

УТВЕРЖДАЮ

Председатель Комитета  
по образованию

\_\_\_\_\_ Ж.В. Воробьёва

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Председатель Комитета  
по вопросам законности, правопорядка  
и безопасности

\_\_\_\_\_ О.И. Аришина

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Начальник Главного управления  
МЧС России по г. Санкт-Петербургу

\_\_\_\_\_ А.Г. Аникин

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

УТВЕРЖДАЮ

Председатель Совета  
Санкт-Петербургского городского  
отделения Общероссийской  
общественной организации  
«Всероссийское добровольное  
пожарное общество»

\_\_\_\_\_ Г.В. Попов

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2019 г.

## ПОЛОЖЕНИЕ

**о проведении соревнований по программе Международного комитета по предупреждению и тушению пожаров (СТПФ) среди дружин юных пожарных Санкт-Петербурга на 2019-2023 г.г.**

**Санкт-Петербург**

## **1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение определяет порядок организации и проведения соревнований по программе Международного комитета по предупреждению и тушению пожаров (СТИФ) среди дружин юных пожарных Санкт-Петербурга (далее – Соревнования), его организационное, методическое и финансовое обеспечение, порядок участия в Соревнованиях и определения победителей и призеров.

1.2. Соревнования проводятся ежегодно в рамках реализации:

- Государственной Программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2015-2020 годы» (утвержденной постановлением №1493 Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 года);

- Плана совместных мероприятий пропаганды пожарно-технических знаний, поддержки и развития Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности», среди обучающихся образовательных учреждений Санкт-Петербурга» и иных законодательных и нормативных актов, регламентирующих вопросы организации работы с детьми и подростками.

1.3. Данное положение является типовым и действует с **2019 по 2023 год**.

1.4. К данному положению прилагаются: заявка об участии, Условия проведения соревнований, график опробования спортивных снарядов и тренировок на полосе препятствий. В приложения оргкомитет соревнований может вносить изменения.

## **2. Цели и задачи**

2.1. Соревнования проводятся с целью:

- популяризации среди детей пожарного дела, профессий пожарного и спасателя;
- развития и совершенствования навыков по предупреждению и тушению пожаров у подростков и их действий в других экстремальных ситуациях;
- привлечения детей и подростков к занятиям пожарно-прикладным спортом, физического воспитания юношей, и подготовки их по профилю профессии пожарного;
- выявления перспективных юных спортсменов для комплектования сборной команды Санкт-Петербурга;
- создания и укрепления учебной и материально-технической базы для занятий детей и юношей пожарно-прикладными и спасательными видами спорта.

2.2. Соревнования проводятся в соответствии с «Условиями проведения соревнований по программе Международного комитета по предупреждению и тушению пожаров (СТИФ)».

## **3. Место и время проведения.**

Соревнования проводятся в два этапа:

**Первый – районный**, проводится в марте, конкретные даты и место проведения утверждаются районными оргкомитетами.

**Второй – городской**, проводится на базе специализированного учебно-тренировочного спортивного комплекса ГУ МЧС России по г. Санкт-Петербургу (ул. Фучика, 10/2).

Срок проведения – апрель, конкретная дата проведения утверждается оргкомитетом соревнований.

#### **4. Руководство соревнованиями.**

**4.1. Организацию и проведение 1-го этапа осуществляют районные оргкомитеты, в которые включаются представители:**

- Отделов образования административных районов;
- Местных отделений Санкт-Петербургского городского отделения ВДПО; Территориальных отделов ОНД ГУ МЧС России по Санкт-Петербургу;
- Отрядов ФПС (ГПС) ГУ МЧС России по Санкт-Петербургу;
- ПСО Комитета по вопросам законности, правопорядка и безопасности Правительства Санкт-Петербурга.

Заявки на участие в соревнованиях 1-этапа подаются в территориальные отделы ГПН до **15 марта текущего года**.

Районный оргкомитет определяет дату и базу проведения 1-го этапа соревнований, а также организацию и проведение тренировок школьных команд в период подготовки к соревнованиям. В районном этапе принимают участие команды, сформированные из одного образовательного учреждения.

Во второй городской этап выходит команда – победительница районного этапа.

Предварительные заявки на участие во **2 этапе** представляются оргкомитетами районов до **15 апреля** в Санкт-Петербургское городское отделение ВДПО (по адресу: г. Санкт-Петербург, Большой проспект В.О., д. 73, телефон/факс 643-77-49, e-mail: 03@vdpo78.ru

**4.2.** Общее руководство по подготовке, организации и проведению 2-го (городского) этапа соревнований осуществляет оргкомитет.

