

## ПАМ'ЯТКА КЛАСНОМУ КЕРІВНИКУ

- 1 . Вибрати в класі на час проведення зльоту капітана класу.
- 2 . Визначити склад команд для участі в змаганнях, конкурсах. Призначити відповідальних за кожне змагання. Ознайомити учасників з Положенням про змагання.
- 3 . Учасникам зльоту мати при собі дошову накидку, змінні шкарпетки та взуття, бутерброди, чай та воду.
- 4 . Кожному учаснику мати пластмасові пляшки з питною водою в достатній кількості.
- 5 . При проведенні інструктажу з безпеки життєдіяльності розповісти учням про:
  - порядок проходження групи лісом,
  - правила поведінки в транспорті, - правила дорожнього руху, - правила поведінки поблизу водоймищ, вогнищ. Зробити відповідний запис у класному журналі.
- 6 . Проконтролювати, що учні попередили батьків про час повернення зі зльоту та умови проведення.
- 7 . Простежити, щоб після зльоту учні прибрали місце стоянки.
- 8 . Туристичний бівак класи розташовують за вказівкою спеціаліста з охорони праці **Боженка Віктора Порфировича**.
- 9 . Для участі в конкурсах потрібно мати:
  - А) для конкурсу кашоварів: казанок, продукти, воду, рогатини, саперну лопатку, сокирку;
  - Б) для орієнтування: компас, планшет, лінійку;

### Правила поведінки на зльоті Дотримання

**правил - перша і головна вимога до учасника.**

**Кожен учасник ЗОБОВ'ЯЗАНИЙ виконувати наступні правила:**

1. Загальні правила.

- 1 . 1 . Точно і негайно виконувати всі розпорядження керівника.
- 1 . 2 . Перед виходом на змагання, конкурс перевірити справність туристичного спорядження, виходити на змагання в тій формі і з тим спорядженням, яке зазначено Положення і Програми турзльоту, розкладу змагань.
- 1 . 3 . Кожен учасник турзльоту зобов'язаний дотримуватися Положенні і Програмі зльоту розпорядку дня.
- 1 . 4 . Бути коректним у спілкуванні з організаторами, викладачами та іншими учасниками заходу.
- 1 . 5 . Забороняється:
  - палити;
  - вживати алкогольні напої та слабоалкогольні напої;
  - рубати живі дерева;

- запалювати вогонь, використовуючі сірники;
- залишати без нагляду багаття; місця біваку класу
- використовувати штучні джерела звуку;
- пити сиру воду з водоймищ;
- підходити до генератора, користуватися електрикою без дозволу керівника.
- ігри, пов'язані з киданням ножів, сокир, кілочків.

1.6. **Перед від'їздом з території зльоту група зобов'язана здати місце біваку організаторам заходу.**

1.7. Правила поведінки на дорозі:

- Вздовж дороги рухатись колоною;
- Йти по лівій стороні дороги назустріч транспорту;
- При переході дороги бути гранично уважним, шосе переходити колоною;
- Під час руху знаходитися в складі групи (класу). 1 . 8 . Сокири, пили та інші колочі та ріжучі предмети упаковувати в чохла і рюкзаки. На біваці треба відвести спеціальне місце для пиляння та рубання дров.

1 . 9 . Біля вогнища чергові повинні мати рукавиці та одяг, що закриває тіло від вогню та іскор.

1 . 10 . Миючі засоби, а також їжу викидати в спеціально вириті для цих цілей ями.

## **ПОЛОЖЕННЯ ПРО XXXIV ТУРИСТИЧНИЙ ЗЛІТ - 2018 р.**

### **ПНЛ №145 «Моя країна-Україна»**

Метою зльоту є:

- виховання почуття національної гідності;
- створення умов для повноцінного спілкування, можливості встановлення соціальних контактів, інтеграції в різновіковий загальношкільний колектив;
- формування здорового способу життя;
- популяризація туристично-спортивних видів спорту; навчання і вдосконалення туристичної техніки учасників зльоту;
- перевірка і підвищення рівня фізичної, технічної і моральної підготовки ліцеїстів; • визначення найсильніших команд і учасників.

