

**ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ГОРОДСКИХ СОРЕВНОВАНИЙ  
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ» 13.05.2015**

Тренировки для участников проводятся по предварительному согласованию с педагогами  
дополнительного образования МБОУДО «ГЦД(ю)ТТ г. Юрги»:

**телефон 6 75 39, подразделение «Искатель», ул. Машиностроителей, 14,  
педагоги: Дешевых Татьяна Николаевна, Архипов Александр Васильевич.**

**Общие условия.**

1. Соревнования проводятся в соответствии с Правилами организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации.
2. Дистанция проходится командой в полном составе, количество работающих на этапах участниках оговорено в условиях.
3. Запрещается нахождение на дистанции (за исключением специально отведенных смотровых площадок) представителей и тех участников, которые в этот момент еще не стартовали или уже финишировали, в том числе фотографов от команд.
4. Команда не менее чем за 5 минут до старта проходит предстартовую проверку в зоне старта, на которой проверяется снаряжение. Команда не выпускается на дистанцию до полного выполнения всех требований судьи. Команда, опоздавшая к старту более чем на 5 минут, к старту не допускается.
5. Дистанция заключается в последовательном прохождении технических этапов от старта к финишу. На дистанции разрешается лидирование, но команда допускается к работе на этапе в количестве, достаточном для выполнения технических приёмов. Отсечки производятся в случае, если этап занят другой командой, с учётом вышеизложенных условий.
6. Команда движется от старта до финиша по маркированному коридору
7. Пропуск (непрохождение) этапа ведет к снятию команды с данного этапа.
8. Результат команды определяются по сумме времени прохождения дистанции и штрафов времени с учетом снятий с этапов. В случае равенства преимущество получает команда с меньшим штрафом. Команды, имеющие снятие с этапа (этапов) занимают места после команд, полностью прошедших дистанцию.

**Экипировка участников.**

9. Одежда участника должна закрывать все тело от запястий до щиколоток, гарантировать защиту от ветра и дождя; обувь – обеспечивать комфорт при движении, защищать стопу, на устойчивой, нескользкой подошве.
10. Команды старшей и средней групп должны иметь при себе рукавицы или перчатки, изготовленные из плотного материала, целые – без повреждения рабочей поверхности. Участник обязан находиться в рукавицах или перчатках при выполнении следующих технических приемов:
  - спуск по перилам;
  - выполнение страховки.
11. Команды должны иметь при себе:
  - младшая группа – 1 бинт шириной 5-7 см;
  - средняя и старшая группа – 2 бинта шириной 7-10 см.
12. При невыполнении указанных условий, судейская коллегия оставляет за собой право не допустить команду к соревнованиям.

## Параметры, оборудование и условия прохождения этапов дистанции

### Младшая возрастная группа (10-12 лет)

Длина дистанции – 190 метров; количество этапов – 8.

#### Старт.

Расстояние до этапа – 10 м.

#### Этап 1. «Спасательные работы на воде».

*Оборудование:* конец Александрова и спасательный круг (судейские).

*Задание:* один участник бросает конец Александрова (спасательный круг) «плывущему пострадавшему», то есть в заданный участок с расстоянием не более 6 метров. Команде дается 3 попытки.

*Примечание. Правила использования спасательного конца Александрова.*

Надевают малую петлю на левую руку, затем, взяв в правую руку петлю с поплавками и 4-5 шлагов конца, делают 2-3 круговых размаха вытянутой рукой, бросают конец вперед вверх по направлению к утопающему.

#### Этап 2. «Доврачебная помощь».

*Оборудование:* 1 бинт шириной 5-7 см (КОМАНДНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ!).

*Задание:* команда оказывает условно «пострадавшему» доврачебную помощь.

Расстояние до этапа – 10 м.

#### Этап 3. «Переправа по «бревну» (горизонтальным маятником).

*Параметры:* длина этапа – 5 м, длина ОЗ – 4 м, КВ=3 минут.

*Оборудование:* «бревно», опора – судейский маятник.

*Действия:* этап проходится с использованием судейской маятниковой веревки как опорной точки. В случае падения с бревна участник возвращается на исходную сторону и повторяет попытку. Попыткой считается прохождение бревна за судейскую отметку.

После третьей попытки участник снимается с этапа.

Расстояние до этапа – 10 м.

#### Этап 4. Переправа «бабочка».

*Параметры:* длина этапа – 10 м, длина ОЗ – 8 м, КВ=5 минут.

