

Департамент физической культуры, спорта и дополнительного образования
Тюменской области ГАУ ДО ТО «Дворец творчества и спорта «Пионер»
Центр туризма и краеведения

Алгоритм выполнения заданий на этапах соревнования
«Маршрут выживания»

Методические рекомендации

г. Тюмень 2020 год

Материал методического пособия изложен согласно Правилам соревнований по спортивному туризму, утвержденным Федеральным Агентством по физической культуре и спорту 31 августа 2020г.

Пособие может быть использовано учителями ОБЖ в подготовке учащихся школ для районных и областных соревнований «Школа безопасности». А так же может быть использовано учителями физической культуры для подготовки и проведения уроков вариативной части учебной программы и в подготовке и проведении школьных туристических слётов.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|--|----|
| Введение..... | 4 |
| 1. Этапы и задания вида соревнований «Маршрут выживания» | |
| 1.1 Поляна заданий..... | 5 |
| 1.2 Ориентирование..... | 6 |
| 1.3 Переправа по бревну..... | 6 |
| 1.4 Навесная преграда..... | 7 |
| 1.5 Подъем-траверс-спуск..... | 7 |
| 1.6. Подготовка к стартам..... | 8 |
| 3.Алгоритм выполнения заданий на этапах «Маршрут выживания»..... | 10 |
| Список литературы..... | 28 |

Введение

Выписка из Положения о слёте-соревновании «Школа безопасности» по виду «Маршрут выживания»:

К мерам по обеспечению безопасности на тренировках и соревнованиях по туристскому многоборью относятся:

- правильный выбор места тренировок (соревнований), и их подготовка;**
- поддержание порядка и дисциплины во время проведения тренировок (соревнований);**
- организация медицинских профилактических мероприятий во время тренировок (соревнований);**
- соответствие опыта участников классу дистанций тренировок (соревнований);**
- наличие страховочных (спасательных) средств, обеспечение страховки и подготовленность каждого страхующего (спасателя);**
- прохождение дистанции с качественным снаряжением, обеспечивающим безопасность участников;**
- обеспечение в случае необходимости судейской страховки;**
- четкая работа спасателей;**
- снаряжение участников, обеспечивающее безопасность, должно быть предварительно допущено к применению технической комиссией.**

Данный вид соревнований проводится в форме кросс - похода, с выполнением заданий на маршруте. Контрольное время 2 часа. Команда допускается к работе на этапах по прибытию только в полном составе (если это не оговорено в технической информации). В соревнованиях участвует вся команда под руководством представителя команды.

На старте командам выдаётся зачётная маршрутная книжка (далее - ЗМК), где могут быть указаны: последовательность прохождения этапов и выполнения заданий, контрольное время (далее - КВ) работы на этапах.

Снаряжение команды и участников - в соответствии с Приложением к выписке Положения. В зависимости от условий выполнения заданий часть снаряжения команды может быть запрещена к использованию. Команде разрешается использовать дополнительное снаряжение (если это не противоречит

условиям выполнения задания). Это снаряжение должно быть заявлено до старта и допущено к использованию главным судьёй.

Победитель определяется по наибольшей сумме баллов, набранных за выполнение заданий на всей дистанции. В случае равенства баллов победитель определяется по времени прохождения маршрута.

Перед стартом команда проходит предстартовую проверку, на которой проверяется:

- минимальное личное и групповое снаряжение;
- знание границ полигона (любой участник по выбору судьи);
- действия команды в аварийной ситуации (капитан).

При отсутствии любого предмета (по спискам) или незнании границ полигона и действий в аварийной ситуации команда штрафуются согласно таблицы и выпускается на старт только после полного выполнения вышеуказанных требований. Старт при этом не откладывается. Предстартовая проверка проводится за 10 минут до старта.

На «Маршруте выживания» командам запрещено использование собственных топографических карт, раций, мобильных телефонов, навигаторов и других технических средств связи и ориентирования.

1. Этапы и задания вида соревнований «Маршрут выживания»

1.1 Поляна заданий.

- 1) Определение сторон горизонта, азимута на объект.

Команда любым способом определяет направление на север или азимут на указанный объект без использования компаса. Результат капитан заносит в ЗМК и сообщает судье под роспись. МО-5 баллов.

Штрафы: ошибка на каждые 10 градусов, исключая первые 10 градусов – 1 балл.

2) Определение топографических знаков по карточкам: команда получает карточки с изображением топонимов и определяет их. МО-6 баллов.

Штрафы: каждый неправильный ответ -1 балл.

3) Сигналы бедствия: команда изображает указанный судьей знак международной кодовой системы аварийной сигнализации, используя свое снаряжение и подручные средства. МО-2 балла.

