Тернопільська загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів №16

 ім. Володимира Левицького

План – конспект

виховного заходу

на тему:

**«Відкриті змаганнях ТЗОШ №16 з техніки пішохідного туризму в закритих приміщеннях в індивідуальному заліку»**

Підготував: керівник

туристсько-краєзнавчого гуртка

Борщ Сергій Володимирович

Тернопіль 2013

**Тема:** «Відкриті змаганнях ТЗОШ №16 з техніки пішохідного туризму в закритих приміщеннях в індивідуальному заліку»

**Мета:**популяризація пішохідного туризму серед учнівської молоді, пропаганда здорового способу життя, активного відпочинку, підвищення туристсько-спортивної майстерності, визначення кращих учасників.

**Місце проведення:** спортивна зала школи.

**Обладнання та інвентар:** кінопроектор, екран, ноутбук, крісла, стільці, столи, ножиці, степлер, кулькові ручки, скотч прозорий та червоний, ізострічка червона, жовта та синя, секундомір, мотузки основні і допоміжні, страхувальні системи, рукавиці, карабіни, інші технічні пристрої, грамоти, медалі.

**Сценарій виховного заходу:**

**І.Організаційна частина.**

Перед початком змагань з 09:00 до 10:00 відбувається збір учасників та реєстрація в кожній віковій групі. Тобто учасника записують в заявку на участь у змаганнях (Додаток 1). Після реєстрації відбувається жеребкування учасників всіх вікових груп, щоб знати в якій послідовності вони будуть виступати на дистанції. Після реєстрації та жеребкування на кожного учасника заводиться спеціальний «бігунок», в якому прописано П.І.П. учасника його стартовий номер та всі етапи дистанції які він повинен пройти. І в якому записуються наявні порушення (штрафи) за проходження дистанції та час подолання дистанції (Додаток 2). Після цього всім учасникам проводиться інструктаж з техніки безпеки з записом в відповідному журналі інструктажів.

Для всіх цих записів потрібно одну-дві людини які виконуватимуть роль секретарів змагань. Їх можна призначити з числа старшокласників які не беруть участь у змаганнях або запросити випускників та студентів.

**ІІ.Відкриття змагань.**

Відкриття змагань починається о 10:00. Всі учасники змагань шикуються. До привітального слова запрошується директор школи Ковч Петро Михайлович, заступник директора з виховної роботи Ензельт Ольга Павлівна та керівник туристично-краєзнавчого гуртка Борщ Сергій Володимирович.

**ІІІ.Показ дистанції в молодшій віковій групі (5-6 кл.)**

Після офіційного відкриття змагань учасники молодшої вікової групи прямують на показ дистанції яку проводить керівник гуртка. Показ дистанції відбувається відповідно до умов проведення змагань на короткій особистій дистанції «смуга перешкод» серед 5-6 класів, які були попередньо написані та повідомлені всім бажаючим та учасникам змагань (Додаток 3). Дистанція, в залежності від складності, як правило наводиться з самого ранку перед змаганнями.

Всі інші учасники займають місця на лавочках і переглядають на великому екрані фотографії з походів та змагань та відеофільми туристичного напрямку, або ж спостерігають за проходженням дистанції учасниками змагань.

**ІV.Змагання в молодшій віковій групі (5-6 кл.)**

Змагання починаються о 10:30 після показу дистанції. Згідно умов змагань на старт учасники прибувають за 5 хвилин до старту для здійснення перевірки спорядження. Всі учасники змагаються на дистанції згідно умов змагань (Додаток 3). Суддівство змагань забезпечує керівник гуртка та старші вихованці які ознайомленні з таблицею штрафів та можуть адекватно оцінювати порушення учасником певних вимог та правил змагань. Під час проходження дистанції кожному учаснику змагань записуються всі порушення (штрафи) та час проходження дистанції в так званий «бігунок» який потім вивішується для загального огляду та порівняння з іншими учасниками. З «бігунка» всі данні переносяться в підсумковий протокол (Додаток 4), в якому визначаються і місця переможців.

**V.Нагородження переможців молодшої вікової групи (5-6 кл.)**

Після фінішу останнього учасника чи учасниці відбувається підбиття підсумків та нагородження переможців змагань в даній віковій групі серед хлопців та дівчат. Нагородження проводить директор школи та заступник директора з виховної роботи. Переможці нагороджуються грамотами та медалями.

**VI.Показ дистанції в середній віковій групі (7-8 кл.)**

Після нагородження молодшої вікової групи,відбувається наведення та показ дистанції для середньої вікової групи. Показ дистанції відбувається відповідно до умов проведення змагань на короткій особистій дистанції «смуга перешкод» серед 7-8 класів, які були попередньо написані та повідомлені всім бажаючим та учасникам змагань (Додаток 3). Дистанція, в залежності від складності, як правило наводиться з самого ранку перед змаганнями, лише деякі етапи наводяться перед самим показом дистанції.

