

Условия проведения областного финала соревнований «Орленок» (по правилам организации и проведения соревнований обучающихся Российской Федерации «Школа безопасности»)

1. Условия соревнований по виду "Маршрут выживания"

Границы полигона: СЕВЕР, СЕВЕРО – ЗАПАД – ручей, болото
ЗАПАД – лагерь "ЗАРЯ", поле
ЮГ – асфальтированная дорога
ВОСТОК – чётких границ нет!

Действия в аварийной ситуации: В случае потери ориентировки команда движется на юг, до выхода на пруд или реку Вядь, затем на запад до плотины. В случае травмы участника необходимо сообщить зам. главного судьи по безопасности по телефону 8-903-324-00-25. В случае отсутствия связи транспортировать пострадавшего до ближайшего этапа и действовать по указанию старшего судьи этапа.

Место старта и финиша: опушка леса, за асфальтированной дорогой от лагеря «Радуга».

Сведения о местности района соревнований:

Преимущественно рельеф мелкий. Проходимость от хорошей, до очень плохой, встречаются завалы и крапива. Гидрография представлена ручьём, болотами различной проходимости и рекой. Грунт мягкий, в основном песчаный. Дорожная сеть развита хорошо.

<u>Опасные места района соревнований:</u>	<u>В районе проведения соревнований</u>
- участки поваленного леса;	- опасные растения (крапива обыкновенная, колючие растения и т.п.)
- места отдыха людей;	- опасные насекомые (клещи, осы и т.п.)
- река, болота;	- заросли растений;
- места свалок бытового мусора.	

Общая информация по виду «Маршрут выживания»

1. Соревнования проводятся в форме марш-броска по системе ралли, с выполнением заданий на маршруте.
2. Состав команды: 7 человек (в том числе 6 участников, из них не менее 2 девушек, представитель команды).
3. На маршрут команда выходит с руководителем команды. Руководитель не участвует в работе команды на этапах и в выполнении заданий.
4. На старте команде выдается карта дистанции, зачетная маршрутная книжка (ЗМК), где указаны: последовательность прохождения рубежей, время начала работы на рубежах, контрольное время работы на рубежах (КВ) и общее контрольное время на дистанции (ОКВ).
5. Все снаряжение участники транспортируют от старта до финиша. На дистанции будет проводиться проверка наличия минимального командного и личного снаряжения.
6. На дистанции устанавливается общее контрольное время (ОКВ). При превышении ОКВ дистанции команда получает штраф: за каждую полную минуту его превышения 1 балл.
7. Прохождение этапов – командное, вход в рабочую зону этапа по прибытию всех участников команды.
8. За ошибки в преодолении этапа (выполнения задания) команда получает штрафные баллы.

9. Результат команды определяется суммой времени прохождения этапов (3А, 3Б, 4, 6А, 6Б, 7,8) и штрафного времени, полученного на всей дистанции. При равенстве результатов команды занимают одинаковые места.

10. В случае пропуска этапа команда получает максимальный штраф пропущенного этапа и занимает итоговое место по данному виду соревнований после команд, преодолевших все этапы.

11. Масштаб карты, ОКВ дистанции, длина маршрута, дополнительные параметры дистанции будут сообщены на совещании с представителями на месте проведения соревнований, а также будут отражены в технической информации.

12. Судейство и прохождение технических этапов проводится в соответствии с «Регламентом проведения соревнований по группе дисциплин «Дистанция - пешеходная». С «Регламентом» можно ознакомиться в Интернете на сайте www.tmmoscow.ru.

13. При порче или потере судейского снаряжения, умышленного разрушения конструкций дистанции судейская коллегия вправе поднять вопрос об аннулировании результата команды на дистанции «Маршрут выживания».

14. Все этапы преодолеваются без страховочных систем, кроме этапа «Элементы поисково-спасательных работ».

15. Запрещено использовать для приема пищи воду из водоемов, расположенных в районе соревнований. Участники должны заранее позаботиться о запасе питьевой воды на дистанцию.

Список минимального командного снаряжения:

1	<u>Медаптечка</u>	1 набор	9	Тарелка (Миска, Котелок)	1 шт.
2	<u>Ремнабор</u>	1 набор	10	Рюкзак	1 шт.
3	Часы	1 шт.	11	Коврик теплоизоляционный	1 шт.
4	Компас	1 шт.	12	Блокнот, ручка, карандаш	1 комплект
5	Топор	1 шт.	13	Нож	2 шт.
6	Вода в емкостях	не менее 3 л.	14	Консервы (жестяная банка)	1 банка
7	Реп-шнур	2 шт. по 4 м.	15	Крупа (любая)	100 грамм
8	Снаряжение для вязания носилок (скотч, веревка, реп-шнуры и пр.)	комплект			

Список обязательного личного снаряжения:

1	Рукавицы брезентовые/перчатки х/б (садовые)	1 пара	3	Накидка от дождя	1 штука
2	Штормовой костюм	1 штука	4	Индивидуальный пакет *	1 штука

* - В состав индивидуального пакета должны входить: спички в непромокаемой упаковке, бинт нестерильный 5 см x 10 м., уголь активированный – 1 упаковка, булавка – 2 шт.

Общие штрафы:

Потеря личного снаряжения – 1 балл

Потеря командного снаряжения – 10 баллов

Подсказка руководителя – 10 баллов

Нарушения, дискредитирующие имидж участника команды (ненормативная лексика и т.п.) – 1 балл за каждый случай.

Максимальный штраф (МШТ) ставится за пропуск этапа, приход на этап после окончания контрольного времени или невыполнение требований судьи.

Сумма штрафов на каждом этапе не может превышать максимальный штраф.

1 балл штрафа = 30 сек.

На дистанции установлен «Открытый маршрут». КВ – нет. МШт. – нет.

На открытом маршруте установлены до 7 КП. Команда в полном составе может пройти любое количество КП, получая при этом премиальные баллы. Взятие КП производится посредством фотоаппарата (видеокамеры, телефона с функцией «Камера»). КП считается взятым, если на фото на фоне КП находится вся команда, за исключением фотографа (представитель команды). Порядок прохождения КП – произвольный. За каждый взятый КП команда получает 2 призовых балла. 1 призовой балл = 30 сек.

Описание этапов

Этап 1. «Предстартовая проверка».

КВ – 10 мин. МШт. – 15 б.

За 10 минут до старта команда приходит на предстартовую проверку, где проверяется:

- минимальное командное и личное снаряжение;
- знание границ полигона (любой участник по выбору судьи);
- действия команды в аварийной ситуации (представитель команды, капитан).

Команда штрафуются и не выпускается на дистанцию до полного выполнения всех требований, при этом старт не откладывается.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Отсутствие предмета личного снаряжения	1 балл
Отсутствие предмета командного снаряжения	2 балла
Незнание границ полигона	4 балла
Незнание выхода в аварийной ситуации	4 балла

Этап 2. «Поляна заданий № 1».

КВ – 2 мин. МШт. – 10 б.

Оборудование: Лист с заданиями.

Задача: Всей команде необходимо ответить на 1 тест (10 топографических знаков). Знаки будут вывешены на стенде информации.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Не правильный ответ	1 балл (за каждый)

Этап 3. «Оказание первой доврачебной помощи».

Этап включает задания А и Б (выполняются одновременно)

КВ общее – 7 мин. МШт. – 50 б.