**4.3. В состав оргкомитета входят представители:**

- Санкт-Петербургского отделения Общероссийской общественной организации «Всероссийское добровольное пожарное общество» (далее СПб ГО ВДПО);
- Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга;
- Комитета по вопросам законности, правопорядка и безопасности Правительства Санкт-Петербурга;
- Главного управления МЧС России по Санкт-Петербургу;
- Региональной общественной организации «Федерация пожарно-прикладного спорта Санкт-Петербурга» (далее РОО «ФППС СПб»);
- Центра гражданского и патриотического воспитания детей государственного образовательного учреждения дополнительного образования детей, детского оздоровительно-образовательного туристского центра Санкт-Петербурга «Балтийский берег» (далее ГЦГПВД «Балтийский берег»).

**4.4.** Непосредственное проведение городских соревнований возлагается на СПб ГО ВДПО, ГЦГПВД «Балтийский берег», ГУ МЧС России по Санкт-Петербургу.

**4.5.** Подготовка и обеспечение команд пожарным оборудованием (4 рукава 20 м, полугайка «Богданова»), участвующих в городском этапе, возлагается на руководителей отрядов ФПС ГУ МЧС России по Санкт-Петербургу и на местные отделения ВДПО.

**4.6.** Приобретение спортивной одежды (футболки), разработка и нанесение на спортивную форму символики ДЮП и наименование административного района возлагается на местные отделения ВДПО.

## **5. Участники соревнований:**

**5.1.** Учащиеся образовательных учреждений, специализированных военных и кадетских классов, воспитанники детских домов и интернатов.

Соревнования проводятся в 2-х возрастных группах:

- ученики 4-х классов (до исполнения 12 лет на момент проведения соревнований) – младшая группа;
- ученики 5-х классов (до исполнения 13 лет на момент проведения соревнований) – средняя группа.

### **5.2.** Состав команды:

- участники одного образовательного учреждения – 9 человек (состав команды на усмотрение руководителя);
- руководитель команды (тренер);
- представитель районного оргкомитета.

На руководителя (тренера) команды возлагается ответственность за жизнь и здоровье членов команды.

## **6. Программа соревнований.**

**6.1.** Соревнования проводятся в соответствии с условиями проведения соревнований по программе Международного комитета по предупреждению и тушению пожаров (CTIF).

**6.2.** Порядок и условия определения командного первенства (система зачета и оценки результатов):

Вид соревнований	Кол-во спортсменов	Зачет	Итог
Полоса препятствий	9	все участники	Общее время прохождения полосы + штрафное время

Командное первенство определяется по наименьшей сумме времени, складывающееся из общего времени, затраченного на прохождение полосы и штрафного времени, полученного за нарушения условий прохождения полосы препятствий.

При равенстве времени преимущество получает команда, имеющая меньшее количество штрафного времени, при равенстве штрафного времени – преимущество за командой стартовавшей ранее.

## **7. Условия допуска к соревнованиям:**

**7.1.** К участию в соревнованиях 1-го (районного) этапа допускаются команды одного образовательного учреждения. Образовательное учреждение может выставлять на соревнования не более двух команд разных возрастных групп;

**7.2.** К участию в соревнованиях 2-го (городского) этапа допускаются команды, победившие в 1-м этапе (от района по одной команде в каждой возрастной группе).

**7.3. В мандатную комиссию соревнований 2-го этапа руководителями команд предоставляются:**

- заявка на участие команды, победившей в 1-м этапе, с указанием Ф.И.О. участников, даты их рождения, домашнего адреса, класса, заверенную руководителем образовательного учреждения и врачом, допустившим спортсменов к соревнованиям (Приложение № 1 к Положению);

- приказ по образовательному учреждению о направлении команды для участия во 2-м этапе соревнований юных пожарных и возложении на руководителя команды ответственности за жизнь и здоровье детей;

- копию свидетельства о рождении;

- фейс-контроль участников команды (Приложение № 3 к Положению);

- договор (оригинал) о страховании от несчастных случаев, жизни и здоровья на период проведения соревнований. Страхование участников производится за счет ВДПО.

## **8. Форма одежды.**

Команды выступают в спортивной форме (футболка с длинным рукавом, спортивные брюки, спортивная обувь). Футболка с символикой ДЮП (расположенной слева на груди) и наименованием административного района, нанесенным на спине.