Всі інші учасники займають місця на лавочках і переглядають на великому екрані фотографії з походів та змагань та відеофільми туристичного напрямку, або ж спостерігають за проходженням дистанції учасниками змагань.

**VІІ. Змагання в середній віковій групі (7-8 кл.)**

Змагання починаються одразу після показу дистанції. Згідно умов змагань на старт учасники прибувають за 5 хвилин до старту для здійснення перевірки спорядження. Всі учасники змагаються на дистанції згідно умов змагань (Додаток 3). Суддівство змагань забезпечує керівник гуртка та старші вихованці які ознайомленні з таблицею штрафів та можуть адекватно оцінювати порушення учасником певних вимог та правил змагань. Під час проходження дистанції кожному учаснику змагань записуються всі порушення (штрафи) та час проходження дистанції в так званий «бігунок» який потім вивішується для загального огляду та порівняння з іншими учасниками. З «бігунка» всі данні переносяться в підсумковий протокол (Додаток 4), в якому визначаються і місця переможців.

**VIІІ.Показ дистанції в старшій віковій групі (9-11 кл.)**

Після закінчення змагань в середній віковій групі,відбувається наведення та показ дистанції для старшої вікової групи. Показ дистанції відбувається відповідно до умов проведення змагань на короткій особистій дистанції «смуга перешкод» серед 9-11 класів, які були попередньо написані та повідомлені всім бажаючим та учасникам змагань (Додаток 3). Дистанція, в залежності від складності, як правило наводиться з самого ранку перед змаганнями, лише деякі етапи наводяться перед самим показом дистанції.

Всі інші учасники займають місця на лавочках і переглядають на великому екрані фотографії з походів та змагань та відеофільми туристичного напрямку, або ж спостерігають за проходженням дистанції учасниками змагань.

**ІХ.Змагання в старшій віковій групі (9-11 кл.)**

Змагання починаються одразу після показу дистанції. Згідно умов змагань на старт учасники прибувають за 5 хвилин до старту для здійснення перевірки спорядження. Всі учасники змагаються на дистанції згідно умов змагань (Додаток 3). Суддівство змагань забезпечує керівник гуртка та інші вихованці які ознайомленні з таблицею штрафів та можуть адекватно оцінювати порушення учасником певних вимог та правил змагань. Під час проходження дистанції кожному учаснику змагань записуються всі порушення (штрафи) та час проходження дистанції в так званий «бігунок» який потім вивішується для загального огляду та порівняння з іншими учасниками. З «бігунка» всі данні переносяться в підсумковий протокол (Додаток 4), в якому визначаються і місця переможців.

**Х.Нагородження переможців середньої та старшої вікових груп (7-8 кл. та 9-11 кл.) та закриття змагань.**

Після фінішу останнього учасника чи учасниці відбувається підбиття підсумків та нагородження переможців змагань в середній та старшій вікових групах серед хлопців та дівчат. Нагородження проводить директор школи та заступник директора з виховної роботи. Переможці нагороджуються грамотами та медалями. Завершальне слово надається директору школи та заступнику директора з виховної роботи.

Додаток 1.

**Заявка**

**на участь у відкритих змаганнях ТЗОШ №16 з ТПТ в закритих приміщеннях в індивідуальному заліку серед хлопців та дівчат (5-6 кл.)**

**26.12.2013 р.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № з/п | Прізвище, ім’я, по батькові | Рікнародження | Школа | Клас | Спорт.Розряд | Старт. Номер |
| 1 |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |

**Заявка**

**на участь у відкритих змаганнях ТЗОШ №16 з ТПТ в закритих приміщеннях в індивідуальному заліку серед хлопців та дівчат (7-8 кл.)**

**26.12.2013 р.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № з/п | Прізвище, ім’я, по батькові | Рікнародження | Школа | Клас | Спорт.Розряд | Старт. Номер |
| 1 |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |

**Заявка**

**на участь у відкритих змаганнях ТЗОШ №16 з ТПТ в закритих приміщеннях в індивідуальному заліку серед хлопців та дівчат (9-11 кл.)**

**26.12.2013 р.**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № з/п | Прізвище, ім’я, по батькові | Рікнародження | Школа | Клас | Спорт.Розряд | Старт. Номер |
| 1 |  |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |  |

