



Управление образования администрации Нижнесергинского
муниципального района

**Положение
о проведении районного туристического слёта «Осень-2024»**

г. Нижние Серги
2024 г.

1. Цели и задачи

Традиционный туристический слет проводится в целях дальнейшего развития пешеходного туризма: повышение спортивного, технического, тактического мастерства туристов; обмена опытом, укрепление дружеских связей, а также в целях использования туризма для укрепления здоровья и организации досуга среди детей и подростков.

2. Руководство проведения

Проведение районного турслета осуществляет Управление образования администрации Нижнесергинского муниципального района, МКОУ СОШ № 8 пгт.Атиг, МКУДО «Нижнесергинский ЦДОД»

3. Время и место проведения

Районный туристический слет проводится 20 сентября на территории пгт. Атиг «Листвянка».

- Заезд команд 9:15-9:45
- Открытие туристического слёта 10:00

4. Участники соревнований

В районном слете участвуют команды всех школ района. Команда состоит из 6-12 человек обучающихся 8 – 11 классов.

5. Программа соревнований

10.00 Открытие соревнований (название, девиз, эмблема)

10.30 Туриада

12.00 Боевой листок

12.30 Туристическое блюдо, конкурс биваков

13:00 Туристическая песня

14.00 Награждение, закрытие соревнований

6. Описание конкурсов

Туриада

1. Установка палатки (традиционной с колышками);
2. Спортивное ориентирование по азимуту и сторонам света;
3. Оказание первой медицинской помощи и транспортировка пострадавшего: теоретический блок (укус клеща, кровотечение, пищевое отравление)

- практический блок (предплечья);
4. Укладывание рюкзака;
 5. Преодоление препятствий;
 6. Определение 5 лекарственных растений (Приложение № 2);
 7. Разжигание костра.

Боевой листок

Выполняется на месте проведения турслёта.

Размер А3.

В командный зачет конкурс не входит.

Туристическое блюдо

Конкурсный обед состоит из одного блюда.

Оценка: внешний вид, питательность, калорийность, соответствие туристическому рациону (Приложение № 3).

Конкурс биваков

Бивак должен быть организован в соответствии с условиями безопасности и комфорта в походных условиях.

Оценка: оформление места, безопасность бивака, наличие места для отдыха, наличие оформленного стола, обозначение костра, место для мусора.

Туристическая песня

Выступающие могут быть как отдельные участники, так и вся команда. Время выступления 3 – 5 минут. На выступление разрешается использовать минус и гитару.

Оценка: содержательность, соответствие тематике, эмоциональность

7. Необходимое снаряжение

1. Запас продуктов
2. Теплые вещи
3. Сменная обувь
4. Компас, аптечка
5. Посуда для приготовления пищи

8. Обеспечение безопасности

Ответственность за безопасность и сохранность жизни участников возлагается на руководителей команд.

9. Система подведения итогов

В туриаде учитывается общее время команды, затраченное на все этапы. На каждом этапе может быть не более 3-х штрафных очков. Одно штрафное очко увеличивает общее время на 10 секунд. Первое место определяется по наименьшему времени, затраченному командой на всех этапах туриады. Очки присуждаются: 1 место- 15 очков, 2- 12 очков, 3- 10 очков, 4- 8 очков, 5- 7 очков, 6- 6 очков, 7 – 5 очков, 8 – 4 очка, 9- 3 очка. 10 – 2 очка, 11-1 очко, 12 – 0 очков.

Каждый дополнительный конкурс оценивается:

1 место- 4 очка

2 место- 3 очка

3 место -2 очка

Остальные- 1 очко

Общее место команды складывается из очков набранных командой на туриаде и дополнительных конкурсах.

10. Награждение

Команды – победители награждаются грамотами Управления образования администрации Нижнесергинского муниципального района и ценными подарками.

11. Порядок и сроки подачи заявок

Предварительные заявки (приложение № 1) направляются на эл. адрес: nsergi_16@mail.ru для Абеновой А.С. до 09.08.2024 г.