**9. Дополнительные требования по организации и проведению соревнований:**

**9.1. Команды могут быть сняты с соревнований:**

- за нарушения условий, Положения о проведении соревнований;

- за невыполнение требований судей по обеспечению мер безопасности;

- за использование посторонней помощи (кроме медицинской), в том числе за вмешательство в действия команды её представителя;

- за несвоевременную явку на старт по неуважительным причинам;

- при получении участником травмы, требующей оказания серьезной медицинской помощи (по решению врача соревнований);

- за нарушения морально-этических норм поведения спортсмена;

Снятие команд (участников) с соревнований осуществляется только главным судьей.

**9.2. Представитель команды имеет право:**

- получать сведения о результатах соревнований в судейской коллегии;

- при необходимости, подавать протест (заявление) в письменном виде, в течение 15 минут после окончания забега команды. Подача протеста на действия других команд не допускается.

### **9.3. Представитель команды обязан:**

- знать и выполнять Положение и Условия данных соревнований;
- выполнять требования судейской коллегии;
- обеспечивать своевременную явку команды на соревнования и на старт.

Представитель команды отвечает за дисциплину членов группы.

Представителю команды и тренеру запрещается находиться на дистанции во время соревнований без разрешения судейской коллегии. В случае фиксации этого нарушения, команда занимает последнее место в этом виде состязаний.

### **10. Награждение:**

Команды, занявшие первое, второе, третье места (в каждой возрастной группе), награждаются кубками, дипломами соответствующих степеней, участники команд - медалями и памятными подарками. Руководители (тренеры) команд-призеров награждаются дипломами.

### **11. Финансирование.**

Расходы на организацию и проведение соревнований осуществляется за счет средств организаторов соответствующих этапов.

Расходы, связанные с проездом к месту соревнований и обратно, несет организации командирующие участников соревнований.

*Организаторы соревнований:*

***СПб ГО ВДПО - г. Санкт-Петербург, Большой проспект В.О., д. 73, телефон/факс (812)643-77-49; ,***

***E-mail: 03@vdpo78.ru, сайт: www.spvdpо.ru;***

***ГЦ ПДТуПБ ГБОУ «Балтийский берег» - г. Санкт-Петербург, ул. Черняховского, д. 49-Б, Телефон/факс: (812) 764-80-96 E-mail: gcpdd\_pb@balticbereg.ru***

***УИОД - г. Санкт-Петербург, В.О. Большой пр., д.73, E-mail: press\_ogon@inbox.ru; сайт: www.78.mchs.gov.ru. Контактные телефоны: (812) 321-32-72.***

## ЗАЯВКА

На участие в городских соревнованиях  
по программе Международного комитета по предупреждению и тушению пожаров (СТІФ)  
среди дружин юных пожарных.

от \_\_\_\_\_  
(полное наименование учебного заведения)

№ п/п	Фамилия, имя (полностью)	Дата рожд. (число, месяц, год)	Класс	Допуск врача к соревнованиям	Подпись школьного врача, что ребенок не имеет противопоказаний для занятий активными видами спорта (на каждой строке)
1.					
....					
9.					

Всего допущено к соревнованиям \_\_\_\_\_ человек \_\_\_\_\_ (подпись школьного врача)

**Руководитель команды** \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. полностью, должность, контактный телефон)

\*Паспортные данные: № \_\_\_\_\_, когда и кем выдан \_\_\_\_\_

**Тренер команды** \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. полностью, должность, контактный телефон)

**Представитель районного оргкомитета** \_\_\_\_\_  
(Ф.И.О. полностью, должность, контактный телефон)

Дата \_\_\_\_\_ Печать учреждения \_\_\_\_\_

Директор школы \_\_\_\_\_ (подпись)

Контактный телефон \_\_\_\_\_

адрес электронной почты \_\_\_\_\_

\* Паспортные данные руководителя команды обязательны!!!

Приложение 2  
к Положению СТІФ

**УСЛОВИЯ**

## ***проведения соревнований по программе Международного комитета по предупреждению и тушению пожаров (СТИФ) среди дружин юных пожарных Санкт-Петербурга.***

«Условия проведения соревнований» составлены Комитетом по вопросам законности, правопорядка и безопасности Правительства Санкт-Петербурга, Санкт-Петербургским отделением ООО «Всероссийское добровольное пожарное общество» и являются приложением к Положению о проведении соревнований по программе СТИФ среди юных пожарных Санкт-Петербурга.

