

Министерство образования и науки Хабаровского края  
Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Хабаровский краевой центр развития творчества детей и юношества»  
Центр туризма, краеведения и спорта

## Условия прохождения дистанции по спортивному туризму: правила оформления



Хабаровск  
2016

Печатается по решению  
научно-методического совета  
КГБОУ ДО ХКЦРТДиЮ  
протокол № 4 от 18.12.2015 г.

Условия прохождения дистанции по спортивному туризму: правила оформления. Методические рекомендации / Сост.: В.В. Плюснин, Т.Н. Леонтьук. – Хабаровск: КГБОУ ДО ХКЦРТДиЮ, 2016. – 20 с.

Ответственный редактор: Г.А. Бровка  
Ответственный за выпуск: М.В. Кацупий  
Компьютерная верстка: В.А. Тирская

Данные рекомендации разработаны в помощь организаторам массовых соревнований по спортивному туризму, методистам, педагогам дополнительного образования, реализующим программы туристско-краеведческой направленности.

Методические рекомендации составлены с использованием нормативных документов по спортивному туризму, а также на основе практического опыта проведения соревнований по спортивному туризму педагогических работников центра туризма, краеведения и спорта КГБОУ ДО ХКЦРТДиЮ.

# Содержание

Введение	2
Условия прохождения дистанции, общие понятия	3
Практические рекомендации по написанию условий	4
Библиографический список	9
Приложения	10

## Введение

Спортивный туризм – это неолимпийский, молодой и динамично развивающийся вид спорта. До недавнего времени соревнования по спортивному туризму проводились как соревнования по технике туризма (туристское многоборье).

Соревнования заключались в прохождении участниками дистанции, требующей знания технических приемов и способов преодоления препятствий, которые могут встретиться в спортивных походах соответствующей категории сложности. При этом участники преодолевали участок реальных препятствий.

Соревнования являлись смотром готовности, практической проверкой на местности групп туристов, совершающих спортивные категорийные походы по видам туризма.

С каждым годом росло число участников этих соревнований, повышался уровень их спортивного мастерства, соревнования по технике туризма стали перерастать в отдельный вид спорта.

История спортивного туризма как вида спорта началась с включения его в 2009 году во Всероссийский реестр видов спорта под номером 0840005411Я. Появились Правила вида спорта «Спортивный туризм» и Регламент проведения соревнований в группе дисциплин по видам туризма.

Спортивный туризм сегодня включает в себя две группы дисциплин:

- группа дисциплин «маршрут», соревнования по которым состоят в прохождении спортивных туристских маршрутов с преодолением категорированных препятствий в природной среде;

- группа дисциплин «дистанция», соревнования по которым состоят в преодолении дистанций, проложенных в природной среде и на искусственном рельефе.

Данные рекомендации разработаны в помощь организаторам массовых соревнований по спортивному туризму для учащихся в группе дисциплин «дистанция».

## Условия прохождения дистанции, общие понятия

*Дистанция* – участок искусственного рельефа между стартовой и финишной линиями с комплексом судейского оборудования. Преодоление дистанции заключается в прохождении группой (связкой, участником) всех этапов в заданном по Условиям прохождения дистанции порядке. Дистанция считается пройденной, если при соблюдении Условий прохождения дистанции и до истечения общего контрольного времени (ОКВ) дистанции группа (связка, участник) и их основное снаряжение пересекли финишную линию.

*Условия прохождения дистанции* (далее – Условия) – основной документ, являющийся приложением к Положению о соревнованиях. Условия не должны противоречить Правилам вида спорта «Спортивный туризм» и Регламенту проведения соревнований в группе дисциплин по виду туризма (далее – Регламент).

Условия должны содержать:

- общие сведения (дату и место проведения, состав группы (связки), характер маркировки дистанции, систему оценки нарушений, необходимость заполнения декларации);
- основные параметры (класс, длина дистанции, набор высоты, контрольное время (КВ) на этапах и общее контрольное время (ОКВ), количество этапов);
- условия прохождения этапов;
- расстояние между этапами (в том числе стартом и первым этапом, последним этапом и финишем) – для коротких дистанций;
- схему дистанции;
- схемы блоков этапов.

