

### **6.9. Туристский поход с проверкой туристских навыков**

Выполнение норматива испытания (теста) «Туристский поход с проверкой туристских навыков» (далее – «Туристский поход») проводится в виде прохождения пешеходного или лыжного маршрута протяженностью не менее указанного количества километров, установленных государственными требованиями Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к

труду и обороне» (ГТО) с III по IX ступени, и проверки туристских навыков с III по VII ступени при прохождении маршрута. Выполнение нормативов проводится, как правило, в природной среде; характер маршрута (тропы, грунтовые дороги, бездорожье и т.д.), наличие и вес рюкзака не регламентируются.

Прием нормативов проводится центрами тестирования. Для оценки выполнения нормативов испытания (теста) в состав судейских бригад центра тестирования могут включаться представители федераций спортивного туризма, центров и станций юных туристов, туристских клубов, и других структур, развивающих спортивный туризм, спортивные судьи по видам спорта «спортивный туризм», «спортивное ориентирование», а также лица, имеющие звание «Туристский организатор», «Инструктор детско-юношеского туризма» или «Инструктор туризма».

Норматив «Туристский поход» выполняется в составе туристской группы в количестве не более 15 человек на одного руководителя. В III-V ступенях туристская группа комплектуется из обучающихся в количестве от 8 до 20 человек и возглавляется как минимум двумя совершеннолетними руководителями.

Перед тестированием для участников проводится инструктаж, включающий основные правила безопасного поведения в туристском походе.

Проверяется соответствие личной одежды и обуви участников погоде и виду туристского похода. Группа должна быть обеспечена медицинской аптечкой. Определяется направляющий и замыкающий и порядок связи между ними.

При приеме норматива для III-VII ступеней обязательна проверка туристских навыков. Проверка туристских навыков проводится при прохождении маршрута при участии представителей центров тестирования.

#### **Основные навыки, необходимые участнику туристского похода**

##### **Должен знать порядок действий:**

- в случае возникновения опасных явлений и стихийных бедствий;
- в случае потери ориентировки;
- в случае получения травмы или заболевания.

##### **Должен уметь:**

- подготовить личное и общественное снаряжение для участия в туристском походе;
- выбрать место бивуака, установить палатку, заготовить дрова, развести и поддерживать костер;
- составить перечень продуктов для приготовления обеда на костре;
- передвигаться по различным видам рельефа, в лесу, преодолевать овраги, склоны, чащобные и заболоченные участки, другие естественные и искусственные препятствия;
- ориентироваться на местности: работать с картой и компасом, определять точку своего стояния, действия в случае потери ориентировки; определять стороны горизонта по небесным светилам и местным предметам;
- оказывать первую помощь при ушибах, ссадинах, потертостях, порезах; при переломах верхних и нижних конечностей;
- владеть приемами наложения повязок и элементарными приемами транспортировки пострадавшего.

### **Место тестирования**

Проведение испытания проводится как в природной среде, так и на искусственном рельефе.

Местом проведения тестирования является участок местности (площадка), содержащий необходимый набор естественных или искусственных препятствий.

### **Дистанция проведения испытаний**

Дистанция должна быть спланирована так, чтобы:

- участники не пересекали опасные места (железнодорожные пути, дороги с интенсивным движением транспорта и т.п.), не передвигались по запретным для движения территориям (посевы, лесопосадки и т.п.), через неблагоприятные в экологическом отношении участки (свалки, отстойники очистных сооружений и т.п.);
- для успешного ее прохождения в равной мере требовалась физическая и техническая подготовка;
- было соблюдено равенство условий для всех участников.

### **Форма одежды и требования к снаряжению**

Одежда и обувь должна обеспечивать работоспособность участника и не наносить повреждений судейскому снаряжению, собственному снаряжению, а также оборудованию дистанции.

Пригодность и исправность снаряжения, обеспечивающего безопасность, проверяется судьей при группе участников.

В случае неисправности снаряжения участники к тестированию не допускаются.

### **Техническое обеспечение группы на маршруте**

Ответственность за комплектность и качество снаряжения лежит на участниках туристской группы.

Количественный состав и качество необходимого снаряжения определяется особенностями маршрута, его сложностью, препятствиями, районом проведения, сезоном.

### **Рекомендуемый набор навыков**

Для получения бронзового знака отличия необходимо продемонстрировать владение не менее 3 навыками, для получения серебряного знака отличия – не менее чем 5 навыками, для получения золотого знака отличия – не менее чем 7 навыками.

**Установка палатки** (группой не более 4 человек) или организация ночлега в природной среде. Рекомендуется использовать 2-3 местные палатки (типа «домик» или каркасные сферические палатки). Время на установку палатки типа «домик» – до 10 минут, каркасной – до 15 минут.

### **Укладка рюкзака**

Необходимо продемонстрировать правильную укладку рюкзака, используя тяжелые и легкие предметы.