### **1. Загальні положення**

2.1. Час і місце проведення шкільного тур зльоту: **15 (22) вересня 2018р.**, урочище Куричів.

2.2. Час збору учасників зльоту біля метро «Лісова» о 7:30.

2.3. Учасники разом з класними керівниками від'їжджають з місця проведення тур зльоту з 17:00 до 18:00.

2.4. До участі у турзльоті допускаються команди учнів 8-11 класів, які пройшли медогляд та інструктаж з охорони праці, техніки безпеки життєдіяльності, та команди батьків.

2.5. Команди можуть прийти на зліт в однаковій спортивній формі, мати з собою необхідне спорядження для організації туристичного біваку в польових умовах і самостійного приготування їжі. На формі всіх учасників команди повинні бути емблеми або бейджики, які вказують на приналежність до певного класу.

2.6. Протягом зльоту команди класів беруть участь у розважально-спортивно-туристичних змаганнях, конкурсах відповідно до Програми зльоту (додаток 1-7). Усі змагання (окрім змагань з перетягування

канату) проводяться у 2-х вікових категоріях: 8-9 та 10-11 класи. Результати змагань батьків додаються до результату класу.

2.7. Заявки на участь у туристичному зльоті надаються головному судді змагань Басову Д.С. за тиждень до початку змагань.

2.7. Відповідальність за участь команд класів у конкурсах та змаганнях несуть фізорги та класні керівники.

### **3. Програма зльоту**

#### **3.1. СТМ (спортивно-туристський маршрут) Старший суддя:**

*Атаманенко О.П.*

*Суддя Матвеева О.*

*Секретар: Хольвінська Л.М.*

*Судді на дистанції: Ільїнський А.А., Виннишин Я.Ф., Кушнір Ю.А., 6 випускників.* Беруть участь команди учнів 8-11 класів у складі 7 осіб (6 учнів + 1 з батьків) з кожного класу.

#### **3.2. Змагання з техніки бівуачних робіт (встановлення намету). Старший**

*суддя: Харабержуш А.М.; Секретар: Камаралі С.Є.*

*Судді: Боженко В.П., Розенвайн О.Г., Гуменюк Я.О., учень – член оргкомітету* Беруть участь команди 8-11 класів у складі 4 осіб.

#### **3.3. Особиста першість зі спортивного орієнтування**

Беруть участь команди 8-11 класів у складі 2 осіб. Кількість команд необмежена.

*Старший суддя: Бохонова Т.Ю.*

*Судді: Мірзоева Л.І., Цимбаленко Н., учні - члени оргкомітету.*

#### **3.4. Естафета для батьків**

*Старший суддя: Левтік М.М.*

Беруть участь команди батьків 8-11 класів у складі 8 осіб (6+2).

#### **3.5. Спортивно-туристична естафета Старший суддя:**

*Ржанська Т.М.*

*Секретар: Троцько Г.А.. Судді на дистанції: Борисюк В.І., Кирилюк М.Є.,*

*учень – член оргкомітету.*

Беруть участь команди 8-11 класів у складі 8 осіб з кожного класу (6 хлопців+2 дівчини).

#### **3.6. Перетягування канату Старший**

*суддя: Антощенко В.В.*

*Секретар: учень-член оргкомітету*

*Судді: Савченко І.О., Колодка Р. С., Розколупа М.І.*

Беруть участь команди 8-11 класів у складі 10 осіб з кожного класу.

#### **3.7. Біатлон «Школа виживання» Старший суддя:**

*Лятамбур К.М.*

*Секретар: Ольховська І.П.*

*Судді на дистанції: Мороз М.І, Зінчук В.М., Давидов О.О., Сидоренко І.В., Щур Ю.І., учні - члени оргкомітету, 4 випускника.*

Беруть участь команди 8-11 класів у складі 15 осіб з кожного класу.

