

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ НАРОДНОГО ОБРАЗОВАНИЯ МОСГОРИСПОЛКОМА
МОСКОВСКАЯ ГОРОДСКАЯ СТАНЦИЯ ЮНЫХ ТУРИСТОВ

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
ПО ПРОВЕДЕНИЮ РАЙОННОГО ПЕРВЕНСТВА ПО ТУРИЗМУ
СРЕДИ ПИОНЕРСКИХ ОТРЯДОВ 4 КЛАССОВ**

1983

СОДЕРЖАНИЕ

Типовое положение о первенстве по туризму среди пионерских отрядов 4-х классов	2
Примерный план подготовки районного слета	5
Общие обязанности судей, контролеров	6
Тексты бесед:	
Укладка рюкзака.....	7
Оборудование палаточного городка	9
Костровая площадка и ее оборудование.....	10
Список полигонов для проведения районных слетов в г. Москве.....	11

Типовое положение о первенстве по туризму среди пионерских отрядов 4-х классов школ _____ района г. Москвы

1. Цели и задачи первенства

Широкое использование средств массового туризма в организации воспитательной работы со школьниками.

Участие пионерских отрядов 4-х классов во Всесоюзной экспедиции пионеров и школьников «Моя Родина – СССР».

Выполнение учащимися туристских норм комплекса ГТО.

Обучение основам начальной туристской подготовки методом демонстрации, объяснения и последующего самостоятельного выполнения участниками с исправлением допущенных ошибок.

Выявление лучших туристских коллективов.

II. Время и место проведения

Первенство по туризму среди учащихся 4-х классов школ _____ района проводится (*дата*) на территории (*указать район*). Команды прибывают в полном составе во главе с руководителем к месту старта (*точное указание подъездов и подходов*) к назначенному графиком (*в определенное жеребьевкой*) время. Рекомендуемое время проведения первенства сентябрь—октябрь.

III. Руководство первенством

Соревнования организуют и проводят РК ВЛКСМ, РОНО, РДП. Руководство первенством по туризму осуществляет оргкомитет, утвержденный бюро РК ВЛКСМ. Непосредственное проведение соревнований возлагается на штаб и главную судейскую коллегию, назначенную приказом по ДП и утвержденную зав. РОНО.

IV. Участники первенства

В первенстве участвует не менее одной команды от каждого 4-го класса. Каждая команда возглавляема руководителем группы. В помощь руководителю обязательно выделяется вожатый из числа учащихся 7-10 классов. Команда на старте предъявляет маршрутный лист, заверенный подписью врача, директора школы и печатью школы. В маршрутном листе должно быть дополнительно указано общее количество учащихся в классе, количество учащихся, на допущенных к походу по состоянию здоровья и фамилии и имя вожатого.

V. Программа первенства

В первенство включаются следующие виды:

1. Поход с ориентированием по маркированной трассе протяженностью 4—5 км с преодолением на ней естественных препятствия (участков пересеченной местности, условной речки - по бревну и т.д.). На каждом из препятствии находится судья, обеспечивающий порядок на этапе, безопасность и помощь. Он же, при необходимости, показывает способ прохождения препятствия, объясняет принципы самостраховки и взаимопомощи. На трассе располагаются контрольные пункты, местоположение которых определяет один из руководителей группы с помощью помощников руководителя и (или) судьи. Время прохождения трассы не учитывается.

На контрольных пунктах после объяснения и показа отдельных элементов туристской техники, участникам предлагается выполнить несколько действий. Неправильное выполнение исправляется судьями и не приносит штрафных баллов.

На старте с участниками проводят беседу о правилах личной гигиены и профилактике травматизма, проверяют аптечку.

2. Краеведение. На первом контрольном пункте судья рассказывает о достопримечательностях местности, по которой проходит маршрут, показывает альбом - туристскую летопись пионерского отряда, и предлагает ребятам сделать небольшой отчет о походе.

3. Туристская техника. Обучение элементам туристской техники проводится на контрольных пунктах.

