Приложение № 3

к положению о проведении XXIII городских финальных соревнований «Школа безопасности-2022»

**Примерный перечень этапов и специальных заданий**

**1.Маршрут выживания**

Возможные этапы

|  |  |
| --- | --- |
| Установка и снятие палатки | Контролируется правильность и время установки и снятия судейской палатки |
| Съедобные и ядовитые растения, их распознавание, методы приготовления | Практическое или по карточкам определение растений |
| Съедобные и ядовитые грибы, их распознавание, методы приготовления (тесты) | Практическое или по карточкам определение грибов |
| Передача и прием информации | Передача информации (сообщения) с помощью семафорной азбуки |
| Подача сигналов бедствия | Исходя из ситуации или заданию судьи, команда организует подачу сигналов бедствия или отвечает на вопросы по знанию таблицы международных знаков |
| Типы и виды костров | По условиям проведения данного вида |
| Определение азимута на предмет | Для выполнения задания участники используют компас |
| Определение азимута по карте | Для выполнения задания участники используют компас |
| Определение расстояния по карте | Используется любой способ определения |
| Построение схемы маршрута по заданному азимуту, расстоянию и масштабу | Участник строит схему маршрута на листе бумаги, выданным судьей |
| Определение топографических знаков по карточкам | Участники выбирают карточки с заданиями, определяют или рисуют знаки |
| Оказание первой помощи при травмах | Ответы на вопросы или выполнение практических заданий по заданной травме |
| Первая помощь при ожогах |  |
| Первая помощь при обморожениях |  |
| Первая помощь при тепловом ударе |  |
| Оказание первой помощи утопающему |  |
| Оказание первой помощи при отравлении газом, дымом |  |
| Сердечно - легочная реанимация |  |
| Преодоление заболоченного участка по кочкам | Длина этапа до 15 м. Использование первой и последней кочки обязательно |
| Преодоление заболоченного участка с помощью жердей | Количество жердей равно количеству участников. Длина жердей на 0,5 м длиннее расстояния между опорами |
| Этап СЮРПРИЗ | Выполнение специального задания, утвержденного ГСК |

1. **Преодоление препятствий без специального снаряжения**

Возможные этапы:

|  |  |
| --- | --- |
| Переправа по горизонтальной веревке | Длина этапа 8-15 м |
| Переправа по горизонтальному бревну | Длина этапа 8-15 м, диаметр бревна 20-30 см |
| Переправа по наклонному бревну | Длина этапа до 12 м, диаметр бревна 20-30 см, угол наклона до 30 градусов |
| Переправа по качающимся перекладинам | **В-1** Горизонтальные, свободно подвешенные перекладины на высоте 2-2,5 м, расстояние между перекладинами до 0,5 м, длина этапа 5-7 м.  **В-2** Перекладины на высоте 20-30 см, Участники переступают по ним ногами |
| Этап «Бабочка» | Движение по нижней горизонтальной веревке. Верхняя веревка закреплена концами к опорам на высоте 1,5-2 м и за середину нижней веревки |
| Этап «Паутина» | Движение по горизонтально или вертикально натянутым не закрепленным между собой веревкам |
| Этап «Ромб» | Движение с использованием перекладин, связанных веревкой, с контуром в виде ромба. Острыми вершинами «Ромб» крепится к опорам, свободно вращаясь вдоль горизонтальной оси |
| Преодоление заболоченного участка по кочкам | Длина этапа до 15 м. Использование первой и последней кочки обязательно |
| Преодоление заболоченного участка с помощью жердей | Количество жердей равно количеству участников. Длина жердей на 0,5 м длиннее расстояния между опорами |
| Движение по узкому лазу | Длина этапа до 10 м. Ширина лаза 60 см, высота - 40 см |
| Переправа с использованием подручных средств | Вид подручных средств определяет судейская коллегия |

1. **Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера**

Возможные этапы:

|  |  |
| --- | --- |
| Преодоление зоны заражения:   * одевание защитных костюмов (ОЗК) с преодолением зоны заражения   2 участника (старшая группа)   * одевание противогазов с преодолением зоны заражения 2 участника (младшая группа) | Участники надевают костюмы химической защиты, проходят испытание на герметичность противогазов, преодолевают зону заражения, снимают костюмы (противогазы) химзащиты. |
| Действия в пожароопасных ситуациях  4 участника | В задание может входить: надевание на время боевой одежды пожарного, завязывание специальных узлов на пожарной веревке, боевое развёртывание от пожарного автомобиля, практические навыки по использованию первичных средств пожаротушения. |

1. **Комплексное силовое упражнение и кросс**

|  |  |
| --- | --- |
| Юноши выполняют подтягивание, на перекладине. | Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе. Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды. Фиксируется количество правильных выполнений упражнения. |
| Девушки выполняют упражнение «Поднимание туловища из положения лежа на спине» | Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество поднимания туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. |
| Кросс проводится в виде общего забега. Участвует вся команда. Результат команды определяется суммой времени прохождения дистанции всех участников(1-6). Результат фиксируется с помощью секундомера, с точностью до 0,1 секунды. | Длина дистанции от 1 до 3 километров в зависимости от возрастной группы. |