

**Межрайонные соревнования по туризму  
образовательных организаций МРСД № 25, 26, 27, 28  
в рамках 75-го Первенства по туризму образовательных организаций,  
подведомственных Департаменту образования и науки города Москвы**

**ЛЫЖНЫЙ ТУРИЗМ**

15 февраля 2020 г.

г. Москва, Бутовский лесопарк

**Техническая информация**

Длина дистанции: до 4 км.

На дистанции устанавливается:

НВ (нормальное время) – 2 часа 00 минут

КВ (контрольное время) - 2 часа 30 минут.

За каждую минуту свыше НВ команда получает 1 балл штрафа.

**Подсчет результатов:** Результат команды определяется суммой премиальных баллов, полученных на этапах, за вычетом штрафных баллов. Команда не может получить премиальных баллов больше чем указано в условиях этапа (МО). При равенстве баллов приоритет получает команда с меньшим временем прохождения дистанции.

**В районе проведения соревнований имеются в наличии:**

- опасные животные (собаки, лисы, зайцы);
- отдыхающие лыжники.
- отдыхающие на снегоходах

**Опасные места района соревнований:**

- обрывистые склоны
- участки лыжной трассы с крутыми спусками;
- открытые водоёмы
- места отдыха людей;
- водоёмы (водные объекты) с тонким льдом. **ВЫХОД НА ЛЕД ЗАПРЕЩЕН!**

Вся дистанция КТМ преодолеваются на лыжах. Лыжи у участников – любые. Допускается снять лыжи на небольшом участке для преодоления локального препятствия или опасного участка. При этом движение разрешено только вне лыжной трассы, вдоль нее. Не допускается остановка, снятие/одевание лыж внизу спусков на лыжной трассе.

### **Действия в случае экстренной ситуации:**

В случае возникновения нештатной ситуации команде следует прибыть к ближайшему этапу и сообщить судье о произошедшем. Далее действовать согласно указанию судьи. В случае невозможности прибыть на этап команде следует позвонить по телефону, для связи сообщенному на старте. Далее действовать согласно указаниям.

**Движение по маркировке:** со старта до финиша команда движется по маркировке. Образец маркировки будет вывешен на старте. Уход с маркировки запрещен. Уход с маркировки ведет к снятию команды с дистанции.

### **Границы полигона:**

Север – линия электропередачи (на поле).

ЮГ - четких границ полигона нет, грунтовая дорога направления запад-восток.

Запад – Линия электропередачи (на поле), четких границ полигона нет, грунтовая дорога направления север-юг.

Восток – улица Поляны.

В случае не преднамеренной потери ориентировки (уход с маркировки). Команде следует вернуться на ближайший этап или вернуться на маркировку, в случае невозможности этого двигаться по лыжной трассе в сторону старта соревнований. При этом стоит обратить внимание на безопасное пересечение лыжных трасс. В случае потери ориентировки следует позвонить по телефону сообщенному, на старте.

**Межрайонные соревнования по туризму  
образовательных организаций МРСД № 25, 26, 27, 28  
в рамках 75-го Первенства по туризму образовательных организаций,  
подведомственных Департаменту образования и науки города Москвы**

**ЛЫЖНЫЙ ТУРИЗМ**

15 февраля 2020 г.

г. Москва, Бутовский лесопарк

**УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ**

**«ДИСТАНЦИЯ-ЛЫЖНАЯ-КТМ»**

- Состав команды по виду КТМ – 4 человека. Участники соревнуются в своих возрастных группах. На соревнованиях определяется 2 возрастные группы: группа «В» участники 10-13 лет и группа «Б» участники 14-17 лет. Допускаются к участию команды, с меньшим или большим составом участников (от 3х до 6ти). При большем составе участников МО этапов не увеличивается, при меньшем составе МО выставляется согласно условиям этапов. Руководитель по желанию может сопровождать команду на дистанции, но в прохождении этапов участия не принимает.
- Команда необходимо прибыть на предстартовую проверку за 15 минут до назначенного времени старта.
- Форма одежды участников должна соответствовать погоде. Обязательное наличие головного убора и перчаток (рукавиц).
- Разделение команды запрещается! За разделение – штраф 5 баллов и вплоть до снятия с соревнований (разделением считается либо отсутствие видимости между участниками, либо разрыв между первым и последним участником более 2х минут).
- На протяжении дистанции участники движутся по маркированной трассе. Выход за маркировку запрещается.
- Результат команды определяется по сумме премиальных баллов за вычетом штрафных баллов и штрафов за превышение нормального времени.
- Все этапы имеют максимальную оценку в премиальных баллах (МО).
- Штрафные баллы, полученные командой, вычитаются из премиальных баллов.
- Количество штрафных баллов не может быть больше МО этапа. То есть если команда набрала штрафных баллов больше чем МО этапа, то она получает ноль баллов. Если команда превышает КВ этапа, то она так же получает ноль баллов.
- От этапа к этапу участники передвигаются на лыжах. В случае неуверенного движения на лыжах, допускается снять лыжи и преодолеть пешком опасный

участок, при этом движение разрешено только вне лыжной трассы, вдоль нее. Не допускается остановка, снятие/одевание лыж внизу спусков на лыжной трассе.

