УСЛОВИЯ ДИСТАНЦИИ «ТУРИСТСКАЯ ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ»

**Группа начальной подготовки, мальчики/девочки**

1.Участник двигается по дистанции на лыжах.

2.Наличие перчаток у участника-обязательно.

**СТАРТ**

1.ЭТАП. **Тонкий лед**

Действия: Участник двигается по этапу на лыжах, темляки палочек сняты с рук, движение происходит только при помощи толчков палочками, лыжи не должны отрываться от поверхности трассы, ноги зафиксированы вместе.

При падении, участник восстанавливает свое положение на лыжах и продолжает движение.

2.ЭТАП. **Переправа по жердям, лагам на лыжах**

Действия: Участник двигается на лыжах, по параллельно уложенным на лаги жердям.

При падении с жердей, участник восстанавливает положение на жердях и двигается дальше.

3.ЭТАП. **Крутой подъем на лыжах.**

Действия: Участник преодолевает крутой подъем на лыжах любым способом (лесенка, елочка), темляки палочек сняты с рук.

При падении участник восстанавливает положение и продолжает движение.

4.ЭТАП. **Спуск на лыжах с остановкой в заданном квадрате.**

Действия: Участник преодолевает спуск по склону на лыжах с остановкой в заданном квадрате.

При падении участник восстанавливает положение и продолжает движение.

При остановке не в квадрате, участник возвращается в заданный квадрат и после этого продолжает движение по дистанции

5. ЭТАП. **Транспортировка контрольного груза.**

Действия: Участник, пристегнув к себе, транспортирует сани-волокуши с грузом.

6.ЭТАП. **Переправа по узкому снежному мосту.**

Действия: Участник осуществляет переправу по узкому снежному мосту на лыжах, темляки палочек сняты с рук.

При падении, участник восстанавливает свое положение на лыжах и продолжает движение.

**ФИНИШ**

Отв. Педагог д/о МБУ ДО СДЮТЭ Южанин М.А.