Додаток 2.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Індивідуалка (5-6 кл)** |  | **Індивідуалка (5-6 кл)** |
| ПІП учасника |   | ПІП учасника |   |
|   |   |
| Час роботи на дистанції |   | Час роботи на дистанції |   |
| Штрафні бали на етапах | 1 | Підйом по схилу |   | Штрафні бали на етапах | 1 | Підйом по схилу |   |
| 2 | Траверс схилу |   | 2 | Траверс схилу |   |
| 3 | Спуск по схилу |   | 3 | Спуск по схилу |   |
| 4 | Вузли |   | 4 | Вузли |   |
| 5 | Маятник |   | 5 | Маятник |   |
| 6 | Паралелі |   | 6 | Паралелі |   |
| 7 | Підйом по схилу |  | 7 | Підйом по схилу |   |
| 8 | Траверс схилу |   | 8 | Траверс схилу |   |
| 9 | Дюльфер |   | 9 | Дюльфер |   |
| 10 | Навісна |  | 10 | Навісна |   |
| Сума штрафу |   | Сума штрафу |   |
| Штрафний час |   | Штрафний час |   |
| Результат |   | Результат |   |
|  |
| **Індивідуалка (7-8 кл)** |  | **Індивідуалка (7-8 кл)** |
| ПІП учасника |   | ПІП учасника |   |
|   |   |
| Час роботи на дистанції |   | Час роботи на дистанції |   |
| Штрафні бали на етапах | 1 | Підйом по верт. пор. |   | Штрафні бали на етапах | 1 | Підйом по верт. пор. |   |
| 2 | Крутопохила в низ |   | 2 | Крутопохила в низ |   |
| 3 | Підйом по схилу |   | 3 | Підйом по схилу |   |
| 4 | Траверс з навед. |   | 4 | Траверс з навед. |   |
| 5 | Дюльфер з навед. |   | 5 | Дюльфер з навед. |   |
| 6 | Вузли |   | 6 | Вузли |   |
| 7 | Маятник |  | 7 | Маятник |   |
| 8 | Паралелі |   | 8 | Паралелі |   |
| 9 | Навісна |   | 9 | Навісна |   |
| 10 | Траверс схилу |  | 10 | Траверс схилу |   |
| Сума штрафу |   | Сума штрафу |   |
| Штрафний час |   | Штрафний час |   |
| Результат |   | Результат |   |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Індивідуалка (9-11 кл)** |  | **Індивідуалка (9-11 кл)** |
| ПІП учасника |   | ПІП учасника |   |
|   |   |
| Час роботи на дистанції |   | Час роботи на дистанції |   |
| Штрафні бали на етапах | 1 | Крутопохила в гору |   | Штрафні бали на етапах | 1 | Крутопохила в гору |   |
| 2 | Дюльфер з навед. |   | 2 | Дюльфер з навед. |   |
| 3 | Підйом по схилу |   | 3 | Підйом по схилу |   |
| 4 | Траверс з навед. |   | 4 | Траверс з навед. |   |
| 5 | Дюльфер з навед. |   | 5 | Дюльфер з навед. |   |
| 6 | Паралелі |   | 6 | Паралелі |   |
| 7 | Підйом по верт. пор. |  | 7 | Підйом по верт. пор. |   |
| 8 | Крутопохила в низ |   | 8 | Крутопохила в низ |   |
| 9 | Навісна |   | 9 | Навісна |   |
| 10 | Маятник |  | 10 | Маятник |   |
| 11 | Траверс схилу |  | 11 | Траверс схилу |  |
| 12 | Вузли |  | 12 | Вузли |  |
| Сума штрафу |   | Сума штрафу |   |
| Штрафний час |   | Штрафний час |   |
| Результат |   | Результат |   |

Додаток 3.

**Спортивні ігри учнівської молоді ТЗОШ №16 ім. В.Левицького зі**

**Спортивного туризму, вид пішохідний туризм.**

(26.12.2013р., спортзал ТЗОШ №16.)

Підготував Затверджую

Керівник туристсько-краєзнавчого гуртка Директор школи : П.М. Ковч\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Борщ Сергій Володимирович

 ­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 року \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 року