Задание А. «Самопомощь»

Задача: 3 участника команды оказывают себе самостоятельно первую помощь. Характер травмы: резаная рана на левом предплечии, в области локтевого сустава. Медикаменты – командные. (Использование медикаментов – условное, наложение повязки – реальное).

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Неправильное оказание помощи	3 балла
Повязка наложена не аккуратно	3 балла

Задание Б. «Оказание первой доврачебной помощи»

Задача: Группа (2 участника + «пострадавший» участник) оказывает помощь «пострадавшему». У «пострадавшего» поверхностная площадная рана в районе рук (ожоги обеих рук, с внутренней стороны руки). Медикаменты – командные. (Использование медикаментов – условное, наложение повязки – реальное).

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Неправильное оказание помощи (за каждый случай)	3 балла
Повязка наложена не аккуратно или с нарушениями (за каждый случай)	3 балла
Небрежное отношение с «пострадавшим» (за каждый случай)	3 балла

Этап 4. «Вязание носилок и транспортировка пострадавшего».

КВ общее – 6 мин. МШТ. – 50 б.

Судейское оборудование: Продольные жерди (2 шт.), поперечные жерди (3 шт.)

Задача: Команде необходимо связать жесткие носилки, используя судейское оборудование и командное снаряжение (веревки, реп-шнуры, полотно, штормовки, скотч и пр.), и транспортировать «пострадавшего» Этапа 3 (задание Б). «Пострадавший» должен лежать на коврик (спальнике) и привязан двумя реп-шнурами к носилкам. Время останавливается после пересечения контрольной линии. Судейское оборудование должно быть освобождено от командного оборудования. Судейское оборудование находится в отмаркированном квадрате.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Ошибка в конструкции носилок	3 балла
Ошибка при транспортировке «пострадавшего»	3 балла
Развал носилок	5 баллов
Падение носилок во время транспортировки	5 баллов
«Пострадавший» не привязан к носилкам реп-шнурами/привязан неверно	5 баллов
Превышение КВ	10 баллов
Носилки не связаны	25 баллов

Этап 5. «Узлы».

КВ – 1 мин. МШТ – 12 б.

Оборудование: Выделенная зона вязания для каждого участника, карточки с названиями узлов. Судейский репшнур в кол-ве 6 шт. диаметр 10 мм.

Задача: Каждый участник завязывает один узел (указанный в карточке) и оставляет его в своей зоне. Разговоры и взаимопомощь во время прохождения этапа запрещены. Любое нарушение тишины трактуется как подсказка.

Список узлов: грейпвайн, штык, двойной проводник, встречная восьмёрка, проводник «восьмёрка», срединный проводник (австрийский).

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Неправильно завязанный узел	2 балла
За каждую подсказку (нарушение тишины), взаимопомощь	1 балл



Этап 6. «Элементы поисково-спасательных работ»

Этап включает задания А и Б (выполняются одновременно)

Задание А. «Поиск капсулы».

КВ – 5 мин. МШТ-45.

Высота дерева: 6 метров.

Легенда: Для участников с вертолета была сброшена капсула со спичками и горючим веществом («Сухое горючее»). При выброске капсула застряла в кроне дерева.

Оборудование: Судейская веревка с узлами и судейская страховка, судейская страховочная система (только нижняя «беседка»).

Задача: Одному участнику, выбранному командой, необходимо надеть страховочную систему и подняться лазанием по судейской веревке (на веревке завязаны узлы «австрийский проводник» через каждые 50-60 см) с судейской страховкой (одевание страховочной системы входит в контрольное время). Далее участнику необходимо открыть капсулу, забрать спички и горючее вещество. Спуск осуществляется на судейской страховке, время спуска не входит в КВ этапа.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Отсутствие обратного хода (за каждую пряжку страховочной системы)	2 балла
Срыв участника с повисанием на судейской страховке (<i>В случае срыва с «повисанием» на судейской страховке участник возвращается на исходную позицию этапа и начинает подъем заново, получая при этом штраф. При повторном нарушении участник также получает штраф</i>)	3 балла
Не прохождение участником этапа	10 баллов
Превышение КВ	10 баллов
Не выполнение условий этапа	25 баллов

Задание Б. «Подача сигналов бедствия».

КВ – 5 мин. МШТ-20.

Оборудование: отмеченная зона для выкладки знака 6х6 метров.

Действия: Команда (5 участников) выбирает по жребию название знака международной кодовой системы, далее команде необходимо выложить знак в отмеченной зоне. Знаки будут вывешены на стенде информации.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Знак не соответствует минимальным параметрам (3х3 метра)	10 баллов
Выложен неверный знак	20 баллов

Этап 7. «Переправа по бревну методом «горизонтальный маятник».

КВ – 6 мин. МШТ-60.

Судейское оборудование: бревно, перила маятниковой опоры. КЛ – начало и окончание опасной зоны.

Действия: Участники проходят этап в следующем порядке:

1) Каждый участник команды переправляется по бревну методом горизонтального маятника (держась за судейские перила).

3) Участники проходят этап, держась за перила. Снятие перил не производится.

Длина этапа 15 метров. Длина бревна 7 метров.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Заступ за контрольную линию	1 балл
Двое на этапе	3 балла
Срыв участника (<i>В случае если участник сорвался с бревна, он восстанавливает свое положение в месте срыва и продолжает движение, получая при этом штраф. При повторном нарушении участник также получает штраф.</i>)	3 балла
Непрохождение участником этапа	10 баллов
Превышение КВ	10 баллов

Этап 8. «Навесная переправа».

КВ – 6 минут. МШТ-60.

Оборудование: судейские двойные перила.

КЛ – начало и окончание опасной зоны.

Задача: Команде необходимо с помощью рук и ног преодолеть «овраг» по навесной переправе. Расстояние между опорами до 15 метров, опасная зона до 10 метров.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
Заступ за контрольную линию	1 балл
Срыв участника	3 балла
Двое на этапе (<i>штраф ставится в том случае, если два участника стоят ногами на перилах или держатся руками за перила</i>)	3 балла
Непрохождение участником этапа	10 баллов
Превышение КВ	10 баллов

Этап 9. «Поляна заданий № 2» (Передача информации на расстоянии).

КВ – 3 мин. МШТ. – 20 б.

Оборудование: Лист с заданием.

Действия: 4 человека из команды переходят на ЦС этапа. Оставшиеся на ИС этапа 2 человека команды в это время вытаскивают карточку с некоторой фразой. Эту фразу они должны передать своим участникам. Способ передачи не регламентируется, однако запрещено использовать электронные средства связи и голосовые команды.

Таблица нарушений:

Нарушение	Штраф
За каждое неправильно угаданное слово	5 баллов
Фраза не передана	20 баллов

Этап 10. «Этап X - «Сюрприз»

Описание: Условия этапа команда узнает непосредственно на этапе. Команда может отказаться от выполнения задания и продолжить движение по маршруту. За полное выполнение задания команда получает 10 призовых баллов (1 балл = 30 сек). Время работы на этапе входит в ОКВ дистанции.

2. Условия соревнований по виду «Спортивное ориентирование»

Соревнования проходят на территории лагеря «Звездочка». Периметр лагеря огражден забором, выход за периметр запрещен.

Состав команды 4 человека (не менее 1 девочки).

До старта участники получают индивидуальный номер (необходимо иметь свои булавки для крепления номера) и чип.

