Комитет по образованию Правительства Санкт-Петербурга
Городской Центр гражданского и патриотического воспитания
ГОУ «Балтийский берег»

Методические рекомендации для подготовки команд к городским соревнованиям «Школа безопасности» (этапы: Туристское двоеборье, Поисково-спасательные работы), Открытому финалу Игры «Зарница» и соревнований «Школа безопасности» Санкт-Петербурга, Ленинградской области и Северо-Запада России

Санкт-Петербург
2005 год

Составитель – А. Б. Плакхин, специалист городского Центра гражданского и патриотического воспитания ГОУ «Балтийский берег»

© Информационно-методический сектор городского Центра гражданского и патриотического воспитания ГОУ «Балтийский берег»

1. Основные понятия и термины.

ТУРПОЛОСА (ПОЛОСА ПРЕПЯТСТВИЙ) – дистанция из искусственных и естественных препятствий, имитирующих участки сильнопересеченной, труднопроходимой местности.

ФОРМА УЧАСТНИКА – должна обеспечивать отсутствие контакта кожного покрова с рельефом или элементами дистанции. Участник должен иметь спортивную обувь (без шипов) и длинную спортивную форму, закрывающую локти и колени.

СТРАХОВОЧНАЯ СИСТЕМА (ОБВЯЗКА) – система из ремней (лент), пряжек и отрезка основной веревки (10 мм.), обеспечивающая безопасность участника при прохождении этапов дистанции. Страховочная система состоит из: грудной обвязки, страховочного пояса, «беседки» и блокировки. К соревнованиям допускаются страховочные системы, изготовленные промышленным способом, и имеющие сертификат качества. В качестве блокировки допускается использование отрезка основной веревки длиной – 3 метра, диаметром – 10 - 11 мм. Блокировка должна обеспечивать прочное соединение «беседки», страховочного пояса и грудной обвязки в единую страховочную систему. Закрепление блокировки на груди производится правильным узлом – «встречный», (хотя, по мнению автора, использование данного узла затрудняет жесткое закрепление системы, и вполне возможно использование «прямого» узла, подстрахованного парой штыков). Концы блокировки, выполняющие роль «усов» – самостраховки, должны заканчиваться правильными узлами восьмерка-проводник. В случае использования командой альпинистских систем типа «Venta», рекомендуется их творчески доработать для прохождение этапа «Навесная переправа», изменив точку крепления «беседочного» (нижнего) карабина. Вносимые изменения не должны снижать безопасность участника.

ПЕТЛЯ САМОСТРАХОВКИ (ПРУСИК) – используется для завязывания «схватывающего» узла при самостраховке участника на подъеме и спуске по вертикальным перилам. Изготавливается из веревки диаметром 6 мм.; должна быть провязана узлом «двойной проводник» (заячьи уши), для включения её в карабин перекрестья грудной обвязки. Каждому участнику необходимо иметь 1 «прусик», хотя как показывает опыт соревнований, лучше 2.

РУКАВИЦЫ – являются частью обязательного снаряжения, предотвращая травмы рук участников при прохождении дистанции. Рукавицы должны быть изготовлены из плотного материала (брезент, плотная ткань), полностью закрывать кисть руки, не иметь механических повреждений. Использование ЛЮБЫХ перчаток не отменяет использование рукавиц. Для удобства работы на дистанции рекомендуется закрепление рукавиц на резинке.

КАРАБИНЫ – используются для обеспечения страховки и самостраховки участников. Разрешено применение любых по составу карабинов (металл, углеродный сплав, титан). Все карабины должны иметь стопорящиеся (фиксируемые) муфты. Для комфортного прохождения дистанции участнику необходимо иметь 4 карабина.

ПЕРИЛА – вертикальные или горизонтальные основные веревки, используемые для самостраховки участников при преодолении препятствий. Перила организуются судьями (на коротких, гоночных дистанциях), или командой (на длинной дистанции). Обязательное требование – нахождение на перилах одного участника. В особых случаях, судьи могут организовать сдвоенные перила, оговорив возможность нахождения на них нескольких участников.

УЗЛЫ – соединение одной или нескольких веревок, способом обеспечивающим безопасность участника. Под термином «узлы» понимается следующий набор узлов, применяемый в туризме и альпинизме: «прямой», «встречный», «булинь» («беседочный»), «проводник», «восьмерка-проводник», «двойной проводник» («заячьи ушки»), «схватывающий» («прусик»), «стремя», «штыки», «удавка», «серединный проводник» («австрийский проводник»). Применение каждого конкретного узла возможно лишь в определенной ситуации. Правильность завязывания узла определяется правильностью «рисунка», отсутствием перехлестов, наличием контрольного узла и его расстоянием от основного узла.

2. Условия соревнований.

По условиям прохождения и подведению итогов, дистанции можно разделить на три вида: - личные, лично – командные и командные. Первый вид соревнований подразумевает только личный результат участника и на соревнованиях «Зарница» и «Школа безопасности» не проводится.

ЛИЧНО – КОМАНДНЫЕ соревнования проводятся на таком виде, как «Турполоса» (Полоса препятствий). Условия данных соревнований могут предусматривать два варианта:

- каждый участник проходит дистанцию и получает личный результат, а командный результат складывается из суммы личных. При подобном проведении соревнований исключается помощь других членов команды;
- вся команда стартует одновременно, по очереди проходя этапы дистанции, а итоговый результат устанавливает последний участник команды, пересекший линию финиша. В данном варианте, разрешена помощь участников, при условии, что помогающие друг другу участники находятся в начале или конце одного и того же этапа. Рекомендуется самых сильных участников команды, ставить первым и последним. Более того, первый сильный участник может выполнять часть работы за других членов команды – например, завязать всем «прусики» на спуске или подъеме.

КОМАНДНЫЕ соревнования проводятся на таком виде, как «Полоса выживания» и других длинных дистанциях. Состав таких дистанций предусматривает определенное количество этапов, прохождение которых возможно только при организации командной страховки, и соответствующей командной работе. При этом, чем выше класс дистанции, тем больше командной работы.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, независимо от вида соревнований, проводится суммированием времени прохождения дистанции и штрафных баллов, полученных на этапах. Первое место занимает команда, имеющая наименьший результат.

ШТРАФНЫЕ БАЛЛЫ выставляются в соответствии с «Таблицей штрафов», которая доводится до участников перед соревнованиями. В случае командных соревнований штрафные баллы вносятся в судейский протокол, и в зачетную карточку команды; в случае личных или лично-командных соревнований, только в судейский протокол. По общепринятой методике, выставляя штраф, судья обязан громко объявить его участнику или команде. В случае, если участник совершает действие, влекущее за собой возможность получения травмы, судья останавливает участника, объявляет штраф и заставляет его выполнить правильное техническое действие. Размер одного штрафного балла зависит от протяженности дистанции. Как правило, на коротких дистанциях в условиях спортивного зала 1 балл = 15 сек., а на более протяженных дистанциях на местности 1 балл = 30 секундам.

КОНТРОЛЬНОЕ ВРЕМЯ может вводиться на соревнованиях, как на отдельных этапах, так и на всей дистанции. При большем количестве участников и ограниченном времени судейская коллегия может устанавливать контрольное время на этапе (дистанции), при превышении которого команда (участник) снимаются с соревнований, занимая место в итоговом протоколе после команд уложившихся в КВ. Контрольное время объявляется перед стартом первой команды.