*Оборудование:* судейские параллельные перила, скрепленные 2 карабинами.

*Действия:* участники проходят этап, стараясь не коснуться земли и не упасть. В случае касания или падения участник повторяет попытку заново. После третьей попытки участник снимается с этапа.

Расстояние до этапа – 20 м.

#### Этап 5. «Переправа по веревке с перилами - «параллельные перила».

*Параметры:* длина этапа – 10 м, длина ОЗ – 8 м, КВ=3 минут.

*Оборудование:* судейские параллельные перила.

*Действия:* участники проходят по параллельно натянутым судейским перилам. Срыв с нижних перил, повисание расценивается как не прохождение этапа, участник повторяет попытку заново. После третьей попытки участник снимается с этапа.

Расстояние до этапа – 25 м.

#### Этап 6. «Туристские узлы».

*Оборудование:* репшнуры

*Действия:* каждый участник выполняет 1 туристский узел (задание определяется жеребьевкой). Узлы: булинь, грейпвайн, проводник «восьмерка», встречный, штык (задание определяется жеребьевкой).

Расстояние до этапа – 20 м.

Этап 8. «Топография».

*Параметры:* КВ=1 минута.

*Оборудование:* топографическая карта местности.

*Действия:* участники за 1 минуту должны назвать как можно больше объектов, изображенных на карте топографическими знаками.

Расстояние до этапа – 20м.

Финиш.

## Средняя возрастная группа (13-14 лет)

Длина дистанции – 180 метров; количество этапов – 9.

### Старт.

Расстояние до этапа – 10 м.

#### Этап 1. «Спасательные работы на воде».

*Оборудование:* конец Александрова и спасательный круг (судейские).

*Задание:* один участник бросает конец Александрова «плывавшему пострадавшему», то есть в заданный участок с расстояния не более 10 метров. Команде дается 3 попытки.

*Примечание.* Правила использования спасательного конца Александрова.

Надевают малую петлю на левую руку, затем, взяв в правую руку петлю с поплавками и 4-5 шлагов конца, делают 2-3 круговых размаха вытянутой рукой, бросают конец вперед вверх по направлению к утопающему.

#### Этап 2. «Доврачебная помощь».

*Параметры:* контрольное время (КВ)=5 минут.

*Оборудование:* шина, коврик, спальный мешок, пакет гипотермический, 2 бинта шириной 7-10 см (КОМАНДНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ!).

*Задание:* команда оказывает условно «пострадавшему» доврачебную помощь.

#### Этап 3. «Транспортировка пострадавшего».

*Параметры:* длина этапа – 15м, КВ=5 минут.

*Оборудование:* жерди (продольные и поперечные), веревка, репшнуры, тур. коврик.

*Задание:* команда изготавливает носилки, используя предложенное оборудование, и транспортирует пострадавшего.

Расстояние до этапа – 10м.

#### Этап 4. «Навесная переправа».

*Параметры:* длина этапа – 15м., длина ОЗ – 10м, КВ = 4 минуты.

*Оборудование:* судейские двойные перила.

*Действия:* этап проходится на карабине, включенном в беседку страховочной системы.

Допускается движение на двух карабинах.

Расстояние до этапа – 10м.

#### Этап 5. Переправа по «бревну» (горизонтальным маятником).

*Параметры:* длина этапа – 5м, длина ОЗ – 4 м, КВ=3 минут.

*Оборудование:* «бревно», опора – судейский маятник.

*Действия:* этап проходится с использованием судейской маятниковой веревки как опорной точки.

Расстояние до этапа – 10м.

#### Этап 6. «Траверс».

*Параметры:* длина этапа – 20м., длина ОЗ – 18 м, КВ=2 минуты.

*Оборудование:* судейские перила.

*Действия:* участок (этап) проходится участником без потери самостраховки.

Расстояние до этапа – 10м.

#### Этап 7. Переправа по веревке с перилами - «параллельные перила».

*Параметры:* длина этапа – 10м, длина ОЗ – 8 м, КВ=3 минут.

*Оборудование:* судейские параллельные перила.

*Действия:* участники проходят по параллельно натянутым судейским перилам. Срыв с нижних перил, повисание расценивается как не прохождение этапа, участник повторяет попытку заново. После третьей попытки участник снимается с этапа.

Расстояние до этапа – 25м.

Этап 8. «Туристские узлы».

*Параметры:* КВ=2 минуты.