Система отметки электронная. Отметка осуществляется чипом в станции. Карта выдается в момент старта. В спортивную карту внесено 12 контрольных пунктов (далее-КП). М 1:2000. Каждое КП имеет индекс (номер). Например, 36, 37, 38. Участникам команды необходимо собрать все КП (12 штук). Каждый участник должен взять только 3 (три) КП. и отметить ФИНИШ. ФИНИШ и легенда впечатаны в карту. Старт одновременный для всех первых участников команд. Передача эстафеты происходит путем передачи карты и чипа одного этапа другому участнику. **Последний этап – женский.**

Контрольное время на первого участника 25 мин, общее контрольное время - 90 мин.

3. Условия соревнований по виду Пожарная тактическая эстафета "Огнеборцы"

Состав команды 4 человека (не менее 1 девочки).

Результат определяется сложением времени прохождения дистанции и штрафного, полученного на всех этапах.

Участники (на 1-ом этапе бежит девушка, на 4-ом этапе юноша), выбранные по усмотрению команды, преодолевают стандартную дистанцию пожарной эстафеты 4 x 100 м. *(Девушки имеют право участвовать на первых трех этапах, а на четвертом с 16 лет. Юноши имеют право участвовать на всех этапах, кроме первого).*

Дистанция проводится согласно Правилам служебно-прикладного вида спорта «Пожарно-спасательный спорт» (утв. Приказом Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ от 21 января 2011 года №32).

Эстафета состоит из четырех этапов, каждый участник команды имеет право бежать только один этап.

Эстафетой служит пожарный ствол. Ствол разрешается переносить любым способом.

Последний участник команды должен пересечь линию финиша со стволом. При падении ствола во время передачи поднять его может только передающий.

Запрещается всякая помощь участнику при выполнении упражнения на этапе. Команда, нарушившая правила, подлежит дисквалификации.

Соревнования по пожарной эстафете проводятся в следующей последовательности:

первый этап: «Преодоление легкоатлетического барьера»

(участник - девушка)

Участник со стволом стоит перед линией старта. По исполнительной команде или сигналу стартера участник стартует, преодолевает 100 м с барьером (выс. 0,7 м) и по завершении своего этапа передает ствол следующему участнику.

Форма участника на старте этапа: спортивная обувь, спортивные штаны, футболка с длинным рукавом, спортивная каска, спортивный ремень.

второй этап: «Преодоление забора»

Второй участник, приняв эстафету, начинает движение по дистанции, преодолевает забор (высотой 170 см) и по завершении своего этапа (в зоне передачи эстафеты) передает ствол следующему участнику.

Во время движения по дистанции второй участник может переносить ствол любым способом: в руке, за поясом и др.

Форма участника на этапе: спортивная обувь, спортивные штаны, футболка с длинным рукавом, спортивный ремень, спортивная каска.

третий этап «Соединение рукавов, разветвления и ствола».

Третий участник, приняв ствол, подбегает к скаткам рукавов, которые установлены вертикально, полугайками вверх. *(Рукава устанавливаются до начала старта судьей третьего этапа.. После установки рукавов, за ними следит сам участник. В случае падения рукавов после их установки, судья ответственности не несет. В случае падения рукавов после начала старта, их может поднять и повторно установить сам спортсмен, но в момент передачи эстафеты ствола, участник №3 должен быть у линии передачи от участника №2).* Запрещается кому-либо, кроме участника третьего этапа, касаться рукавов после команды судьи-стартера «Марш».

Рукава переносятся любым способом. Соединение рукавов между собой и со стволом разрешается производить в движении на дистанции. При движении после подхвата рукавов, их разматывания и дальнейшего продвижения по дистанции, участник №3 соединяет рукава между собой *(нижние полугайки между собой, правую верхнюю полугайку соединяет с разветвлением, а оставшуюся полугайку в левой руке соединяет со стволом)*. После того, как третий участник соединил ствол, он должен поднять руку вверх так, чтобы судье на этапе было видно соединение. Если в момент показа на самом соединении находилась рука, этап считается невыполненным. После

прохождения линии отсоединения ствола, участник №3 отсоединяет ствол и передает его у линии передачи участнику 4-го этапа. После передачи эстафеты (пожарного ствола) участнику 4-го этапа, соединительные головки рукавов (и рукава к разветвлению) должны быть сомкнуты.

Форма участника на этапе: спортивная обувь, спортивные штаны, футболка с длинным рукавом, спортивный ремень, спортивная каска

четвертый этап «Тушение открытого огня в противне».

Участник №4 до начала старта одет в боевую одежду пожарного (штаны, куртку, каску с забралом, ремень, перчатки).

После приема эстафеты (ствола), убирает его за ремень, подбегает к огнетушителю (чека должна быть вынута), берет его, подбегает к противню, включает огнетушитель и тушит горящую жидкость. В момент тушения, забрало на каске должно быть опущено. После завершения тушения участник №4 оставляет огнетушитель или убирает его в сторону и, продолжив движение по дистанции, пересекает финишную черту.

Оставлять огнетушитель в противне после ликвидации горения жидкости запрещается.

Установка огнетушителя производится судьей 4-го этапа.

Если горение не будет ликвидировано одним огнетушителем, участник использует запасной. Если горение не ликвидировано из-за технической неисправности огнетушителя, то по решению судьи команде дается перебежка.

Финиш: участник 4-го этапа пересек со стволом линию финиша, горение в противне и около него полностью отсутствует. После того, как участник №4 **пересек финишную черту**, и судья зафиксировал контрольное время, спортсмен не имеет право вернуться и дотушить огонь в противне, если он не потушен.

Если же участник 4-го этапа **не успел финишировать** и судья время не остановил, спортсмен имеет право вернуться и дотушить огонь тем огнетушителем, с которым он бежал, либо запасным, который должен находиться рядом с противнем, и уже потом пересечь финиш, после чего будет зафиксировано контрольное время команды.

Общekomандное время определяется путем сложения времени прохождения дистанции и штрафного, полученного на всех этапах.

Таблица штрафов на пожарной эстафете

№	Нарушения	Штрафное время (сек)
1.	Нарушение участниками эстафеты разметки при передвижении по этапу	10
2.	Поднятие упавшего ствола в зоне передачи принимающим участником	10
3.	Передача ствола вне зоны передачи (+5 метров)	10
4.	Потеря личного снаряжения	10
5.	Участник №1 стартовал без ствола	Результат команды аннулируется
6.	Сбит барьер	10
7.	Спортсмен №2 не преодолел забор со стволом	Результат команды аннулируется
8.	Не соединены рукава либо рассоединились (рукава) между собой	10
9.	Рукавная линия не присоединена к разветвлению либо рассоединилась	10
10.	Пересечение ограничительной линии с неподсоединенным стволом	10
11.	Не показано соединение ствола судьей	10
12.	Если участник №3 не произвел ни одного правильного соединения из трех	Результат команды аннулируется
13.	Не потушен огонь в противне	Результат команды аннулируется

14.	Оставлен огнетушитель в противне после ликвидации горения	30
15.	Участник №4 финишировал без ствола	Результат команды аннулируется
16.	В момент тушения и пересечения финишной черты на каске участника №4 не опущено забрало	10
17.	Спортсмен финишировал не в полной экипировке	10
18.	Отказ от действия на этапе в полном объеме	Снятие с дистанции

4. Условия соревнований по виду **"Поисково-спасательные работы «Внимание – SOS»**

В соревнованиях по виду участвует команда в составе 6-ти человек (не менее одной девушки).