ОТСЕЧКА, предоставляется команде судьями при невозможности работы на этапе, в связи с нахождением на нем другой команды. Отсечка фиксируется судьями только по требованию команды. Находясь на отсечке, команда не может совершать никаких технических действий, связанных с прохождением дистанции. Время отсечки должно быть внесено в протокол этапа и зачетную карточку команды. На лично – командных соревнованиях «Турполоса» (Полоса Препятствий) отсечка предоставляется только в том случае, если первый участник команды догнал последнего участника предыдущей команды, и не имеет возможности продолжить движение по дистанции.

3. Техническое описание этапов дистанции «Турполоса».

3.1. ПРЕДСТАРТОВАЯ ПРОВЕРКА.

Команда должна явиться в стартовую зону в соответствии с графиком старта. Однако, представляется целесообразным прибытие команды за 30 - 40 минут до старта, что позволит участникам команды пройти вдоль дистанции, изучив последовательность этапов и особенности их прохождения. Если команда имеет собственные страховочные системы, то она может одеть их до старта. В этом случае, судьи оценивают правильность обвязывания, штрафуя ошибки. Если допущенная ошибка влияет на безопасность прохождения дистанции, судья имеет право не только выставить штраф, но и потребовать от участника исправления ошибки.

Если команда не имеет собственных страховочных систем, то ей выдается судейское снаряжение. В этом случае, команда располагается в «зоне обвязывания», где ей предоставляется снаряжение в разобранном виде. В течение контрольного времени (КВ), как правило – 5 минут, участники должны самостоятельно одеть страховочные системы, после чего судьи оценивают правильность обвязывания, штрафуя ошибки и заставляя их исправить.

Если команда не только не имеет собственного снаряжения, но не знает, как одеть судейское, то такой команде оказывается судейская помощь, за которую команда получает максимальный штраф на данном этапе.

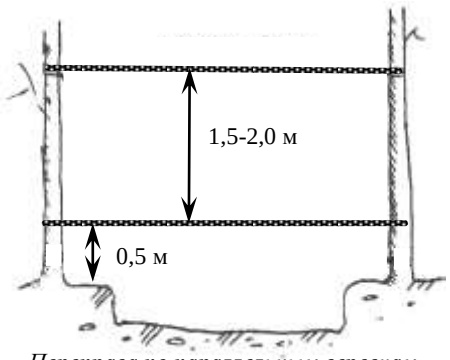
ШТРАФЫ – неправильно завязанный узел; отсутствие обратного прохода ремня в пряжке – 3 балла;

– превышение контрольного времени – 3 балла;

– судейская помощь – 10 баллов;

3.2. ПЕРЕПРАВА ПО ПАРАЛЛЕЛЬНЫМ ВЕРЕВКАМ.

Участники команды, по одному, переправляются, стоя ногами на нижней веревке и держась руками за верхнюю. Верхняя веревка является страховочными перилами, к которым участник должен подключиться «усом» – самостраховки. Положение карабина – произвольное: между рук, в руке, за руками. Единственное требование – карабин должен быть замуфтован. Движение участника ногами по нижней веревке, также является произвольным, но наиболее рациональным представляется передвижение боком, приставными шагами, при этом «передняя» нога должна не переступать, а скользить по веревке. В случае срыва, повисании только на «усе» – самостраховке на верхней веревке, восстанавливать свое положение не надо.



Переправа по параллельным веревкам

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

– перегруз веревки (два и более участников на переправе) – 3 балла;

– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;

– срыв, повисание на самостраховке – 6 баллов;

3.3. НАВЕСНАЯ ПЕРЕПРАВА.

Участники команды по одному переправляются через препятствие, используя судейские перила. Движение участника осуществляется головой вперед, если это не крутонаклонная навесная переправа. Последовательность действия участника:

а) включение карабина «уса» – самостраховки в верхнюю веревку;

б) взяться двумя руками за нижнюю (наиболее сильно натянутую веревку), закинуть на неё ноги;

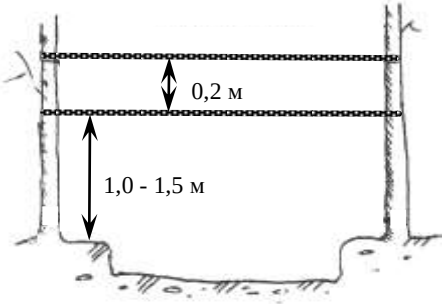
в) подтянуть себя к нижней веревке повиснув на согнутом локте одной руки, а второй рукой включить в эту веревку беседочный (нижний) карабин (обратите внимание, чтобы он не был перекручен и не затруднял движение участника);

г) проверив замуфтованы ли карабины, начать движение за счет подтягивания себя на руках (рациональной представляется помощь себе ногами).

Достигнув безопасной зоны на противоположном берегу, участник действует в обратном порядке:

а) закинуть ноги на нижнюю веревку и подтянуть себя на согнутой в локте руке;

б) размуфтовать и отстегнуть беседочный (нижний) карабин; в) размуфтовать и отстегнуть карабин «уса» – самостраховки (если условия этапа позволяют, последнее действие можно совершить встав на землю).



Навесная переправа

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

– перегруз веревки (два и более участников на переправе) – 3 балла;

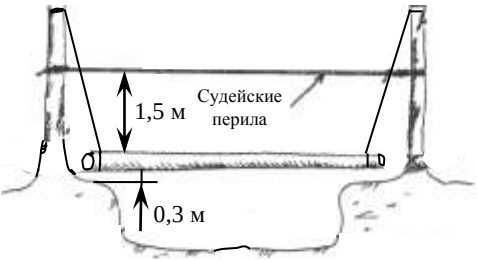
– неправильный порядок встежки – выстежки – 3 балла;

– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;

3.3. ПЕРЕПРАВА ПО БРЕВНУ С ГОРИЗОНТАЛЬНЫМИ ПЕРИЛАМИ.

Участники команды, по одному, переправляются через препятствие по бревну, осуществляя самостраховку на горизонтальных судейских перилах. Включение карабина «уса» – самостраховки должно производиться из безопасной зоны, как правило, не вступая на бревно. Положение карабина относительно рук участника не имеет значение. На данном этапе действует то же правило, что и на этапах «Параллель», «Траверс» – длина «уса» – самостраховки не должна превышать длину вытянутой руки участника до запястья. В случае срыва участник не обязан восстанавливать свое положение на бревне, а может закончить этап двигаясь по рельефу. Под срывом понимается прекращение контролируемого положения участника на бревне и нагружение самостраховки.

Переправа по бревну с горизонтальными перилами

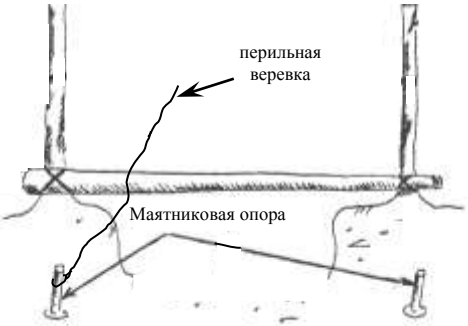


Переправа по качающемуся бревну

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– перегруз перил или бревна (два и более участников на переправе) – 3 балла;
– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– срыв, повисание на самостраховке – 6 баллов;

3.5. ПЕРЕПРАВА ПО БРЕВНУ МЕТОДОМ «МАЯТНИКА».