Штрафы: знак слабо заметен – 1 балл. Знак выложен неправильно – 2 балла.

1.2 Ориентирование

1) Движение в заданном направлении: команда должна преодолеть маршрут при помощи карты, проходя в заданном порядке КП, производя отметки в ЗМК. МО-9 баллов.

Штрафы: За каждый неотмеченный КП – 3 балла.

2) Движение по легенде: команда должна преодолеть маршрут, имея его описание, сделанное судьями, проходя КП. МО-9 баллов.

Штрафы: за каждый неотмеченный КП – 3 балла.

1.3 Переправа по бревну

Команда укладывает бревно, организует перила и их сдергивание с целевого берега (длина бревна – 5-6 м. КВ - 10 мин.). МО-20 баллов.

Штрафы: - не замуфтован карабин – 1 балл

- неправильное выполнение приема (неправильная укладка бревна, неправильно завязан узел, неправильное сопровождение, непереправилась организация перил, перегруз перил) – 3 балла

- потеря или отсутствие страховки, само страховки, падение с зависанием на страховке или само страховке - 5 баллов.

- потеря веревки (за каждую), не переправился участник (за каждого) – 10 баллов

1.4 Навесная переправа

Перила установлены, команда организует сопровождение (дистанция - 10 м, КВ - 15 мин.). МО-20 баллов.

Штрафы: - не замуфтован карабин, заступ в опасную зону - 1 балл

- неправильное выполнение приема (отсутствие сопровождения, конец сопровождающей веревки не закреплен, сопровождающий без рукавиц, неправильно завязан узел, транспортировка груза на участнике, перегруз перил) - 3 балла.

- потеря веревки (за каждую), не переправился участник (за каждого) - 10 баллов

1.5 Подъем - траверс - спуск

Перила установлены, участники с само страховкой преодолевают блок этапов (дистанция: 15м - 15м - 15м, КВ - 10 мин). МО-20 баллов.

Штрафы: - не замуфтован карабин, заступ в опасную зону – 1 балл.

- неправильное выполнение приема, перегруз перил, падение – 3 балла.

- неправильная самостраховка или ее отсутствие – 5 баллов.

- участник не прошел этап (за каждого) – 10 баллов.

Список обязательного командного снаряжения

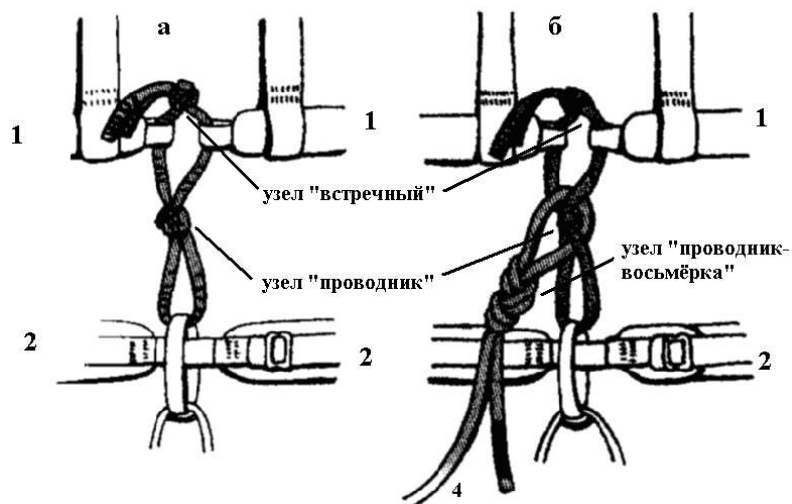
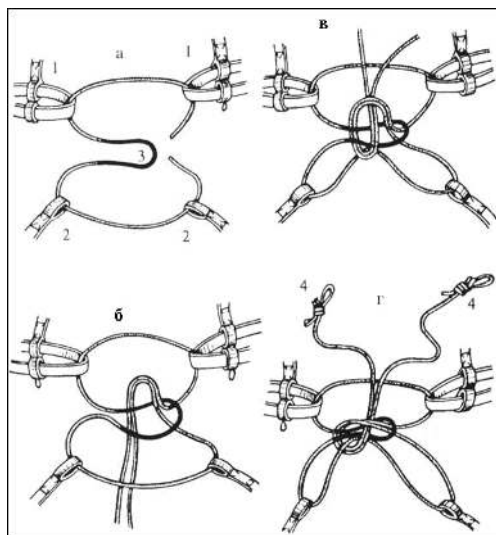
| | | |
|----|------------------|-------|
| 1. | Компас | 1 шт. |
| 2. | Часы | 1 шт. |
| 3. | Карабин с муфтой | 6 шт. |

Список обязательного личного снаряжения

| | | |
|----|---|------------|
| 1. | Система страховочная (грудная обвязка + беседка) промышленного изготовления | 1 комплект |
| 2. | Карабин с муфтой | 1 шт. |
| 3. | Кольцо из репшура «прустик» (d = 6 мм) | 1 шт. |
| 4. | Рукавицы (перчатки) брезентовые | 1 пара |

1.6 Подготовка к старту

Перед началом соревнований на всех участников команды должны быть надеты страховочные системы или «грудная обвязка + беседка».



