ФИО педагога: Усанова Ирина Викторовна

Программа: Спортивный туризм

Объединение: 3АО

Дата занятия по рабочей программе: 15.05.2020

Тема занятия: Таблицы штрафов.

Задание: Прочитать материал по теме, ответить на вопрос.

Порядок выполнения:

1 Прочитать материал

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Название**  | **Вид** | **Описание** |
| **Ромб** | **49.gif** | Участники по ромбу, подвешенным на высоте 1- 1,5 м, проползают на другую сторону препятствия. Необходимо преодолеть по одному не касаясь земли от первой до последней перекладины включительно. |
| **Параллельные перила** | 50.gif | Длина препятствия - 8-10 м. Участник проходит препятствие, держась руками за верхнюю веревку, передвигаясь скользящим шагом по нижней. Необходимо преодолеть по одному не касаясь земли от дерева (касание рукой) до противоположного дерева (касание рукой). |
| **Навесная переправа** | **07.gif** | Длина препятствия- 6-10 м. Участник проходит препятствие, сидя в подвесной системе («беседке», обвязке, петле) скользящей по веревке на карабине. |
| **Бабочка** | **02.gif** | Длина препятствия - 4-6 м. Участник проходит препятствие, идя по нижней веревке. |
| **Маятниковая переправа** | **04.gif** |  Длина препятствия - 8-10 м. Участник проходит препятствие, передвигая ногами по веревке, держась руками за оттяжку. |
| **Маятник** | **5.png** | Стоя за контрольной линией участники, используя маятниковую веревку преодолевают контрольный участок. |
| **Электрошок** | **51.jpg** | Между двумя деревьями натянута веревка. Участники должны переправиться через веревку, не задев её. |
| **Многоножка** | **630359.jpg** | Все участники связывают ноги, и проходят определенную дистанцию со связанными ногами. |
| **Кочки** | **29.gif** | Участники по кочкам переправляются на другую сторону препятствия. |
| **Ориентирование** | **wLtfcAFZyOc.jpg** | Ориентирование происходит по определенным точкам. Каждому участнику или на команду дается карта где обозначены ориентиры. Нужно собрать все точки на карте**.** |
| **Следы** | **amGKeQvUUa0.jpg** | Заранее подготовленные листочки со следами зверей, участники должны отгадать каждый листочек. |
| **Пень дружбы** | **stock-illustration-40238326-tree-stump.jpg** | Вся команда должна встать на пень и продержаться 10-15 секунд. |
| **Трамвай** | **09.gif** | Длина препятствия - 6-8 м. Два участника проходят препятствие по двум горизонтальным параллельно натянутым веревкам, держась за плечи друг друга, расстояние между которыми - 60-90 см, одна от другой. |
| **Мышеловка:** | **i (1).jpg** | Нужно заранее подготовить П- образные палки. Участники по очереди пролазают по мышеловке. |
| **Паутинка:** | **i.jpg** | Веревка навязывается в хаотичном порядке. Участники по очереди проходят этап. Главное не пролесть в одно и то же отверстие. |
| **Тарзанка** | **288f94f7e256_196.jpg** | Веревка крепится над «опасным участком» и участники перелетают на «тарзанке» определенное расстояние. |
| **Тролли** | **4.png** | Участникам нужно перейти некое расстояние на вырезках из линолеума или картона. Главное не оступиться, иначе вся команда идет заново. |
| **Узел** | **3.png** | Участникам необходимо связать узел без помощи рук, при этом они связаны этой же веревкой. |
| **Фото экстрим** | **2IgZpFcfsbs.jpg** | Фото экстрим готовится заранее. Это всеобразные задания, которые могут быть экстремального и юмористического характера. Участники должны из подручных средств повторить задание или скреативить. Также фотоэкстрим не входит в маршрут туристического многоборья, т.к. он занимает достаточно много времени. |
| **Кораблекрушение** | **2.png** | Для этого этапа понадобиться туристический коврик. Участники встают на него всей командой. Далее судья рассказывает историю корабля при котором корабль уменьшается по площади, а все участники должны остаться на борту. |
| **Колодец** | **1.png** | Между трех деревьев обматывается веревка. Участники хоккейными клюшками или простыми палками должны достать мяч, которые лежит в середине колодца.  |
| **Азимут**  | **33.gif** | Участник выполняет задание по азимуту: определяет азимут на предмет или по азимуту указывает направление. |
| **Лабиринт** | Безымянный.png | Участник с завязанными глазами идет по выложенному из веревки лабиринту. Остальным участникам нельзя трогать идущего человека руками. |
| **Итого 24 этапа разной сложности.** |