#### **3.8. Конкурс кашоварів «Кухня Закарпаття» Старший**

*суддя: Заболотня О.Ф.*

*Секретар: Ястребцова Н.І.*

*Судді: Беляєва Т.П., учень – член оргкомітету.*

Беруть участь команди 8-11 класів у складі 3 осіб з кожного класу. Час проведення – 2 години.

#### **3.9. Конкурс плакатів «Моя країна - Україна» Старший**

*суддя: Вербицька Л.С.*

*Секретар: Лук'янчикова Т.В.*

*Судді: Танцюра О.В., Іванькович Л.Я., учень - член оргкомітету* Готові плакати класи здають по прибутті на зліт.

### **3.10. Конкурс «Візитка класу «Моя країна - Україна»**

*Старший суддя: Танцюра О.В., Секретар: Вербицька Л.С.*

*Судді: Заболотня О.Ф., Бохонова Т.Ю., Тальна В.А., учень - член оргкомітету*

Беруть участь команди 8-11 класів. Час виступу – 4 хвилини. Час проведення конкурсу – 1 година. **3.11.**

### **Під час проведення турзльоту оргкомітет оцінює стан бівуаку.**

*(Боженок В.П., Бистров В.В., Сагайдак Т.В., Терентьєва Ю.Г. учні – члени оргкомітету)*

*При оцінці береться до уваги наступне:* постановка табору; емблема класу; чистота табору; організація побуту; гігієна зберігання харчових продуктів; вогнище; стан зберігання особистих речей та посуду; наявність

миючих та дезінфікуючих засобів;

яма для харчових відходів, наявність поліетиленових технічних мішків для твердого сміття; дотримання при розбивці бівуаку правил пожежної безпеки, охорони природи і санітарних вимог.

Бівуак оцінює комісія у складі представників оргкомітету протягом усього туристичного зльоту. Примітка: команді необхідно мати ємність для питної води, медичну аптечку, вогнегасник.

## **4. Керівництво підготовкою і проведенням**

4.1. Організатором традиційного туристичного зльоту ліцею є адміністрація КППЛ №145, кафедра фізичної культури ліцею.

4.2. Проведення змагань здійснює суддівська колегія у складі Головного судді Басова Д.С., старшого судді на дистанції, секретаря та суддів на етапах.

4.3. Інформаційне забезпечення здійснює секретаріат оргкомітету у складі: голова секретаріату Федорів Л.А., члени секретаріату Лук'янчикова Т.В., Вербицька Л.С., учні – члени шкільного прес-центру.

### **4.4 Для проведення зльоту створюється оргкомітет:**

Левтік М.М. - голова оргкомітету

Боженок В.П.

Басов Д.С. - заступник голови оргкомітету, голова Бистров В.В. суддівської колегії Гудзь О.Я.

Хараберюш А.М. – заст. голови оргкомітету Голова БК Данилова Л.О. Федорів Л.А. – голова секретаріату **Учні**

## **5. Фінансування**

5.1. Фінансування туристичного зльоту відбувається за рахунок залучених коштів згідно чинному законодавству України

5.2. За рахунок залучених коштів здійснюється: нагородження переможців; харчування суддів в день змагань; робота медичного персоналу; канцелярські витрати; оренда інвентарю та обладнання.

## **6. Визначення результатів**

6.1. Переможці визначаються серед 8-9, 10-11 класів за найменшою сумою місць за окремі змагання. У випадку однакової суми місць, перевага надається команді, яка має кращий результат у видах «СТМ», естафета «Школа виживання», «Техніка бівуачних робіт», спортивно-туристична естафета, прибирання місця бівуаку.

6.2. Команди, які не взяли участь в одному із видів програми, отримують останнє місце мінус 10 штрафних балів від загальної суми балів за всі види змагань, конкурсів.