### **Полоса препятствий**

Схема расположения снарядов (Приложение 2 к Условиям СТИФ). Оборудование предоставляется организаторами соревнований. Допускается использование оборудования команды, при условии его соответствия настоящему Положению. Допускается, в рамках одних соревнований, при отсутствии дистанции необходимой длины, по решению организаторов и судейской коллегии, уменьшение расстояния между снарядами.

### **Описание и условия прохождения элементов полосы препятствий**

Элементы полосы препятствий располагаются по центру дистанции.

1) **Яма с водой:** устанавливается на отметке 7,1 метра, прямоугольник шириной 1 метр 50 сантиметров, длиной 2 метра, преодолевается прыжком. Допускается наступить на линию габарита элемента. За заступ во внутренние габариты элемента устанавливается штраф согласно таблице штрафов.

2) **Забор деревянный:** устанавливается на отметке 23 метра, высота: 70 сантиметров, ширина 2 метра. Преодолевается любым способом.

3) **Тоннель:** устанавливается на отметке 35 метров, длина 6 метров, ширина 60 сантиметров, высота 0,8 м. Преодолевается любым способом. Участником №8 рукавная линия прокладывается через тоннель.

4) **Скамейка деревянная:** устанавливается на отметке 52 метра, длина 2 метра, высота 0,35 метров над землей, ширина 0,2 м. Преодолевается не менее чем за 3-и шага, в случае схода до окончания скамьи устанавливается штраф, рукавная линия прокладывается справа от скамейки.

5) **Площадка для выполнения физических упражнений:** располагается от отметки 60 м до отметки 65 м., устанавливается с левой стороны на границе полосы препятствий. Участниками с номерами 2, 3, 4, 5 выполняются по 10 отжиманий от пола (для мальчиков) и 10 упражнений на пресс (для девочек), в соответствии с техникой выполнения упражнения (см. ниже). За невыполнение физических упражнений устанавливается штраф, согласно таблице штрафов.

6) **Стойка для вязания пожарных узлов:** располагается от отметки 65 метров до отметки 70 метров, с правой стороны на границе полосы препятствий. На раме стойки висят четыре веревки, по 2 метра в длину и диаметром 8 мм. Стойка для узлов высотой 1 метр и шириной 2 метра. Участниками за номером 2, 3, 4, 5 выполняется вязка узла одним из вариантов согласно Приложения 1 к Условиям СТИФ. За неправильно выполненный узел устанавливается штраф согласно таблице штрафов.

7) **Стойка с изображением пожарно-технического вооружения (ПТВ):**



(пожарной сетки, тройника, 3-х ходового разветвления, рукавной задержки, ствола ручного, ствола кранового, ключа рукавного, зажима рукавного). Располагается от отметки 65 метров до отметки 70 метров, с левой стороны на границе полосы препятствий. Всё ПТВ выкладывается перед стойкой с левой стороны на площадке размером 2,0м. х 0,5м. х 0,03 м. Выполняются участниками за номером 6, 7, 8, 9 путем выкладки снаряжения соответствующего рисунку на стойке для выкладки ПТВ. За неправильно выбранный предмет, не соответствующий рисунку, устанавливается штраф, согласно таблице штрафов.

**8) Финиш:** от отметки 70 м. до отметки 75 м. Место, с которого капитан команды контролирует действия участников и сбора команды после прохождения всех препятствий.

## **Проведение соревнования**

1. Команда из 9 человек строится в 2 ряда на линии старта (согласно схеме Приложение 2 к Условиям СТИФ). Члены команды должны иметь на груди спортивные номера от 1 до 9. Номер 1 – белого цвета (капитан команды). 2,3,4,5 – желтого цвета. 6,7,8,9 – красного цвета. Разветвление установлено справа от команды по ходу дистанции, 4 пожарных рукава, скатанных в двойную скатку, длиной  $20 \pm 2$  м, диаметром 51 мм, с соединительными головками «Богдановского» типа, расположены справа от разветвления по ходу дистанции. Допускается использование накладок (вставок) на рукавах, исключаяющих их падение при установке на беговой дорожке, которые должны быть надёжно закреплены на рукавах. Использование уплотнительных прокладок на соединительных головках обязательно.

2. Проводится проверка соответствия стартующих поданной заявке и готовности команды к прохождению дистанции.

3. По готовности команды судья на старте дает команду «Старт».

4. По команде «Старт» участник с №1 берет ствол и начинает движение, преодолевает элементы: «яму с водой», забор, тоннель, скамейку, на отметке 60 м кладет ствол, следует к отметке 70 м, где контролирует действия участников.