Участники команды, по одному, переправляются через препятствие по бревну, осуществляя самостраховку на вертикальных перилах. Перилами является судейская веревка, привязанная к одной опоре, стоящей сбоку от бревна. Участник, используя прусик, вяжет на этой веревке схватывающий узел, после чего включает прусик двойным проводником («заячьими ушами») в карабин грудного перекрестья. Затем, продвинув прусик на удобное расстояние, участник начинает движение по бревну, используя веревку в качестве опоры. Участнику следует передвигаться приставными шагами, лицом к опоре, на которую привязана перильная веревка, слегка откинувшись назад. Как правило, в начале движения, расстояние между участником и опорой сокращается, и в этом случае обе руки должны находиться под прусиком. Одна рука отодвигает по веревке прусик, а другая перехватывает веревку протягивая её на себя. Когда расстояние от участника до опоры начинает увеличиваться, следует прусик поместить между руками, пододвигая его к себе «дальней» рукой. Корпус участника все время должен быть слегка отклонен от опоры, а перильная веревка должна находиться в натянутом положении.

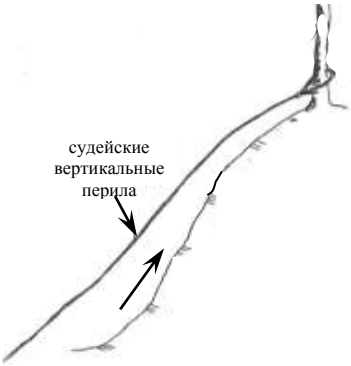


Переправа по бревну методом «Маятника»

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– перегруз перил или бревна (два и более участников на переправе) – 3 балла;
– неправильно завязанный узел; «захват» узла в руку – 3 балла;
– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– срыв, повисание на самостраховке – 6 баллов;

3.6. ПОДЪЕМ ПО СКЛОНУ, С САМОСТРАХОВКОЙ.

Участники команды, по одному, поднимаются по склону с опорой на судейские вертикальные перила, и самостраховкой на них схватывающим узлом. Участник используя прусик, вяжет на перильной веревке схватывающий узел, после чего включает прусик двойным проводником («заячьими ушами») в карабин грудного перекрестья. Затем, участник начинает подъем, опираясь на перильную веревку и продвигая схватывающий узел «верхней» (относительно склона) рукой. Во время движения узел не должен менять своей формы, и не должен захватываться в кулак; веревка должна находиться в натянутом состоянии. В конце подъема, выйдя в безопасную зону, или, став на самостраховку на



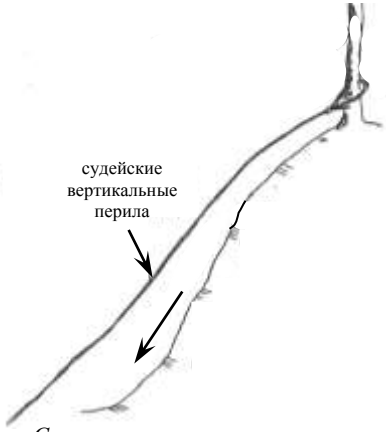
Подъем по склону, с самостраховкой

горизонтальные перила, участник выстегивает прусик из грудного перекрестья, а затем развязывает узел. Во время движения одного участника по данному этапу, остальные участники команды могут завязать схватывающий узел, но не имеют права включаться в прусик до освобождения перил предыдущим участником. Запрещено натяжение вертикальных перил участниками команды.

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– перегруз перил (два и более участников на этапе) – 3 балла;
– неправильно завязанный узел; «захват» узла в руку – 3 балла;
– падение, опора на третью точку любой частью тела – 3 балла;
– провисание перильной веревки ниже опорной ноги – 3 балла;
– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– падение с повисанием на самостраховке – 6 баллов;

3.7. СПУСК ПО СКЛОНУ, С САМОСТРАХОВКОЙ.

Участники команды, по одному, спускаются по склону с опорой на судейские вертикальные перила, и самостраховкой на них схватывающим узлом. Участник, используя прусик, вяжет на перильной веревке схватывающий узел, после чего включает прусик двойным проводником («заячьими ушами») в карабин грудного перекрестья и одевает рукавицы. Затем, участник начинает спуск, опираясь на перильную веревку. Положение веревки за спиной, на уровне поясницы. Перильная веревка контролируется двумя руками, схватывающий узел находится под «верхней» (относительно склона) рукой. Во время движения узел не должен менять своей формы, и не должен захватываться в кулак; веревка должна находиться в натянутом состоянии. В конце спуска, выйдя в безопасную зону, участник выстегивает прусик из грудного перекрестья, а затем развязывает узел. Во время движения одного участника по данному этапу, остальные участники команды могут завязать схватывающий узел, но не имеют права включаться в прусик до освобождения перил предыдущим участником.



Спуск по склону, с самостраховкой

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– перегруз перил (два и более участников на этапе) – 3 балла;
– движение без рукавиц – 3 балла;
– неправильно завязанный узел; «захват» узла в руку – 3 балла;
– неправильное положение перильной веревки или узла – 3 балла;
– падение, опора на третью точку любой частью тела – 3 балла;
– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– срыв, с повисанием на самостраховке – 6 баллов;

3.8. ТРАВЕРС СКЛОНА.

Участники команды двигаются вдоль склона, осуществляя самостраховку на горизонтальных судейских перилах. Самостраховка осуществляется карабином «уса» - самостраховки. Если на этапе «Траверс» имеется несколько промежуточных точек крепления перильной веревки, то участник должен использовать оба «уса» - самостраховки. При этом сначала включается второй «ус» – самостраховки, и только потом выключается первый. При

движении по склону участник должен следить за тем, чтобы его центр тяжести не оказался выше перил (относительно склона). Если по условиям этапа, на промежуточных точках крепления перильная веревка закреплена «жестко» (завязана узлами), на этапе могут работать несколько участников одновременно, но не более 1 на каждом участке.

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

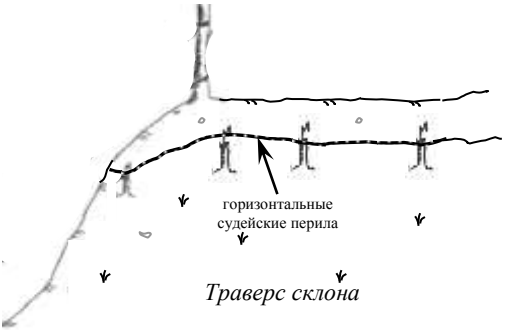
– перегруз перил (два и более участников на этапе, участке этапа) – 3 балла;

– неправильное положение участника относительно перильной веревки – 3 балла;

– падение, опора на третью точку любой частью тела – 3 балла;

– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;

– срыв, с повисанием на самостраховке – 6 баллов;



Траверс склона

3.9. ПЕРЕПРАВА ПО «БОЛОТУ».

Данный этап может иметь несколько вариантов прохождения. В первом варианте участники преодолевают «болото», перепрыгивая с «кочки» на «кочку». Во втором варианте, участникам предлагается преодолеть «болото» с использованием жердей. В этом случае подразумевается командная работа, когда участники последовательно укладывают жерди на «кочки» продвигаясь по ним до конца этапа. Возможен и третий вариант, когда каждому участнику предоставляется одна жердь, но восстановить надо только один пролет на «болоте».

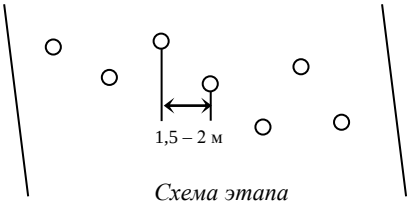


Схема этапа
преодоление болота по кочкам

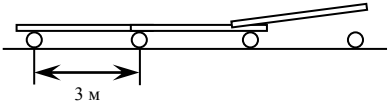
При всех трех вариантах прохождения данного этапа, самостраховка участников отсутствует, штрафуются касание рельефа и срыв.