а. Укладка рюкзака.

Участникам показывают и объясняют основные правила укладки рюкзака, упаковки вещей и продуктов, подгонки. Положение рюкзаков при построении в шеренгу, колонну, на привалах и стоянках. Объясняют правила безопасности при движениях с рюкзаками и, особенно, выполнении команд «снять рюкзаки», «надеть рюкзаки», а также при различных поворотах.

б. Постановка палатки

Участникам демонстрируют способы постановки палатки, снятие и сворачивание ее, подготовке ко сну и просушке. После показа команде предлагается выполнить несколько действий.

в. Топография

Участникам показывают и кратко объясняют устройство компаса. Объясняют определение сторон горизонта, на большой демонстрационной таблице показывают и называют изображенные на ней несколько топографических знаков, сравнивая их с окружающей местностью. После этого команде предлагается определить стороны горизонта, показать на демонстрационной доске указанный на местности ориентир.

г. Костровая площадка

Команду знакомят с основными типами костров, объясняют их назначение, способы разведения их, а также рассказывают о наиболее рациональных для костра породах деревьев, делая акцент на недопустимости каких-либо порубок зеленых насаждений.

Здесь же знакомят участников с некоторыми конструкциями оборудования очага, способами размещения посуды на стоянках, оборудования кухни и столовой.

После этого команде предлагается ответить на несколько вопросов по мерам обеспечения безопасности, сохранения дерна, оборудования костровой площадки.

4. Туристские навыки

По виду проводится соревнование, в котором учитываются: внешний вид, дисциплинированность и организованность группы на маршруте, укомплектованность медицинской аптечки первой помощи, знание участниками группы правил санитарии и гигиены в походе. Руководителю группы или пионерскому вожатому /согласно положения/ полагается оказать доврачебную помощь. Неправильное исполнение исправляется и не приносит штрафных баллов.

5. Массовость

В соревнованиях по массовости учитывается процентное соотношение количества участников к числу учащихся данного класса, по состоянию здоровья допущенных врачом к походу.

VI. Определение победителей

Победителем первенства является группа, набравшая наименьшую сумму мест в соревнованиях по массовости и туристским навыкам. В случае равных результатов предпочтение отдается команде, занявшей лучшее место в соревнованиях по массовости.

Победитель по туристским навыкам определяется по сумме баллов, набранной группой во время похода в соответствии с Временными правилами туристских соревнований школьников по разделу «Соревнования по туристским навыкам».

Победителем соревнования по массовости считается пионерский отряд, выставивший для участия в первенстве наибольшее количество участников в процентном отношении к числу учащихся в данном классе, получивших по состоянию здоровья разрешение врача на участие в походе.

VII. Награждение победителей

Команды, занявшие призовые места, награждаются почетными грамотами и дипломами. Команде—победителю вручается переходящий кубок.

VIII. Финансирование

Осуществляется за счет средств бюджета в соответствии с письмом заместителя Министерства просвещения СССР №29-М от 21 марта 1974 года «О нормах расходов на проведение спортивных соревнований, слетов, смотров, олимпиад и других внешкольных мероприятий».

ПРИМЕРНЫЙ ПЛАН ПОДГОТОВКИ РАЙОННОГО СЛЕТА.

«Утверждаю»
Директор Дома пионеров

« ____ » _____ 198__ г.