5. Участник №2 начинает движение после преодоления забора участником №1. Преодолевает элементы: «яма с водой», забор, тоннель, скамейка, следует к отметке 65 м, где расположена площадка для выполнения физических упражнений, выполняет физические упражнения, затем вяжет пожарный узел на стойке для вязания узлов, после чего финиширует и занимает место в строю согласно схеме Приложения 2 к Условиям СТИФ.

6. Участник №3 начинает движение после преодоления забора участником №2. Преодолевает элементы: «яма с водой», забор, тоннель, скамейка, следует к отметке 65 м, где расположена площадка для выполнения физических упражнений, выполняет физические упражнения, затем вяжет пожарный узел на стойке для вязания узлов, после чего финиширует и занимает место в строю согласно схеме Приложения 2 к Условиям СТИФ.

7. Участник №4 начинает движение после преодоления забора участником №3. Преодолевает элементы: «яма с водой», забор, тоннель, скамейка, следует к отметке 65 м, где расположена площадка для выполнения физических упражнений, выполняет физические упражнения, затем вяжет пожарный узел на стойке для вязания узлов, после чего финиширует и занимает место в строю согласно схеме Приложения 2 к Условиям СТИФ.

8. Участник № 5 начинает движение после преодоления забора участником №4. Преодолевает элементы: «яма с водой», забор, тоннель, скамейка, следует к отметке 65 м, где расположена площадка для выполнения физических упражнений, выполняет физические упражнения, затем вяжет пожарный узел на стойке для вязания узлов, после чего финиширует и занимает место в строю согласно схеме Приложения 2 к Условиям СТИФ.

**Техника выполнения отжиманий (для мальчиков):**

- Упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища. Плечи, туловище и ноги составляют прямую линию.

- Сгибая руки опустить тело вниз, на расстояние не менее 5 -10 см. от уровня пола.

- Разгибая руки вернуться в исходное положение.

**Техника выполнения упражнений на пресс (для девочек):**

- Выполняется из исходного положения: лёжа на спине, на гимнастическом мате, сцепив пальцы рук в «замок» за головой, ноги согнуты в коленях под прямым углом (ноги удерживаются с помощью партнера), ступни прижаты к полу, лопатки касаются мата.

- Участник по сигналу принимает положение сидя, касаясь локтями коленей и возвращается в исходное положение.

Если общее количество отжиманий или упражнений на пресс участника менее 10 - начисляются штрафные очки согласно таблице штрафов.

**Действия номеров 6,7,8,9:**

Участники под номерами 6, 7, 8, 9 прокладывают рукавную линию от старта до отметки 60 м. Рукава 20-ти метровые с полугайкой «Богданова», предоставлены организаторами соревнований (допускается использование оборудования команды, при условии его соответствия настоящим Положению).

**Участники двух возрастных групп:**

Каждый из участников берет по одной рукавной скатке (пожарный рукав скатанный двойной скаткой) и по очереди начинает движение от линии старта. Обгон участника стартовавшего ранее не допускается. При нарушении начисляется штраф согласно таблице штрафов.

9. Участник под номером 6 приступает к выполнению упражнения после того, как участники с номерами 2, 3, 4, 5 покинут отметку 60-65 м. (площадка для выполнения физических упражнений) и судья даст команду на преодоление полосы препятствий. Участник №6 присоединяет верхнюю полугайку пожарного рукава к установленному на линии старта 3-х ходовому разветвлению и, преодолевая «яму с водой», прокладывает рукавную линию до отметки 15 м. Далее, преодолевая забор, тоннель, скамейку бежит к стойке для выкладки пожарно-технического вооружения и выкладывает на стойку оборудование в соответствии с рисунком, обозначенным на стойке №6.

10. Участник под номером 7 (начинает движение, когда участник под номером 6 преодолел забор), берет рукавную скатку и с ней преодолевает «яму с водой», на отметке 15м. подсоединяет свой рукав к полугайке первого рукава, преодолевая забор любым способом, прокладывает рукавную линию до отметки 30м. При этом пожарный рукав должен быть проложен под забором. Затем преодолевает тоннель, скамейку и бежит к стойке для выкладки пожарно-

технического вооружения и выкладывает на стойку оборудование в соответствии с рисунком, обозначенным на стойке №7.

