1. История Великой Отечественной войны**

1.Балашов, А. И. История Великой Отечественной войны (1941 - 1945) / А. И. Балашов, Г. П. Рудаков. - Санкт-Петербург [и др.]: Питер, 2006.

2. Великая Отечественная война 1941-1945 годов : в 12 т.. Т. 3. Битвы и сражения, изменившие ход войны / Министерство обороны Российской Федерации ; гл. ред. комис.: ген. армии С.К. Шойгу - пред.. - Москва : Военное издательство, 2012.

3. Залесский К. Великая Отечественная война. Большая биографическая энциклопедия. М, 2013.

4. Мамаев курган - главная высота России / [Т. А. Приказчикова, Л. Ф. Глухенькая, Т. В. Романова]; Федеральное государственное бюджетное учреждение культуры "Государственный историко-мемориальный музей-заповедник "Сталинградская битва". - Волгоград: Панорама, 2014.

**Раздел 2. Пензенская область в годы Великой Отечественной войны**

1. И родом они пензенские: Очерки о полных кавалерах ордена Славы трех степеней/ Составитель О.М. Савин. - Пенза, 2010.

2. Кладов, Виктор Юрьевич. Пензенский оборонительный рубеж и оборона Пензы в 1941-1943 гг.: документы и материалы / Кладов В. Ю. - Заречный, [Пензенская область], 2016.

3. Мельник В.М. Три войны генерала Глазунова. - Пенза, 2015.

4. Смирнов, С. С. Собрание сочинений : в 3 т., Т. 1, Брестская крепость. Крепость над Бугом / С. С. Смирнов; [вступ. ст.: И. Андроников]. - Москва : Молодая гвардия, 1973.

5. Пензенская область в годы Великой Отечественной войны. – Саратов: Приволж. кн. изд-во.(Пенз. отд-ние), 1985.

6. Хлюпин В.И. Сыны России. – М.: Сов. Россия, 1985.

**Раздел 3. История и культура Пензенской области**

1. Пензенский край в истории и культуре России: моногр. / под ред. О. А. Суховой. – Пенза: Изд-во ПГУ, 2014.

2. Пензенская энциклопедия. – М., 2001

3. Савин О.М. Пенза литературная. – Саратов, 1984.

4. Савин О.М. Пенза музыкальная. – Пенза 1994.

**Конкурс «Туристские навыки и быт»**

1. Состав команды: все участники.

2. Конкурс проходит в течение всего времени пребывания группы на поляне слета.

3. Победитель определяется по наименьшей сумме штрафных баллов. Итоги конкурса подводятся в последний день путем суммирования штрафных баллов, набранных командой. Учитываются чистота и порядок на территории лагеря команды, правильность и безопасность установки палаток, оборудование места приготовления пищи, наличие мест сбора мусора, соблюдение мер безопасности при обращении с огнем, правильность хранения продуктов, варочной, пищевой посуды, соблюдение правил безопасности при обращении с колюще-режущими предметами, оригинальность и творчество в оформлении своего лагеря.

4. За грубые, умышленные нарушения правил безопасности, экологии, гигиены и дисциплины в лагере соревнований, команда может быть снята с данного конкурса, а материалы о нарушениях направлены в командирующую организацию.

5. РЕКОМЕНДУЕМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ: лопата, мешки для мусора, лента ограждения.

**Таблица нарушений:**

| <b>Нарушение</b>  | <b>Штраф</b> |
|---|--------------|
| Порубка зеленых насаждений  | 25 баллов    |
| Повреждение зеленых насаждений  | 15 баллов    |
| Мытье посуды, выбрасывание мусора и отходов вне отведенных для этого мест         | 5 баллов     |
| Вещи, разбросанные в палатках (1) или рядом с палатками (2)                       | до 2 баллов  |
| Мусор на территории лагеря или в палатках   | 2 баллов     |
| Установка палатки не обеспечивает защиту от дождя, за каждую палатку              | 3 балла      |
| Хранение не зачехлённых топоров, пил, ножей на кухне и в лагере, за каждый случай | 3 балла      |
| Оставление без присмотра газовой плиты  | до 10 баллов |
| Нарушение правил хранения емкостей с газом  | 10 баллов    |
| Негигиеничное хранение посуды, за каждый случай                                   | 2 балла      |
| Отсутствие крышек на варочной посуде с приготовленной пищей, за каждый случай     | 1 балл       |
| Хранение продуктов без упаковки, за каждый случай                                 | 3 балла      |

|   |              |
|---|--------------|
| Хранение в одной упаковке несовместимых продуктов, за каждый случай     | 2 балла      |
| Неправильное хранение скоропортящихся продуктов, за каждый случай       | 5 баллов     |
| Нарушение правил порядка и дисциплины на поляне слета, за каждый случай | 15 баллов    |
| Нахождение авто, мототехники на территории лагеря                       | снятие       |
| <b>Призовые баллы</b>   | <b>Баллы</b> |
| Оригинальное оформление лагеря команды                                  | до 5 баллов  |
| Приспособления, улучшающие быт команды (за каждое)                      | 1 балл       |
| Единая форма одежды, эмблема команды у каждого участника                | 3 балла      |