

**Методические рекомендации по оборудованию Комбинированной полосы практического этапа
Муниципального этапа ВОШ по ОБЖ Информация для оборудования**

«Комбинированная полоса № 1»

ЗАДАНИЕ 1. Преодоление заболоченного участка по «кочкам»

Условия: 8 «кочек» установлены в шахматном порядке со «сбоем ноги» (в середине две «кочки» по прямой); расстояние между центрами «кочек» 1,5 м.; диаметр «кочек» не более 30 см. В 1,5 м от первой «кочки» и в 1,5 м за последней «кочкой» нанесены контрольные линии.

ЗАДАНИЕ 2. Подача сигналов бедствия

Условия: на полу разложены предметы для подачи сигналов бедствия и лишние предметы, не менее 5, которыми никак нельзя подать сигнал.

предметы для подачи сигналов бедствия (фольга, консервная банка, фонарик, стеклянная бутылка, спички) + дополнительные (пластиковая бутылка, пластиковая тарелка, ложка, веревка длиной 1 м, ведро)

ЗАДАНИЕ 3

Оказание первой доврачебной помощи

3.1. Условия: выполняется на статисте с правом привлечения помощника. Имеется походная аптечка. Самодельные шины (палки).

3.2. Условия: выполняется на статисте. Инвентарь и оборудование: бинт: ширина – 5 см, длина – 2 м, стерильные салфетки, вата, раствор йода, перекись водорода, перчатки стерильные, шпатели для обработки раны.

3.3. Условия: выполняется на статисте. Инвентарь и оборудование: литровая емкость с водой, лимонная кислота, уксусная кислота, питьевая сода; сухие тампоны; чайная ложка; ножницы. Аптечка находится у преподавателя.

ЗАДАНИЕ 4

Условия: перед участником имитация перекрёстка с пешеходным переходом (обозначен мелом или малярным скотчем на полу). Участник по команде члена жюри выбирает 2 карточки с сигналами регулировщика, регулировщик (член жюри или его помощник) показывает выбранные сигналы, обучающийся на самокате действует согласно сигналу регулировщика. Инвентарь и оборудование: жезл регулировщика, карточки с сигналами регулировщика, мел, малярный скотч, самокат.

«Комбинированная полоса № 2»

ЗАДАНИЕ 1. Выживание в природной среде

Условия: оборудовать костровое место с соблюдением мер противопожарной безопасности, «вскипятить» воду и снять котёл с «горячей» водой с «костра». Время выполнения – 10 минут

Оборудование: костровой тросик / костровой таганок (тренога) / костровые «рогульки» с перекладиной / кирпичи (плоские камни),

костровые крючки (2–3 шт.),

котёл (ведро) с плоским дном,

костровые рукавицы (1 пара),

ёмкость с водой,

растопка, топливо (хворост, ветки, поленья),

лопатка сапёрная.

ЗАДАНИЕ 2. Вязание узлов.

Условия:

Перед участником лежат 14 перевернутых карточек, каждая с названием одного узла, задача участника за 1 мин 30 секунд вытянуть 5 карточек и завязать указанные на них узлы.

Список узлов: «Проводник», «Восьмёрка», «Восьмёрка одним концом», «Встречная восьмёрка», «Стремя», «Булинь», «Грейпвайн», «Австрийский проводник», «Заячьи уши», «Академический», «Шкотовый», «Брам-шкотовый», «Встречный», «Ткацкий».

ЗАДАНИЕ 3. Оказание первой доврачебной помощи

3.1.

Условие: выполняется на тренажере «Гоша» с правом привлечь помощника. При отсутствии тренажера «Гоша» допускается применение другого тренажера или манекена.

Инвентарь и оборудование: стерильные салфетки, сотовый телефон, защитная маска (чистый носовой платок), тренажер «Гоша».

3.2.

Условие: выполняется на тренажере «Гоша» с правом привлечь помощника. При отсутствии тренажера «Гоша» допускается применять другой манекен или тренажер.

Инвентарь и оборудование: бинт широкий, стерильные салфетки, вата, раствор йода, перекись водорода, шпатели для обработки раны, косынка, жгут, плотная бумага (картон), карандаш, транспортная шина (подручные средства), секундомер (участнику нужно выбрать необходимое).

ЗАДАНИЕ 4. Преодоление узкого коридора - лаза «мышеловки».