Схема дистанции – схематический рисунок, который должен приблизительно воспроизводить взаимное расположение технических этапов относительно старта и финиша, указывать расстояния между ними, очерёдность и направление прохождения этапов, номера или названия этапов, смотровые площадки и подходы к ним.

Схема дистанции, предусматривающей ориентирование по карте, не должна давать возможность точного определения месторасположения этапов и контрольных пунктов (КП).

## Практические рекомендации по написанию условий

Из множества вариантов написания и чтения Условий наиболее удобна табличная форма, апробированная и успешно используемая центром туризма, краеведения и спорта при проведении краевых соревнований по спортивному туризму.

Требования к оформлению Условий:

- Условия не должны содержать лишнюю информацию, которая могла бы запутать участников;
- Условия размещаются заранее на сайте организации, проводящей мероприятие, или выдаются участникам на руки для того, чтобы участники и представители смогли смоделировать дистанцию, подготовить снаряжение; если это не сделано, Условия должны быть выданы на комиссии по допуску;
- название мероприятия прописывается полностью, без сокращений, согласно Положению;
- в Условиях указываются общие сведения о дате и месте проведения мероприятия, в какой дисциплине и на каком классе проводится дистанция;
- для большей информативности в верхней части Условий можно размещать логотипы организаций, проводящих мероприятие, символику субъекта РФ, в котором проводится мероприятие.

Для примера детально рассмотрим Условия соревнований по спортивному туризму на пешеходных дистанциях (Приложение 1).

1. Соревнования проводятся на дистанциях двух классов с различным зачётом:

– *Всероссийские соревнования по спортивному туризму среди обучающихся (зона Сибири и Дальнего Востока), проводятся на дистанциях 3 класса.*

– *Краевые соревнования по спортивному туризму на пешеходных дистанциях проводятся на дистанциях 2 класса.*

– *Краевой 57 слёт юных туристов Хабаровского края проводится по комплексной программе с включением краеведческих и конкурсных этапов.*

2. Дата и место проведения соревнований: с 25 по 30 июня 2016 года в Хабаровском районе, с. Сикачи-Алян.

3. При оформлении Условий использовались логотипы организаций, проводящих соревнования:



Региональная общественная организация «Федерация спортивного туризма Хабаровского края»



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования детей «Федеральный центр детско-юношеского туризма и краеведения»



Герб Хабаровского края



Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования «Хабаровский краевой центр развития творчества детей и юношества»

4. Данные Условия прописаны для соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная» 3 класса, в них указаны перечень и параметры этапов, порядок прохождения этапов, оборудование этапов и условия их прохождения, а также протяжённость дистанции.

Обратите внимание, в Условиях прохождения коротких дистанций прописывается *порядок* прохождения этапов, а в Условиях прохождения длинных дистанций, если они выдаются заранее, прописывается только *перечень* этапов.

Условия с прописанным порядком прохождения этапов длинных дистанций выдаются на совещании ГСК с представителями. Это делается для того, чтобы все участники были в равных условиях (не смогли на местности смоделировать дистанцию, связанную с ориентированием).

Протяжённость дистанции прописывается в метрах, для того чтобы участники могли смоделировать дистанцию и распределить свои силы. На коротких дистанциях указывается длина дистанции по линии движения участников от старта до финиша. На длинных дистанциях указывается кратчайший путь от старта до финиша, проходящий через все технические этапы и контрольные пункты.

Рассмотрим по отдельности написание каждой строки Условий.

В графе «Старт» указывается, каким образом будет осуществляться старт участников (группы, связки). Это может быть:

- старт по сигналу стартовых часов;
- старт по сигналу стартовых часов и с отметкой в стартовой станции системы электронной отметки;
- старт по команде судьи-стартера с включением времени на секундомере;
- старт по команде судьи с отметкой в стартовой станции системы электронной отметки.

<b>Старт</b>	<b><i>По сигналу стартовых часов</i></b>
--------------	--

Если необходимо, вводится графа с указанием расстояния от старта до первого этапа (блока этапов), между этапами, от последнего этапа до финиша. Информация прописывается в метрах, для того чтобы участники могли смоделировать дистанцию, распределить свои силы и разработать тактику движения по дистанции.