6.3. В змаганнях з перетягування канату визначається тільки найсильніша команда серед 8 і 9 класів та серед 10 і 11 класів (за згодою команд-переможців на паралелі). Команди отримують почесне звання, але бали в підсумковий протокол не додаються.

6.4. Керівники команд несуть особисту відповідальність за дотримання членами команди правил поведінки та безпеки під час проведення турзльоту. За порушення встановлених правил, а також спортивної дисципліни команда за рішенням оргкомітету може бути дискваліфікована.

## **Визначення результатів для 10-11 класів**

Види змагань	Біатлон «Школа виживання»  СТМ	Змагання з перетягування канату	1. Спортивно-туристична естафета 2. Конкурс кашоварів 3. Конкурс «Візитка класу»	Конкурс плакатів	Змагання з техніки бівуачних робіт Змагання для батьків	Особиста першість зі спортивного орієнтування
1 місце	60 балів	40 балів	48 балів	30 балів	42 балів	4 бали
2 місце	50 балів	30 балів	40 балів	25 балів	35 балів	3 бали
3 місце	40 балів	20 балів	32 бали	20 балів	28 балів	2 бали
4 місце	30 балів		24 бали	15 балів	21 бал	За участь – 1 бал (за участь кожної окремої команди)
5 місце	20 балів		16 балів	10 балів	14 балів	
6 місце	10 балів		8 балів	5 балів	7 балів	

### Визначення результатів для 8-9 класів

Види змагань	Біатлон «Школа виживання»  СТМ	Змагання з перетягування канату(9кл)	1. Спортивно-туристична естафета 2. Конкурс кашоварів 3. Конкурс «Візитка класу» 4. Змагання з перетягування канату(8кл)	Конкурс плакатів	Змагання з техніки бівуачних робіт Змагання для батьків	Особиста першість зі спортивного орієнтування
1 місце	70 балів	50 балів	40 балів	56 балів	35 балів	4 бали
2 місце	60 балів	40 балів	30 балів	48 балів	30 балів	3 бали
3 місце	50 балів	30 балів	20 балів	40 балів	25 балів	2 бали
4 місце	40 балів	20 балів		32 бали	20 балів	За участь – 1 бал (за участь кожної окремої команди)
5 місце	30 балів			24 бали	15 балів	
6 місце	20 балів			16 балів	10 балів	
7 місце	10 балів			8 балів	5 балів	

### 7. Нагородження.

Команди-переможці та призери в змаганнях та загальному заліку нагороджуються дипломами та цінними подарунками:

Команда-переможець, яка посіла 1 місце за результатами всіх змагань і конкурсів, нагороджується дипломом, цінним подарунком та перехідним кубком.

Команди, які посіли перші місця в окремих видах змагань та конкурсів нагороджуються дипломами цінними подарунками.

Команди, які посіли 2 і 3 місце в змаганнях, конкурсах, нагороджуються дипломами та заохочувальними призами.

За підсумками змагань з перетягування канату нагороджуються команди, які посіли 1 місце окремо серед 8, серед 9, 10 та 11 класів та команди, які отримали почесне звання «Найсильніша команда ліцею»

## ПРОГРАМА ШКІЛЬНОГО ТУРЗЛЬОТУ

**07:30 – 08:00**

Збір біля метро.

**08:00 – 08:30**

Переїзд до місця проведення турзльоту.