На рисунках показаны соединения частей страховочной системы (двойной булинь) и «грудная обвязка + беседка»: 1 – петли грудной обвязки; 2 – петли беседки (беседка); 3 - начальная петля; 4 – петли самостраховки (усы) 1,1 метр и 1,7 метр.

Одежда на участниках соревнований должна быть закрытая.








2. Алгоритм выполнения заданий на этапах «Маршрут выживания»












1. ПОЛЯНА ЗАДАНИЙ:












1.1. Определение сторон горизонта, азимута на объект.




Определение сторон горизонта и азимута на объект с помощью местных предметов детально излагается.





1.2. Определение топографических знаков.

| УСЛОВНОЕ ОБОЗНАЧЕНИЕ | ЗНАЧЕНИЕ |
|---|---------------------------------|
|  | Жилые строения масштабные |
|  | Разрушенные строения масштабные |
|  | Дом лесника |
|  | Торфоразработки немасштабные |
|  | Радио и телемачты |
|  | Вышка легкого типа |
|  | Водяная мельница, лесопилка |

| | |
|---|---|
|  | Ветряная мельница |
|  | Метеостанция |
|  | Геодезический пункт |
|  | Церковь |
|  | Часовня |
|  | Кладбища масштабные |
|  | Памятник |
|  | Колодец |
|  | Броды (в числителе - глубина брода в м. в знаменателе качество дна) |
|  | Шоссе с мостом |
|  | Шоссе с трубой |

| | |
|---|--------------------------------------|
|  | Дорога грунтовая |
|  | Лесная дорога |
|  | Тропа |
|  | Квартальная просека |
|  | Вход в пещеру, грот |
|  | Узкая полоса леса (2-ср высота в м.) |
|  | Кустарник |
|  | Фруктовый сад |
|  | Смешанный лес |
|  | Хвойный лес |
|  | Лиственный лес |

| | |
|---|---------------------------------|
|  | Отдельно стоящее хвойное дерево |
|  | Редкий лес |
|  | Бурелом |
|  | Лес горелый, сухостойный |
|  | Лес вырубленный |
|  | Луг с растительностью ниже 1 м |
|  | Высокотравье |
|  | Болота непроходимые |
|  | Болота проходимые |
|  | Ручей, река уже 5 м. |
|  | Река шире 5 м. |

| | |
|---|-----------------------------|
|  | Курган или бугор масштабные |
|  | Обрывы масштабные |
|  | Ямы масштабные |
|  | Полугоризонтالي |

1.3. Сигналы бедствия международной кодовой системы аварийной сигнализации

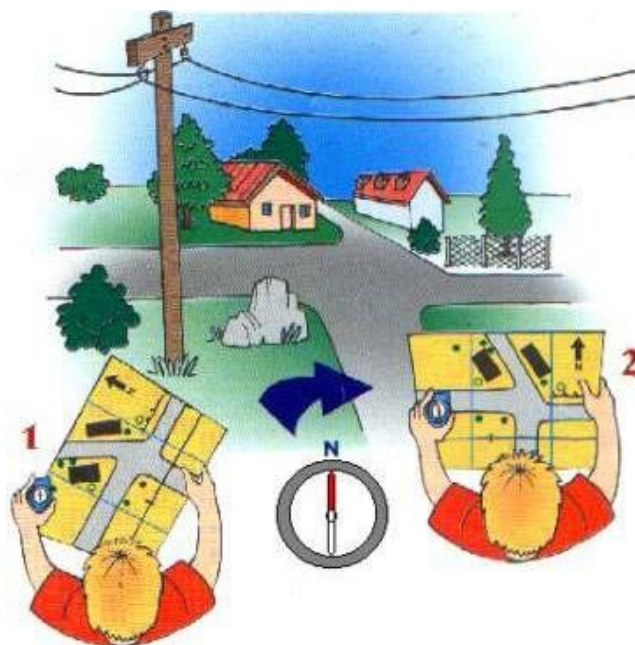
Участники из подручных средств и материалов выкладывают один из нижеперечисленных сигналов длиной 6 метров и шириной 1 метр.