<b>Расстояние до блока этапов № 1 10 м</b>
--

В графе «Название этапа (блока этапов)» указывается порядковый номер этапа (блока этапов) с полным названием этапов согласно Регламенту. Также в этой графе может быть указана дополнительная информация, связанная с прохождением конкретного этапа (блока этапов), например этап (блок этапов) проходится с верхней судейской страховкой (ВСС).

<b>Блок этапов 1</b>	<b><i>Наклонная навесная переправа «Вертикальный маятник», блок проходится с ВСС</i></b>
<b>Этап 5</b>	<b><i>Подъём по наклонной навесной переправе</i></b>

В графе «Параметры этапа» указываются длина этапа, угол наклона, высота. В обозначениях используются латинские буквы L – длина, Н – высота в метрах,  $\alpha$  – угол наклона в градусах.

<i>Параметры этапа:</i>	<i>L 15 м</i>	<i><math>\alpha 30^\circ</math></i>
-------------------------	---------------	-------------------------------------

В графе «Оборудование этапа» указываются характер исходной и целевой сторон, безопасная и опасная зоны, наличие рабочей зоны или контрольной линии, наличие точки опоры и её характеристики (карабин, горизонтальная или вертикальная опора и её диаметр, верёвочная петля, шлямбурная проушина).

При написании Условий используются сокращения согласно п.1.1 Регламента и ссылки на другие его разделы:

**ИС** – исходная сторона

**ЦС** – целевая сторона

**БЗ** – безопасная зона

**ОЗ** – опасная зона

**ТО** – точка опоры

**РЗ** – рабочая зона

**КЛ** – контрольная линия

<i>Оборудование этапа:</i>	<i>Двойные судейские перила</i>		
	<i>ИС</i>	<i>БЗ</i>	<i>ТО – горизонтальная опора Ø 108 мм, РЗ</i>
	<i>ЦС</i>	<i>ОЗ</i>	<i>ТО – горизонтальная опора Ø 108 мм, 2 карабина</i>

В графе «Действия» указываются последовательно пункты Регламента, согласно которым участник (группа, связка) должен выполнить технические приёмы для прохождения этапа (блока этапов), и любая другая информация, которая уточняет действия на этапе.

Действия:	п.7.9.(пункт Регламента «Движение по навесной переправе. Подъем (спуск) по наклонной навесной переправе»)
-----------	---

Схема блока этапов – схематичное изображение, на котором указаны параметры блока этапа (направление движения по блоку этапов, расположение рабочих зон, контрольных линий, горизонтальных и вертикальных опор). Схема каждого блока этапов обязательно прилагается к Условиям. Для выполнения схем блоков можно использовать программы Paint, Word, CorelDraw.



В графе «Финиш» указывается, каким образом будет осуществляться финиш участников (группы, связки). В нашем случае это финиш с отметкой в финишной станции системы электронной отметки.

<b>Финиш</b>	<b>Отметка в финишной станции</b>
--------------	-----------------------------------

Аналогично прописываются Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная – группа» (Приложение 2) и Условия соревнований в дисциплине «дистанция – пешеходная – связка» (Приложение 3).

## Библиографический список

1. Константинов Ю.С. Детско-юношеский туризм. Учебно-методическое пособие. – М.: ФЦДЮТиК, 2006. – 600 с.
2. Мухина О.Н. Как провести соревнования / О.Н. Мухина, Д.В. Налетов, А.М. Прохоров; под ред. В.М. Алешина. – Воронеж: ИПЦ ВГУ, 2008. – 159 с. – (Энциклопедия спортивного ориентирования).
3. Правила вида спорта «спортивный туризм»: утверждены приказом Минспорта РФ от 22 июля 2013 г. № 571. – М., 2013. – 30 с.
4. Регламент проведения спортивных соревнований по спортивному туризму (номер-код вида спорта – 0840005411Я): утверждено Президиумом ФСТР, протокол № 6 от 28.03.2015 г. – М., 2014. – 48 с.
5. Официальный сайт, посвящённый спортивному туризму всех видов в Москве и России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.tmmoscow.ru/>, свободный.