ШТРАФЫ – заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

– касание рельефа любой частью тела – 1 балл (за касание);

– срыв двумя ногами (падение) – 3 балла;



Преодоление болота
с использованием жердей

3.10. «МАЯТНИК» (ТАРЗАНКА).

Используя вертикальную веревку, участники должны по очереди перелететь из одной безопасной зоны в другую. Самостраховка участников отсутствует, штрафуются падение и касание рельефа между безопасными зонами (в том числе и снаряжением).

ШТРАФЫ – заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

– касание рельефа любой частью тела или снаряжением – 1 балл (за касание);

– срыв двумя ногами, падение – 3 балла;

3.11. УСТАНОВКА И СНЯТИЕ ПАЛАТКИ.

Как правило, на данном этапе участники в начале дистанции снимают и упаковывают палатку, а в конце дистанции ставят её на прежнее место.

ШТРАФЫ – потеря единицы снаряжения (в т. ч. от палатки) – 1 балл;

– существенный перекос, падение палатки – 3 балла;

4. Техническое описание этапов дистанции «Полоса выживания».

4.1. ПРЕДСТАРТОВАЯ ПРОВЕРКА.

Команда должна явиться в стартовую зону в соответствии с графиком старта. Однако, представляется целесообразным прибытие команды за 30 – 40 минут до старта, что позволит участникам команды пройти вдоль дистанции, изучив последовательность этапов и особенности их прохождения. Если команда имеет собственные страховочные системы, то она может одеть их до старта. В этом случае, судьи оценивают правильность обвязывания, штрафуя ошибки. Если допущенная ошибка влияет на безопасность прохождения дистанции, судья имеет право не только выставить штраф, но и потребовать от участника исправления ошибки.

Если команда не имеет собственных страховочных систем, то ей выдается судейское снаряжение. В этом случае, команда располагается в «зоне обвязывания», где ей предоставляется снаряжение в разобранном виде. В течении контрольного времени (КВ), как правило – 5 минут, участники должны самостоятельно одеть страховочные системы, после чего судьи оценивают правильность обвязывания, штрафуя ошибки и заставляя их исправить.

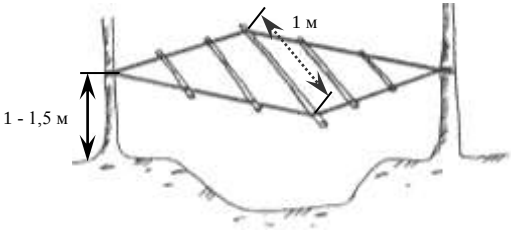
Если команда не только не имеет собственного снаряжения, но не знает, как одеть судейское, то такой команде оказывается судейская помощь, за которую команда получает максимальный штраф на данном этапе.

ШТРАФЫ – неправильно завязанный узел; отсутствие обратного прохода ремня в пряжке – 3 балла;

– превышение контрольного времени – 3 балла;

– судейская помощь – 10 баллов;

4.2. «РОМБ».



Ромб

Участники команды переправляются по одному по переправе в виде «ромб» через овраг. Хотя существует несколько методик преодоления данного элемента, наиболее простым кажется движение снизу от «ромба», ногами вперед. Командная работа на данном этапе может заключаться в удержании «ромба» от переворачивания и в поддержке участника работающего на переправе. При этом все участники команды не имеют права заступать за контрольную линию, обозначающую «опасную» зону. Самостраховка участника необязательна.

ШТРАФЫ – заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

– касание рельефа любой частью тела или снаряжением – 1 балл (за касание);

– перегруз (два и более участников на этапе) – 3 балла;

– срыв двумя ногами, падение – 3 балла;

4.3. «ПАУТИНА».

Участники команды переправляются по одному по горизонтально натянутым веревкам произвольным способом. Наиболее рациональным способом движения является такой, при котором участник использует для опоры места перехлеста веревок. Командная работа на данном этапе практически отсутствует. Самостраховка участника необязательна.

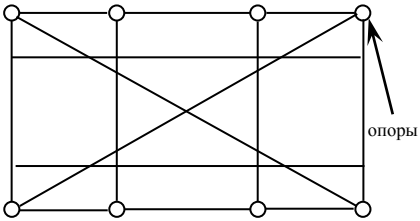


Схема оборудования этапа «Паутина» (вид сверху)
высота веревок над землей 0,5 – 0,7 м

ШТРАФЫ – заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

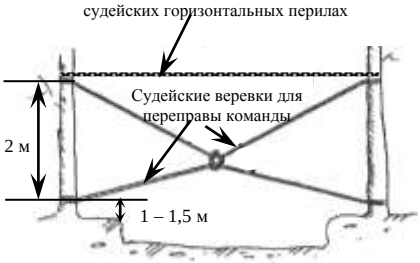
– касание рельефа любой частью тела или снаряжением – 1 балл (за касание);

– срыв двумя ногами, падение – 3 балла;

– перегруз (два и более участников на этапе) – 3 балла;

4.3. «БАБОЧКА».

Участники переправляются по одному, используя нижнюю веревку в качестве опоры для ног, и держась руками за верхнюю. Самостраховка участника осуществляется скользящим карабином «уса»-самостраховки на судейских горизонтальных перилах, находящихся выше. Место соединения верхней и нижней веревок бабочки преодолевается произвольным способом. При прохождении этапа участником, запрещается оттягивание веревок переправы другими участниками команды. Командная работа может заключаться в оказании помощи участнику при залезании (слезании) с переправы.



Бабочка

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

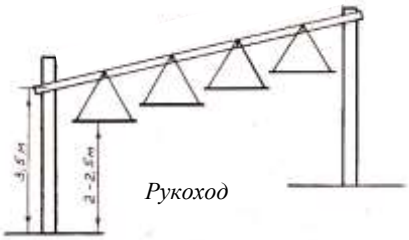
– перегруз веревки (два и более участников на переправе) – 3 балла;

– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;

– срыв, повисание на самостраховке – 6 баллов;

4. 5. «РУКОХОД».

Участники команды по одному преодолевают препятствие, в висе. Максимального успеха, как правило, добиваются участники, сохраняющие инерцию движения с первой до последней перекладины. Самостраховка участников не требуется. Командная работа – отсутствует.



Рукоход

ШТРАФЫ – заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;

– касание рельефа любой частью тела или снаряжением – 1 балл (за касание);

– срыв двумя ногами, падение – 3 балла;

4. 6. «КАЧАЮЩАЯСЯ СТЕНКА».

Участники команды, по одному, перелезают через стенку из трех бревен. Первое и второе бревна снизу – качающиеся, верхнее бревно – закреплено. Высота крепления верхнего бревна – 3 метра. Участник преодолевающий препятствие, обязан находится на верхней страховке, которую осуществляют другие члены команды. Страховочная веревка предоставляется судьями, но её включение и выключение является обязанностью участников. Страховочная веревка должна быть включена **только** в грудное перекрестье обвязки участника. Помощь членов команды может, также, выражаться в придерживании качающихся бревен руками. При этом участники придерживающие качающиеся бревна не должны держать их за торцы, избегая тем самым возможность получения травмы.

