

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
ПРИДНЕСТРОВСКОЙ МОЛДАВСКОЙ РЕСПУБЛИКИ**

**Муниципальное образовательное учреждение  
дополнительного образования  
« МОУ ДО «Станция юных туристов г.Бендеры»»  
(полное наименование организации дополнительного образования)**

**«РЕКОМЕНДОВАНО»**

Министр просвещения  
Приднестровской  
Молдавской Республики

\_\_\_\_\_ Т.В. Цивинская  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016

года

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА  
для организаций дополнительного образования  
кружковой направленности**

**« СУДЬИ ШКОЛЬНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ »**

Вид программы:  
типовая  
Срок реализации  
программы:  
1 год  
Год разработки  
программы:

РЕКОМЕНДОВАНО  
Республиканским Советом  
Директоров  
организаций дополнительного  
образования  
кружковой направленности  
Протокол  
От 9 марта 2016 года № 3

РЕШЕНИЕ  
Совета по воспитанию  
дополнительному образованию  
и молодежной политике  
Министерства просвещения  
Приднестровской Молдавской  
Республики  
(Приказ МП ПМР  
от «8» июля 2016 г. № 807)

**Составитель (-ли) программы:**  
А.В. Мороз

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

**ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:** Совершенствование физического и умственного развития учащихся; приобретение навыков подготовки, организации, проведения школьных туристско-спортивных соревнований.

### **ЗАДАЧИ:**

- привитие навыков здорового образа жизни;
- научить учащихся правилам подготовки и проведения туристско-спортивных соревнований;
- обучение судейству всех видов туристско-спортивных соревнований.

Программа рассчитана на учащихся 9 -11 классов, прошедших полный курс обучения одному из видов туризма по программам 3-х лет обучения и более.

Программа изучается в учебных группах. Численный состав группы не менее 10 учащихся. Рассчитана на один учебный год с обязательным участием в подготовке и проведении школьных соревнований.

Занятия проводятся в форме лекций, бесед, практических занятий. Практические занятия проводятся в форме соревнований с обязательным разбором сложившихся ситуаций.

В период школьных каникул рекомендуется проводить двух-, трехдневные походы с отработкой какой-либо темы.

Теоретические и практические занятия должны проводиться с привлечением наглядных материалов, руководитель кружка должен воспитывать в учащихся умение самостоятельно принимать решения, неукоснительно выполнять правила соревнований, быть строгим и объективным судьей.

Обязательным условием является участие в подготовке и судействе школьных туристских соревнований. Необходимым условием является и работа в различных должностях: начальник дистанции, судья на этапе, судья старта-финиша, секретарь и т.п.

Особое внимание руководитель кружка должен уделять вопросам безопасности при проведении соревнований.

## ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№ п\п	тема	К-во часов	К-во теор.	К-во практ.
1.	Вводное занятие	3	3	
2.	Правила туристских соревнований	3	3	
3.	Разряды и звания по туризму	3	3	
4.	Топографическая подготовка туриста	18	12	6
5.	Возможности родного края для проведения туристских соревнований	18	9	9
6.	Природоохранная деятельность	3	3	
7.	Первая доврачебная помощь на слетах и соревнованиях	3	3	
8.	Организация и проведение туристских слетов	33	15	18
9.	Организация и судейство КТМ	21	6	15
10.	Организация и судейство соревнований по технике пешеходного туризма	18	6	12
11.	Организация и судейство соревнований по технике велотуризма	18	6	12
12.	Организация и судейство соревнований по технике водного туризма	18	6	12
13.	Организация и судейство соревнований по спортивному ориентированию	18	6	12
14.	Организация и судейство незачетных видов и конкурсов	18	6	12
15.	Практические навыки судейства соревнований	21		21
	<b>ИТОГО:</b>	<b>216</b>	<b>87</b>	<b>129</b>

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### **1. Вводное занятие (3 ч.)**

#### **Теоретические занятия**

Массовый туризм. Значение туризма в становлении личности. Его роль и практическое значение в умственном и физическом воспитании. Организация школьного туризма, роль станций юных туристов, органов народного образования в развитии школьного туризма.

### **2. Правила туристских соревнований.( 3 ч.)**

#### **Теоретические занятия**

Правила и положение о соревнованиях-основные руководящие документы. Главные разделы правил соревнований. Положение о соревнованиях. Обязанности участников соревнований. Судейские звания по туристским соревнованиям.

### **3. Разряды и звания по туризму.( 3 ч.)**

#### **Теоретические занятия**

Условия выполнения разрядных требований по туризму и ориентированию. Инструкция о порядке присвоения спортивных разрядов и званий по туризму и ориентированию.

### **4. Топографическая подготовка туриста.(18 ч.)**

#### **Теоретические занятия**

Карты географические, топографические, спортивные. Масштаб карты. Условные топографические знаки и знаки спортивных карт, их отличие. Рельеф местности и его изображение на карте. Компас, типы компасов. Азимут. Определение азимута на карте и на местности. Движение по азимуту. Работа с картой и компасом. Измерение расстояния на карте и на местности. Определение расстояния на глаз и

шагами.