- Дистанция подготовлена таким образом, что позволяет двигаться коньковым (свободным) ходом на протяжении всей дистанции. Дистанция подготовлена с использованием профессионального оборудования. Рекомендуется движение на беговых лыжах.
- Этапы, где это необходимо, оборудованы вертикальной зоной хранения лыж, лыжи на этапах не транспортируются, кроме случаев, когда движение по этапу предусмотрено на лыжах.
- В связи с тем, что команда движется по лыжной трассе с установленным направлением движения, по соображениям безопасности участников движение в обратном направлении по дистанции ЗАПРЕЩЕНО. В случае нарушения команда получает снятие с дистанции.

## **Перечень возможных этапов и условия их прохождения.**

### **Старт**

#### **Предстартовая проверка (МО-5 баллов)**

Команда прибывает на старт за 15 минут до времени старта для прохождения предстартовой проверки, получения чипа электронной отметки и зачётно-маршрутной карточки (ЗМК), в которой указана последовательность прохождения этапов. ЗМК предъявляется судьям на этапах для проставления отметки о прохождении. Наличие отметки в ЗМК на этапах участники контролируют самостоятельно. В случае утери ЗМК команда может быть снята с соревнований.

Судья на старте проверяет знания действий команды в случае экстренной ситуации, с данной информацией команде следует ознакомиться до старта на стенде информации. В случае незнания порядка действий при экстренной ситуации, команда получает 5 штрафных баллов.

Перечень проверяемого снаряжения:

1. Часы наручные – 1 шт.,
2. Лыжи и лыжные палки у каждого участника,
3. Английская булавка (для этапа ориентирование),
4. Фломастер или простой карандаш (для этапов, связанных с тестовыми заданиями),
5. Мобильный телефон на случай экстренной связи- 1шт

Без данного снаряжения команда не выпускается на дистанцию.

Номер мобильного телефона капитан команды сообщает судье на старте. Во избежание потери и повреждения телефона в ходе соревнований рекомендуем продумать способ его транспортировки по дистанции. Баланс и зарядка мобильного телефона должен позволять получать и совершать звонки.

Обращаем Ваше внимание, в случае если форма одежды не будет соответствовать погодным условиям, команда может быть не выпущена на дистанцию. (При этом ответственность за подготовку: соответствие одежды погодным условиям, исправности и безопасности снаряжения команды возлагается на руководителя команды)

**Этап «Вязка узла». МО – 20 баллов. КВ = 5 мин.**

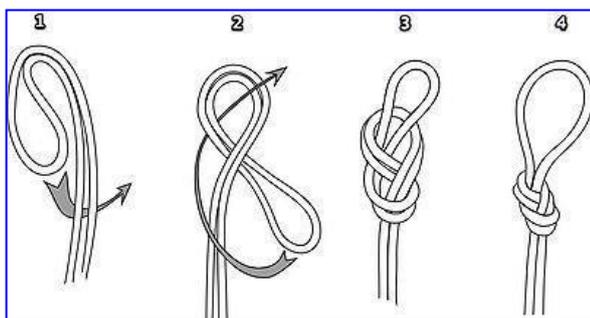
Судья предоставляет команде 4 карточки с узлами. Капитан выбирает карточку с соответствующим узлом.

Задача: Каждый участник вяжет узел индивидуально. Правильно завязанный узел – 5 премиальных балла. Подсказка – 3 штрафных балла.

Команда работает в тишине, любое нарушение тишины трактуется как подсказка. Вербочки 10ммØ судейские на команду.

Перечень возможных узлов: штык, проводник восьмерка, прямой узел (с контрольными), стремя на опоре (контрольный узел обязателен).