Команды проходят рубежи по судейскому графику, который сообщается за 1 час до старта (снаряжение не превышает списка из Приложения № 1 к Положению о соревнованиях).

Результат на дистанции по виду «Поисково-спасательные работы «Внимание-SOS» определяется суммой мест-очков на отдельных рубежах. При равенстве суммы более высокое место занимает команда, имеющая лучший результат на рубеже «Помощь».

Перечень рубежей дистанции:

Рубеж 1. «Защита»

(Работа со средствами защиты органов дыхания и кожи)

Участвуют 3 человека от команды.

Результат определяется по сумме времени прохождения рубежа и штрафного времени.

На рубеже «Поиск» средства защиты органов дыхания и кожи надеваются по команде: «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть. Газы!».

Последовательность выполнения норматива:

- надеваются защитные чулки (в обязательном порядке тесемки чулок крепятся за поясной ремень);
- надевается защитный плащ (хлястики плаща должны быть закреплены, капюшон подогнан и застегнут);
- надевается противогаз и застегивается плащ, затем капюшон плаща и в последнюю очередь перчатки.

После этого участник соревнования хлопает в ладоши и делает шаг вперед. Время выполнения норматива оценивается по последнему участнику, выполнившему норматив. Штрафные секунды при нарушении правил начисляются каждому участнику за каждую допущенную ошибку, а затем суммируются и добавляются к времени выполнения норматива.

Снятие СИЗ органов дыхания и кожи:

Проводится без учета времени, но с соблюдением установленной последовательности.

Порядок снятия СИЗ:

- В зависимости от направления ветра капитан команды выводит команду на рубеж снятия ОЗК и рассредоточивает участников не менее чем на 1-2 шага.
- В перчатках расстегиваются (развязываются тесемки) первые два шпенька на чулках.
- В перчатках расстегиваются защитный плащ, перчатки снимаются на половину, затем снимается плащ вместе с перчатками.
- Участник соревнования поворачивается лицом к снятому защитному плащу, расстегивает верхние шпеньки на защитных чулках, освобождает тесьму чулков с поясного ремня.
- Снимает один из защитных чулков наполовину, затем второй чулок наполовину.
- Снимает один защитный чулок полностью и делается шаг назад, затем снимается второй защитный чулок полностью и делается еще один шаг назад.
- Снимается противогаз и опускается на землю.

Средства защиты кожи и органов дыхания укладываются после выполнения норматива по команде капитана команды.

Штрафы командные	Штрафное время
- нарушена последовательность надевания средств защиты	10 сек.
- при надевании противогаза участник соревнований не закрыл глаза и не заатаил дыхание или после надевания не сделал полный выдох	10 сек
- шлем-маска надета с перекосом	10 сек
- допущено образование таких складок или перекосов, при которых наружный воздух может проникнуть под шлем-маску	20 сек
- не полностью ввернута фильтрующая коробка противогаза, отсутствует выдыхательный клапан	20 сек
- при надевании порвана шлем-маска	20 сек
- при надевании защитные чулки перепутаны	10 сек
- за каждый не застегнутый шпенец на плаще и защитных чулках	10 сек
- за каждую непоследовательную операцию при снятии СИЗ	10 сек
- при надевании повреждены средства защиты	20 сек
- при движении средства защиты расстегнулись или упали	20 сек
- при снятии СИЗ кожи не учтено направление ветра	10 сек
- при снятии СИЗ кожи попали на товарища по команде	10 сек
- участник встал на снятое ОЗК чистой обувью или коснулся открытыми участками тела зараженной поверхности	10 сек

Рубеж 2. «Помощь» (Поисково-спасательные работы на воде)

Контрольное время рубежа — 8 минут. В случае превышения контрольного времени команда снимается с рубежа.

Участвуют 6 человек от команды (из них не менее 1 девушки).

Одежда участников должна полностью закрывать руки и ноги.

Район проведения соревнований указывается на местности.

Длина дистанции: до 100 м.

Экипаж принимает старт на стартово - финишной площадке, где сосредоточено все снаряжение, необходимое для прохождения дистанции.

Выполнение заданий двух этапов в полном объеме обязательно.

Перечень этапов:

Этап 1: «Спасательные работы при затоплении»

Экипаж (4 человека), надев спасательные жилеты, проходит на плавательном средстве (катамаран-4) по затопленной местности маршрут, обозначенный буйками, останавливается в обозначенном месте и производит метание «спасательного конца Александра» в зону «условного утопающего».

Зона «условно утопающего» находится на расстоянии 10 метров, размером 0,4 x 0,4 метра (ограничена буйами).

Команде предоставляется не более 3-х попыток для попадания в зону «условного утопающего». Этап считается выполненным, если спасательный конец касается зоны «условного утопающего».

Команда приступает к выполнению Этапа 2 после причаливания плавательного средства к берегу в обозначенном месте.

Этап 2: «Сердечно - легочная реанимация»

Выполняют 2 участника команды, не входящие в состав экипажа на этапе 1.

Необходимо оказать первую помощь «условно утопающему» - сердечно-легочная реанимация на тренажере «Гоша».

Финиш рубежа фиксируется по последнему участнику, а также по наличию в стартово - финишной зоне всего снаряжения.

Результат команды определяется по времени прохождения 2-х этапов и полученных штрафов.

Таблица общих штрафов на этапе 1 «Спасательные работы при затоплении»

№ п/п	Наименование штрафа	Штрафное время
1	Касание буйков	5 секунд
2	Нарушение разметки этапа, не прохождение ворот	50 секунд
3	Прохождение ворот не всеми участниками	20 секунд
4	Нарушение требований безопасности	50 секунд
5	Потеря единицы снаряжения	20 секунд
6	Падение участника в воду	250 секунд
7	Не попадание конца Александра в зону «утопающего» с 3-х попыток	250 секунд
8	Невыполнение условий этапа/ Отказ от действий на этапе в полном объеме	Снятие с рубежа

Таблица общих штрафов на этапе 2 «Сердечно - легочная реанимация»

№ п/п	Наименование штрафа	Количество баллов (1 балл = 30 сек.)
1	Сердечно - легочная реанимация (СЛР):	
	не проведено обследование полости рта	2 балла
	не удалена вода из дыхательных путей	2 балла
	нарушена последовательность проведения СЛР	2 балла
	неправильные действия при СЛР	2 балла
	неверное раскрытие признаков успешной СЛР	2 балла

При равенстве времени прохождения этапов преимущество отдаётся команде, набравшей меньшее количество штрафных баллов на двух этапах.

При равенстве количества штрафных баллов – команде, успешней выполнившей этап «Поисково-спасательные работы на воде».

Рубеж 3. «Внимание, дорога!».

Результат определяется по сумме баллов, при равенстве баллов учитывается время выполнения задания.

Каждый из 6-ти участников отвечает на вопросы по ПДД пешеходов и велосипедистов (20 вопросов для каждого участника). КВ – 10 минут. Результат команды определяется количеством набранных баллов, при равенстве баллов учитывается время выполнения задания. Взаимопомощь участников исключается.

Штрафы: Не правильный ответ – 1 балл (за каждый).