\*Примерное время прохождения.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название этапа | Время прохождения\* |
| Команда 5 человек | Команда 7 человек | Команда 10 человек | Команда 12 человек |
| 1 | Ромб | 5 минут | 7 минут | 10 минут | 12-15 минут |
| 2 | Параллельные перила | 5 минут | 7 минут | 10 минут | 12 минут |
| 3 | Навесная переправа | 5-7 минут | 7-10 минут | 10-15минут | 10-25минут |
| 4 | Маятник | 5-7 минут | 7-10 минут | 10-15 минут | 12-20минут |
| 5 | Маятниковая переправа | 5-7минут | 7-10минут | 10-15 минут | 12-20минут |
| 6 | Электрошок | 5 минут | 7 минут | 10 минут | 12 минут |
| 7 | Бабочка | 5-7 минут | 7-10 минут | 10-15 минут | 12-20минут |
| 8 | Колодец | 3-7 минут | 3-7 минут | 3-7 минут | 3-7 минут |
| 9 | Кораблекрушение | 3-5 минут | 3-5 минут | 3-5 минут | 3-5 минут |
| 10 | Тролли | 5 минут | 7 минут | 10 минут |  12 минут |
| 11 | Тарзанка | 5 минут | 7 минут | 10 минут | 12 минут |
| 12 | Трамвай | 2-5 минут | 5-10 минут | 7-15минут | 7-15минут |
| 13 | Многоножка | 5-10 минут | 5-10 минут | 5-10 минут | 5-10 минут |
| 14 | Мышеловка | 5 минут | 7 минут | 10 минут | 12 минут |
| 15 | Кочки | 5 минут | 7 минут | 10 минут | 12 минут |
| 16 | Пень дружбы | 3 минут | 3-5 минут | 3-7 минут | 3-10минут |
| 17 | Фотоэкстрим | 2-24 часов | 2-24 часов | 2-24 часов | 2-24 часов |
| 18 | Следы | 5 минут | 5 минут | 5 минут | 5 минут |
| 19 | Узел | 5 минут | 5 минут | 5 минут | 5 минут |
| 20 | Паутинка | 5 минут | 5 минут | 5 минут | 5 минут |
| 21 | лабиринт | 5 -7минут | 5 -10минут | 5-12 минут | 7-15минут |

Бланки для судей

|  |
| --- |
| Протокол этапа туристической полосы |
| **Название этапа** |
| **№** | **Название команды** | **Время прохождения** | **Штрафы** | **Время с учетом штрафов** |
| 1 |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |
| Дата проведения\_ «\_\_число\_\_»\_ месяц 20\_\_ г.Судья этапа\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_­­­­­­­­\_\_(ФИО)­­Подпись судьи\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Один штрафной балл = 30 секундам**

* Каждый участник проходит по одному;
* Одновременное нахождение двух участников 3 балла;
* Касание этапа остальными (в данный момент НЕ проходящими этап) участниками штраф – 1 балл;
* Отказ от прохождения этапа – 5 баллов;
* Касание земли – 1 балл;
* Падение – 3 балла.
* Грубое отношение к судье -5 баллов

2 Подумайте стоит ли включать сразу все испытания в одни соревнования?

3 Ответьте на вопросы: На каком испытании команда потратит больше всего, а на каком может заработать больше всего штрафов? Есть ли испытания, где выгоднее получить штрафы?