Основные сигналы, которые могут использоваться на соревнованиях:

- I** НУЖЕН ВРАЧ
- II** НУЖНЫ МЕДИКАМЕНТЫ
- X** НЕСПОСОБНЫ ДВИГАТЬСЯ
- ≡** ТРЕБУЮТСЯ ОРУЖИЕ И БОЕПРИПАСЫ
- ТРЕБУЮТСЯ КОМПАС И КАРТА
- K** УКАЖИТЕ НАПРАВЛЕНИЕ СЛЕДОВАНИЯ
- Δ** ЗДЕСЬ МОЖНО БЕЗОПАСНО СЕСТЬ
- F** НУЖНЫ ПИЩА И ВОДА
- ⌌** ВСЁ В ПОРЯДКЕ
- N** НЕТ
- Y** ДА
- ↑** ДВИГАЮСЬ В ЭТОМ НАПРАВЛЕНИИ
- ⌋⌌** НЕ ПОНЯЛ

ОРИЕНТИРОВАНИЕ

2.1. Движение в заданном направлении



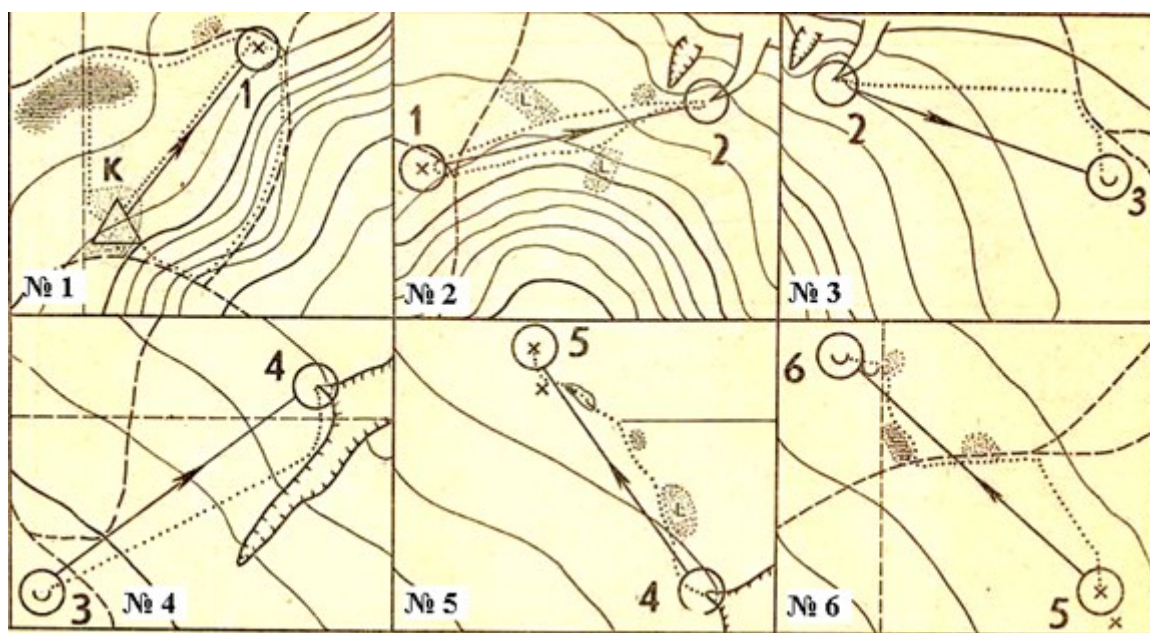
Для того, чтобы выйти в заданную точку местности, указанную на карте, необходимо:

1. Сориентировать карту с местностью, т.е. расположить карту с помощью компаса, так чтобы направление северного конца стрелки компаса совпало с направлением стрелок на север, нарисованных на карте. Этот момент хорошо виден на выше показанном рисунке.
2. Определить с помощью масштаба расстояния от своего местостояния до заданной точки местности.
3. Выбрать оптимальный путь движения на этом участке (типичные варианты выбора пути между контрольными пунктами показаны ниже).
4. В пути строго следовать выбранным вариантом, не обращая внимания на передвижение соперников.

5. В пути для контроля своего местоположения необходимо фиксировать достигнутые основные ориентиры.

6. Заходить на контрольный пункт необходимо с однозначно узнаваемого близко находящегося от КП ориентира.

Все вышеперечисленные действия участник должен делать столько раз, сколько контрольных пунктов по заданию необходимо найти.