Качающаяся стенка

ШТРАФЫ – потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– неправильное удержание качающихся бревен – 3 балла;
– отсутствие рукавиц у страхующих – 3 балла;
– отсутствие страховки – 6 баллов;

4. 7. «ПОДЪЕМ ПО СКЛОНУ».

Задача команды – подняться по крутому склону с обеспечением страховки и самостраховки участников. Команды 2 – 4 групп обеспечивают первому участнику страховку из основной веревки, которая должна быть встёгнута в грудное перекрестье обвязки первого участника. Второй конец данной веревки должен быть закреплен либо на участнике команды выполняющем страховку, либо на опоре. Для страховки первого участника достаточно одного человека, но лучше использовать двоих, так как этот вариант исключает ошибки в технике страховки (перехваты, страховку одной рукой и т.д.). **Независимо от количества страхующих, страховка должна осуществляться – в рукавицах!** Первый участник поднимается лазаньем, используя промежуточные точки страховки, (т.е. осуществляя свою страховку простёгиванием страховочной командной веревки через свои карабины в две промежуточные судейские петли на склоне.)

Команды 1-й группы включают в грудное перекрестье обвязки первого участника карабин верхней судейской страховки и веревку, из которой будут организованы перила для других участников команды. При этом работа с промежуточными точками страховки (судейскими петлями), для первого участника не требуется.

Подъем по склону

Поднявшись наверх, и выйдя за границу опасной зоны первый участник крепит перильную веревку к опоре **любым правильным узлом.** Остальные участники команды поднимаются по склону по очереди, с опорой на командную перильную веревку, и с самостраховкой на ней схватывающим узлом. В пределах контрольного времени все участники должны подняться наверх и вытащить за границу опасной зоны перильную веревку.

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;

– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– движение без рукавиц – 3 балла;
– неправильное выполнение технического приема (веревка не за спиной) – 3 балла;
– перегруз перил (два и более участников на этапе) – 3 балла;
– неправильно завязанный узел; «захват» узла в руку – 3 балла;
– падение, опора на третью точку любой частью тела – 3 балла;
– провисание перильной веревки ниже опорной ноги – 3 балла;
– отсутствие страховки, самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– падение с повисанием на самостраховке – 6 баллов;
– отказ от прохождения этапа или превышение КВ – 10 баллов (за участника);
– помощь судьи – 10 баллов;
– нарушение условий прохождения этапа – 10 баллов;

4. 8. «СПУСК ПО СКЛОНУ».

Задача команды – организовать спуск по крутому склону с обеспечением самостраховки участников**. Вся работа с креплением перил проходит в «опасной зоне»,** поэтому перед началом работы на этапе все участники команды должны встать на самостраховку (используя карабин «уса-самостраховки») на накопительные судейские сдвоенные горизонтальные перила. Далее участники команды прикрепляют перильную веревку к опоре **любым правильным узлом.** Затем участники по очереди спускаются по крутому склону с опорой на веревку и самостраховкой схватывающим узлом. Положение перильной веревки – за спиной.
ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– неправильная техника страховки (без рукавиц; перехваты; одной рукой) – 3 балла;
– перегруз перил (два и более участников на этапе) – 3 балла;
– неправильно завязанный узел; «захват» узла в руку – 3 балла;
– падение, опора на третью точку любой частью тела – 3 балла;
– провисание перильной веревки ниже опорной ноги – 3 балла;
– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– падение с повисанием на самостраховке – 6 баллов;
– от прохождения этапа или превышение КВ – 10 баллов (за участника);
– помощь судьи – 10 баллов;
– нарушение условий прохождения этапа – 10 баллов;

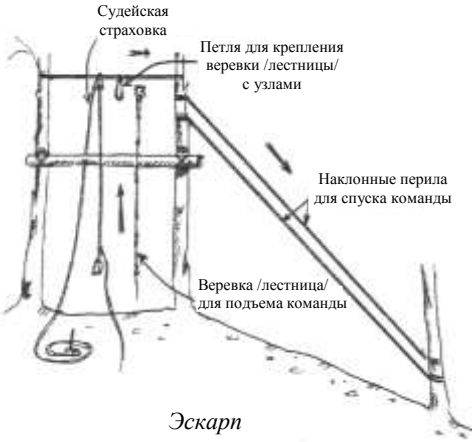
4. 9. «ПОДЪЕМ НА ЭСКАРП».

(только для участников 2 – 4 групп)

Участники команды по очереди осуществляют подъем по веревочной лестнице на горизонтальное бревно, откуда осуществляют спуск по наклонной навесной переправе (скоростной спуск). Перед началом работы на этапе участник обязан включить в карабин грудного перекрестья обвязки карабин верхней судейской страховки. После этого участник начинает подъем по вертикальной веревочной лестнице, которую может удерживать другой **(только один!)** участник команды. Поднявшись на эскарп (горизонтальное бревно), участник обязан немедленно встать на самостраховку на горизонтальные судейские перила, и только после этого выстегнуть из себя судейскую верхнюю страховку. Затем:
1) участник включает себя на навесную наклонную переправу (карабин «уса»-самостраховки в верхнюю веревку, а беседочный карабин в нижнюю);
2) надевает рукавицы;
3) выключает карабин «уса» - самостраховки из судейских горизонтальных перил;
4) начинает спуск **(ногами вперед!);**
5) достигнув безопасной зоны отстегивается от веревок.

Следующий участник команды может начать подъем на эскарп, только после того как предыдущий включился в веревки наклонной навесной переправы.

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– движение без рукавиц – 3 балла;
– перегруз перил (два и более участников на этапе) – 3 балла;
– попытка начать движение по наклонной переправе головой вперед – 3 балла;
– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– падение с повисанием на судейской страховке – 6 баллов;
– отказ от прохождения этапа, или превышение КВ – 10 баллов (за участника);
– помощь судьи – 10 баллов;
– нарушение условий прохождения этапа – 10 баллов;



Эскарп

4.10. «ТРАНСПОРТИРОВКА ПОСТРАДАВШЕГО».

Из предоставленных судьями жердей, специальной ткани и кусков веревки, команда должна изготовить носилки, закрепить на них «пострадавшего» и транспортировать его по заданному маршруту. Конструкция носилок подразумевает использование двух длинных продольных жердей и трех поперечных коротких.

1) на продольные жерди одевается специальная ткань, на которой будет находиться «пострадавший»;

2) 1-я и 3-я поперечные жерди закрепляются в 25 сантиметрах от края длинных продольных, а 2-я поперечная в 20 сантиметрах от 1-й, но с другой стороны продольных. Крепление жердей производится отрезками веревки диаметром 6 мм;

3) «пострадавший» закрепляется на носилках отрезками основной (10 мм) веревки, по груди и по бедрам;

4) команда осуществляет транспортировку «пострадавшего» по замкнутому маршруту;

5) команда разбирает носилки.

ШТРАФЫ – неправильная конструкция носилок – 3 балла;
– падение «пострадавшего» - 10 баллов;
– развал носилок – 6 баллов;
– самостоятельное передвижение «пострадавшего» – 10 баллов;

4.11. «ТРАНСПОРТИРОВКА «ПОСТРАДАВШЕГО» ПО БРЕВНУ».

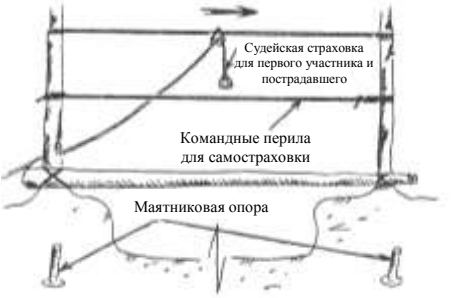
1 группа.