**08:30 – 09:30**

Розбиття табору на місці проведення турзльоту. (Відп. **Боженок В.П.**)

<b>09:30 – 10:00</b>	Загальне шикування. Відкриття зльоту.
<b>10:00 – 13:00</b>	<b>Змагання за програмою турзльоту (за графіком)</b>
<b>10:00 – 13:00</b>	<b>Особиста першість зі спортивного орієнтування</b>
<b>10:00</b>	<b>Конкурс плакатів</b>
<b>10:30 – 12:30</b>	<b>Конкурс кашоварів</b>
<b>10:00 – 13:00</b>	Комісія у складі представників оргкомітету оцінює бівак класу протягом усього туристичного зльоту
<b>12:40 – 13:00</b>	<b>Змагання з перетягування канату між переможцями серед 8 і 9 класів та серед 10 і 11 класів на визначення звання «Найсильніша команда ліцею».</b>
	(за згодою команд-переможців на паралелі).
<b>13:00 – 14:00</b>	<b>Конкурс «Візитка класу».</b>
<b>14:00 – 14:30</b>	Засідання оргкомітету турзльоту. Підведення підсумків.
<b>14:00 – 15:30</b>	Обід.
<b>15:30 – 16:00</b>	Оголошення підсумків зльоту. Нагородження.
<b>16:30</b>	Перевірка якості прибирання місць розташування класів. (Боженок В.П., Хараберюш А.М., Бистров В.В., Кушнір Ю.А., Басов Д.С., Лятамбур К.М., Федорів Л.А., Заболотня О.Ф., члени батьківського комітету)
<b>17:00</b>	Від'їзд команд

<i>Час проведення</i>	<i>Спортивно-туристична естафета 6+2 учасн.  Техніка бівачних робіт - 4 учасн.</i>	<i>Перетягування канату - 10 учасн.  СТМ - 6 учнів + 1 з батьків</i>	<i>Біатлон «Школа виживання» 15 учасн.</i>	<i>Естафета для батьків 6+2 батьків</i>	<i>Конкурс кашоварів. 3 учасн.</i>	<i>Особиста першість зі спортивного орієнтування</i>
<b>10.00-11.00</b>	<b>8, 10 класи</b>	<b>11 класи</b>	<b>9 класи</b>	батьки 8,10-х класів	8 – 11 класи	8 – 11 класи
<b>11.00–12.00</b>	<b>9</b>	<b>8, 10</b>	<b>11</b>	батьки 9х класів		
<b>12.00–13.00</b>	<b>11</b>	<b>9</b>	<b>8,10</b>	батьки 11-х класів		

### Умови змагань

### Додаток 1

#### Спортивно-туристичний маршрут (СТМ)

**Склад команди** - 7 учасників, в склад якої входить не менше двох дівчат та один з батьків. При відсутності батьків команда втрачає 5 балів. Підсумки змагань підводяться для 8-9, 10-11 класів. На змагання допускаються учасники у спортивному одязі, що закриває лікті та коліна.

Команда на старті отримує маршрутний лист з переліком та черговістю етапів і долає їх на швидкість.

Команді зараховується час, що був витрачений лише на етапі. Результат визначається за сумою часу проходження всіх етапів дистанції. Переможець визначається за найменшим результатом. **Перелік**

**можливих етапів:**

- «Метелик»
- «Ліани»

- Горизонтальний «мятник»
- Вузли (прямий, серединний провідник, схоплюючий, вісімка, зустрічний, грепвайн).
- Встановлення тенту
- Відновлення пошкодженої карти

## Додаток 2

### Візитка класу «Моя країна - Україна»

В конкурсі беруть участь учні 8 – 9, 10 - 11 класів. Презентаційний виступ проводиться за темою «**Моя – країна - Україна**». Пропонується коротко і якомога яскравіше представити свій клас, використовуючи при цьому музичні, літературні, художні, поетичні риси та образи, що відповідають темі конкурсу. Обов'язкова умова виступу - музикальність. Кількість учасників не обмежена. Форма виконання - вільна.

Конкурс оцінюється за такими критеріями:

- Розкриття теми, зміст; відповідність заданій темі
- Музичний супровід, виконання;
- Акторська майстерність, оригінальність;
- Постановочна робота;
- Загальна організація команди;
- Етичність виступу;
- Масовість, гумор;
- Загальне враження від команди.

Тривалість виступу (3-4 хвилини), за кожну зайву хвилину додається один штрафний бал.