# Приложения

## Приложение 1



**Всероссийские соревнования по спортивному туризму  
среди обучающихся (зона Сибири и Дальнего Востока).  
Краевой 57 слёт юных туристов Хабаровского края.  
Краевые соревнования по спортивному туризму  
на пешеходных дистанциях**

25–30 июня 2016 года

Хабаровский район,  
с. Сикачи-Алян

**УСЛОВИЯ СОРЕВНОВАНИЙ В ДИСЦИПЛИНЕ  
«ДИСТАНЦИЯ – ПЕШЕХОДНАЯ», 3 КЛАСС**

**Перечень, параметры, оборудование,  
порядок и условия прохождения этапов**

**Протяжённость дистанции – 800 м**

Старт	По сигналу стартовых часов		
<b>Расстояние до блока № 1 10 м</b>			
<b>Блок 1</b>	<b>Подъём по стенду с зацепами – Навесная переправа (блок проходится с верхней судейской страховкой)</b>		
<b>Этап 1</b>	<b>Подъём по стенду с зацепами</b>		
Параметры:	L 6 м	$\alpha 90^\circ$	
Оборудование:	ИС	БЗ	РЗ
	ЦС	ОЗ	ТО – карабин
Действия:	п.7.11		
<b>Этап 2</b>	<b>Навесная переправа</b>		
Параметры:	L 22 м	$\alpha 12^\circ$	
Оборудование:	Судейские двойные перила		
	ИС	ОЗ	ТО – карабин
	ЦС	БЗ	КЛ

Действия:	п.7.9
-----------	-------

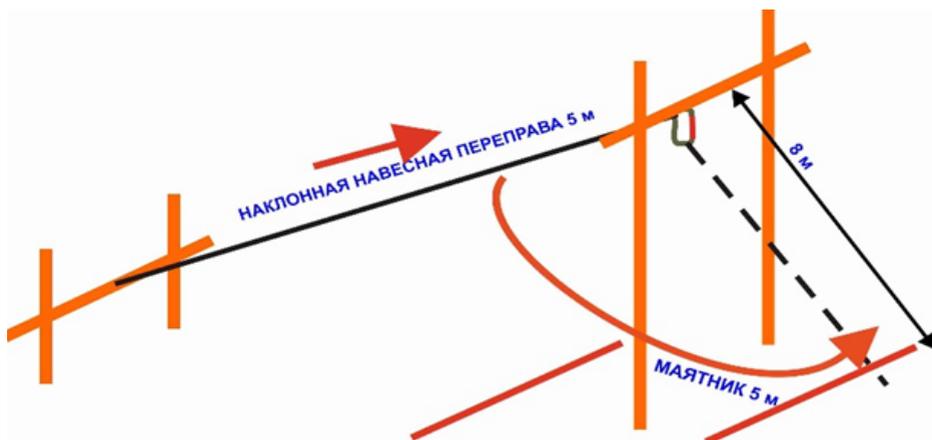


Участок дистанции проходит по судейским перилам		
Параметры:	L 55 м	
Оборудование:	Двойные судейские перила	
Действия:	п. 7.9	

Расстояние до этапа 3 135 м			
Этап 3	Переправа маятником по бревну		
Параметры:	L 12 м		
Оборудование:	ИС	БЗ	ТО – карабин
	ЦС	БЗ	
Действия:	п.7.6, 7.14.1, 7.7.1		
Обратное движение:	КДО		

Расстояние до этапа 4 390 м			
Этап 4	Переправа по параллельным перилам (восстановление перил)		
Параметры:	L 25 м		
Оборудование:	Судейские перила для восстановления		
	ИС	БЗ	ТО – горизонтальная опора
	ЦС	БЗ	ТО – горизонтальная опора
Действия:	п.п.7.6.12, 7.8		