Оптимальные пути движения между контрольными пунктами показаны на карточках № 1 - № 6 точечными линиями:

Карточка № 1. На КП-1 участники могут двигаться либо с использованием точного азимута, либо надёжно заходить слева или справа, используя дорожную сеть.

Карточка № 2. На КП-2 участники движутся, используя грубый азимут с контролем своего местоположения на крупных сопутствующих ориентирах.

Карточка № 3. На КП-3 участники движутся по азимуту с упреждением влево на лесную дорожку.

Карточка № 4. На КП-4 участники движутся с применением приёма «бег в мешок», т.е. выходят грубым азимутом на однозначный ориентир между просекой и оврагом.

Карточка № 5. На КП-5 участники движутся, используя цепочку видимых, хорошо «читаемых» ориентиров.

Карточка № 6. На КП-6 участники движутся «комбинированным» методом, т.е. чередуя чтение карты с точным движением по азимуту.

2.2. Движение по легенде

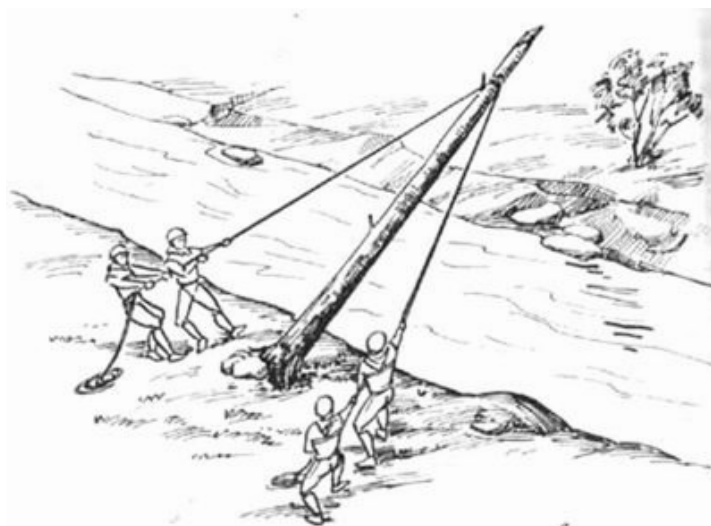
Для успешного передвижения команды по этому маршруту, участники должны уметь определять стороны горизонта используя компас и измерять пройденное расстояние с помощью шагов (пар шагов). Как правило, 100 метров соответствуют 60 - 65 пар шагов.

3. ПЕРЕПРАВА ПО БРЕВНУ

Укладка бревна

1. Укладка бревна осуществляется силами команды с исходного берега в створ, указанный судьями этапа на целевом берегу, не заходя в опасную зону.

2. Подъем и укладывание бревна должны контролироваться оттяжками-усами из основной веревки, закрепленными за верхний конец бревна узлом «Стремя» и удерживаемыми в руках не менее чем по одному участнику на каждом усе. Запрещается закреплять свободные концы оттяжек на участниках, а также обматывать вокруг руки, корпуса и т.п. На концах оттяжек-усов команда вяжет узлы «Проводник-восьмёрка» двумя концами.



3. В момент укладки бревна участники не должны находиться над или под бревном.

4. Если в результате укладки бревно не попало в указанный створ на целевом берегу, оно вытягивается на исходный берег силами команды и прием повторяется.

Переправа первого участника



5. Переправа осуществляется с обеспечением страховки основной веревкой (узел «проводник-восьмёрка»), подключаемой через скользящий карабин в боковую часть страховочного пояса. Верёвка «выдаётся» на уровне бревна, либо несколько ниже по течению реки.

Кроме того, к участнику должна быть подключена узлом «проводник-восьмёрка» через скользящий карабин в боковую часть страховочного пояса, сопровождающая веревка (основная), выдача которой осуществляется ниже по течению реки.

Расстояние между страхующей и сопровождающей веревками - не менее половины ширины реки по берегу.

6. Страхующая и сопровождающая веревки должны удерживаться участниками (не менее двух человек на каждую) в руках.

7. Свободные концы страхующей и сопровождающей веревок не закреплены, оканчиваются узлами («проводник-восьмёрка»)

8. Участники, обеспечивающие страховку и сопровождение, должны быть без рюкзаков.

9. Кроме того, сопровождающую веревку участник может использовать как дополнительную точку опоры. При этом свободный конец веревки жестко удерживается двумя участниками на берегу в руках (подключение его к участникам либо к опоре запрещается). Переправляющийся участник набирает в руку необходимый запас веревки и, постепенно выдавая ее, переправляется по бревну, самостоятельно контролируя силу натяжения сопровождающей (опорной) веревки –

метод

маятника.