Конкурс оцінюється за 12-бальною системою.

## Додаток 3

### Конкурс кашоварів «Кухня Закарпаття» Кухарі,

**пам'ятайте, правильне харчування - запорука здоров'я туриста.**

У конкурсі кашоварів ми ставимо за мету навчитися швидко та якісно готувати їжу у поході, а також розводити та підтримувати вогнище. Конкурс проводиться в строго відведеному суддями місці з 10.30 до 12.30. До 10.00 до суддівського комітету подаються заявки на участь у конкурсі, у яких потрібно вказати учасників та назву страви. Всі учасники готують *другу страву, що характерна для Закарпатського регіону.*

*Під час конкурсу можна використати лише продукти, перелік яких запропонований оргкомітетом:*

*Кисломолочні продукти: вершки, сметана, бринза, твердий сир;*

*Овочі: цибуля, часник, картопля, томати, солодкий перець, капуста свіжа та квашена, зелена квасоля;*

*М'ясні продукти: свинина, яловичина, сало, бекон, шкварки, смалець; Яйце; олія; гриби; хліб;*

*Кукурудзяна крупа та борошно; Прянощі, зелень, червона паприка.*

Їжу треба приготувати на багатті. Страва готуються із сирих продуктів, домашні заготовки не допускаються. О 12:30 кожна команда рекламує свою страву (форма реклами довільна) та продає її учасникам турзльоту. Зібрані кошти будуть передані у військовий госпіталь.

Кількість учасників конкурсу обмежується 3-ма кухарями. Оцінюється не тільки якість приготування, а й влаштування місця для багаття, час приготування.

**Допомога батьків та вчителів не дозволяється.** Конкурс оцінюється за 12-бальною системою. Підсумки змагань підводяться для 8-9, 10-11 класів.

## Конкурс плакатів «Моя країна - Україна»

Ми завжди гадаємо, що усі грандіозні справи нам ніколи не будуть до снаги, адже людина за своєю суттю не дуже сильна. Однак, коли ця людина починає змінювати світ навколо себе з маленьких справ, виявляється, що їй підвладне все! Так само й нове покоління нашої держави. Об'єднавши гуртом усі наші зусилля, ми зможемо побудувати вільну, сильну та незалежну державу!

Учасникам конкурсу треба створити СОЦІАЛЬНИЙ АГІТАЦІЙНИЙ плакат. Це плакат, який пропагує ціннісні орієнтири, необхідні для життєдіяльності та життєтворчості в сучасному співтоваристві, в якому торкаються суспільних проблем і актуальних тем, що хвилюють багатьох людей; направлений на розвиток почуття відповідальності за спільне майбутнє.

Підсумки змагань підводяться для 8-9, 10-11 класів

### Вимоги до учасників

1. Кожен клас готує один плакат.
2. Відомості про авторів вказувати внизу праворуч.
3. Плакат повинен сприйматися на великій відстані, привертати увагу, сенс зображеного повинен відразу кидатися в очі.
4. Техніка виконання – малюнок фарбами.
5. Плакат виконується на аркушах креслярського паперу формату А1.
6. Слоган плакату повинен бути коротким і відповідати змісту плаката.

7. Кількість кольорів на плакаті не повинно перевищувати шести, включаючи чорний. **Конкурс оцінюється за такими критеріями:**

- Актуальність, заклик до дії;
  - Художній рівень, майстерність та виразність виконання;
  - Оригінальний підхід до тематики (забороняється копіювання, запозичення, тощо); - рівень володіння технікою виконання
  - Яскравість оформлення;
  - Сучасне дизайнерське рішення;
  - Ясність, сміливість і новаторство ідеї;
  - Вдало вибране СПІВВІДНОШЕННЯ ЗОБРАЖЕННЯ І ТЕКСТУ
- Конкурс оцінюється за 12бальною системою.