Расстояние до этапа 5 140 м			
<b>Блок 2</b>	<b>Наклонная навесная переправа «Вертикальный маятник», блок проходит с ВСС</b>		
<b>Этап 5</b>	<b>Подъём по наклонной навесной переправе</b>		
Параметры:	L 15 м	$\alpha 30^\circ$	
Оборудование:	Двойные судейские перила		
	ИС	БЗ	ТО – горизонтальная опора $\varnothing 108$ мм, РЗ
	ЦС	ОЗ	ТО – горизонтальная опора $\varnothing 108$ мм, 2 карабина
Действия:	п.7.9.5		
<b>Этап 6</b>	<b>Переправа методом «вертикальный маятник»</b>		
Параметры:	L 5 м, Н 8 м		
Оборудование:	ИС	ОЗ	ТО – горизонтальная опора $\varnothing 108$ мм, 2 карабина
	ЦС	БЗ	КЛ
Действия:	п. п. 7.6, 7.15.6, 7.7.1. При неудачной попытке участник может преодолевать этап по п. 7.15.2		



Расстояние до финиша 360 м	
<b>Финиш</b>	<b>Отметка в финишной станции</b>



**Всероссийские соревнования по спортивному туризму  
среди обучающихся (зона Сибири и Дальнего Востока).  
Краевой 57 слёт юных туристов Хабаровского края.  
Краевые соревнования по спортивному туризму  
на пешеходных дистанциях**

25–30 июня 2016 года

*Хабаровский район,  
с. Сикачи-Алян*

**ПЕРЕЧЕНЬ ЭТАПОВ В ДИСЦИПЛИНЕ  
«ДИСТАНЦИЯ – ПЕШЕХОДНАЯ – ГРУППА», 3 КЛАСС**

**Перечень, параметры, оборудование этапов  
и условия их прохождения**

**Протяжённость дистанции**

<b>Старт</b>	<b>По сигналу «Старт» с отметкой в стартовой станции SportIdent</b>
--------------	---

**Этап «Ориентирование»**  
 Дистанция проходит в заданном направлении: этапы и КП  
 Карта не герметизирована

<b>Этап</b>	<b>Переправа методом «вертикальный маятник» КВ – 10 мин.</b>
Параметры:	L 5 м, Н 8 м
Оборудование:	Судейские подводные перила для первого участника к точке крепления маятника, ТО – 2 карабина
	ИС    БЗ    КЛ
	ЦС    БЗ    КЛ

Действия:	п. 7.10, подъём по судейским перилам, далее – 7.6, 7.15, 7.7.1
Обратное движение:	ПОД

<b>Блок</b>	<b>Спуск – Подъём – Переправа по параллельным перилам КВ – 18 мин.</b>		
<b>Этап</b>	<b>Спуск с ВКС</b>		
Параметры:	L 12 м		
Оборудование:	ИС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры
	ЦС	БЗ	РЗ
Действия:	7.12, закрепляются перила – ЦС этапа параллельные перила		
Обратное движение:	КОД		
<b>Этап</b>	<b>Подъём</b>		
Параметры:	L 12 м		
Оборудование:	1 ППС		
	ИС	БЗ	РЗ
	ЦС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры
Действия:	первый – п.7.4, далее – 7.6, 7.11		
<b>Этап</b>	<b>Переправа по параллельным перилам</b>		
Параметры:	L 21 м		
Оборудование:	ИС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры
	ЦС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры, 2 карабина
Действия:	п.7.6, 7.8, 7.7.1		
Обратное движение:	КОД		



Этап	Переправа по бревну КВ – 10 мин.		
Параметры:	L 12 м		
Оборудование:	ВСС для первого		
	ИС	БЗ	ТО – карабин
	ЦС	БЗ	ТО – петля
Действия:	первый – по п. 7.3, далее – 7.6, 7.8, 7.7.1		
Обратное движение:			

Этап	Спуск с ВКС КВ – 10 мин.		
Параметры:	L 35 м		$\alpha 30^\circ$
Оборудование:	ИС	БЗ	ТО – 2 карабина
	ЦС	БЗ	РЗ
Действие:	п.7.6, 7.12, 7.7.1		
Обратное движение:	КОД		

Этап	Навесная переправа КВ – 20 мин.		
Параметры:	L 28 м		
Оборудование:	ИС	ОЗ	ТО – горизонтальная опора РЗ
	ЦС	БЗ	ТО – горизонтальная опора РЗ
Действия:	первый – п. 7.3, далее – п. 7.6, 7.9, 7.7.1		
Обратное движение:			