План подготовки районного туристского слета
среди _____ классов

№ п/п	Мероприятие	Дата проведения	Ответственный
1	Выбор места проведения слета		
2	Информация о мероприятии		
а)	о проведении мероприятия: Зав. РОНО, директорам школ, директору ДП, туроргам школ.		
б)	об итогах: Зав. РОНО, директорам школ, директору ДП, туроргам школ.		
3.	Согласование положения о соревнованиях в тур. отделе МосгорСЮТур (за две недели до дня проведения)		
4.	Подбор судейской бригады по видам соревнований.		
5.	Обеспечение служб.		
а)	подготовка и доставка писем:		
	- лесничество		
	- милиция		
	- медицина		
	- СЭС		
б)	проверка готовности служб.		
6.	Выбор трассы соревнований		
7.	Подготовка приказа о распределении обязанностей.		
8.	Подготовка условий соревнований		
9.	Подготовка карты соревнований		
	- корректировка карты		
	- изготовление тиража карты		
10.	Прием заявок на участие в слете		
11.	Совещание руководителей, жеребьевка		
12.	Совещание судей		
13.	Подготовка снаряжения для соревнований		
14.	Подведение итогов		
15.	Подготовка материалов для награждения		
16.	Составление отчета о проведении слета		
17.	Представление отчета в тур. отдел МосгорСЮТур (в месячный срок после проведения соревнований)		
18.	Консультации участников слета		

ОБЩИЕ ОБЯЗАННОСТИ СУДЕЙ, КОНТРОЛЕРОВ

1. Быть всегда вежливыми и выдержанными.
2. Не вести посторонних разговоров при участниках.
3. Все записи делать своевременно и аккуратно (желательно ручкой).
4. Записи в протоколах нельзя стирать. Изменение записи допускается только в виде исключения, путем аккуратного зачеркивания и написания рядом нового результата. В графе «Примечание» ставится роспись судьи, а также замечания по поведению команды.
5. Прохождение команды в неполном составе, кроме специального разрешения, не разрешается.
6. Не покидать места проведения соревнований без разрешения старшего судьи этапа или начальника дистанции.
7. Получить от главного секретаря протоколы, по окончании соревнований сдать протоколы главному секретарю. Протоколы должны быть подписаны судьям этапа с расшифровкой фамилии.
8. Если этап занят предыдущей командой, следующая команда не выпускается на этап. Команде дается отсечка времени по часам с секундной стрелкой с обязательным занесением времени в протокол.

Для судей ККМ.

9. При отставании участника от команды - команду с КП не выпускать. Принять меры к нахождению его с помощью судей дистанции. Участники команды к розыску не допускаются.
10. Вести своевременную информацию по радию о порядке прохождения команд с указанием порядка прохождения и номера школы.
11. Получить необходимое снаряжение от коменданта слета, по окончании соревнований сдать его.

УКЛАДКА РЮКЗАКА

Правильная укладка рюкзака очень важна для туриста: она позволит экономить силы, вырабатывать правильную осанку, исключать травматизм, занимать устойчивое положение равновесие в движении, избегать потертостей спины.

1. Подготовка продуктов и личных вещей к укладке в рюкзак.

Прежде чем приступить к укладке рюкзака, необходимо подготовить к этому все вещи.

Все продукты: банки с консервами, мешки с крупой, пачки с сахаром и т.д. упаковываются в узкие, в размер банок или пачек сахара, длинные, в размер высоты спинки рюкзака, заранее сшитые мешки с пришитыми завязками. Хлеб упаковывается в полиэтиленовые пакеты. Никаких бумажных кулчков и пакетов в поход брать нельзя. Они наверняка порвутся и содержимое перемешается с другими вещами. Стеклопосуда в походе тоже недопустима. Для жидких и полужидких продуктов необходимо подготовить жестяные или алюминиевые банки, бидоны или фляги.

Личные вещи упаковываются в матерчатые мешки.

2. Порядок укладки рюкзака.