10. Участник, переправляющийся со страховкой с берега, должен быть без рюкзака.

11. Страховочную веревку переправившийся участник крепит на опоре («штык»), другой конец этой веревки привязывается участниками узлом «проводник-восьмёрка» через карабин (карабинная удавка) с исходной стороны в виде горизонтальных перил.

12. При организации переправы по бревну через реку эти перила должны располагаться ниже бревна по течению.

13. Освободившийся конец сопровождающей веревки переправляется на исходную сторону берега после предварительного закрепления её на опоре на исходном берегу узлом «штык».

Переправа остальных участников.

13. При движении каждый последующий участник должен быть подключен к страховочной верёвке скользящим карабином самостраховки, включенным в боковую часть страховочного пояса.

14. Длина самостраховки (прусики самостраховки предоставляются судьёй) должна быть такой, чтобы участник мог перекрыть перила запястьем вытянутой руки.

15. Кроме самостраховки участник должен иметь сопровождающую веревку (основную), включенную скользящим карабином в боковую часть страховочного пояса.

16. Свободный конец сопровождающей веревки должен быть закреплен на опоре.

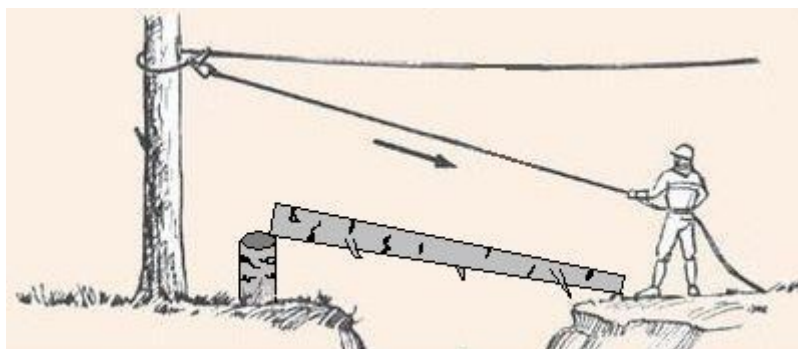
17. Сопровождающая веревка должна удерживаться в руках не менее чем одним человеком.

18. На перилах и на бревне может находиться не более одного участника.

Снятие перил последним участником.

19. Снятие страховочной верёвки осуществляется с целевой стороны этапа (стороны окончания этапа) сдергиванием страхующей веревки сопровождающей веревкой.

20. Предварительно последний участник с исходной стороны отвязывает сопровождающую верёвку от опоры и крепит её узлом «проводник-восьмёрка» к карабину (к карабинной удавке), удерживающему страховочную верёвку на опоре.



Снятие перил с целевой стороны берега

21. К переправе последнего участника предъявляются те же требования, что и к остальным участникам.

22. После переправы последнего участника, участники с целевой стороны отвязывают страховочную верёвку от опоры и вытягивают с целевой стороны берега сопровождающей верёвкой страховочную.

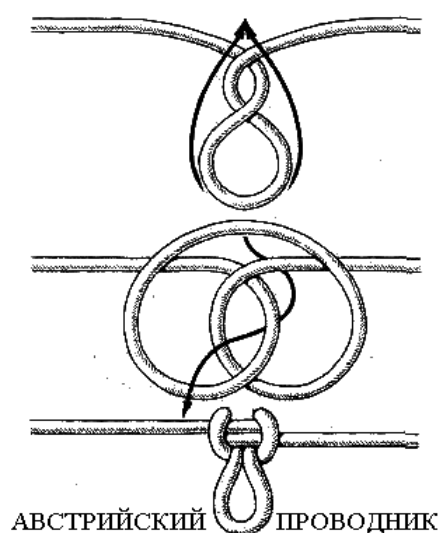
НАВЕСНАЯ ПЕРЕПРАВА:

Движение по навесной переправе

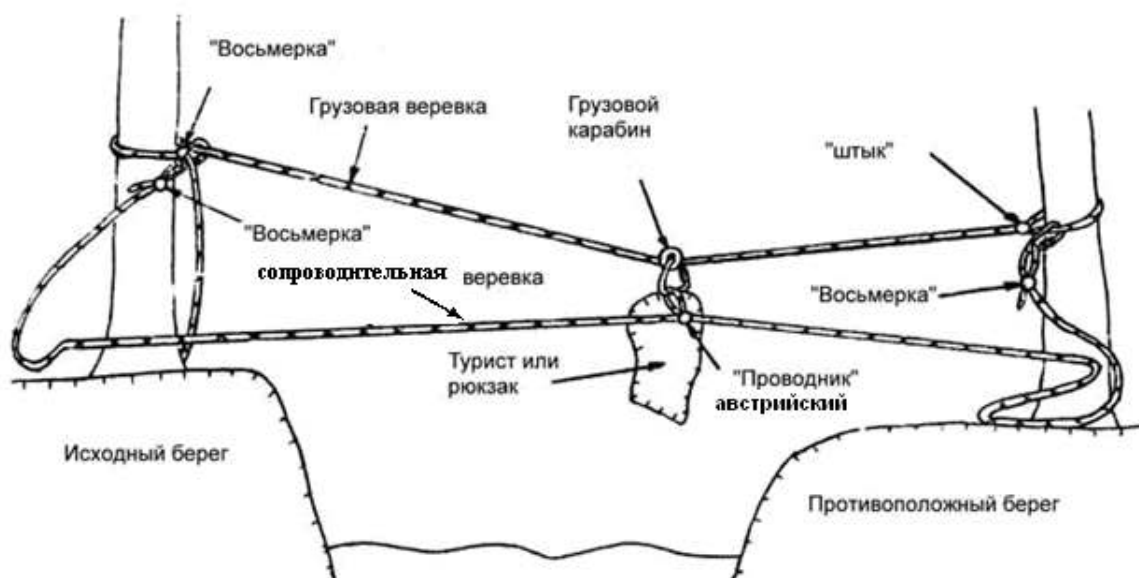
1. Переправа всех участников проводится на карабине, включенном в беседку или в блокировку «страховочный пояс-беседка».

2. На исходном берегу к опоре ниже крепления горизонтальных (судейских) перил, участниками самостоятельно крепится узлом «проводник-восьмёрка» (вяжется одним концом), сопровождающая (основная) верёвка.

3. Первый переправившийся участник крепит другой конец сопровождающей верёвки узлом «проводник-восьмёрка» (вяжется одним концом) к опоре. После этого на исходном берегу, участники на сопровождающей верёвке вяжут «австрийский проводник» и крепят его через карабин к горизонтальным (судейским) перилам.



4. Порядок пристегивания к перилам:
- а) подключиться страховочным усом с карабином на самостраховку на горизонтальные (судейские) перила, выполненные из двойной веревки.
 - б) подключить сопровождающую веревку («австрийский проводник») к участнику (для подключения допускается использование любого несущего элемента страховочной системы, расположенного на передней части туловища);



Наведение переправы с сопровождением

- в) подключится беседочным карабином к судейским перилам (при этом в момент подключения участника к перилам и далее во время движения участника

по переправе до снятия с перил сопровождающую веревку должен удерживать в руках не менее чем один участник в рукавицах). Допускается п.п. "а" и "б" выполнять в обратном порядке, либо одновременно. Порядок отстегивания переправившегося участника от перил обратный.

5. Навесная переправа может быть нагружена только одним участником. Запрещается какая бы то ни было загрузка веревки другими участниками или грузом (оттягивание веревки вниз, зависание).

Снятие сопровождающей верёвки.

6. Последний переправляющийся участник, прежде чем подключить сопровождающую верёвку к себе, отвязывает её от опоры и подсоединяет её через «проводник-восьмёрка» к любому несущему элементу своей страховочной системы, расположенного на передней части туловища.

7. Допускается вытягивать переправляющегося участника сопроводительной верёвкой.

ПОДЪЁМ – ТРАВЕРС – СПУСК:

Преодоление подъёма

1. Участники по одному крепятся в безопасной зоне к вертикальным (судейским) перилам «схватывающим» узлом с помощью «прусика» - репшура диаметром 6 мм.

2. Самостраховка (прурик) включается двойным проводником в грудное перекрестье страховочного пояса.

3. Длина петли для вязки схватывающего узла должна быть такой, чтобы узел, завязанный на перилах, перекрывался запястьем вытянутой руки.

4. Участник должен перемещать схватывающий узел по перилам таким образом, чтобы исключить его захват (зажатие в кулаке).

5. На перилах может находиться не более одного участника.

6. Участники по одному поднимаются в гору, стараясь не касаться перилами (веревкой) земли (верёвка в натяг).



Преодоление траверса

7. Поднявшись до горизонтальных командных перил, участник, не снимаясь с самостраховки «прусиком», фиксирует себя (на горизонтальных перилах) карабином, находящимся на страховочном усе, т.е. опасная зона этапа должна проходиться участником без потери страховки (самостраховки).

8. При движении траверсом участник обязан попеременно «прощелкивать» карабинами, укреплёнными на страховочных усах, веревку командных перил через промежуточные точки страховки.