*Оборудование:* репшнуры

*Действия:* каждый участник выполняет 1 туристский узел (задание определяется жеребьевкой). Узлы: булинь, грейпвайн, проводник «восьмерка», встречный, штык (задание определяется жеребьевкой).

Расстояние до этапа – 20м.

Этап 9. «Топография».

*Параметры:* КВ=1 минута

*Оборудование:* топографическая карта местности.

*Действия:* участники за 1 минуту должны назвать как можно больше объектов, изображенных на карте топографическими знаками.

Расстояние до этапа – 20м.

Финиш.

Расстояние до этапа – 20м.

Финиш.

## Старшая возрастная группа (15-18 лет)

Длина дистанции – 215 метров; количество этапов – 10.

### Старт.

Расстояние до этапа – 10 м.

#### Этап 1. «Спасательные работы на воде».

*Оборудование:* конец Александрова (спасательный круг).

*Задание:* один участник бросает конец Александрова «плывавшему пострадавшему», то есть в заданный участок с расстояния не более 10 метров. Команде дается 3 попытки.

*Примечание.* Правила использования спасательного конца Александрова.

Надевают малую петлю на левую руку, затем, взяв в правую руку петлю с поплавками и 4-5 шлагов конца, делают 2-3 круговых размаха вытянутой рукой, бросают конец вперед вверх по направлению к утопающему.

#### Этап 2. «Доврачебная помощь».

*Параметры:* контрольное время (КВ)=5 минут.

*Оборудование:* шина, коврик, спальный мешок, пакет гипотермический, 2 бинта шириной 7-10 см (КОМАНДНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ!).

*Задание:* команда оказывает условно «пострадавшему» доврачебную помощь.

#### Этап 3. «Транспортировка пострадавшего».

*Параметры:* длина этапа – 15м, КВ=5 минут.

*Оборудование:* жерди (продольные и поперечные), веревка, репшнуры, тур. коврик.

*Задание:* команда изготавливает носилки, используя предложенное оборудование, и транспортирует пострадавшего.

Расстояние до этапа – 10м.

#### Этап 4. «Транспортировка пострадавшего по навесной переправе».

*Параметры:* длина этапа – 15 м., длина ОЗ – 10 м, КВ = 7 минут.

*Оборудование:* судейские двойные перила.

*Действия:* команда организует сопровождение и переправляет пострадавшего (с использованием судейского оборудования) и членов команды на целевой берег по судейским перилам.

Расстояние до этапа – 10м.

#### Этап 5. Переправа по «бревну» (горизонтальным маятником).

*Параметры:* длина этапа – 5м, длина ОЗ – 4 м, КВ=3минут.

*Оборудование:* «бревно», опора – судейский маятник.

*Действия:* этап проходится с использованием судейской маятниковой веревки как опорной точки.

Расстояние до этапа – 10м.

#### Этап 6. «Траверс».

*Параметры:* длина этапа – 20м., длина ОЗ – 18 м

*Оборудование:* судейские перила.

*Действия:* участок (этап) проходится участником без потери самостраховки.

Расстояние до этапа – 10м.

Блок этапов (проходятся без потери самостраховки)

#### Этап 7. Подъём по наклонной навесной переправе. КВ=10 мин.

*Параметры:* длина этапа – 25 м., длина ОЗ – 23 м, набор высоты – 5 м, крутизна – 35°.

*Оборудование:* судейские двойные перила.

*Действия:* Допускается только движение на двух карабинах.

#### Этап 8. Спуск, 90°. КВ=5 мин.

*Параметры:* длина этапа – 6м., длина ОЗ – 6м,  
*Оборудование:* судейские перила.

Расстояние до этапа – 10м.

Этап 9. Переправа по веревке с перилами - «параллельные перила».

*Параметры:* длина этапа – 10м, длина ОЗ – 8 м, КВ=3 минут.

*Оборудование:* судейские параллельные перила.

*Действия:* участники проходят по параллельно натянутым судейским перилам. Срыв с нижних перил, повисание расценивается как не прохождение этапа, участник повторяет попытку заново. После третьей попытки участник снимается с этапа.

Расстояние до этапа – 25м.

Этап 10. «Туристские узлы».

*Оборудование:* репшнуры

*Действия:* каждый участник выполняет 1 туристский узел (задание определяется жеребьевкой). Узлы: булинь, грейпвайн, проводник «восьмерка», встречный, штык (задание определяется жеребьевкой).

Расстояние до этапа – 40м.

Финиш.

