

Туристический слет



Выполнила:
Гурина Юлия



Школьный туристический слет

Основная цель:

- пропаганда школьного туризма, краеведения и ЗОЖ.

Задачи:

- пропаганда здорового образа жизни
- повышение физической подготовки учащихся
- привлечение учащихся к физической культуре и спорту, к организации и участию в спортивно-массовой работе
- развитие активной жизненной позиции
- воспитание культурного человека, знающего историю своей и географию своего края
- Привлечение учащихся к охране природы.

Время, место, участники и условия проведения.

Слёт проводится 15 сентября 2020 года.

Место проведения турслета – г.Севастополь, Ушакова Балка.

Общее время для сбора команд на месте проведения турслета: 8:30 – 8:45.

Возрастная категория участников - 11-12 лет .

В слёте принимают участие учащиеся 4-5 классов. Состав команды для участия в спортивной программе не менее 12 человек(6 мальчиков и 6 девочек). В конкурсной программе участие должны принять все участники команды.

Организация

Школьный туристический слёт проводится под руководством Севастопольского центра туризма, краеведения, спорта и экскурсий учащейся молодежи и в соответствии с составленным планом на 2020-2021 учебный год. Общее руководство проведением туристического слета возлагается на СЦТКСЭ.

Непосредственное проведение соревнований и присутствие мед.контроля возлагается на организаторов соревнований:

- директор
- зам.директра(по направлениям, требуемым на турслете).
- инструктора

Программа турслета

- **День 1**

Сбор – 8:45

Открытие – 9:15

Регистрация и проверка команд - 10:15 – 11:30

Обед – 11:40

Прохождение полосы препятствий, эстафеты, обустройство бивуака – 13:30

Подведение итогов пройденного дня, планерка второго дня турслета - 17:00

Ужин - 18:00

Общий сбор у костра, визитка - 19:30

Гигиенические процедуры и отбой - 21:30

Туристская полоса препятствий и обустройство бивуака

5–6-й класс – дистанция до 300 м:

Собери рюкзак - Символы карты - Ров чудовищ - Загадки леса
- “Паутина” - Аптека на корню - Разжигание костра -
Лечебница Айболита

Обустройство бивуака. Конкурс проходит в течение всего слёта. Оцениваются техническое качество разбивки бивака, соблюдение санитарно-гигиенических норм и отношение к охране природы, идейное и эстетическое оформление. Штрафные баллы начисляются за оставленный мусор после слёта, несоблюдение техники безопасности и правил поведения.

Программа турслета

- **День 2.**

Подъем - 8:30

Зарядка – 8:50

Завтрак – 9:40

Тим- пенкинг, перенос пострадавшего; поляна заданий – 11:30

Обед – 13:30

Спортивное ориентирование – 15:00

Полдник – 16:50

Подведение итогов пройденного дня, планерка третьего дня турслета – 17:30

Ужин - 18:30

Общий сбор у костра, конкурс походной песни – 20:00

Гигиенические процедуры - 21:30

Отбой - 22:00

Тим-пенкинг, спортивное ориентирование и поляна заданий

Проводится на поляне слёта.

Тим пенкинг – все вместе встают на туристический коврик – «пенку» и по сигналу судьи переворачивают коврик под собой.

Поляна заданий. Включает в себя вязку узлов, топографию, определение азимута на ориентир.

Перенос пострадавшего.

Спортивное ориентирование на местности.

Программа турслета

- День 3

Подъем - 8:30

Зарядка – 8:50

Завтрак – 9:50

Конкурс бавуаков, краеведческая викторина,
конкурс техники и тактики туризма – 11:30

Сбор – 13:00

Обед – 13:30

Итоги, награждение, закрытие турслета –
14:15

Отъезд – 15:00

Конкурс техники и тактики туризма

- Участвует 9 человек. Участникам выдается карточка с вопросами, на которые надо дать письменный ответ. Так же решение к-л задачи в определенной ситуации.
Второй этап:
 - натянутая переправа
 - транспортировка пострадавшего по простому рельефу;
 - движение по кочкам, включая искусственные;
 - преодоление чащи, завалов;
- Краеведческая викторина. Участие принимают 3 человека.
 - 1 тур – история
 - 2 тур – география
 - 3 тур – флора и фауна
 - 4 тур – экология
 - 5 тур – решение задачи на одну из вышеперечисленных тем.

План тренировочного процесса. Подготовка к турслету.

	Март	Апр.	Май	Июнь	Июль	Авг.	Сент.
Общая физическая подготовка	6 часов	6 часов	6 часов	6 часов	7 часов	7 часа	5 часов
Специальная физическая подготовка	7 часов	7 часов	7 часов	7 часов	8 часов	8 часа	4 часов
Техническая подготовка	8 часов	8 часов	8 часов	8 часов	9 часов	9 часа	3 часов
Психологическая, тактическая подготовки. Теория.	1,5 часа	1,5 часа	1,5 часа	1,5 часа	2 часа	2 часа	1 час