5. Условия соревнований по виду «Спортивная программа»

При выполнении спортивной программы участники должны находиться в спортивной форме (кроссовки, спортивные брюки или спортивные шорты, футболка или спортивная майка)

1) Комплексное силовое упражнение

Состав команды 4 человека (2 юноши и 2 девушки).

Контрольное время выполнения упражнения одним участником – 1 минута.

Юноши выполняют упражнение «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 вися 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.

Испытание выполняется на максимальное количество раз доступное участнику. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

Ошибки, в результате которых выполнение упражнения не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги);
- подбородок участника ниже уровня грифа перекладины;
- фиксация исходного положения менее чем на 1 секунду;
- подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем);
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

Девушки выполняют упражнение «Сгибание туловища» из положения «лёжа на спине, ноги согнуты, руки за головой». Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине, на туристическом коврике, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями коленей, с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Упражнение выполняется парно. Поочередно один из партнеров выполняет упражнение, другой удерживает его ноги за ступни и (или) голени. Засчитывается количество правильно выполненных упражнений (вверху – до касания коленей локтями сцепленных за головой рук, внизу – до касания лопатками пола).

Ошибки, в результате которых выполнение упражнения не засчитывается:

- отсутствие касания локтями коленей;
- отсутствие касания лопатками мата;
- размыкание пальцев рук «из замка»;
- смещение таза (поднимание таза)
- изменение прямого угла согнутых ног.

Команда-победитель определяется по наименьшей сумме мест среди юношей и девушек.

При равенстве суммы мест предпочтение отдается команде по лучшему результату юношей.

2) «Эстафета по пересеченной местности»

В соревнованиях принимает команда из 4 (четырех) человек (из них 2 девушки).

Проводится в виде эстафеты. Старт общий, по 4 команды в забеге. Длина дистанции – 1000 метров.

Первый этап бегут юноши, дальше тактика команды.

Командный результат определяется по времени, затраченному всей командой.

Условия:

- эстафетная палочка передается из рук в руки
- каждый участник может бежать только один этап
- эстафетная палочка передается только в 10-ти метровой зоне передачи

- участник, уронивший эстафетную палочку, должен сам ее поднять, не мешая остальным

- при падении палочки в момент передачи поднять ее должен передающий

- начало движения участника ранее команды «Старт», считается фальстартом.

Командам делается предупреждение, повторное нарушение не независимо от команды является снятием.

При нарушении любого из вышеперечисленных условий команда снимается.

6. Условия соревнований по виду **Смотр строя «Статен в строю, силен в бою»**

Отряд в полном составе (6 человек) выстраивается в одну шеренгу, командир отряда докладывает о готовности к смотру. Форма одежды парадная с головными уборами.

Жюри оценивает:

1. Выполнение приемов для оценки одиночной строевой подготовки.

• Команда в единой форме одежды и в единых головных уборах выстраивается в одну шеренгу, слева от командира.

• Командир отделения строевым шагом самостоятельно без какой либо команды выходит перед строем отделения на 8-10 шагов на середину строя и поворачивается лицом к строю.

• Командир подает команды: **«СТАНОВИСЬ»**, **«ЗАПРАВИТЬСЯ»**, **«РАВНЯЙСЬ»**, **«СМИРНО»**, **«Равнение на – СРЕДИНУ»**, прикладывает правую руку к головному убору, левую (пальцы согнуты в фалангах) прижимает к середине бедра, поворачивается кругом и строевым шагом кратчайшим путем подходит за два-три шага к судье и докладывает **«Товарищ судья! Команда (наименование школы и района) к смотру строя ГОТОВА! Командир отделения юнармеец Васильев»**, делает шаг вправо, поворачивается налево и одновременно голову поворачивает направо в сторону судьи и не опускает правую руку от головного убора. Судья приветствует команду **«Здравствуйте товарищи юнармейцы!»**, члены команды, находящиеся в строю отвечают **«Здравия желаем товарищ судья!»**. Судья подает команду **«ВОЛЬНО»**, командир отделения, поворачивается к строю и подает починенным команду **«ВОЛЬНО»**.

• Командир, после выполнения этих команд подчиненными, приступает к подаче команд для оценки одиночной строевой подготовки на примере выполнения команд одним из участников команды:

- командир командует **«Юнармеец Иванов!»**. Подчиненный, услышав свою фамилию, отвечает **«Я»**, а услышав команду командира **« Выйти из строя на (указывается количество) шагов!»** отвечает **«ЕСТЬ!»** и выходит строевым шагом из строя на количество указанных шагов и поворачивается кругом, лицом к строю;

- командиром подаются команды: **«Напра-ВО»**, **«Нале-ВО»**, **«Кру-ГОМ»**, Подчиненный выполняет повороты на месте. При команде командира отделения **«Строевым шагом – МАРШ»** подчиненный начинает движения строевым шагом. Для выполнения подчиненным строевых приемов в движении, командир подает команды: **«Напра-ВО»**, **«Кругом-МАРШ»**, **«Нале-ВО»**, **«Выполнение воинского приветствия, начальник с права (с лева)»**, подчиненный выполняет команды командира, поворачиваясь направо, кругом, налево в движении строевым шагом. Выполняя воинское приветствия в движении и при подходе к командиру, за три-четыре шага до него, одновременно с постановкой ноги на землю подчиненный поворачивает голову в сторону командира и прикладывает руку к головному убору, левую руку держит неподвижно у бедра. Пройдя командира, подчиненный с постановкой левой ноги на землю опускает правую руку от головного убора и повернув голову прямо продолжает движение строевым шагом. Командир отделения подает команды: **«СТОЙ»**. По этой команде подчиненный прекращает движение строевым шагом и останавливается. Командир отделения подает следующую команду **«Юнармеец Иванов»**, а подчиненный, услышав свою фамилию, поворачивается лицом в сторону командира и отвечает **«Я»**. Командир отделения командует **«КО МНЕ»**. По этой команде подчиненный прикладывает правую руку к головному убору, отвечает **«ЕСТЬ»** и строевым шагом (движение рук при этом сохраняется) подходит кратчайшим маршрутом к командиру за два-три шага, строго напротив командира, прикладывает руку к головному убору и докладывает **«Товарищ командир! Юнармеец Иванов по**

Вашему приказу прибыл» и опускает руку от головного убора. Приняв доклад подчиненного, командир отделения командует ему **«СТАТЬ В СТРОЙ»**.

После команды командира **«СТАТЬ В СТРОЙ»**, подчиненный прикладывает правую руку к головному убору, отвечает **«ЕСТЬ»**, поворачивается кругом и по кратчайшему маршруту строевым шагом возвращается в строй.

Командир подает команду **«ВОЛЬНО»** для всей команды после возвращения подчиненного в строй и приступает к подаче команд для оценки действий в составе отделения.

2. Выполнение приемов для оценки действий в составе отряда.

- Команда в единой форме одежды, в единых головных уборах построено в одну шеренгу после оценки одиночной строевой подготовки.

- Командир отделения находится перед строем отделения после оценки одиночной строевой подготовки.