**Умови**

**проведення змагань на короткій особистій дистанції «смуга перешкод»**

**серед 5-6 класів**

**Загальні умови**

1. Клас дистанції – І (перший).
2. Бальна оцінка: – 18 б.
3. Довжина: – 100 м.
4. Сумарний перепад висот 10 м.
5. Рельєф: умовно створений , крутизна від 45˚ до 90˚.
6. Кількість етапів – 10. Старт і фініш – об’єднані.
7. Орієнтований стартовий інтервал 10 хв.
8. Рекомендоване особисте спорядження для подолання дистанції: індивідуальна страхувальна система (ІСС) зблокована основною мотузкою, два вуса самостраховки, петля для в’язання схоплюючого вузла, рукавиці, карабіни з муфтами (альпіністські) – 4 шт.,спусковий пристрій вісімка.
9. Дистанція долається в захисних шоломах (із прикріпленими до них номерами, буквеними символами та П.І.П. учасників з двох сторін), одязі, що закриває лікті та коліна.
10. Кількість учасників(-ць) та віковий склад не обмежені.
11. Учасники стартують згідно стартового протоколу після жеребкування.
12. Учасник(-ця) прибуває на старт за 5 хв. для проходження огляду спорядження, необхідного для подолання дистанції відповідно до Умов та Положення. Огляд спорядження повторно здійснюється на фініші.
13. Ділянки перешкод на етапах обмежені контрольними та обмежувальними лініями.
14. Послідовність подолання етапів дистанції в напрямку зростання їх порядкових номерів.
15. Учасники(-ці) долають етапи згідно Умов, Правил змагань та Настанов.
16. Етап вважається подоланим після виходу учасника(-ці) та спорядження за КЛ етапу (або постановка на самостраховку за відсутності КЛ) і звільнення усього суддівського обладнання (крім ПСП за відсутності КЛ).
17. При порушенні учасниками(-цями), представниками чи тренерами команд п.П. 3.13.2.10 оголошується попередження, а в разі повторного порушення – штраф 10 б.
18. Скорочення, що використовується в Умовах:

 **ІСС** – індивідуальна страхувальна система;

 **КЛ** – контрольна лінія;

 **ММ** – маятникова мотузка;

 **СМ** – супроводжуюча мотузка;

 **СП** – суддівські поручні;

 **СС** – суддівська страховка;

**Перелік та умови подолання етапів**

Етапи обладнано коридорами руху, обмежувальними лініями та розміткою.

**Етапи № 1-3 долаються без втрати самостраховки.**

**Етап №1. Підйом по схилу (1Б – 1,44 б.).**

Довжина етапу 8 м. Крутизна схилу 45˚. Етап обладнано СП, КЛ на початку етапу. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників схоплюючим вузлом чи затискачем.

**Етап №2. Траверс схилу (1Б – 1,44 б.)**

Довжина траверсу 5 м. Етап обладнано СП. Траверс містить 3 гілки, всі – горизонтальні. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників на горизонтальних вітках траверсу – коротким вусом самостраховки.

**Етап №3. Спуск по схилу (1Б – 1,44 б.).**

Довжина етапу 8 м. Крутизна схилу 45˚. Етап обладнано СП на початку етапу,та КЛ в кінці етапу. Учасники(-ці) долає етап по наведених СП . Самостраховка – схоплюючим вузлом або сертифікованим затискачем.

**Етап №4. В’язання вузлів (1А – 2 б.).**

 Етап обладнано мотузочками для в’язання вузлів. Учасники (-ці) в’яжуть всі вузли з переліку запропонованих. Перелік вузлів: прямий, провідник вісімка, серединний, булінь.

**Етап №5. Подолання перешкоди з використанням підвішеної мотузки (маятником; 1А – 4 б.)**

Довжина зони перешкоди до 4 м. Етап обладнано КЛ на початку та в кінці етапу, ММ. Учасник(-ця) долає етап тримаючись за ММ (подає суддя). Самостраховка учасників(-ць) в петлю ММ.

**Етап №6. Переправа по мотузці з перилами (1А – 0,96 б.)**

Довжина етапу 9 м. Етап обладнано верхніми та нижніми СП, СМ, КЛ на початку та в кінці етапу. Учасник(-ця) долає етап ногами по нижній мотузці, кріплячись коротким вусом самостраховки до верхньої. Використання супроводу обов’язкове. Суддівська супроводжуюча мотузка (промаркована червоним кольором) висітиме на початку переправи на нижній перильній мотузці; учасник(-ця) кріпить її самостійно. Кріплення супроводу до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етапи №7-9 долаються без втрати самостраховки.**

**Етап №7. Підйом по схилу (1Б – 1,44 б.).**

Довжина етапу 8 м. Крутизна схилу 45˚. Етап обладнано СП, КЛ на початку етапу. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників схоплюючим вузлом чи затискачем.

**Етап №8. Траверс схилу (1Б – 1,44 б.)**

Довжина траверсу 7 м. Етап обладнано СП. Траверс містить 4 гілки, всі – горизонтальні. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників на горизонтальних вітках траверсу – коротким вусом самостраховки.