Додаток 5

### Змагання з перетягування канату

Змагання з перетягування канату проводиться окремо серед команд кожної паралелі. Склад команди – 10 учнів. Пари команд, що змагаються, визначаються жеребкуванням. Перевищення складу команди під час змагань, запізнення на змагання на термін більше 10 хв., участь у змаганнях сторонніх осіб (батьків, вчителів, випускників, учнів інших класів, тощо) є підставою для дискваліфікації команди.

Змагання з перетягування канату між переможцями серед 8 і 9 класів та серед 10 і 11 класів на визначення звання «Найсильніша команда ліцею» проводяться після завершення всіх змагань за програмою турзльоту за згодою команд-переможців на паралелі. Команди отримують почесне звання, але бали в підсумковий протокол не додаються.

За підсумками змагань з перетягування канату нагороджуються команди, які посіли 1 місце окремо серед 8, серед 9, 10 та 11 класів та команди, які отримали почесне звання «Найсильніша команда ліцею».



## Біатлон «Школа виживання»

**Командні змагання.** Беруть участь команди 8-11 класів. Склад команди – 15 осіб. На старт допускаються команди, учасники якої пройшли теоретичну і практичну підготовку на школі туризму.

**Хід змагань:** Команди стартують з інтервалом 10 хв. у порядку, визначеному жеребом. Пересуваючись дистанцією (згідно маршруту), команди виходять на рубежі – місця виконання завдань. Визначено 5 спеціалізованих рубежів, на яких виконуються завдання з фізики, хімії, біології, ОБЖ, математики:

- **Що їсти, коли їсти нічого, або Як в аварійній ситуації забезпечити себе продуктами харчування...**(Давидов О.О.)
- **«Де закінчується вода – там закінчується життя» (обеззаражування води, пошук і використання джерел води.)...** (Зінчук В.М.)
- **Будинок з нічого, або Як потерпілим захиститися від несприятливих кліматичних впливів...** (Щур Ю.І.)
- **«Що робити, коли не можна подзвонити по «103»...** (Мороз М.І.)
- **«Як математика у незвичайних ситуаціях вижити допомагає ...» (Сидоренко І.В.)** Команда повинна прибути на рубіж у повному складі, після чого 3 представники команди, заявлених для участі в змаганні на даному рубежі, отримують завдання і виконують його. Завдання на різних рубежах виконують різні представники команди. Якщо який-небудь представник команди виконуватиме завдання більш ніж на одному рубежі, команда дискваліфікується. Виконане завдання перевіряється суддею на рубежі невідкладно.

На кожному рубежі завдання складається з 3 питань (2 теоретичних, одне – практичне). За неповне, або невірне виконання завдання команді присуджуються штрафні бали: один штрафний бал за 1 помилку; два штрафних бали за 2 помилки; чотири штрафних бали за 3 помилки.

На рубежах передбачено штрафне випробування: «мишоловка», «болото», «лабіринт», проходження колоди, біг та ін.

За один отриманий штрафний бал команда долає штрафне випробування і отримує 1 хвилину штрафного часу, за кожний наступний штрафний бал до штрафного випробування додатково нараховується штрафний час, що дорівнює відповідно 2 та 4 хвилинам. Штрафні випробування долають всі члени команди.

Час проходження дистанції командою визначається по останньому представникові команди, який прибув на фініш.

Переможці серед команд, що беруть участь, визначаються за найменшим часом проходження дистанції з врахуванням штрафного часу.