На землю стелется полиэтиленовая клеенка. На нее кладется пустой расправленный рюкзак спинкой к земле с расстегнутыми карманами. Затем в рюкзак вкладывается полиэтиленовый вкладыш, который предохранит содержимое рюкзака от проникновения влаги и сырости. После этого в него по всей площади спинки рюкзака, а не скатанный валиком, укладывается спальник, следя за наполнением нижних углов рюкзака, чтобы рюкзак лучше прилегал к спине. Затем кладется фанерка, которая придает рюкзаку правильную форму, а на привалах служит еще и сиденьем. Теперь укладываются продукты. Затем - личные вещи. При укладке надо следить за тем, чтобы острые углы предметов не упирались в спину. Сменная обувь в рюкзаке должна быть уложена в полиэтиленовый пакет. Куртку надо положить так, чтобы ее можно было легко достать, не разбирая рюкзака. В карманах рюкзака должно находиться то, что может понадобиться в пути, на привалах и сразу по прибытии на место ночлега, поэтому умывальные принадлежности, брезентовые рукавицы, перевязочный пакет, эластичный бинт, личный ремнабор укладываются в боковые карманы, посуда - в полиэтиленовом пакете в средний карман, а накидка от дождя - в клапан рюкзака, в удобные места располагаются записная книжка, карандаш, планшет. Теперь рюкзак зашнуровывается.

Таким образом, каждый предмет должен занимать определенное место. Порядок устанавливается раз и навсегда, чтобы, когда что будет необходимо, не перевертывать вверх дном все содержимое, а сразу найти нужный предмет.

Руки путешественника в дороге должны быть свободными. Неопрятное впечатление производит турист, у которого котелок, кружка и другие предметы не уложены в рюкзак, а развешаны по нему. Ничто не должно болтаться и трястись на рюкзаке.

Правильно уложенный рюкзак своим дном должен упираться в поясницу, а спинка рюкзака должна прилегать к спине туриста.

После укладки рюкзака необходимо надеть и подогнать ляжки, а также устранить недостатки, допущенные при укладке. Чтобы ляжки рюкзака не резали плечи, на них можно продеть войлочные прокладки.

3. Не забывай главной заповеди туриста: «Бери с собой не то, что может пригодиться, а лишь то, без чего нельзя обойтись», помни, что «грамм - в походе килограмм». Но при этом соблюдай следующие правила:

а). Не брать лишних вещей, но ничего и не забывать, так как надеяться на то, что на месте можно будет достать все нужное — нельзя;

б). В поход брать только крепкое надежное снаряжение, одежду и обувь. Это экономия в весе и времени, так как негодное снаряжение приходится часто ремонтировать.

**Список личного туристского снаряжения
для похода с ночлегом (для демонстрации укладки рюкзака).**

1. Рюкзак абалаковский
2. Полиэтиленовый вкладыш
3. Спальный мешок
4. Туристские ботинки
5. Сменная обувь (кеды, кроссовки)
6. Войлочные стельки
7. Шерстяные носки
8. Х/б носки
9. Футболка
10. Рубашка
11. Тренировочный костюм
12. Свитер
13. Куртка
14. Головной убор
15. Рукавицы брезентовые
16. Клеенка от дождя
17. Посуда
18. Умывальные принадлежности
19. Хлеб в полиэтиленовом пакете
20. Банки
21. Фанерка с номером

ОБОРУДОВАНИЕ ПАЛАТОЧНОГО ГОРОДКА

Оборудование: палатка, стойки (2), колышки (12), тенты (большой и малый), веревка, поролон (2), спальный мешок (2).

1. При выборе мест ночлега палатки следует ставить на сухой ровной площадке, по возможности защищенной от ветра. Не рекомендуется ставить палатки в ложбине, куда в случае дождя может стекать вода, а также под большими деревьями, так как это опасно во время грозы.

2. Прежде чем поставить палатку на землю, надо простелить полиэтиленовую пленку для того, чтобы защитить пол палатки от влаги (*Демонстрация*).

Далее палатка устанавливается на 12-ти металлических колышках: 4 - на пол, 6 - на крышу, 2 - на коньковую растяжку, а также на 2-х разборных стойках или 2-х альпенштоках, которые во время похода должны быть у каждого участника. (*Показ*).

Внутри палатки необходимо иметь 2 поролоновых коврика (длина – 1 м, ширина – 70 см) для защиты от сырой и холодной земли. (*Демонстрация*).

Во время ночлега туристы ложатся ногами внутрь палатки, а головой к входу. Обувь убирается под клеенку.