## Задание и условия конкурса «Доврачебная помощь»

### Задача для старшей и средней групп.

*Условия: горный поход, осень, температура воздуха – 15<sup>0</sup>С.*

*После падения с высоты пострадавший сильно повредил голень, имеются следующие признаки:*

- 1. Наличие на голени кровоточащей раны средних размеров. Наблюдаются боль и отек конечности.*
- 2. Кровотечение характеризуется темно-красным окрасом крови, которая медленно течет из раны.*
- 3. В ране видны отломки костной ткани.*
- 4. Общее состояние пострадавшего быстро ухудшается, имеются признаки травматического шока.*

Общая оценка за конкурс складывается из количества баллов с учетом времени, затраченного на выполнение задания.

Макс. оценка – 10 баллов (см. по пунктам оказания помощи).

### **На соревнованиях команда может использовать:**

- Перевязочные пакеты. Они изготовлены из плотных стерильных материалов с высокими абсорбирующими свойствами. Индивидуально упакованные салфетки также имеют свойство хорошо впитывать влагу, но они обычно нестерильны.
- Бинт шириной 7-10 см
  - Импровизированные перевязочные средства. При отсутствии специальных перевязочных материалов следует использовать чистую мягкую ткань без ворса, которая хорошо впитывает влагу (например, носовой платок, полотенце).

### **Первая помощь при открытом переломе голени**

Чтобы предотвратить осложнения и в некоторых случаях спасти жизнь пострадавшему, необходимо оказать первую помощь. Частично она заключается в вызове скорой помощи – квалифицированных специалистов, у которых есть необходимое оборудование для госпитализации и лечения. Но также немаловажно поведение окружающих до приезда скорой – обычный человек обязан облегчить состояние больного с помощью элементарных приемов оказания первой помощи. В большинстве случаев это позволяет предотвратить осложнения и сократить время выздоровления.

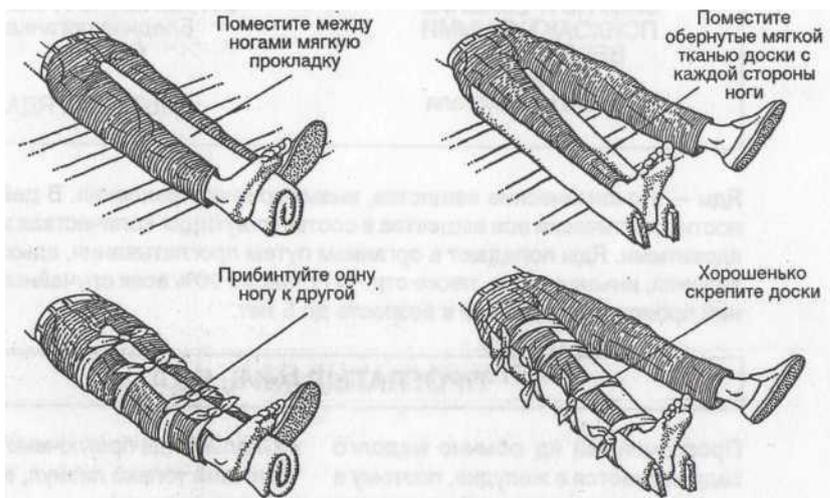
1. В первую очередь голени нужно придать правильное положение: снимите обувь (из-за нарастающего отека потом это будет сделать трудно), одной рукой держа ногу за пятку, а другой за пальцы.
2. Вторая задача – остановить кровотечение. Обработайте рану дезинфицирующим средством и наложите тугую повязку, желательна стерильная. Напишите записку с временем наложения повязки и прикрепите ее выше раны, чтобы не забыть снять вовремя. *Дополнение: практика показывает, что записки нередко теряются, поэтому сегодня рекомендуется записывать время наложения жгута на руке или на лбу пострадавшего.*
3. Выполнить обезболивание.
4. Зафиксировать голень, чтобы предотвратить большее повреждение – используйте подручные средства – доски и другие прямые негибкие предметы. Фиксируйте сразу два сустава, голеностопный и коленный, положив «шины» по бокам.

**При открытом переломе существует несколько опасностей:**

- обильное кровотечение – остановка кровотечения при открытом переломе является одной из сложнейших задач, в то же время сильные кровопотери угрожают жизни пострадавшего;
- травматический шок – при открытом переломе у человека может развиваться болевой шок, который возникает из-за того, что мозг не может справиться с возникшими проблемами и как бы «отключается».