**Етап №9. Спуск по вертикальних перилах (дюльфером) (2А – 1,92 б.)**

Довжина етапу 4 м. Крутизна схилу 90˚. Етап обладнано СП та СС, КЛ в кінці етапу. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП, кріплячи їх в спусковий пристрій вісімку. Обов’язкова наявність суддівської страховки. Суддівська страховка промаркована червоним кольором і висітиме на початку етапу; учасник(-ця) бере і кріпить її самостійно. Кріплення СС до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етап №10. Навісна переправа через яр (2А – 1,92 б.)**

Довжина етапу 12 м.Етап обладнано подвійними СП, КЛ на початку та в кінці етапу. Учасники(-ці) долають етап по наведеній переправі. Кріплення учасників до перил здійснюється двома карабінами або одним при збалансованій ІСС. Можливе застосування для подолання етапу блоків закритого типу. Використання супроводу обов’язкове. Суддівська супроводжуюча мотузка промаркована червоним кольором і висітиме на початку поручнів; учасник(-ця) бере і кріпить її самостійно. Кріплення супроводу до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Визначення результатів**

1. Результати визначаються окремо для хлопців та дівчат.
2. Результат учасників(-ць) визначається за сумою часу подолання дистанції та штрафного часу (1 бал = 10 сек.). Краще місце посідають учасники(-ці) з меншою сумою. У випадку рівності результатів краще місце займає учасник(-ця) з меншим штрафним часом. У випадку рівності і цих показників краще місце займає учасник(-ця), що стартував(-ла) раніше.

**Підведення підсумків**

Місця серед учасників(-ць) – для хлопців та дівчат окремо, визначаються за меншим результатом роботи на дистанції (відповідно до розділу даних Умов «Визначення результатів»).

**Спортивні ігри учнівської молоді ТЗОШ №16 ім. В.Левицького зі**

**Спортивного туризму, вид пішохідний туризм.**

(26.12.2013р., спортзал ТЗОШ №16.)

Підготував Затверджую

Керівник туристсько-краєзнавчого гуртка Директор школи : П.М. Ковч\_\_\_\_\_\_\_\_

Борщ Сергій Володимирович

 ­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 року \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 року

**Умови**

**проведення змагань на короткій особистій дистанції «смуга перешкод»**

**серед 7-8 класів**

**Загальні умови**

1. Клас дистанції – ІІ (другий).
2. Бальна оцінка: – 30 б.
3. Довжина: – 100 м.
4. Сумарний перепад висот 10 м.
5. Рельєф: умовно створений , крутизна від 45˚ до 90˚.
6. Кількість етапів – 10, з самонаведенням - 3. Старт і фініш – об’єднані.
7. Орієнтований стартовий інтервал 10 хв.
8. Рекомендоване особисте спорядження для подолання дистанції: індивідуальна страхувальна система (ІСС) зблокована основною мотузкою, два вуса самостраховки, петля для в’язання схоплюючого вузла, рукавиці, карабіни з муфтами (альпіністські) – 8 шт.,спусковий пристрій вісімка, мотузка основна – 16-18 м.
9. Дистанція долається в захисних шоломах (із прикріпленими до них номерами, буквеними символами та П.І.П. учасників з двох сторін), одязі, що закриває лікті та коліна.
10. Кількість учасників(-ць) та віковий склад не обмежені.
11. Учасники стартують згідно стартового протоколу після жеребкування.
12. Учасник(-ця) прибуває на старт за 5 хв. для проходження огляду спорядження, необхідного для подолання дистанції відповідно до Умов та Положення. Огляд спорядження повторно здійснюється на фініші.
13. Ділянки перешкод на етапах обмежені контрольними та обмежувальними лініями.
14. Послідовність подолання етапів дистанції в напрямку зростання їх порядкових номерів.
15. Учасники(-ці) долають етапи згідно Умов, Правил змагань та Настанов.
16. Етап вважається подоланим після виходу учасника(-ці) та спорядження за КЛ етапу (або постановка на самостраховку за відсутності КЛ) і звільнення усього суддівського обладнання (крім ПСП за відсутності КЛ).
17. При порушенні учасниками(-цями), представниками чи тренерами команд п.П. 3.13.2.10 оголошується попередження, а в разі повторного порушення – штраф 10 б.
18. Скорочення, що використовується в Умовах:

 **ІСС** – індивідуальна страхувальна система;

 **КЛ** – контрольна лінія;

 **ММ** – маятникова мотузка;

 **СМ** – супроводжуюча мотузка;

 **СП** – суддівські поручні;

 **ПСП** – подвійні суддівські поручні;

 **ВП –** вантажна петля;

 **ЗСК** – Заглушений суддівський карабін;

 **СС** – суддівська страховка;

 **ППС** – пункт проміжної страховки.

**Перелік та умови подолання етапів**

Етапи обладнано коридорами руху, обмежувальними лініями та розміткою.

**Етапи № 1-2 долаються без втрати самостраховки.**

**Етап №1. Підйом по вертикальним поручням (2Б – 2,4 б.).**

Довжина етапу до 10 м. Етап обладнано СП та СС. Учасник (-ця) піднімається по суддівській перильній мотузці з суддівською страховкою і з самостраховкою до перил (може транспортувати вантаж). Учасник повинен бути прикріплений до перильної мотузки схоплюючим вузлом або затискачем (не менше одного). Довжина самостраховки схоплюючим вузлом або затискачем не повинна перевищувати довжини витягнутої вгору руки.