- Командир подает команды: **«СТАНОВИСЬ»**, **«ЗАПРАВИТЬСЯ»**, **«РАВНЯЙСЬ»**, **«СМИРНО»**, **«ВОЛЬНО»**, **«Отделение – РАЗОЙДИСЬ»**, **«Отделение в одну шеренгу – СТАНОВИСЬ»**, **«Отделение, нале-ВО»**, **«Отделение, кру-ГОМ»**, **«Отделение, напра-ВО»**, **«Отделение, на первый и второй РАССЧИТАЙСЯ»**, **«Отделение в две шеренги – СТРОЙСЯ»**, **«Отделение, в одну шеренгу – СТРОЙСЯ»**, **«Отделение в две шеренги – СТРОЙСЯ»**, **«Отделение, напра-ВО (нале-ВО)»**. Подчиненные выполняют команды командира.

- После поворота отделения, командир занимает место во главе отделения на два шага впереди и командует **«Отделение – РАВНЯЙСЯ»**, **«СМИРНО»**, **«Отделение, шагом – МАРШ»**.

- Возглавляя отделение, командир в движении подает команды **«Отделение, левое (правое) плечо вперед – МАРШ»** и выводит отделение на прямую линию для прохождения перед жюри.

- За 10-15 шагов до жюри командир отделения командует **«Отделение, СМЕРНО, равнение на-ПРАВО (на-ЛЕВО)**. По команде **«СМЕРНО»** отделение переходит на строевой шаг, по команде **«Равнение на-ПРАВО, (на-ЛЕВО)**, прекращают движение руками и поворачивают голову в сторону жюри. Командир отделения сам при этом прикладывает правую руку к головному убору, левую прижимает к середине бедра, голову поворачивает в сторону жюри.

- По прохождении жюри, командир отделения командует **«ВОЛЬНО»**, сам и подчиненные поворачивают голову прямо, переходят на походный шаг и отделение уходит с площадки.

Действия командира отделения оцениваются при его командовании подчиненными в ходе выполнения всех этапов.

7. Условия соревнований по виду «Конкурсная программа»

1) Конкурс «Организация быта в полевых условиях»

Соревнования проходят в течение всего времени пребывания команды на соревнованиях.

Победитель определяется по наименьшей сумме штрафных баллов, с учетом призовых баллов. Итоги конкурса подводятся в последний день путем суммирования штрафных баллов, набранных командой. Учитываются чистота и порядок на территории лагеря команды, правильность и безопасность установки палаток, оборудование места приготовления пищи, наличие мест сбора мусора, соблюдение мер безопасности при обращении с огнем, правильность хранения продуктов, варочной, пищевой посуды, соблюдение правил безопасности при обращении с колюще-режущими предметами, оригинальность и творчество в оформлении своего лагеря.

За грубые, умышленные нарушения правил безопасности, экологии, гигиены и дисциплины в лагере соревнований, команда может быть снята с соревнований по виду «Организация быта в полевых условиях», а материалы о нарушениях направлены в командирующую организацию.

РЕКОМЕНДУЕМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ: лопата, мешки для мусора, лента ограждения, табличка с названием команды.

Штрафные баллы:

№	Ошибки и нарушения	баллы
1	Порубка зеленых насаждений	25
2	Повреждение зеленых насаждений	15
3	Не снят дерн на месте костровища	4

4	Неправильное хранение снятого дерна	1
5	Мытье посуды, выбрасывание мусора и отходов вне отведенных для этого мест	5
6	Вещи, разбросанные в палатках (1) или рядом с палатками (2)	до 2
7	Мусор на территории лагеря или в палатках	2
8	Установка палатки не обеспечивает защиту от дождя (провисание, перекося палатки), за каждую палатку	3
9	Хранение незачехленных топоров, пил, лопат, ножей на кухне и в лагере, за каждый случай	3
10	Оставленный без присмотра горящий костер	5
11	Использование огня в палатке	10
12	Негигиеничное хранение посуды, за каждый случай	2
13	Отсутствие крышек на варочной посуде с приготовленной пищей, за каждый случай	1
14	Хранение продуктов без упаковки, за каждый случай	3
15	Хранение в одной упаковке несовместимых продуктов, за каждый случай	2
16	Неправильное хранение скоропортящихся продуктов, за каждый случай	5
17	Нарушение правил порядка и дисциплины на поляне слета, за каждый случай	15

Призовые баллы:

№	Название	баллы
1	Оформление лагеря	до 5
2	Приспособления, улучшающие быт команды (за каждое)	1
3	Единая форма одежды, эмблема команды у каждого участника	3

График обходов:

1 день	14.00-15.30	(Предупредительный)
	18.30-20.00	
2 день	8.00-9.30	
	13.00-14.30	
	18.30-20.00	
3 день	9.30-11.00	

2) Конкурс «Визитная карточка «Рота, подъем!»

Конкурс «Визитная карточка» - творческое музыкально-театрализованное презентационное выступление команды.

Цель конкурса: познакомить участников соревнований с выступающей командой, раскрыть основные направления деятельности команды, ее участие в развитии военно-патриотического движения в школе, районе.

Команды участвуют в конкурсе в полном составе. Последовательность выступления команд определяется жеребьевкой. Время выступления до 5 минут.

Формат выступления:

Допускается:

- ✓ Показ заранее подготовленных слайдов и видеосюжетов о своей команде и местности, откуда команда прибыла;
- ✓ Переодевание отдельных членов команды в другие костюмы во время выступления, при условии отсутствия при этом пауз в выступлении;
- ✓ Использование номеров различных жанров (танец, песня, сценки, пантомима, декламация и т.д.) как солистами, так и всей командой.

Не допускается:

- ✓ Незтичное, грубое поведение;
- ✓ Некорректный по отношению к другим командам сценарий (замысел) выступления;
- ✓ Паузы во время выступления.

Штрафы начисляются за:

- ✓ Незавершенность выступления команды на сцене и паузы во время выступления – 5 баллов;
- ✓ Некорректное (неэтичное) содержание выступления – 5 баллов;
- ✓ Некорректное поведение команды в зале во время выступления других команд (шум, выкрики, выход из зала и т.п.) – 5 баллов.

Места в конкурсе определяются общей суммой баллов, выставленных членами жюри. При превышении участниками установленных временных рамок жюри снимает с общего количества набранных баллов по 1 баллу за каждую минуту сверх лимита выступления.

Руководители команд, заместители руководителей команд, тренеры и представители команд к участию в конкурсе не допускаются.

Критерии оценки (максимальная оценка (МО) – 40 баллов):

- Соответствие теме и цели конкурса – МО – 5 баллов;
- Слаженность и взаимодействие выступления команды МО – 5 баллов
- Художественное оформление выступления – МО – 5 баллов;
- Музыкальное сопровождение выступления – МО – 5 баллов;
- Качество исполнения номеров – МО – 10 баллов;
- Артистичность – МО – 10 баллов.

3) Конкурс «Боевой листок "Служу России!"

Цель конкурса: показать участие команды в соревнованиях областного финала соревнований «Орленок».

В «Боевом листке» необходимо отразить индивидуальность команды юнармейцев, творческий отчет о прохождении этапов соревнований, забавные случаи и карикатуры. Также можно отразить имена юнармейцев, которые участвовали особенно активно и выражение почтения бойцам, пропавшим без вести, ветеранам военных действий. Можно добавить фотографии и яркие иллюстрации, веселые рисунки, мотивационные цитаты для команды и участников соревнований.

Состав команды не более 3-х человек (соотношение юношей и девушек на усмотрение команды, руководитель и заместитель руководителя не принимают участие в конкурсе).

Судейство в конкурсе осуществляется конкурсной комиссией путем выставления экспертной оценки согласно критериям.