Чтобы палатка не промокла во время дождя, ее накрывают полиэтиленовым тентом. Тент можно натянуть над палаткой и с помощью веревки, привязанной к двум деревьям, так же, как это вам показывали на костровой площадке.

Если группа останавливается в каком-то месте на отдых больше чем на 1 день, то в этом случае днем туристы вынимают из палатки все вещи и укладывают их в рюкзаки, а пол палатки приподнимают. (*Демонстрация палатки с приподнятым полом*). Это позволяет лучше просушить и проветрить палатку, а также сохранить травяной покров.

На ночь пол палатки снова опускается.

КОСТРОВАЯ ПЛОЩАДКА И ЕЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Оборудование: таганок, ведра—канны (4шт.), саперная лопата, топор, пила, брезентовые рукавицы, тент полиэтиленовый, веревка.

1. Для правильной организации костровой площадки необходимо прежде всего правильно выбрать место для костра. Костер должен находиться не менее чем за 5 м от дерева или палатки. Разводить костер следует на месте прежних кострищ (если они есть) и следить, чтобы костер не повредил кроны и корни деревьев.

2. На месте костра саперной лопатой или топором аккуратно снимается дерн, который укладывается в специально отведенное место и поливается водой. (*Демонстрация разборной саперной лопаты и дерна*).

На подготовленном костровище устанавливается разборный таганок, который мы вам сейчас и покажем. (*Показ сборки и разборки таганка*).

Категорически запрещается оборудовать костровую площадку срубленными в лесу рогульками и перекладами.

В походе целесообразно иметь такие ведра-канны (матрешки), которые легко устанавливаются и снимаются с таганка. (*Демонстрация ведер*).

Для снятия ведер с таганка удобно пользоваться брезентовыми рукавицами. (*Показ рукавиц*).

Чтобы на костровой площадке было меньше щепок и мусора, для заготовки дров удобнее пользоваться пилой, а не топором. (*Показ пилы с чехлом*).

В случае дождливой погоды группа располагается под навесом, который можно изготовить из веревки и полиэтиленовой пленки. (*Демонстрация навеса*).

3. Для разжигания костра нужно положить растопку бумагу, мелкие сухие веточки, сухую траву, киноплёнку, куски свечки, кусочки оргстекла, пластмассы. Затем колодцем или шалашиком положить более толстые сучья и зажечь растопку. Когда огонь разгорится, подложить более толстые куски деревьев.

Лучшим топливом для костра служат: сухой хворост, валежник дуба, березы, орешника, ольхи. Хорошие ветки с иголками брать не следует, они дают много дыма и искр.

Наиболее универсальный тип костра - костер «колодец», когда дрова укладываются в виде колодца. Такой костер дает большое жаркое пламя, которое применяется для варки пищи.

4. До ухода с привала необходимо убрать костровую площадку. Для этого надо закопать консервные банки на глубину не менее 25 см от поверхности земли.

Оставлять или закапывать стеклянные банки категорически запрещается. Их следует уносить с собой.

Бумагу, коробки, весь мусор, оставшийся в результате пребывания людей на стоянке должен быть убран и сожжен в костре. Те остатки пищи, которые могут съесть лесные обитатели - птицы, мелкие зверьки, оставляют не на виду, в одном месте.

Оставшийся хворост аккуратно собирают и складывают.

После уборки костер тщательно заливают водой и закладывают дерном.

**СПИСОК ПОЛИГОНОВ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ РАЙОННЫХ СЛЕТОВ В г. МОСКВЕ**

Зюзинский л/п.
Тимирязевский парк.
Битцевский л/п.
Серебряный бор.
Лужники
Медведково
Кузьминский лес
Алешково
Филевский парк.
Химки-Ховрино л/п.
Парк Покровско-Стрешнево
Парк Академии им. М.Фрунзе.
Кусковский л/п.
Кунцевский л/п.
Измайлово.
Сокольники.
Зона отдыха Тропарёво.
Крылатское.
Покровское-Глебово.
Лесной массив «Лосиный остров»
ПКиО им. Дзержинского.