**Етап №2 Крутопохила переправа в низ з само випуском (3А – 4,8 б.).**

Довжина етапу 7 м. Етап обладнано ПСП, 1-ВП,1- ЗСК на початку етапу та КЛ в кінці етапу. Учасник (-ця) переправляються по подвійній суддівській мотузці ногами в напрямку до низького берега з страховкою з само випуском через гальмівний пристрій. Кріплення учасника до перил навісної переправи здійснюється двома карабінами або одним карабіном при збалансованій системі (ІСС), та коротким вусом самостраховки.

**Етапи № 3-5 долаються без втрати самостраховки.**

**Етап №3. Підйом по схилу (1Б – 1,44 б.).**

Довжина етапу 8 м. Крутизна схилу 45˚. Етап обладнано СП, КЛ на початку етапу. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників схоплюючим вузлом чи затискачем.

**Етап №4. Траверс схилу з наведенням (2Б – 6,4 б.)**

Довжина траверсу 7 м. Етап обладнано суддівською перильною страховкою, на якій учасники знаходяться на самостраховці коротким вусом. На початку етапу ЗСК вздовж траверсу 3 ППС, всі ділянки – горизонтальні. В кінці траверсу ПСП та 2 ЗСК. Учасник(-ця) долає етап з страховкою з самовипуском.

**Етап №5. Спуск по вертикальних перилах (дюльфером) (2А – 5,12 б.)**

Довжина етапу 4 м. Крутизна схилу 90˚. Етап обладнано ПСП, 2-ЗСК та СС на початку, та КЛ в кінці етапу. Учасник(-ця) долає етап з самонаведенням. Учасники спускаються по наведеній перильній мотузці з використанням спускового пристрою в рукавицях. Обов’язкова наявність суддівської страховки. Суддівська страховка промаркована червоним кольором і висітиме на початку етапу; учасник(-ця) бере і кріпить її самостійно. Кріплення СС до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етап №6. В’язання вузлів (1А – 2 б.).**

 Етап обладнано мотузочками для в’язання вузлів. Учасники (-ці) в’яжуть всі вузли з переліку запропонованих. Перелік вузлів: прямий, провідник вісімка, серединний, булінь.

**Етап №7. Подолання перешкоди з використанням підвішеної мотузки (маятником; 1А – 4 б.)**

Довжина зони перешкоди до 4 м. Етап обладнано КЛ на початку та в кінці етапу, ММ. Учасник(-ця) долає етап тримаючись за ММ (подає суддя). Самостраховка учасників(-ць) в петлю ММ.

**Етап №8. Переправа по мотузці з перилами (1А – 0,96 б.)**

Довжина етапу 9 м. Етап обладнано верхніми та нижніми СП, СМ, КЛ на початку та в кінці етапу. Учасник(-ця) долає етап ногами по нижній мотузці, кріплячись коротким вусом самостраховки до верхньої. Використання супроводу обов’язкове. Суддівська супроводжуюча мотузка (промаркована червоним кольором) висітиме на початку переправи на нижній перильній мотузці; учасник(-ця) кріпить її самостійно. Кріплення супроводу до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етап №9. Навісна переправа через яр (2А – 1,92 б.)**

Довжина етапу 12 м.Етап обладнано подвійними СП, КЛ на початку та в кінці етапу. Учасники(-ці) долають етап по наведеній переправі. Кріплення учасників до перил здійснюється двома карабінами або одним при збалансованій ІСС. Використання супроводу обов’язкове. Суддівська супроводжуюча мотузка промаркована червоним кольором і висітиме на початку поручнів; учасник(-ця) бере і кріпить її самостійно. Кріплення супроводу до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етап №10. Траверс схилу (1А – 0,96 б.)**

Довжина траверсу до 15 м. Етап обладнано СП. Траверс містить 4 гілки, всі – горизонтальні. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників на горизонтальних вітках траверсу – коротким вусом самостраховки.

**Визначення результатів**

1. Результати визначаються окремо для хлопців та дівчат.
2. Результат учасників(-ць) визначається за сумою часу подолання дистанції та штрафного часу (1 бал = 10 сек.). Краще місце посідають учасники(-ці) з меншою сумою. У випадку рівності результатів краще місце займає учасник(-ця) з меншим штрафним часом. У випадку рівності і цих показників краще місце займає учасник(-ця), що стартував(-ла) раніше.

**Підведення підсумків**

Місця серед учасників(-ць) – для хлопців та дівчат окремо, визначаються за меншим результатом роботи на дистанції (відповідно до розділу даних Умов «Визначення результатів»).

**Спортивні ігри учнівської молоді ТЗОШ №16 ім. В.Левицького зі**

**Спортивного туризму, вид пішохідний туризм.**

(26.12.2013р., спортзал ТЗОШ №16.)