**Практические занятия:** Топографические диктанты, игры.

Изображение рельефа местности при помощи песка, пластилина.

Изображение ярко выраженного рельефа местности на бумаге. Сличение карты и местности при проведении выхода на местность. Движение по азимуту на открытом месте и в лесу различной проходимости. Взятие азимута на различные местные предметы. Преодоление отрезков различной длины шагом. Прохождение простейших азимутальных дистанций с контролем расстояния.

#### **5. Возможности родного края для проведения туристских соревнований.(18 ч.)**

##### **Теоретические занятия**

Территория и границы родного края. История края. Настоящее и будущее края. Экскурсионные объекты на территории края. Природные памятники на территории края.

**Практические занятия:** Экскурсии. Работа с литературой по истории края.

#### **6. Природоохранная деятельность. .( 3 ч.)**

##### **Теоретические занятия**

Значение природы в жизни человека. Общественно полезная деятельность туристов по охране природы во время проведения туристского путешествия и на месте базового лагеря. Соблюдение правил противопожарной безопасности в лесу. Сохранность водоема в районе проведения соревнований. Заготовка дров для костра, запрет самовольных порубок.

#### **7. Первая доврачебная помощь на слетах и соревнованиях. .( 3 ч.)**

##### **Теоретические занятия**

Врачебный контроль и самоконтроль. Субъективные данные самоконтроля, меры предупреждения переутомления. Гигиенические требования в походе, требования к одежде, обуви.

Медицинская аптечка, набор лекарств и их применение. Признаки заболеваний. Травматизм. Профилактика заболеваний и травм. Способы транспортировки пострадавшего. Ушибы, растяжения, разрывы связок, мышц и сухожилий. Кровотечения и их виды, остановка кровотечения. Первая помощь при повреждении костей. Помощь при высокой температуре. Помощь утопающему. Помощь при желудочных и простудных заболеваниях, укусах ядовитых насекомых и пресмыкающихся.

## **8. Организация и проведение туристских слетов.(33 ч.)**

### **Теоретические занятия**

Виды и характер соревнований слета. Участники слета. Возрастные группы, порядок допуска участников к соревнованиям. Заявки на участие в соревнованиях. Судейская коллегия вида соревнований; требования, предъявляемые к судейскому опыту ее членов. Права и обязанности судей, организация их работы. Определение результатов соревнований. Методика организации работы судейской коллегии. Распределение мест между командами.

**Практические занятия:** участие в организации и судействе туристского слета школьников.

## **9. Организация и судейство КТМ.(21 ч.)**

### **Теоретические занятия**

Содержание соревнований, их командный характер. Длина маршрутов, количество этапов. Участники соревнований. Содержание этапов и заданий. Организация старта и финиша. Судейская коллегия вида, обязанности судей. Построение маршрута, расчет времени на прохождение маршрута. Порядок определения результатов соревнований. Картографическое обеспечение соревнований. Организация судейства отдельных этапов. Необходимая документация.



**Практические занятия:** Разработка условий проведения соревнований. Разработка маршрута по карте, проверка его на местности. Постановка контрольных пунктов. Подготовка документации. Участие в судействе соревнований на различных должностях.

#### **10. Организация и судейство соревнований по технике пешеходного туризма. (18 ч.)**

##### **Теоретические занятия**

Содержание вида . состав судейской коллегии. Обязанности начальника дистанции и судей на этапах. Туристская полоса препятствий, ее отличие от эстафеты. Примерные элементы полосы препятствий и эстафеты. Оборудование этапов. Требования к месту старта и финиша, к местам расположения участников и зрителей. Организация знакомства участников и капитанов команд с дистанцией, способами преодоления этапов. Работа секретариата и организация информации о ходе соревнования. Зачет результатов и подведение итогов. Обеспечение безопасности при проведении соревнований: проверка безопасности прохождения этапов, организация консультаций по правильному преодолению технически сложных этапов, проверка инвентаря и снаряжения на прочность. Прием дистанции судьей-инспектором.

**Практические занятия:** Участие в подготовке туристской полосы препятствий: выбор района, расстановка и оборудование этапов. Судейство соревнований по туристской технике. Работа в различных бригадах: старта и финиша, секретариата, судей на этапах. Разбор дистанции, действий участников и судей.

#### **11. Организация и судейство соревнований по технике велотуризма.(18 ч.)**

##### **Теоретические занятия**

Содержание вида. Состав судейской коллегии. Обязанности начальника дистанции и судей на этапах.

Примерные элементы полосы препятствий и эстафеты. Оборудование этапов. Требования к месту старта и финиша, к местам расположения участников и зрителей. Организация знакомства участников и капитанов команд с дистанцией, способами преодоления этапов. Работа секретариата и организация информации о ходе соревнования. Зачет результатов и подведение итогов. Обеспечение безопасности при проведении соревнований: проверка безопасности прохождения этапов, организация консультаций по правильному преодолению технически сложных этапов, проверка инвентаря и снаряжения на прочность. Прием дистанции судьей-инспектором.