**Заявка на участие
в районном туристическом слете**

Команда _____
(название команды)

№	Фамилия, имя, отчество	Дата рождения	Образовательная организация, класс	Медицинский допуск

Руководитель команды (Ф.И.О. полностью, телефон)

ЛЕКАРСТВЕННЫЕ РАСТЕНИЯ УРАЛА

ЗВЕДЧАТКА СРЕДНЯЯ, МОКРИЦА

Небольшое травянистое растение из семейства гвоздичных с мелкими овальными листочками, нежными, влажными на ощупь, стебелек лежачий, часто оплетает сырые огороды, канавы.

Применяется звездчатка при сердечных болях снимает болевые ощущения, свежее растение обладает бактерицидными свойствами и способствует заживлению ран.



ЗВЕРОБОЙ ПРОДЫРЯВЛЕННЫЙ

Многолетнее травянистое растение из семейства зверобойных, стебель прямой, достигает 30-60 см высоты.

На Руси его считали универсальным лечебным средством. Его используют как вяжущее средство при поносах, при стоматитах, для укрепления десен, уничтожения запаха изо рта. Лечат язвы, раны



ЗЕМЛЯНИКА ЛЕСНАЯ

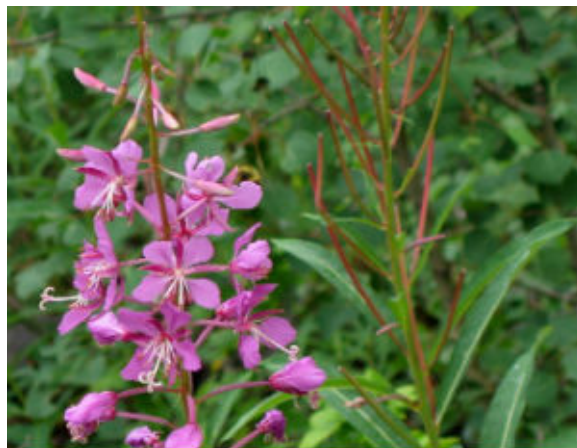
Общеизвестное травянистое растение из семейства розоцветных, с бурым корневищем и стелющимися укореняющимися побегами. Листья сложные, тройчатые, крупнозубчатые, сверху почти голые, снизу - волосистые. Белые цветки с подчашием и многочисленными тычинками и пестиками. Плод - ярко-малиновая ароматная ягода.



Настой листьев используют при астме и как кровоостанавливающее, а также при раке гортани. Настой цветков употребляют при болезнях сердца, гипертонии.

КИПРЕЙ, ИВАН-ЧАЙ

Красивое цветущее растение из семейства кипрейных, высотой до 150 см, с лилово-пурпурными, иногда розоватыми цветами, собранными в высокие кисти.



В народной медицине настой кипрея употребляют от головной боли, при нарушении обмена и язве желудка (заваривают цветущие верхушки и пьют как чай). Порошком листьев присыпают раны, а отвар листьев пьют при золотухе, желудочных заболеваниях и как снотворное, при воспалении уха, горла и носа. Из корневища делают муку и пекут хлеб.

КЛЮКВА БОЛОТНАЯ

Стелющийся мелкий полукустарничек из семейства брусничных, до 80 см длины, с зимующими мелкими узкими листочками. Темно-розовые поникшие цветочки появляются в июне-июле.. Но в любом случае, она благотворно действует на деятельность пищеварительных желез, возбуждает аппетит.



Приготовленная с медом клюква помогает при простуде, ревматизме, ангине, гипертонии, пиелонефрите.

Приложение № 3

Список продуктов для походного блюда

1. Крупы:

- Рис
- Гречка
- Макароны

2. Консервы:

- Рыбные
- Говядина или курица

3. Овощи (можно брать как свежие, так и консервированные):

- Картофель
- Морковь
- Лук

4. Специи и приправы:

- Соль
- Перец
- Лавровый лист
- Чеснок (сухой или свежий)

5. Мясо

- Куриные грудки или фарш
- Говядина