Участники команды крепят судейскую маятниковую веревку на указанную опору любым правильным узлом (булинь, штыки, удавка, стремя). После этого, участники, по очереди переправляются по бревну с опорой на маятниковую веревку. До начала движения по бревну, каждый участник должен включить в перекрестье грудной обвязки карабин верхней судейской страховки. Выключение судейской страховки производится только в безопасной зоне на целевом берегу.

2 группа.

Участники команды крепят судейскую маятниковую веревку на указанную опору любым правильным узлом (булинь, штыки, удавка, стремя). Первый участник переправляется по бревну с опорой на маятниковую веревку и с верхней судейской страховкой включенной в

перекрестье грудной обвязки. После переправы первого участника, команда, используя маятниковую веревку организует горизонтальные перила, прикрепляя веревку к опорам любыми правильными узлами. Участники команды по одному переправляются по бревну осуществляя самостраховку карабином «уса»-самостраховки на горизонтальных командных перилах. Последний участник переправляется так же как первый, или команда может организовать снятие перил с целевого берега.



Переправа по бревну

3 – 4 группы.

Участники команды крепят судейскую маятниковую веревку на указанную опору любым правильным узлом (булинь, штыки, удавка, стремя). Первый участник переправляется по бревну с опорой на маятниковую веревку и с судейской страховкой включенной в перекрестье грудной обвязки. После переправы первого участника, команда, используя маятниковую веревку организует горизонтальные перила, прикрепляя веревку к опорам любыми правильными узлами. Участники команды по одному переправляются по бревну осуществляя самостраховку карабином «уса»-самостраховки на горизонтальных командных перилах. «Пострадавший» (по выбору команды) переправляется верхом на транспортирующем в специальной петле (рюкзаке, бухте веревки). Самостраховка обоих осуществляется включением карабина «уса» – самостраховки в горизонтальные командные перила и включением верхней судейской страховки в перекрестье грудной обвязки. Последний участник переправляется так же как первый, или команда может организовать снятие перил с целевого берега.

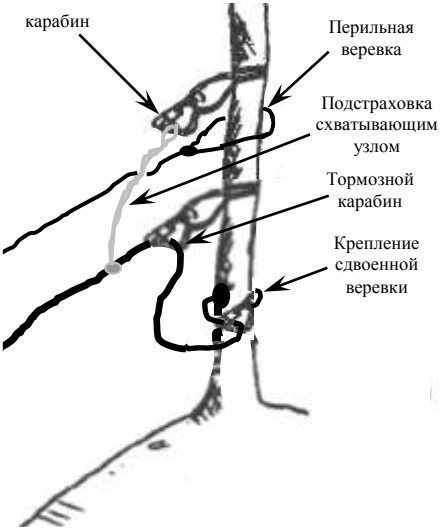
ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– перегруз перил (два и более участников на этапе) – 3 балла;
– неправильно завязанный узел; – 3 балла;
– отсутствие самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– падение с повисанием на самостраховке, судейской страховке – 6 баллов;
– падение с «пострадавшим» - 10 баллов;
– отказ от прохождения этапа или превышение КВ – 10 баллов (за участника);
– помощь судьи – 10 баллов;
– нарушение условий прохождения этапа – 10 баллов;
– техническая неподготовленность команды – 60 баллов;

4.12. «ПОДЪЕМ ПОСТРАДАВШЕГО ПО СКЛОНУ».

3 - 4 группы.

Задача команды – организовать подъем по крутому склону, и поднять «пострадавшего». Команды обеспечивают первому участнику страховку из основной веревки, которая должна быть включена в грудное перекрестье обвязки первого участника. Второй конец данной веревки должен быть закреплен либо на участнике команды выполняющем страховку, либо на опоре. Для страховки первого участника достаточно одного человека, но лучше использовать двоих, так как этот вариант исключает ошибки в технике страховки (перехваты, страховку одной рукой и т.д.). **Независимо от количества страхующих, страховка должна осуществляться – в рукавицах!** Первый участник поднимается лазаньем, используя промежуточные точки страховки, (т.е., осуществляя свою страховку простёгиванием страховочной командной веревки через свои карабины в две промежуточные судейские петли на склоне.)

Поднявшись наверх, и выйдя за границу опасной зоны первый участник крепит перильную веревку к опоре **любым правильным узлом.** Остальные участники команды (кроме транспортирующего с «пострадавшим») поднимаются по склону по очереди, с опорой на командную перильную веревку, и с самостраховкой на ней схватывающим узлом. Страховка «пострадавшего» и транспортирующего производится следующим образом:



1) «Посрадавший» в специальной петле, рюкзаке или бухте веревки сидит верхом на транспортирующем;

2) Карабином своего «уса»-самостраховки «пострадавший включен в грудное перекрестье обвязки транспортирующего;

3) Сдвоенная страховочная веревка связана узлом (приблизительно за 0,5 метра до конца) и концы данной веревки включены в грудные перекрестья обвязок «пострадавшего» и транспортирующего;

4) Наверху склона, сдвоенная страховочная веревка проходит через тормозной карабин, и подстраховывается схватывающим узлом на эту веревку;

5) Во время движения транспортирующего с «пострадавшим», страховку сдвоенной веревкой (через тормозной карабин) осуществляют не менее двух человек, а еще один участник должен работать со схватывающим узлом.

ШТРАФЫ – незамуфтованный карабин; заступ за границу опасной зоны – 1 балл;
– потеря единицы снаряжения (рукавица, прусик, карабин и т.д.) – 1 балл;
– неправильная техника страховки (без рукавиц; перехваты; одной рукой) – 3 балла;
– перегруз перил (два и более участников на этапе) – 3 балла;
– неправильно завязанный узел; «захват» узла в руку – 3 балла;
– падение, опора на третью точку любой частью тела – 3 балла;
– провисание перильной веревки ниже опорной ноги – 3 балла;
– отсутствие страховки, самостраховки; выход в опасную зону – 6 баллов;
– падение с повисанием на самостраховке – 6 баллов;
– падение транспортирующего с «пострадавшим» – 10 баллов;
– отказ от прохождения этапа или превышение КВ – 10 баллов (за участника);
– помощь судьи – 10 баллов;
– нарушение условий прохождения этапа – 10 баллов;
– техническая неподготовленность команды – 60 баллов;

Примечание: Габариты препятствий указаны на схемах приблизительно. При постановке трассы соревнований могут меняться в связи с возрастными особенностями участников и природным рельефом местности.