**Практические занятия:** Участие в подготовке дистанции: выбор района, расстановка и оборудование этапов. Судейство соревнований велотехнике. Работа в различных бригадах: старта и финиша, секретариата, судей на этапах. Разбор дистанции, действий участников и судей.

## **12. Организация и судейство соревнований по технике водного туризма. (18 ч.)**

### **Теоретические занятия**

Содержание вида. Состав судейской коллегии. Обязанности начальника дистанции и судей на этапах. Примерные элементы полосы препятствий и эстафеты. Оборудование этапов. Требования к месту старта и финиша, к местам расположения участников и зрителей. Организация знакомства участников и капитанов команд с дистанцией, способами преодоления этапов. Работа секретариата и организация информации о ходе соревнования. Зачет результатов и подведение итогов. Обеспечение безопасности при проведении соревнований: проверка безопасности прохождения этапов, организация консультаций по правильному преодолению технически сложных этапов, проверка инвентаря и снаряжения на прочность. Прием дистанции судьей-инспектором.

**Практические занятия:** Участие в подготовке дистанции: выбор района, расстановка и оборудование этапов. Судейство соревнований технике водного туризма. Работа в различных бригадах: старта и финиша, секретариата, судей на этапах. Разбор дистанции, действий участников и судей.

### **13. Организация и судейство соревнований по спортивному ориентированию. (18 ч.)**

#### **Теоретические занятия**

Виды и характер соревнований по спортивному ориентированию. Допуск спортсменов к соревнованиям и отстранение от участия в них. Протесты и заявления, сроки их подачи и порядок рассмотрения. Составы судейских бригад, права и обязанности судей. Работа главной судейской коллегии, секретариата. Служба дистанции, ее состав и работа по подготовке соревнований и в ходе их проведения. Стартовые и финишные бригады. Требования к местности и дистанциям соревнования. Длина дистанции, ее обозначение на карте и оборудование на местности. Требования к карте соревнований. Контрольное время прохождения дистанции. Особенности судейства различных видов соревнований. Определение результатов в соревнованиях. Работа службы информации. Форма документации соревнований по ориентированию. Обеспечение безопасности в соревнованиях по спортивному ориентированию: требования к выбору района соревнований, его ограничение, проверка опасных мест на дистанции. Информация участников о действиях в случае потери ориентировки. Работа контрольно-спасательного отряда. Организация поиска заблудившихся участников. Медицинское обеспечение соревнований.

**Практические занятия:** Принять участие в судействе соревнований по спортивному ориентированию в составе бригады старта, финиша, секретариата. Принять участие в подготовке дистанции: в планировании ее на карте и постановке контрольных пунктов на местности. Принять участие в корректировке спортивной карты, ее вычерчивании.

#### **14. Организация и судейство незачетных видов и конкурсов.(18 ч.)**

##### **Теоретические занятия**

Организация проведение тематических конкурсов. Организация и проведение тематических викторин. Организация показательных выступлений опытных туристов и спортсменов. Организация и проведение конкурса самодеятельности , туристской песни. Меры безопасности при проведении незачетных видов и конкурсов.

**Практические занятия:** Принять участие в организации и судействе одного конкурса.

#### **15. Практические навыки судейства соревнований.(21 ч.)**

##### **Теоретические занятия**

Отработка практических навыков организации и судейства различных видов соревнований.

**по окончании курса обучения учащиеся должны**

***знать:*** - правила судейства туристских соревнований;

- правила оказания первой доврачебной помощи на слетах и соревнованиях;
- виды и характер всетуристско-спортивных соревнований;
- права и обязанности судей, организацию их работы;
- методику организации работы судейской коллегии;

***Уметь:*** - разработать положение о соревнованиях;

- организовать работу судейской коллегии любого вида туристско-спортивных соревнований;
- осуществлять судейство на всех этапах соревнований различных видов.

### ***ЛИТЕРАТУРА:***

1. Абуков А.Х. Туризм сегодня и завтра;
2. Алешин В.М., Калиткин Н.Н. Соревнования по спортивному ориентированию.
3. Великорецкий А.Н. Первая помощь до прихода врача.
4. Васильев И.В. В помощь организаторам и инструкторам туризма.
5. Иванов Е.И. Судейство соревнований по спортивному ориентированию.
6. Штюмер Ю.А. Опасности в туризме, мнимые и действительные.
7. Кодыш Э.Н. «Соревнования туристов» - М.:«ФиС»,1990.
8. Константинов Ю.С., «Туристские соревнования учащихся» - М.: ЦДЮТиК МО РФ, 2000.
9. Кошельков С.А., «Обеспечение безопасности при проведении слетов и туристских соревнований учащихся» - М.: ЦДЮТ МО РФ,1997.