Підготував Затверджую

Керівник туристсько-краєзнавчого гуртка Директор школи : П.М.Ковч\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Борщ Сергій Володимирович

 ­­­­\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 року \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2013 року

**Умови**

**проведення змагань на короткій особистій дистанції «смуга перешкод»**

**серед 9-11 класів**

**Загальні умови**

1. Клас дистанції – ІІІ (третій).
2. Бальна оцінка: – 40,72 б.
3. Довжина: – 120 м.
4. Сумарний перепад висот 16 м.
5. Рельєф: умовно створений , крутизна від 45˚ до 90˚.
6. Кількість етапів – 12, з самонаведенням - 5. Старт і фініш – об’єднані.
7. Орієнтований стартовий інтервал 15 хв.
8. Рекомендоване особисте спорядження для подолання дистанції: індивідуальна страхувальна система (ІСС) зблокована основною мотузкою, два вуса самостраховки, петля для в’язання схоплюючого вузла, рукавиці, карабіни з муфтами (альпіністські) – 8 шт.,спусковий пристрій вісімка, затискачі закритого типу, мотузка основна – 16-18 м.
9. Дистанція долається в захисних шоломах (із прикріпленими до них номерами, буквеними символами та П.І.П. учасників з двох сторін), одязі, що закриває лікті та коліна.
10. Кількість учасників(-ць) та віковий склад не обмежені.
11. Учасники стартують згідно стартового протоколу після жеребкування.
12. Учасник(-ця) прибуває на старт за 5 хв. для проходження огляду спорядження, необхідного для подолання дистанції відповідно до Умов та Положення. Огляд спорядження повторно здійснюється на фініші.
13. Ділянки перешкод на етапах обмежені контрольними та обмежувальними лініями.
14. Послідовність подолання етапів дистанції в напрямку зростання їх порядкових номерів.
15. Учасники(-ці) долають етапи згідно Умов, Правил змагань та Настанов.
16. Етап вважається подоланим після виходу учасника(-ці) та спорядження за КЛ етапу (або постановка на самостраховку за відсутності КЛ) і звільнення усього суддівського обладнання (крім ПСП за відсутності КЛ).
17. При порушенні учасниками(-цями), представниками чи тренерами команд п.П. 3.13.2.10 оголошується попередження, а в разі повторного порушення – штраф 10 б.
18. Скорочення, що використовується в Умовах:

 **ІСС** – індивідуальна страхувальна система;

 **КЛ** – контрольна лінія;

 **ММ** – маятникова мотузка;

 **СМ** – супроводжуюча мотузка;

 **СП** – суддівські поручні;

 **ПСП** – подвійні суддівські поручні;

 **ВП –** вантажна петля;

 **ЗСК** – Заглушений суддівський карабін;

 **СС** – суддівська страховка;

 **ППС** – пункт проміжної страховки.

**Перелік та умови подолання етапів**

Етапи обладнано коридорами руху, обмежувальними лініями та розміткою.

**Етапи № 1-2 долаються без втрати самостраховки.**

**Етап №1. Крутопохила переправа в гору (3А – 2,88 б.)**

Довжина етапу до 16 м. Крутизна до 45˚. Етап обладнано подвійними суддівськими поручнями, СС та КЛ на початку етапу. Учасник(-ця) переправляється по наведеній крутопохилій переправі ногами в напрямку до низького берега з СС. Кріплення учасника до перил навісної переправи здійснюється двома карабінами або одним карабіном при збалансованій системі (ІСС) та карабіном короткого вуса самостраховки. Транспортування вантажу на учасниках дозволено.

**Етап №2 Спуск по вертикальних перилах (дюльфером) (2А – 5,12 б.)**

Довжина етапу 6 м. Крутизна схилу 90˚. Етап обладнано ВП, 1-ЗСК. Учасник(-ця) долає етап з самонаведенням. Учасники спускаються по наведеній перильній мотузці з використанням спускового пристрою в рукавицях. Обов’язкова наявність суддівської страховки, яка використовується з крутопохилої переправи.

**Етапи № 3-5 долаються без втрати самостраховки.**

**Етап №3. Підйом по схилу (1Б – 1,44 б.).**

Довжина етапу 8 м. Крутизна схилу 45˚. Етап обладнано СП, КЛ на початку етапу. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників схоплюючим вузлом чи затискачем.

**Етап №4. Траверс схилу з наведенням (2Б – 1,44 б.)**

Довжина траверсу 7 м. Етап обладнано суддівською перильною страховкою, на якій учасники знаходяться на самостраховці коротким вусом. На початку етапу ЗСК вздовж траверсу 3 ППС (замуфтовані карабіни), всі ділянки – горизонтальні. В кінці траверсу ПСП та 2 ЗСК. Учасник(-ця) долає етап з страховкою з самовипуском.

