

Методические рекомендации

«Туристские соревнования в спортивном зале»

В последние годы в работе детских туристских объединений получила развитие новая форма туристской работы со обучающимися - туристские соревнования, проводимые в условиях спортивного зала. В настоящее время в Городецком муниципальном округе в залах проводятся соревнования по следующим дисциплинам: спортивное ориентирование (лабиринт), спортивный туризм на пешеходных дистанциях, соревнования по начальной туристской подготовке, вязание туристских узлов «Мастер узла», скалолазание.

Появление этой формы работы объясняется следующими факторами:

- длительность холодного периода в течение года.
- привлечение к занятиям детей 1-4-х классов.
- необходимость отслеживания результатов обучения в течение всего учебного года.

Преимущества соревнований в зале

- небольшие затраты времени на организацию и проведение мероприятия;
- меньший объем требуемого снаряжения;
- дистанции можно модифицировать в зависимости от возраста и уровня подготовки учащихся;
 - уменьшение финансовых затрат на организацию, проведение и участие;
 - увеличение количества обучающихся, принимающих участие в соревнованиях;
 - облегчение работы руководителей, особенно имеющих группы первого года обучения или обучающихся младшего и среднего школьного возраста, а также руководителей-совместителей, педагогов, имеющих небольшой опыт;
 - возможность получения спортивных разрядов по дисциплине - дистанция – пешеходная в закрытых помещениях.

Недостатки соревнований в зале

- соревнования проводятся в закрытых помещениях спортзалов школ, а не на свежем воздухе;
- юные туристы не приобретают практические навыки проживания в полевых условиях;
- препятствия на соревнованиях в зале достаточно условны по сравнению с естественными препятствиями;
- ограниченность во времени на подготовку дистанции и проведение мероприятия с необходимостью предварительных переговоров с администрацией школы о предоставлении зала.

Соревнования по начальной туристской подготовке

Соревнования по начальной туристской подготовке среди обучающихся проводятся с целью популяризации спортивного туризма как оздоровительного и развивающего вида спорта.

Это способствует формированию у обучающихся младшего школьного возраста мотивации к занятиям детско-юношеским туризмом, отработке умений и навыков по спортивному туризму на искусственном рельефе, выявлению сильнейших участников для формирования команды на муниципальные соревнования.

Рекомендуемые возрастные группы:

- младшая возрастная группа – мальчики/девочки 1-3-х классов;
- средняя возрастная группа – мальчики/девочки 4-5-х классов.

Возможные этапы:

1. Подъем на судейском схватывающем узле (разрешается подъем выполнять на зажимах).

2. Спуск на судейском схватывающем узле (разрешается спуск на спусковых устройствах).

3. Траверс склона с самостраховкой и перестежкой.

4. Переправа по параллельным перилам.

5. Навесная переправа – средняя возрастная группа.

6. Переправа по бревну с перилой.

7. Переправа по бревну, с помощью горизонтального маятника.

8. Переправа методом «Вертикальный маятник».

9. Вязание узлов.

10. Определение топографических знаков.

Соревнования рекомендуется проводить по комбинированной системе оценки. Технические этапы дистанции оцениваются по бесштрафовой системе (стоп – ошибка – исправить), а на этапах туристско-краеведческой направленности (вязание туристских узлов, определение топографических знаков) штрафные баллы преобразовываются в штрафное время. 1 штрафной балл равен 15 секундам.

Результаты соревнований определяются суммой времени прохождения дистанции и штрафных баллов, переведенных в штрафное время.

Соревнования по спортивному туризму на пешеходных дистанциях

Соревнования проводятся в соответствии с правилами вида спорта «спортивный туризм», утвержденными приказом Министерства спорта Российской Федерации от 22 апреля 2021 г. № 255 с целью: популяризации спортивного туризма, как вида спорта, повышения тактического и технического мастерства участников, выявления сильнейших спортсменов.

Задачи данных соревнований:

- развитие мотивации к занятиям спортивным туризмом;
- формирование навыков безопасного и здорового образа жизни.