Проводник восьмерка

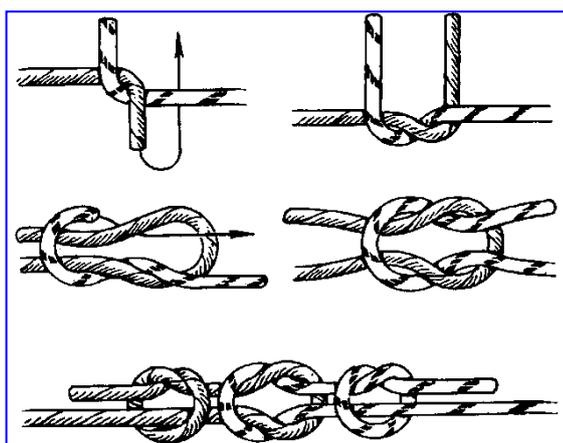


Узел штык

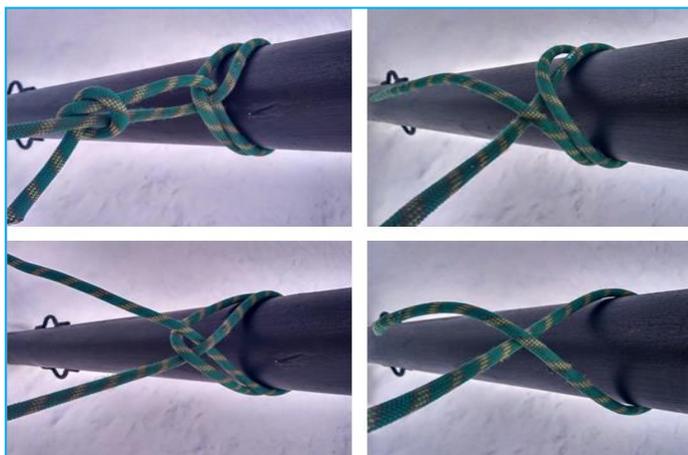


Рис. 6. Узел "простой штык"

Прямой узел



Узел стремя на опоре



**Этап «Бурелом» МО – 10 баллов. КВ этапа – 15 мин.**

Задача участников проявить и грамотно применить командное взаимодействие, тактические навыки, индивидуальную туристскую технику передвижения на лыжах, умение преодолевать локальные препятствия, быстроту и скорость реакции.

Этап "Бурелом"- имитирует преодоление участка леса с буреломом, нависающими ветками и другими локальными препятствиями.

На этапе выполняют задание 4 участников. Этап работает по системе – эстафета. Условия и схему прохождения этапа команда получает на старте КТМ.

**Этап. Переправа по бревну МО – 16 баллов. КВ = 5 мин**

*Перед прохождением этапа участники ставят лыжный инвентарь в зону хранения лыж и забирают их после прохождения этапа. На этапе лыжи не транспортируются.*

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) Переходит на старт этапа по коридору движения;
- 2) осуществляет движение по бревну, двигаясь ногами по бревну и держась руками за перила; судья осуществляют гимнастическую страховку участников;

Премия за каждого успешно прошедшего участника – 4 балла;

Штраф за срыв с перил – 2 балла.

На параллельных веревках допускается нахождение не более одного участника. Все участники проходят по одной и той же нитке этапа.

**Этап «Первая помощь». КВ-10 минут**

*Этап можно проходить, не снимая лыж.*

Первая помощь. МО – 10 баллов

Участники получают 1 карточку с письменными заданиями и тестами по оказанию первой помощи пострадавшему и действиями участников в сложной (экстремальной) ситуации. Кол-во вопросов в тесте - 10.

За каждый правильный ответ – 1 премиальный балл.

Подсказка со стороны – 3 штрафных балла за каждый случай. Тест проходит в тишине, любое нарушение тишины трактуется, как подсказка. Руководители во время теста располагаются в оборудованной смотровой зоне этапа. Пишущие принадлежности для выполнения задания команда использует свои.

**Этап Измерение расстояний. МО - 10 баллов. КВ – 5 минут**

*Этап разрешено проходить, не снимая лыж.*

Команда выполняет 2 задания по измерению:

- расстояния до недоступного объекта и расстояния до доступного объекта

Задание выполняется в виде теста, команда вносит результаты своих измерений в судейскую карточку. Правильный ответ – 5 баллов за каждое из измерений.

Запрещено использование измерительных устройств, в том числе электронных.