**Всероссийские соревнования по спортивному туризму  
среди обучающихся (зона Сибири и Дальнего Востока).  
Краевой 57 слёт юных туристов Хабаровского края.  
Краевые соревнования по спортивному туризму  
на пешеходных дистанциях**

25–30 июня 2016 года

Хабаровский район,  
с. Сикачи-Алян

**ПЕРЕЧЕНЬ ЭТАПОВ В ДИСЦИПЛИНЕ  
«ДИСТАНЦИЯ – ПЕШЕХОДНАЯ – СВЯЗКА», 3 КЛАСС**

**Перечень, параметры, оборудование этапов  
и условия их прохождения**

**Протяжённость дистанции**

<b>Старт</b>	<b>По сигналу «Старт» с отметкой в стартовой станции SportIdent</b>
--------------	---

**Этап «Ориентирование»**  
 Дистанция проходит в заданном направлении: этапы и КП  
 Карта не герметизирована

<b>Блок</b>	<b>Спуск - Подъём – Переправа по параллельным перилам КВ – 25 мин.</b>		
<b>Этап</b>	<b>Спуск</b>		
Параметры:	L 12 м		
Оборудование:	ИС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры
	ЦС	БЗ	РЗ
Действия:	7.12, закрепляются перила – ЦС этапа параллельные перила		

Обратное движение:	КОД		
<b>Этап</b>	<b>Подъём</b>		
Параметры:	L 12 м		
Оборудование:	1 ППС		
	ИС	БЗ	РЗ
	ЦС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры
Действия:	первый – п.7.4, далее – 7.6, 7.11		
<b>Этап</b>	<b>Переправа по параллельным перилам</b>		
Параметры:	L 21 м		
Оборудование:	ИС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры
	ЦС	БЗ	ТО – горизонтальные опоры, 2 карабина
Действия:	п.7.6, 7.8, 7.7.1		
Обратное движение:	КОД		



<b>Этап</b>	<b>Переправа по бревну КВ – 10 мин.</b>
Параметры:	L 12 м

Оборудование:	ВСС для первого		
	ИС	БЗ	ТО – карабин
	ЦС	БЗ	ТО – петля
Действия:	первый – по п. 7.3, далее – 7.6, 7.8, 7.7.1		
Обратное движение:	ПОД		

Этап	Спуск КВ – 10 мин.		
Параметры:	L 25 м		$\alpha$ до 65°
Оборудование:	ИС	БЗ	ТО – 1 карабин
	ЦС	БЗ	РЗ
Действие:	п.7.6, 7.12, 7.7.1		
Обратное движение:	КОД		

Этап	Навесная переправа КВ – 25 мин.		
Параметры:	L 28 м		
Оборудование:	Спасательный жилет для первого участника		
	ИС	ОЗ	ТО – горизонтальная опора РЗ
	ЦС	БЗ	ТО – горизонтальная опора РЗ
Действия:	первый – п. 7.3, вплавь, далее – п. 7.6, 7.9, 7.7.1		

Блок	Подъём по стенду с зацепами – Навесная переправа КВ – 15 мин.		
Этап	Подъём по стенду с зацепами		
Параметры:	L 6 м	$\alpha$ 90°	
Оборудование:	ИС	БЗ	РЗ
	ЦС	ОЗ	ТО – карабин
Действия:	п.7.4, 7.11		
Этап	Навесная переправа		
Параметры:	L 22 м	$\alpha$ 12°	

Оборудование:	Судейские двойные перила		
	ИС	ОЗ	ТО – карабин
	ЦС	БЗ	КЛ
Действия:	п.7.9.		





**Условия прохождения дистанции  
по спортивному туризму: правила оформления  
Методические рекомендации**

Краевое государственное бюджетное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
«Хабаровский краевой центр развития творчества детей и юношества»

680000, г. Хабаровск, ул. Комсомольская, 87  
тел. / факс: (4212) 30-57-13  
e-mail: yung\_khb@mail.ru  
<http://www.kcdod.khb.ru>

Подписано в печать: 27.10.2016  
Тираж: 33 экз.

Методические рекомендации размещены на сайте КГБОУ ДО ХКЦРТДиЮ