«Боевой листок» на судейском листе ватмана формата А3 с подписью судьи этапа. Все необходимое оборудование, инвентарь, оформительские принадлежности для участия в конкурсах команда должна иметь с собой.

За определенное время в специально отведенном месте редколлегия (не более 3-х участников) в течение 2-х часов выпускает «Боевой листок».

«Боевой листок» оценивается по следующим *критериям (максимальная оценка (МО) 25 баллов):*

- Соответствие содержания стенгазеты теме и целям конкурса – МО – 5 баллов;
- Разнообразие жанров – МО – 10 баллов;
- Художественное оформление – МО – 5 баллов;
- Оригинальность оформления «Боевого листка» – МО – 5 баллов.

8. Условия соревнований по виду **Полоса препятствий «Атака» (спринт)**

Класс дистанции – 2

Протяженность дистанции – 800 м

Количество этапов – 5

Характер маркировки – Красно-белая сигнальная лента

Система оценки нарушений – бесштрафовая

КВ дистанции: 20 минут.

БЗ – безопасная зона

ОЗ – опасная зона

КЛ – контрольная линия

ИС – исходная сторона

ЦС – целевая сторона

ТО – точка опоры

Состав группы участников: 2М, 2Ж.

Комплект снаряжения (каска, система верх/низ, блокировка 4 м, 2 карабина) выдается на старте каждому участнику. Допускается наличие собственных систем участников.

Требования к одежде и обуви: спортивная форма (локты и колени - закрыты), спортивная обувь (без шипов), перчатки.

Команда начинает работу на этапах только в полном составе.

Этап 1. Жерди.

Команде в полном составе необходимо, с помощью жердей, преодолеть «болото» и вынести все жерди на ЦС. Участникам предоставляется 5 жердей («болото» - 5 пролетов). Допускается использовать жердь в опасной зоне (ОЗ) как шест. Неконтролируемый переброс жерди запрещен.

В случае заступа (частичная загрузка ОЗ, касание одной конечностью), падения (полная загрузка ОЗ, касание двумя конечностями) участник возвращается на предыдущую «опору».

Этап 2. Переправа по бревну.

Параметры:

Длина этапа	Длина бревна	Расстояние от ТО до КЛ	Высота ТО над землей
8,5 м	6	ИС – 1 м, ЦС – 1,5 м	ИС; ЦС – 1,5 м

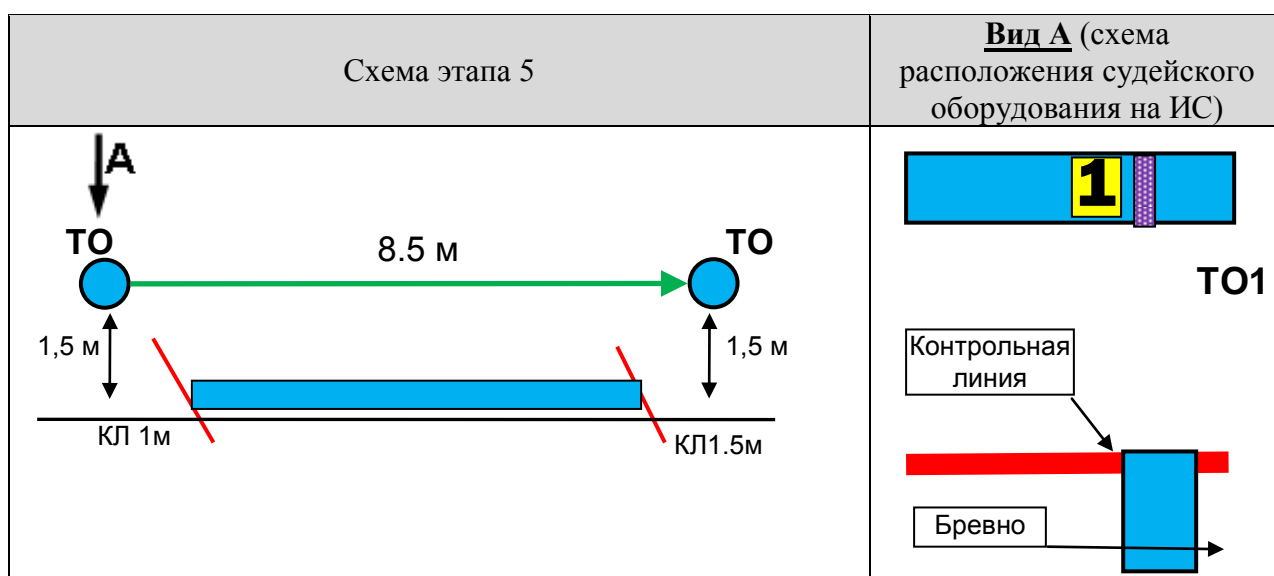
Оборудование:

ИС: БЗ, ТО2 – судейские перила, КЛ – начало ОЗ.

ЦС: БЗ, ТО1 – горизонтальная опора, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение участника ногами по бревну по п.7.8.

Обратное движение: по п.7.8.



Этап 3. Вертикальный маятник.

Параметры:

Длина этапа	Высота крепления ТО
3 м	6 м

Оборудование:

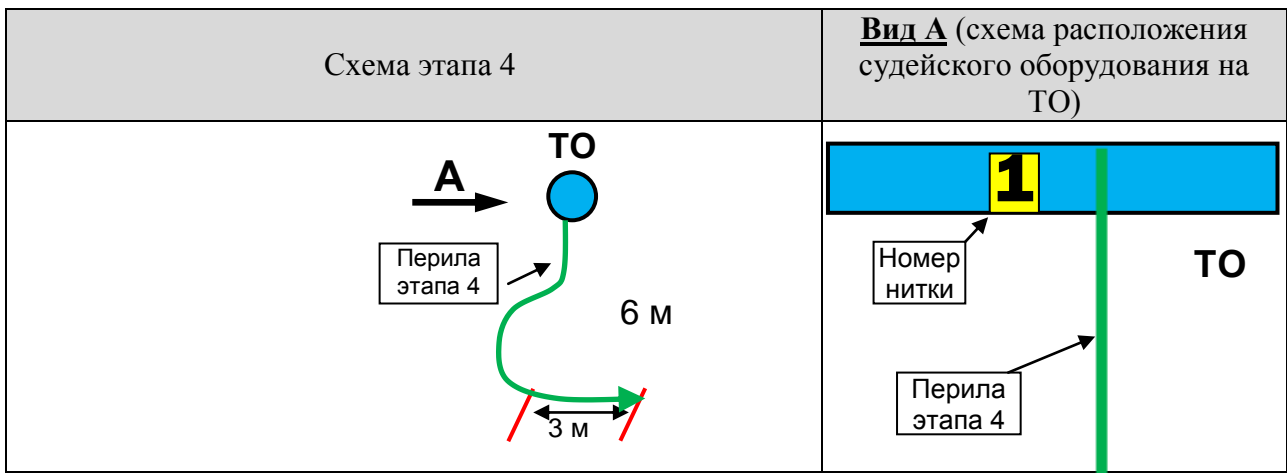
ИС: БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские перила с узлами «австрийский проводник».

ЦС: БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Участникам требуется подключить свободный ус самостраховки к узлу на перилах и без касания ОЗ преодолеть этап.

Обратное движение: по п.7.15.2(а).