<b>Этап Подъем лесенкой. МО – 16 баллов. КВ – 15 минут.</b>	
<p><b>Этап проходится на лыжах.</b>  Этап оборудован на склоне крутизной до 25 градусов.  Длина этапа до 12м.</p> <p>Коридор, начало и конец этапа ограничены маркировкой.  Задача: на данном этапе каждому участнику необходимо подняться по склону «лесенкой» (приставным шагом).  При подъёме участники должны соблюдать дистанцию между собой.</p> <p>Действия: движение участников осуществляется на лыжах. Лыжи ставятся перпендикулярно линии падения воды и участник движется приставными шагами по склону. При этом участник должен опираться на палки, одна из которых должна располагаться выше по склону. Неправильным выполнением технического приема считается падение при выполнении приема, нарушение техники безопасности. Падением считается касание рельефа любой частью тела или снаряжения, кроме лыж и лыжных палок.</p> <p>Нахождение одного участника над(под) другим судится (в режиме «стоп-ошибка»).</p> <p>Премия за каждого успешно прошедшего участника – 4 балла;  Штрафы: падение на склон – 2 балла;</p>	

<b>Этап Спуск с торможением в заданной зоне. МО – 16 баллов. КВ – 15 минут.</b>	
<p><b>Этап проходится на лыжах.</b>  Этап оборудован на склоне крутизной до 20° градусов. Длина этапа до 25 метров  Коридор этапа, начало и конец ограничены маркировкой.  Спуск, условно, разделён на 2 участка: зауженный стартовый створ с прорезанной лыжнёй и свободный спуск.  Задача: Каждому участнику необходимо осуществить спуск по склону, в конце спуска необходимо остановиться внутри размеченной зоны 3х3 метра.  Премия за каждого успешно прошедшего участника – 4 балла;  Штрафы: падение на склон – 2 балла;</p>	

<b>Этап «Топография». МО - 10 баллов. КВ – 10 минут</b>	
<p><b>Этап разрешено проходить, не снимая лыж.</b>  Команда получает задание в виде тестов или 10 картинок (условных обозначений), которые нужно подписать, правильно охарактеризовать значение условного знака или указать название и тип условного знака. За каждый правильный ответ – 1 премиальный балл.  Этап проходится в виде теста, команде следует выбрать правильный ответ из предложенных вариантов.</p>	

**Этап Измерение расстояний. МО - 10 баллов. КВ – 5 минут**

*Этап разрешено проходить, не снимая лыж.*

Команда выполняет 2 задания по измерению:

- расстояния до недоступного объекта и расстояния до доступного объекта

Задание выполняется в виде теста, команда вносит результаты своих измерений в судейскую карточку. Правильный ответ – 5 баллов за каждое из измерений.

Запрещено использование измерительных устройств, в том числе электронных.

**Этап. Спуск спортивным способом МО – 16 баллов. КВ = 5 мин.**

*Перед прохождением этапа участники ставят лыжный инвентарь в зону хранения лыж и забирают их после прохождения этапа. На этапе лыжи не транспортируются.*

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) Переходит на старт этапа по коридору движения;
- 2) Участник движется влоборота таким образом, чтобы плечи были параллельны веревке. Перильная веревка должна проходить за спиной и для увеличения трения обёрнута вокруг руки, которая находится выше по склону. Рукой, находящейся ниже по склону, участник расправляет веревку перед собой.

Штраф за срыв с перил – 2 балла.

Премия за каждого успешно прошедшего участника – 4 балла;

На спуске допускается нахождение не более одного участника. Все участники проходят этап по одному коридору.



**Этап. Подъём спортивным способом. МО - 16 баллов. КВ = 5 мин**

*Перед прохождением этапа участники ставят лыжи в зону хранения лыж и забирают их после прохождения этапа. На этапе лыжи не транспортируются.*

Участник проходит этап в следующем порядке:

- 1) Переходит на старт этапа по коридору движения;
- 2) Участник движется вверх по склону, держась за веревку, и поочередно перехватывая ее правой и левой рукой.

Штраф за срыв с перил – 2 балла.

Премия за каждого успешно прошедшего участника – 4 балла;

На параллельных веревках допускается нахождение не более одного участника. Все участники проходят по одной и той же нитке этапа.



**Этап «Скоростной участок». МО – 10 баллов.**

***Этап проходится на лыжах.***

Задача команды максимально быстро преодолеть участок протяженностью до 500м, с перепадом высоты до 50м. Маршрут движения команды отмечен маркировкой (флажками). В связи с тем, что дистанция расположена на лыжной трассе с установленным направлением движения, по соображениям безопасности участников движение в обратном направлении (встречное движение) по дистанции ЗАПРЕЩЕНО. В случае нарушения команда получает снятие с этапа.

Критерии оценки:

0-3мин – 10 премиальных баллов; 4-6мин – 8 премиальных баллов;

7-10мин – 6 премиальных баллов; 11-12 – 4 премиальных баллов;

13-20мин – 2 премиальных балл; более 20 минут – 0 премиальных баллов.

**ФИНИШ**