Рекомендуемый класс дистанций:

- «дистанция–пешеходная» 1 класса, короткая (индивидуальное прохождение);
- «дистанция–пешеходная» 2 класса, короткая (индивидуальное прохождение).

**Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная»
мальчики/девочки (8-13 лет)**

Класс дистанции – 1;

Количество этапов – 4 (навесная переправа, спуск по перилам, подъем по стенду с зацепами, спуск по перилам).

**Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная»
юноши/девушки (14-15 лет), юниоры/юниорки (16-21 год)**

Класс дистанции – 2;

Количество этапов – 6 (навесная переправа, спуск по перилам, подъем по стенду с зацепами, спуск по перилам, подъем по перилам, навесная переправа).

Если соревнования проводятся на основании единого календарного плана официальных физкультурно-спортивных мероприятий, то по итогам проведения возможно присвоение спортивных разрядов.

**Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная»
(скалолазание) мальчики/девочки**

Класс дистанции – 1.

Количество этапов – 2 (подъем по стенду с зацепами, спуск по перилам;

Система оценки нарушения – бесштрафовая.

После старта участник осуществляют подъем свободным лазаньем по зацепам с верхней судейской страховкой (ВСС).

Примечание: в случае срыва или использования опоры за ограничением, участник возвращается в рабочую зоны исходной стороны этапа №1 и повторяет прохождение этапа.

Спуск осуществляется с использованием ВСС. _Обратное движение: подъем по стенду с зацепами свободным лазаньем

Соревнования по технике вязания туристских узлов «Мастер узла»

Соревнования по технике вязания туристских узлов проводятся с целью популяризации и развития детско-юношеского туризма.

Задачи: повышение туристского мастерства участников, организация содержательного досуга обучающихся средствами туристско-спортивной работы, выявление сильнейших участников.

В состав включаются участники по следующим возрастным группам:

- 1) «OPEN» - «Мальчики/девочки» до 9 лет (включительно).
- 2) «Мальчики/девочки» - участники в возрасте 10-13 лет.
- 3) «Юноши/девушки» - участники в возрасте 14-16 лет.

Также в соревнованиях в группе «Элита» могут соревноваться тренеры и педагоги образовательных организаций, независимо от возраста.

Участникам необходимо завязать определенное количество узлов за контрольное время. Порядок завязывания узлов произвольный.

Хронометраж, начало и окончание контрольного времени осуществляется судьей. В случае досрочного выполнения задания участник поднимает руку, время фиксирует судья. После остановки секундомера запрещены любые действия с завязанными узлами. Судьи оценивают правильность завязанных узлов после финиша всех участников группы.

Требования к завязанным узлам:

1. Узел должен быть затянут и соответствовать изображению.
2. Внутри узла не должно быть никаких посторонних элементов, за исключением применения вспомогательных узлов для закрепления устройств на индивидуальной страховочной системе участника.
3. Основной узел вяжется с контрольным узлом. Исключение: узлы на основе восьмерки, срединные узлы, грейпвайн.
4. Контрольный узел завязывается на веревке сразу после основного узла, вплотную. Остаток веревки, выходящий из контрольного узла не менее 70 мм, и не более 100 мм.
5. Узлы, применяемые для организации усов самостраховки, точек крепления к базам («станциям») и организации перил, выходящая петля из узла должна фиксировать карабин в нужном положении.
6. Не допускается перехлестов в рисунке узла. Перехлест - это неправильное положение двух веревок в узле, которые перекручиваются (перехлестываются) одна через другую и не расположены параллельно.

За ошибки при завязывании узлов участникам начисляются штрафные баллы.

Соревнования по ориентированию «Спортивный лабиринт»

Проводятся с целью развития спортивного ориентирования в образовательных организациях как массового вида спорта.

Лабиринт в заданном направлении проводится по цветной карте, специально подготовленной к данным соревнованиям. Отметка на контрольных пунктах компостер или электронная SPORTident.