Таблица штрафов
«Турполоса»
(Техника Пешеходного Туризма)

«Полоса Выживания»
(1 балл – 30 секунд)

№	Вид нарушения	Баллы
1.	Потеря единицы снаряжения	1 балл
2.	Незамуфтованный карабин	1 балл
3.	Заступ за границу этапа	1 балл
4.	Касание воды (земли) на переправах (до 3-х раз), срыв с кочки одной ногой	1 балл
5.	Выход за разметку	1 балл
6.	Неправильное выполнение технического приема	3 балла
	• «захват» узла (узел в руке) • движение выше перил на этапе «траверс» • неправильное положение перильной веревки • руки на основной веревке ниже беседочного карабина на этапе «скоростной спуск» • нарушение порядка встежки-выстежки • неправильное крепление основной веревки • неправильно завязанный узел • касание третьей точкой опоры склона на этапах «Подъем» и «Спуск» • работа без рукавиц с веревкой при выполнении страховки или сопровождении участников • провис страховочной или сопровождающей веревки • движение (касание более 3-х раз) по земле (воде) на переправах • неправильный угол охвата карабина при страховке • руки ближе 0,5 метра к карабину при страховке • страховка одной рукой (перехват) • нахождение на склоне бесконтрольного груза • движение на этапе «Подъем» первого участника с грузом • страховка или сопровождение с рюкзаком (иным грузом) • нахождение участников на склоне друг над другом • провис перильной веревки на этапе «Подъем» ниже опорной ноги • существенный перекос палатки, падение • нарушение ТБ при удержании бревен на этапе «Качающаяся стенка» и «Переправа по качающемуся бревну»	

7.	Превышение длины самостраховки	3 балла
8.	Движение на спуске без рукавиц	3 балла
9.	Перегруз перильной веревки любой частью тела или карабином	3 балла
10.	Недостаточное количество страхующих	3 балла
11.	Отсутствие тормозного устройства	3 балла
12.	Неправильное изготовление носилок	3 балла
13.	Неправильное крепление и транспортировка «пострадавшего»	3 балла
14.	Отсутствие, прекращение страховки	6 баллов
15.	Срыв с зависанием на страховке, самостраховке (в т.ч. падение с переправы на землю (воду))	6 баллов
16.	Развал носилок	6 баллов
17.	Помощь судьи	10 баллов
18.	Нарушение условий прохождения этапа	10 баллов
19.	Превышение КВ работы на этапе (за каждого участника)	10 баллов
20.	Оставленные (в т.ч. после окончания КВ) на этапе основная веревка или рюкзак (за 1 шт.)	10 баллов
21.	Умышленная порча командного или судейского снаряжения	10 баллов
22.	Падение «пострадавшего» на этапах	10 баллов
23.	Отказ от прохождения этапа	10 баллов за участника
24.	Явная техническая неподготовленность команды	60 баллов
25.	Подсказка участнику, некорректное поведение участников и руководителей, вмешательство в действие судейской коллегии, игнорирование требований судьи, невыполнение условий соревнований	снятие

ПРИМЕЧАНИЕ: В случае пропуска этапа, команда (участник) в итоговом протоколе занимают места после команд (участников) прошедших все этапы.

5. «Ориентирование в лабиринте»

Для любого участника соревнований «Школа Безопасности» крайне важно умение хорошо ориентироваться с использованием карты и компаса. Для выработки таких навыков тренировки и соревнования проводятся либо по **«выбору»,** когда участник в пределах установленного времени должен найти как можно больше КП в произвольном порядке, либо в **«заданном направлении»,** когда задача участника осложняется тем, что КП он должен проходить в строго определенной последовательности.

И «выбор», и «заданное направление» имеют ряд недостатков. Во-первых, эти соревнования не слишком зрелищны, т.к. зрители, болельщики не видят участника во время прохождения дистанции; а, во-вторых, для работы на таких дистанциях участник должен иметь определенную подготовку, чтобы элементарно не заблудиться в лесу. С учетом всего выше изложенного, на 10-х соревнованиях «Школа Безопасности» впервые будет проведен самый простой и самый зрелищный вид соревнований по ориентированию – **«лабиринт».**

СОСТАВ КОМАНДЫ – 5 человек (состав смешанный);

ЗАДАЧА – за наименьшее время пройти все 5 дистанций;

ДИСТАНЦИЯ – представляет собой лабиринт образованный красно-белой лентой, с одним входом (он же выход). В лабиринте находится 40-50 КП (контрольных пунктов), а на карте у участника 10 – 15. Задача участника пройти **свои** КП в указанном порядке, отмечаясь на каждом КП компостером. **Запрещается перепрыгивать разметку лабиринта, или отмечать КП перегнувшись через разметку.** У каждого из 5 участников команды своя, отличная от других дистанция, хотя некоторые КП могут совпадать.

СТАРТ – общекомандный. Все 5 участников **одновременно** начинают движение по дистанции.

ФИНИШ – индивидуальный. После отметки на всех своих КП участник должен покинуть лабиринт. Помощь другим членам команды – запрещена.

РЕЗУЛЬТАТ – командное время останавливается после того, как последний (пятый) участник покинул лабиринт. В случае пропуска КП или прохождения их в неправильном порядке участник штрафуется дополнительными секундами.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ – первое место занимает команда, участники которой прошли все 5 дистанций за наименьшее время, взяв все положенные КП.

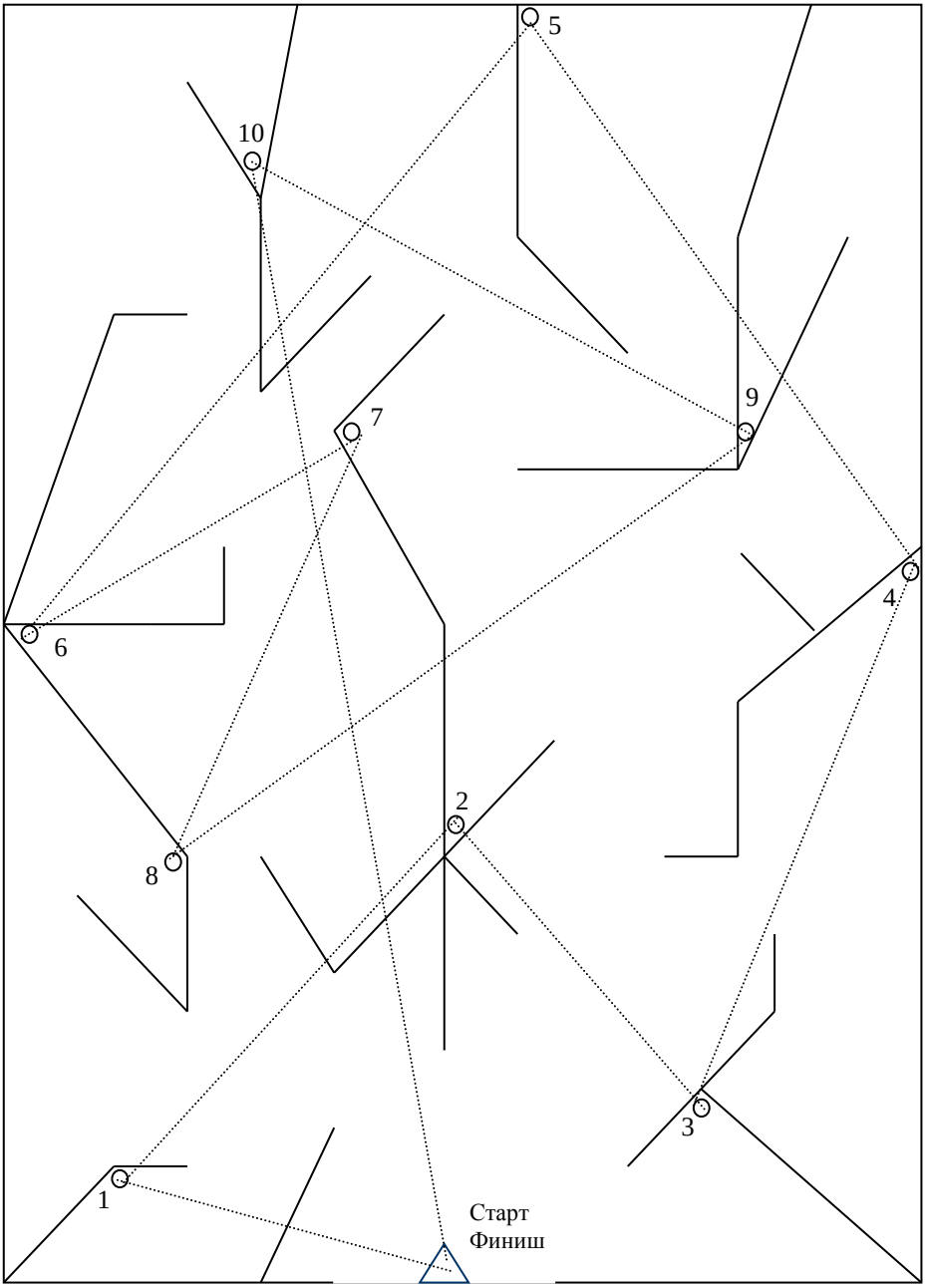
На дистанции вводится КВ (10 минут), по истечении которого участники команды должны финишировать независимо от прохождения своих дистанций.