## Додаток 8

### Змагання з техніки білуачних робіт: встановлення намету Порядок установки наметів, встановлення двошарового намету.

Розстелите внутрішню частину намету дном вниз. Визначте, з якого боку буде розташований вхід в намет. У наметі з двома входами основний вхід завжди трохи більше додаткового. Зберіть дуги. Майже усі намети кріпляться до двох основних дуг, які встановлюються навхрест. Кінці дуг фіксуються у спеціальних отворах в основі намету (самих ближніх до тканини). Потім намет треба зафіксувати кілочками. Вони вставляються в отвори біля основи. Наступний на черзі – тент. Розгорніть його, щоб визначити, де у нього знаходиться вхід, а потім накиньте тент на намет, поєднавши його вхід з входом намету. Закріпіть тент клямками, що знаходяться по кутах намету. Якщо тент ви встановили правильно, то клямка на тенті і замок біля основи намету

співпадуть. Потім встановлюється тамбур. Розтяжки необхідно зафіксувати кілочками, щоб тамбур прийняв правильне положення. Усі кілочки бажане встромляти під кутом 45 градусів. По краю тенту зроблені петлі. За їх допомогою треба розтягнути тент і зафіксувати його кілочками.

## Додаток 9

### Розбивка бівуаку

Проводиться оцінка побуту, чистоти, доцільності розміщення, дотримання санітарногігієнічних норм, стан спорядження, особистих речей, посуду тощо. Підсумки по виду підбиваються за сумою набраних балів.

При оцінці береться до уваги наступне:

Наявність особистого і групового туристичного спорядження, стан їх зберігання, організація побуту, намети або тенти від дощу на всіх учасників, емблема класу, дотримання при розбивці бівуаку правил пожежної безпеки, охорони природи і санітарних вимог, наявність медичної аптечки, вогнегасника і т.ін.) – до 10 балів; .

Виконання вимог по бівуаку і кухні (за результатами 1 – 2-х перевірок): - намет для зберігання продуктів, гігієна зберігання харчових продуктів; вогнище, стан зберігання посуду; наявність ємності для питної води, миючих та дезінфікуючих засобів, ями для харчових відходів, поліетиленових технічних мішків для твердого сміття і т.ін. – до 20 балів. Прибирання території, прилеглої до бівуаку – до 10 балів

## Додаток 10

### Естафета для батьків.

1. Фішки. Кожен учасник несе фішку на інший кінець поля та складає піраміду.
2. Передавання м'яча над головою.
3. Пронести тенісний м'ячик на ракетці.
4. Пробігти зі скакалкою.
5. Провести м'яч між фішками.
6. Провести м'яч хокейною ключкою.
7. Кинути м'яч та присісти, щоб кинув м'яч наступний учасник естафети.
8. Змагання зі стрибків у довжину.
9. Біг із зв'язаними ногами.
10. Кожен учасник переносить відразу 3 м'яча у вільний обруч. Місця для обруча вказані фішками.
11. Естафета комбінована. Порядок номерів: 5, 6, 3, 4, 9.
12. Ведення м'яча між ніг.
13. Біг у мішках.

## Додаток 11

### Особиста першість зі спортивного орієнтування

Склад команди 2 учні. Кількість команд від класу не обмежена. Команди реєструються по прибуттю на старт. На старті двійка отримує мапу з нанесеними на ній контрольними пунктами (старт, КП №1, КП №2, КП №3, фініш) та картку для відмітки КП. Стартують двійки через 5 хвилин. Орієнтуючись по мапі, учасники знаходять означені КП і ставлять відмітку у картці компостером. На фініші треба здати мапу та картку, в який відмічені усі КП. Тільки після цього буде вимкнено секундомір. На проходження маршруту (3 контрольних пункти) встановлюється оптимальний час – 15 хв. та контрольний час - 25 хв. За перевищення оптимального часу

команда отримує 2 хвилини штрафу за кожну хвилину перевищення. За перевищення контрольного часу команда знімається зі змагань та посідає місце після команд, що вклались в контрольний час дистанції.

Команда, що не знайшла КП, отримує 10 штрафних хвилин. Найвище місце посідає команда, яка знайшла задану кількість КП та показала кращий час.

**Додаток 12**

**Спортивно-туристична естафета**

*Умови надані вчителем фізичної культури, старшим суддею Ржанскою Т.М. учасникам змагання під час уроків.*