**Етап №5. Спуск по вертикальних перилах (дюльфером) (2А – 5,12 б.)**

Довжина етапу 4 м. Крутизна схилу 90˚. Етап обладнано ПСП, 2-ЗСК та СС на початку, та КЛ в кінці етапу. Учасник(-ця) долає етап з самонаведенням. Учасники спускаються по наведеній перильній мотузці з використанням спускового пристрою в рукавицях. Обов’язкова наявність суддівської страховки. Суддівська страховка промаркована червоним кольором і висітиме на початку етапу; учасник(-ця) бере і кріпить її самостійно. Кріплення СС до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етап №6. Переправа по мотузці з перилами з наведенням верхньої перильної мотузки (2А – 3,2 б.)**

Довжина етапу 6 м. Етап обладнано нижніми подвійними СП, та верхньою перильною мотузкою, яка закріплена на ЦД, СМ, КЛ на початку та в кінці етапу. Учасник(-ця) наводить верхню перильну мотузку, закріплюючи її в ЗСК. Учасник(-ця) долає етап ногами по нижній мотузці, кріплячись коротким вусом самостраховки до верхньої. Використання супроводу обов’язкове. Суддівська супроводжуюча мотузка (промаркована червоним кольором) висітиме на початку переправи на нижній перильній мотузці; учасник(-ця) кріпить її самостійно. Кріплення супроводу до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етап №7. Підйом по вертикальним поручням (2Б – 2,88 б.).**

Довжина етапу до 12 м. Етап обладнано СП та СС. Учасник (-ця) піднімається по суддівській перильній мотузці з суддівською страховкою і з самостраховкою до перил (може транспортувати вантаж). Учасник повинен бути прикріплений до перильної мотузки схоплюючим вузлом або затискачем (не менше одного). Довжина самостраховки схоплюючим вузлом або затискачем не повинна перевищувати довжини витягнутої вгору руки.

**Етап №8 Крутопохила переправа в низ з самовипуском (3А – 4,8 б.).**

Довжина етапу 7 м. Етап обладнано ПСП, 1-ВП,1- ЗСК на початку етапу та КЛ в кінці етапу. Учасник (-ця) переправляються по подвійній суддівській мотузці ногами в напрямку до низького берега з страховкою з само випуском через гальмівний пристрій. Кріплення учасника до перил навісної переправи здійснюється двома карабінами або одним карабіном при збалансованій системі (ІСС), та коротким вусом самостраховки.

**Етап №9. Навісна переправа через яр (2А – 1,92 б.)**

Довжина етапу 12 м.Етап обладнано подвійними СП, КЛ на початку та в кінці етапу. Учасники(-ці) долають етап по наведеній переправі. Кріплення учасників до перил здійснюється двома карабінами або одним при збалансованій ІСС. Використання супроводу обов’язкове. Суддівська супроводжуюча мотузка промаркована червоним кольором і висітиме на початку поручнів; учасник(-ця) бере і кріпить її самостійно. Кріплення супроводу до ІСС в будь-якому місці блокування.

**Етап №10. Подолання перешкоди з використанням підвішеної мотузки (маятником; 1А – 4 б.)**

Довжина зони перешкоди до 4 м. Етап обладнано КЛ на початку та в кінці етапу, ММ. Учасник(-ця) долає етап тримаючись за ММ (подає суддя). Самостраховка учасників(-ць) в петлю ММ.

**Етап №11. Траверс схилу (1А – 0,96 б.)**

Довжина траверсу до 15 м. Етап обладнано СП. Траверс містить 4 гілки, всі – горизонтальні. Учасник(-ця) долає етап по наведених СП. Самостраховка учасників на горизонтальних вітках траверсу – коротким вусом самостраховки.

**Етап №12. В’язання вузлів (1А – 2 б.).**

 Етап обладнано мотузочками для в’язання вузлів. Учасники (-ці) в’яжуть всі вузли з переліку запропонованих. Перелік вузлів: прямий, провідник вісімка, серединний, булінь.

**Визначення результатів**

1. Результати визначаються окремо для хлопців та дівчат.
2. Результат учасників(-ць) визначається за сумою часу подолання дистанції та штрафного часу (1 бал = 10 сек.). Краще місце посідають учасники(-ці) з меншою сумою. У випадку рівності результатів краще місце займає учасник(-ця) з меншим штрафним часом. У випадку рівності і цих показників краще місце займає учасник(-ця), що стартував(-ла) раніше.

**Підведення підсумків**

Місця серед учасників(-ць) – для хлопців та дівчат окремо, визначаються за меншим результатом роботи на дистанції (відповідно до розділу даних Умов «Визначення результатів»).