ШТРАФЫ – не пройденный КП – 20 секунд (за каждый);

– нарушение порядка прохождения КП – 3 минуты;

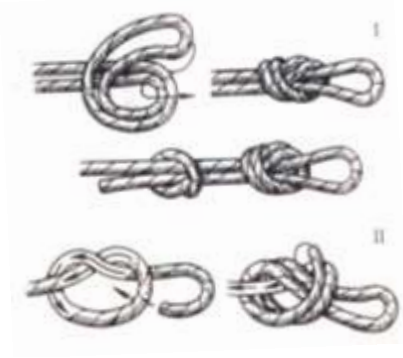
– помощь других участников, зрителей руководителя команды – 3 минуты;

– нарушение условий соревнования – снятие.

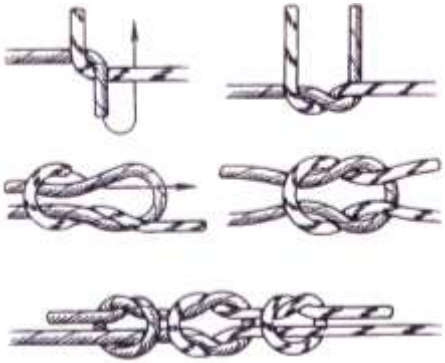


1 из вариантов возможного лабиринта

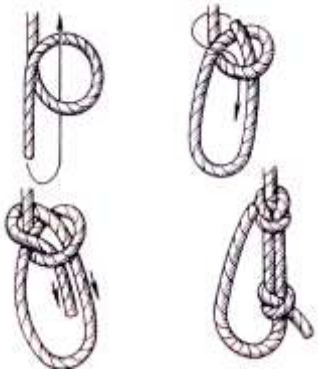
6. Узлы



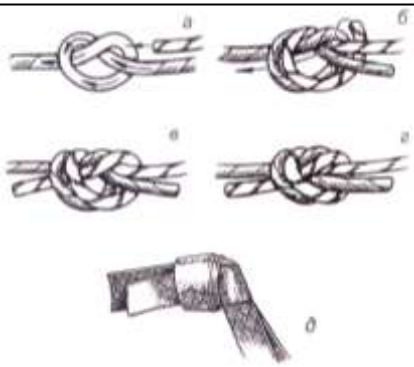
Узел «проводник»
(I – петлей, II – одним концом)



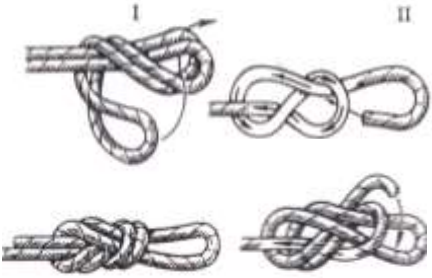
Прямой узел



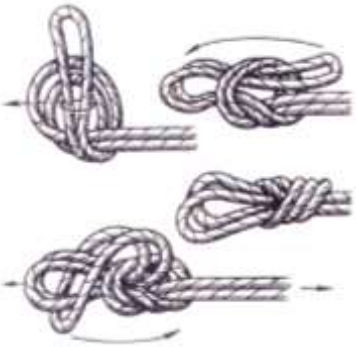
Узел «Булинь» («беседочный»)



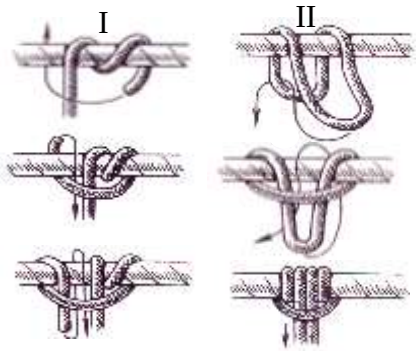
Встречный узел



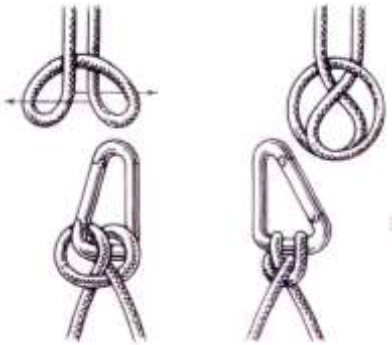
Узел «Восьмерка»
(I – петлей, II – одним концом)



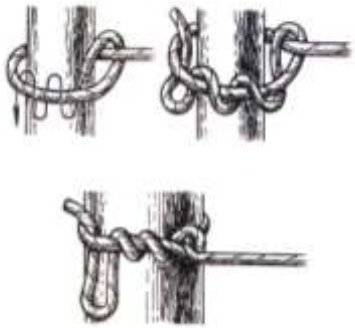
Узел «двойной проводник»
(«заячьи ушки»)



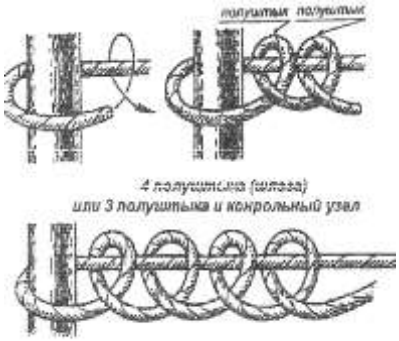
Схватывающий узел («прусик»)
(I – одним концом, II – петлей)



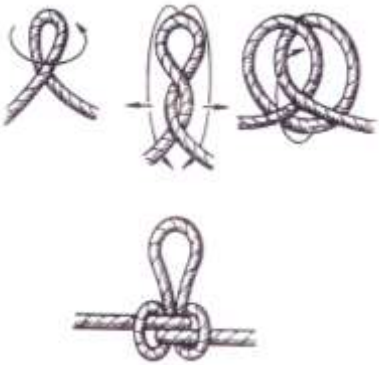
Узел «Стремя»



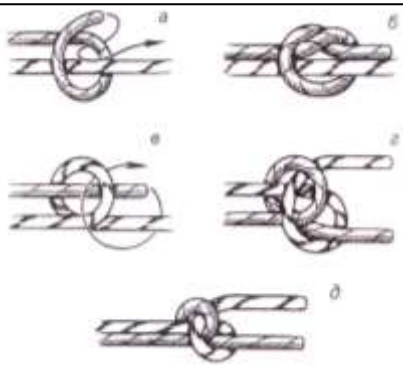
Узел «Удавка»



Узел «Штык»



Узел «Серединный проводник»
(«Австрийский проводник»)



Контрольные узлы:
скользящий (а-б), глухой (в-д)