При открытых переломах транспортировка пострадавшего в травматологический пункт производится только на носилках в положении лежа на спине. Для выполнения временной иммобилизации обычно используют стандартные шины, а в случае их отсутствия применяют различные подручные материалы (дощечки, фанеру, твердый картон и т. д.). В особых случаях, когда отсутствуют стандартные шины и нет подходящих подсобных материалов, допускается транспортная иммобилизация путем прибинтовывания поврежденной конечности к здоровой части тела: нижней конечности к здоровой ноге, а руки — к туловищу.

*Рисунок 1. Иммобилизация голени с помощью двух досок длиной от верхней трети бедра до подошвы стопы. Другой вариант — поместить между ног пострадавшего свернутое одеяло или другую мягкую прокладку, а затем прибинтовать поврежденную ногу к здоровой.*



### Задача для младшей группы.

**В походе турист поранил ладонь. Рана неглубокая. Задача: наложить закрывающую (изолирующую) повязку на рану, используя бинт (шириной 5 см) или перевязочный пакет.**

Общая оценка за конкурс складывается из количества баллов с учетом времени, затраченного на выполнение задания.

Макс. оценка – 5 баллов (см. по пунктам оказания помощи)

#### На соревнованиях команда может использовать:

- Перевязочные пакеты. Они изготовлены из плотных стерильных материалов с высокими абсорбирующими свойствами. Индивидуально упакованные салфетки также имеют свойство хорошо впитывать влагу, но они обычно нестерильны.
- Бинт шириной 5-7 см
- Импровизированные перевязочные средства. При отсутствии специальных перевязочных материалов следует использовать чистую мягкую ткань без ворса, которая хорошо впитывает влагу (например, носовой платок, полотенце).

#### Метод наложения повязки:

5. Сделайте 2 закрепляющих оборота вокруг ладони.
6. Проведите бинт по диагонали на тыльной стороне кисти, потом оберните вокруг запястья, а затем вновь вокруг ладони.
7. Выполните несколько оборотов бинта в форме «восьмерки», каждый раз закрывая до трех четвертей предыдущего слоя бинта.
8. Сделайте 2 прямых оборота бинта на запястье и закрепите концы.

Рисунок 2. Наложение повязки на кисть руки.



#### Рекомендации:

- ❖ **НЕЛЬЗЯ** накладывать повязку непосредственно на рану. Сначала нужно положить стерильную закрывающую повязку.
- ❖ **НЕ СЛЕДУЕТ** накладывать слишком тугую повязку — это нарушит кровообращение. Проверьте пульс на конечности. Если он не определяется, ослабьте повязку.
- ❖ **НЕ СЛЕДУЕТ** накладывать слишком слабую повязку, которая может сползти. Это наиболее часто встречающаяся ошибка при перевязке раны. Повязки в течение короткого времени растягиваются.
- ❖ **НЕЛЬЗЯ** оставлять свисающие концы бинта: они могут за что-нибудь зацепиться.
- ❖ **НЕ СЛЕДУЕТ** закрывать повязкой пальцы рук и ног, если они не повреждены. По изменению их цвета можно судить о нарушении кровообращения.
- ❖ **НЕ СЛЕДУЕТ** накладывать на рану эластичные повязки. При оказании первой помощи такие повязки часто накладывают слишком туго.
- ❖ **НЕ СЛЕДУЕТ** начинать бинтовать место повреждения прямо над раной. Лучше начать под раной, продвигаясь вверх.

### **Условия этапа «Топография».**

*Действия:* участники за 1 минуту должны назвать как можно больше объектов, изображенных на карте топографическими знаками.

Для успешного выполнения конкурсного задания, рекомендуется ознакомить ребят со следующими топографическими знаками:

- |  |                      |
|--|----------------------|
| - болото                               | - отметка высоты     |
| - дом, здание, строение                | - пашня/огород       |
| - железнодорожный путь                 | - плотина            |
| - колодец                              | - просека            |
| - кустарник                            | - проселочная дорога |
| - лес (хвойный, лиственный, смешанный) | - редколесье         |
| - луг                                  | - река               |
| - мост                                 | - родник, ключ       |
| - населенный пункт                     | - сад                |
| - обрыв                                | - станция Ж/Д        |
| - овраг, карьер                        | - телеграфная линия  |
| - озеро                                | - тропа              |
| - отдельно стоящее дерево              | - шоссе              |
|  | - электростанция     |

Оценка этапа – количество баллов по числу правильно названных знаков