Этап 4. Переправа по параллельным перилам.

Параметры:

Длина этапа	Расстояние между верхними и нижними перилами	Расстояние от ТО до КЛ	Высота нижней ТО1 над землей
18 м	1,3 м	ЦС – 3 м	1,2 м

Оборудование:

Оборудование:

ИС: БЗ, КЛ – начало ОЗ, ТО1 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя).

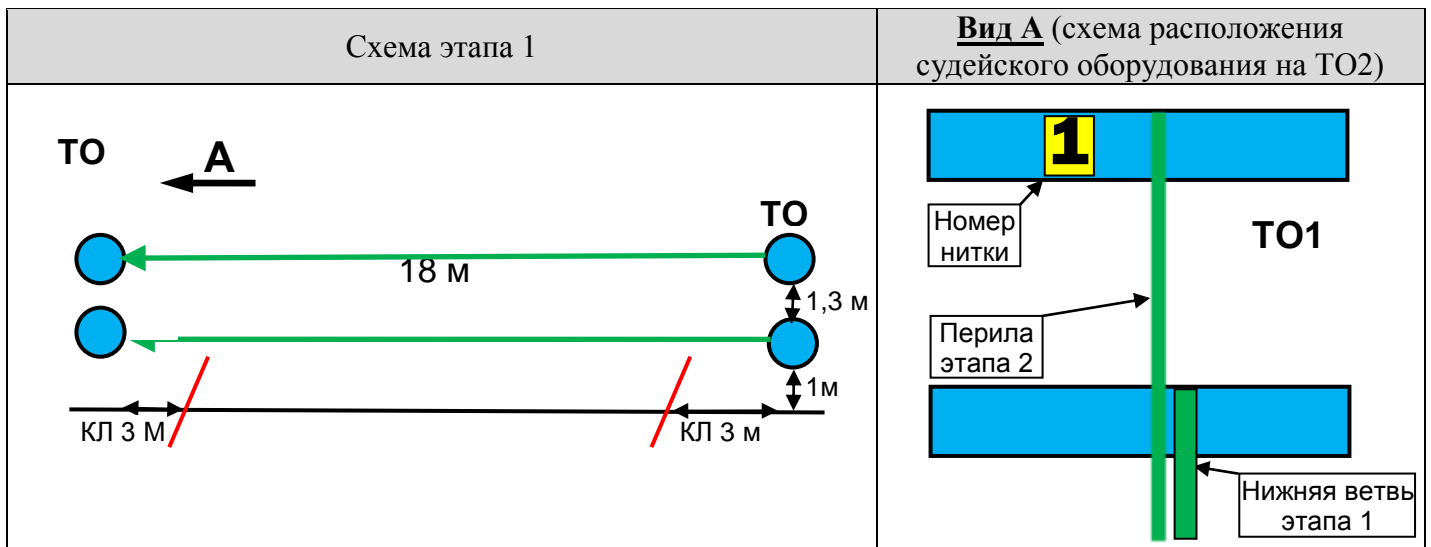
Верхняя ветвь параллельных перил – одинарная веревка.

Нижняя ветвь параллельных перил – слеклайн (стропа 35 м).

ЦС: БЗ, ТО2 – горизонтальная опора (верхняя и нижняя).

Действия: Движение по п.7.8.

Обратное движение: по п.7.8.



Этап 5. Навесная переправа.

Параметры:

Длина этапа	Угол наклона перил	Расстояние от ТО до КЛ	Высота ТО
18 м	0°	ИС, ЦС – 2 м	ИС, ЦС – 1,6 м

Оборудование:

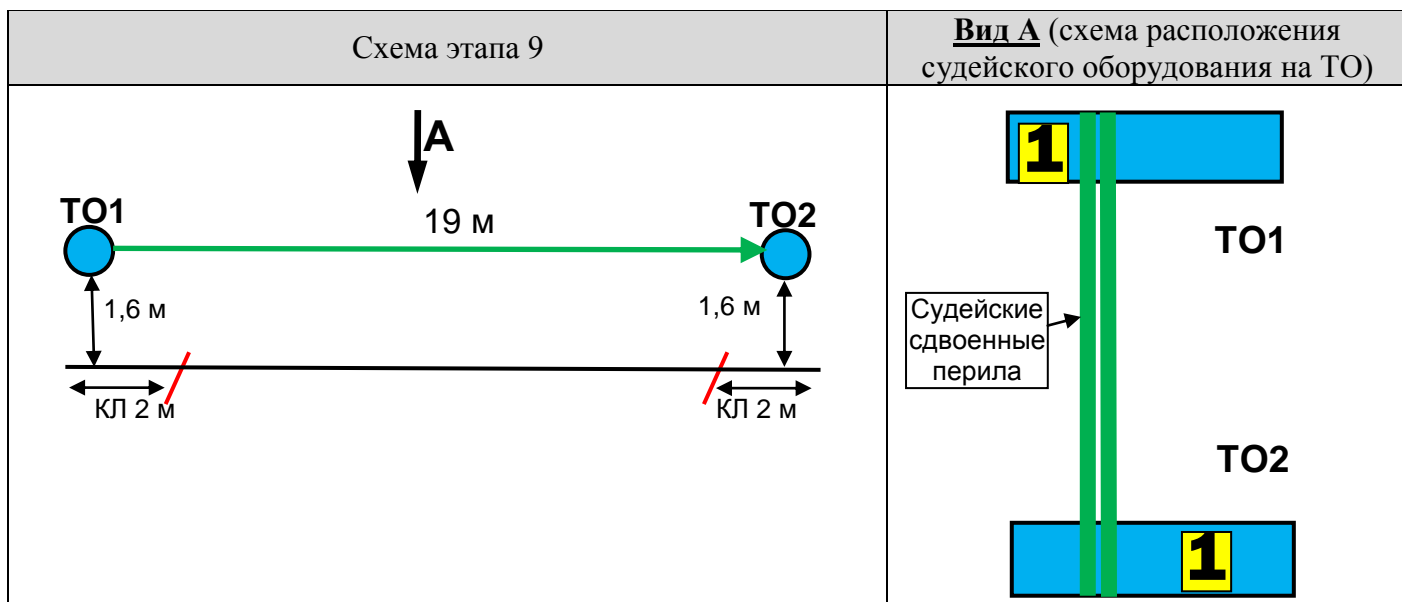
ИС: БЗ, КЛ – начало ОЗ.

Судейские двойные перила навесной переправы.

ЦС: БЗ, КЛ – окончание ОЗ.

Действия: Движение по п.7.9.

Обратное движение: по п.7.9.



ФИНИШ.

Источники информации:

- 1) Сайт: <https://zov-lesa.ru/>
- 2) Правила служебно-прикладного вида спорта «Пожарно-прикладной спорт» (утв. Приказом Министерства спорта, туризма и молодежной политики РФ от 21 января 2011 года № 32)
- 3) «Учебник спасателя», 2002 год, под редакцией Ю.Л. Воробьева.
- 4) Сайт МЧС РФ — mchs.gov.ru.
- 5) «Судебно-медицинское обоснование смерти от утопления в воде», 1988 год, Иркутский государственный медицинский институт. Ю.С. Исаев, В.А. Свешников.
- 6) Первая помощь: учебное пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь. М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018 год.
- 7) Регламент проведения соревнований по группе дисциплин «Дистанция - пешеходная»