Условие: Длина коридора до 5 м.; ширина до 80 см.; количество ворот – не менее 7; расстояние от перекладин до земли от 35 до 40 см.; перекладины и стойки не закреплены.

Оборудование:

- 14 стоек,
- 7 перекладин.

ЗАДАНИЕ 5. Преодоление зоны химического заражения.

Условие: на исходном рубеже находятся общевойсковой защитный костюм ОЗК и гражданский противогаз (ГП-5 или ГП-7). На расстоянии 2-х метров от исходного рубежа обозначена указателем «зона заражения», представляющая сложный коридор (типа лабиринта) длиной не менее 10 м., высотой не менее 60 см и шириной 1,5 м.

Оборудование:

- общевойсковой защитный костюм ОЗК
- гражданский противогаз (ГП-5 или ГП-7).
- указатель «зона заражения»
- 14 стоек,
- 7 перекладин или веревка.

«Комбинированная полоса № 3»

ЗАДАНИЕ 1. Вязание узлов.

Условие:

Перед участником лежат 14 перевернутых карточек, каждая с названием одного узла, задача участника за 1 мин 30 секунд вытянуть 5 карточек и завязать указанные на них узлы.

Список узлов: «Проводник», «Восьмёрка», «Восьмёрка одним концом», «Встречная восьмёрка», «Стремя», «Булинь», «Грейпвайн», «Австрийский проводник», «Заячьи уши», «Академический», «Шкотовый», «Брам-шкотовый», «Встречный», «Ткацкий».

ЗАДАНИЕ 2

Условие: напротив контрольной линии, обозначенной на полу, на расстоянии 6 и 8 метров, параллельно друг другу расположены гимнастические маты – «мишени» (зоны-утопающего). У контрольной линии лежат спасательный круг и «конец Александра».

Инвентарь и оборудование: спасательный круг, конец Александра, скотч и спортивные маты.

ЗАДАНИЕ 3. Оказание первой доврачебной помощи

3.1.

Условие: выполняется на тренажере «Гоша» с правом привлечь помощника. При отсутствии тренажера «Гоша» допускается применение другого тренажера или манекена.

Инвентарь и оборудование: стерильные салфетки, сотовый телефон, защитная маска (чистый носовой платок), тренажер «Гоша».

3.2.

Условие: выполняется на тренажере «Гоша» с правом привлечь помощника. При отсутствии тренажера «Гоша» допускается применять другой манекен или тренажер.

Инвентарь и оборудование: бинт широкий, стерильные салфетки, вата, раствор йода, перекись водорода, шпатели для обработки раны, косынка, жгут, плотная бумага (картон), карандаш, транспортная шина (подручные средства), секундомер (участнику нужно выбрать необходимое).

ЗАДАНИЕ 4

4.1. Преодоление ползком участка местности (зоны обстрела).

Условие: Зона обстрела обозначена камуфляжной сеткой, растянутой на площади 3,0 х 8,0 метра на высоте 0,7 м., с прикрепленными к ней колокольчиками. Каждое касание сетки - звон колокольчика, является условным попаданием под выстрел противника.

Инвентарь и оборудование: 10 колокольчиков, камуфляжная сетка, автомат.

4.2. Метание «гранаты» в траншею.

Условие: Участнику необходимо попасть двумя теннисными мячами (имитирующими гранаты) в траншею, расположенную на расстоянии 15 м. от укрытия № 1. Траншею имитируют гимнастические маты, уложенные в три ряда: первый ряд из 4-х гимнастических матов, второй ряд из 1 гимнастического мата, 3 ряд из 3-х гимнастических матов; все накрыты камуфляжной сеткой.

Инвентарь и оборудование: камуфляжная сетка, 8 матов, 2 теннисных мяча.

ЗАДАНИЕ 5.

Неполная разборка и сборка модели массогабаритной

1. *Неполная разборка модели массогабаритной автомата (АКМ, АК-74)*

Условие: контрольное время – 20 секунд

Оборудование: стол для разборки модели массогабаритной автомата (АКМ, АК-74), модель массогабаритная автомата (АКМ, АК-74)

2. *Сборка модели массогабаритной автомата (АКМ, АК-74) после неполной разборки.*

Условие: контрольное время – 30 секунд

Оборудование: стол для сборки модели массогабаритной автомата (АКМ, АК-74), модель массогабаритная автомата (АКМ, АК-74)

Вспомним сигналы регулировщика