9. При движении по склону участник должен контролировать, чтобы его центр тяжести не оказался выше перил.

10. Между промежуточными точками страховки на горизонтальных перилах может находиться только один участник.

Спуск по перилам

11. Пройдя траверс, участник, не теряя самостраховки, должен снова зафиксировать себя «схватывающим» узлом с помощью «прусика» на вертикальных судейских перилах.

12. Сняв свой карабин со страховочным усом с горизонтальных перил, участник спускается боком (приставным шагом), перемещая схватывающий узел по вертикальным перилам. При этом перильная верёвка находится за спиной участника.

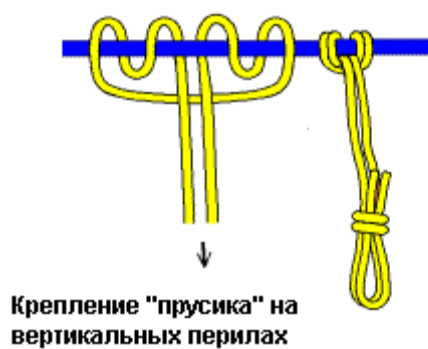
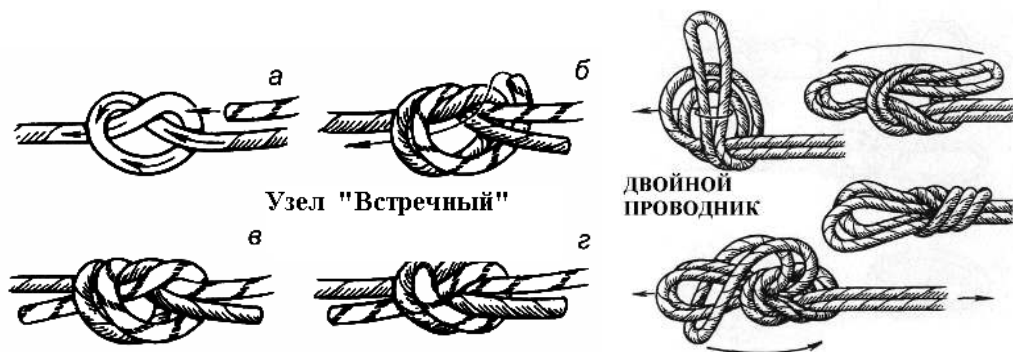
13. Достигнув безопасной зоны, участник отсоединяет страховку.

Изготовление прусика

1. Концы репшура длиной около 2-х метров соединить узлом «встречный».



2. На полученной петле на расстоянии одной четверти от этого узла завязать узел «двойной проводник».



Список литературы

- 1.Байковский Ю.В. Основы спортивной тренировки в горных видах спорта (альпинизм, спортивное скалолазание, горный туризм) - М.: ТОО «Вилад», 1996.
- 2.Биржаков М. Б., Казаков Н. П. Безопасность в туризме. – СПб.: Издательский дом «Герда», 2007.
- 3.Кодыш Э. Н. Соревнования туристов: пешеходный туризм. - М.: Физкультура и спорт, 1990.
- 4.Кодыш Э. Н. Пешеходный туризм, техника преодоления препятствий. /Методические рекомендации. Станция юных туристов. - Москва, 1994.
- 5.Кодыш Э. Н., Константинов Ю. С., Кузнецов Ю. А. Туристские слеты и соревнования. – М.: Профиздат, 1984.
- 6.Кошельков С. А. Обеспечение безопасности при проведении туристских слетов и соревнований учащихся. - М.: ЦДЮТур МО РФ, 1997
- 7.Крайнева И. Н. Узлы: простые, забавные, сложные. – СПб.: ИЧП «Кристалл»,1997.
- 8.Леонов В. М. Методические указания: по проведению и судейству соревнований по туристическому многоборью (горному туризму). – Петрозаводск, 1999.
- 9.Основы безопасности в пешем походе: Метод, рекомендации. - М.: ЦРИБ «Турист», 1983.
- 10.Расторгуев М., Ситникова С. Карабинные узлы. КРОУ ЛИМИТЕД. - Москва, 1995
- 11.Спортивный туризм: Учеб. пособие под ред. С. П. Евсеева, Ю. Н. Федотова. - СПб. 1999.

12.Теплоухов В. В. Руководство по технике лыжного и пешеходного туризма, - Свердловск, 1990.

13.Теплоухов В. В. Руководство для судей и участников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма (прохождение технических этапов), - Свердловск, 1990.

14.Устиновский Н. Н. Методические рекомендации по проведению соревнований по туристическому многоборью; - Екатеринбург, 2002.