**Разведение костра** (без учета времени на заготовку дров) – до 10 минут.

### **По выбору организаторов:**

- типы костров (нодья, таежный и т.д.)
- методы разжигания костра, подготовка кострища (в случае отсутствия специально оборудованного для костра места);

Рекомендуется кипятить воду или пережигать нитку. Разрешается

использовать для разжигания только природные материалы и любое количество спичек, но одновременно можно зажигать только одну. Объем воды – 1 литр.

При пережигании нитки, расположенной на 20 см выше уложенных дров, уровень укладки хвороста ограничивается проволокой, натянутой на высоте 30-50 см.

Финишем является обрыв пережигаемой нити или, при кипячении воды, - доведение до состояния «белого ключа».

**Преодоление от 2 до 4-х естественных препятствий (условных) без учета времени (по усмотрению организаторов):**

*Подъем, траверс, спуск по травянистому склону.* Этап оборудуется на склоне крутизной 15-20 градусов, протяженность каждого участка до 30 метров.

*Подъем по склону с альпенштоком.* Этап оборудуется на травянистом или на незадернованном склоне крутизной 20-40 градусов, протяженность до 40 метров.

*Переправа по заранее уложенному бревну.* Длина бревна от 5 до 10 метров, диаметр 20-30 см.

*Траверс, спуск по склону с альпенштоком.* Этап оборудуется на травянистом или на незадернованном склоне крутизной 20-40 градусов, протяженность каждого участка до 40 метров.

*Преодоление заболоченного участка по кочкам.* Участок протяженностью до 15 метров, кочки могут быть искусственными. Кочки устанавливаются зигзагообразно так, чтобы в середине этапа происходила вынужденная смена толчковой ноги.

*Преодоление болота по жердям (сланям, гати).* Протяженность этапа 20-25 метров.

*Преодоление чащобного, буреломного участка.* Длина чащобного участка (завала) – до 20 метров.

*Переправа по бревну с перилами (веревками).* Длина бревна от 5 до 10 метров, диаметр 20-30 см.;

*Спуск, подъем по склону при помощи перил (веревок).* Этап оборудуется на травянистом или на незадернованном склоне крутизной 20-40 градусов, протяженность до 40 метров.

## **Вязка узлов**

Тестируемые должны продемонстрировать навыки вязки 2-х или 3-х узлов из следующих шести: прямой, встречный, проводник, схватывающий, брамшкотовый, восьмерка.

## **Навыки ориентирования**

Тестируемые должны в течение 3 минут определить азимут на заданный предмет с точностью до 10 градусов,

- или принять участие в соревнованиях по ориентированию.

**Оказание первой помощи** (без учета времени) по выбору организаторов.

Участник выполняет следующее задание:

- рассказывает о порядке оказания первой помощи или демонстрирует наложение шины при закрытом переломе ноги (руки);

- отвечает на вопросы (тестирование) по действиям в случае обморожения, ожога, теплового удара, поражения молнией, отравления, кровотечения.

**Способы транспортировки пострадавшего** – один из трех предложенных (на волокуше, на руках, на импровизированных носилках).

## **Экологические навыки:**

- утилизация, сбор и вынос мусора;

- восстановление природной среды на местах разведения костра и организации привалов;

- расчистка и благоустройство родников.

Помимо рекомендуемых, организаторы могут включать до 3 навыков (без учета времени), способствующих обеспечению безопасности, характерных для вида туризма, возрастной категории сдающих норматив, времени года и широко использующиеся в туристских походах данного региона.

## **Проверка навыков**

Навыки проверяются практическим путем в ходе выполнения заданий и преодоления естественных препятствий на маршруте во время проведения туристского похода, на туристских слетах и соревнованиях.

В центрах тестирования рекомендуется проверку навыков проводить в форме туристской полосы препятствий, включая в этапы различные задания.

Участие возможно как индивидуальное, так и в составе команды.

Отчетным документом о совершении туристского похода является:

- приказ по образовательной организации о совершении похода;
- маршрутный лист или маршрутная книжка установленного образца;
- протокол о приемке туристских навыков для III-VII ступеней;
- протокол, справка или выписка из протокола о совершении участником туристского похода (маршрута), включенного в программу туристского мероприятия.

При продолжительности туристского похода свыше одного дня с организацией ночлега в полевых условиях, зафиксированного в представленных документах (маршрутный лист, маршрутная книжка, справка о совершенном походе), отдельная проверка туристских навыков не проводится, а участникам засчитывается сдача норм золотого знака отличия.

На основании указанных выше документов представитель центра тестирования формирует Протокол по виду испытания (тесту) «Туристский поход» установленного образца.

**Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:**

- нарушение правил охраны природы, памятников истории и т. п.;
- использование посторонней помощи;
- действия, вызывающие опасность для участников, судей или зрителей;
- невыполнение требований судей.