**11.** Участник под номером 8 (начинает движение, когда участник под номером 7 преодолел забор), берет рукавную скатку, преодолевает с ней «яму с водой», забор, подсоединяет свой рукав к полугайке второго рукава и прокладывает рукавную линию через тоннель до отметки 45 м. Преодолевая скамейку, бежит к стойке для выкладки пожарно-технического вооружения и выкладывает на стойку оборудование в соответствии с рисунком, обозначенным на стойке №8.

**12.** Участник под номером 9 (начинает движение, когда участник под номером 8 преодолел забор), берет рукавную скатку, преодолевает с ней «яму с водой», забор, тоннель, затем присоединяет свой рукав к полугайке 3-го рукава на отметке 45 м и прокладывает рукавную линию до отметки 60 м **справа** от скамейки. Затем бежит к стойке для выкладки пожарно-технического вооружения и выкладывает на стойку оборудование в соответствии с рисунком, обозначенным на стойке №9.

Оборудование укладывается точно на предназначенное для него место, не занимая соседнее.

Когда все упражнения выполнены, команда, включая капитана, должна построиться на отметке 75 м. Время останавливается после пересечения линии финиша последним участником.

**Таблица штрафов**

Препятствия:	не пройденные каждым юным пожарным;	15 секунд
	пройденные с ошибкой.	10 секунд
Рукавная линия не подсоединена к разветвлению, стволу. Разрыв каждого соединения.		20 секунд
Неправильный предмет на стенде выкладки пожарного оборудования. Предмет считается размещенным неверно, если он не соответствует иллюстрации.		5 секунд
Неправильно выполнен узел. Считается, что выполнен неправильно, если он завязан не эффективно, т.е. развязывается или свободный конец составляет менее 20 см..		10 секунд
Не выполненные отжимания от пола, упражнения на пресс		2 секунды за каждое не выполненное упражнение
Отсутствие построения на старте, финише в соответствии со схемой «Полоса препятствий»		15 секунд
Обгон участника стартовавшего ранее		10 секунд

При равенстве времени прохождения полосы препятствий предпочтение отдаётся команде, имеющей наименьшее количество штрафного времени. Если и это не помогает выявить лидера, то победителем является команда стартовавшая ранее.

**Приложение 3  
к Положению СТИФ**

**Список участников соревнования ГБОУ СОШ № \_\_\_\_\_ района.**

ФОТО УЧАСТНИКА	Ф.И.О.	Дата рождения
<div data-bbox="244 170 494 311" style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center;">МЕСТО ДЛЯ ФОТОГРАФИИ</div>	Иванов Иван Иванович	ЧЧ/ММ/ГГГГ

Руководитель образовательного учреждения

\_\_\_\_\_

подпись, М.П.

\_\_\_\_\_

Ф.И.О.

\_\_\_\_\_

дата

**Упражнение «УЗЛЫ»**

**1 способ**



Рис. 1

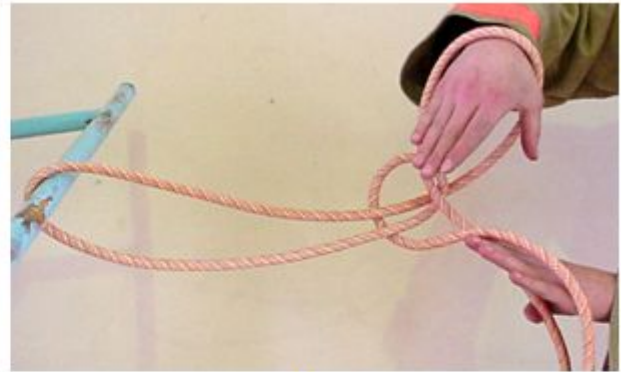


Рис. 2



Рис. 3

---

Пожарный обматывает одним – двумя витками веревки конструкцию, берет короткий конец веревки в правую руку, а длинный – в левую и делает петлю на длинном конце.

Правой рукой коротким концом обводит петлю один раз снизу вверх (Рис.1), просовывает снизу в петлю правую руку, переносит ее через веревку, удерживаемую левой рукой, и берется за короткий конец (Рис. 2).

Вынимает правую руку из петли и, протаскив короткий конец веревки через петлю, затягивает узел (Рис.3).

## 2 способ



Рис. 4



Рис. 5



Рис. 6

---

Пожарный обматывает одним – двумя витками конструкцию, берет короткий конец веревки в левую руку, длинный – в правую и накладывает длинный конец на тыльную часть кисти левой руки. Не меняя положения пальцев на длинном конце, опускает длинный конец вниз и выводит его вверх, к себе и наложить его на тыльную часть кисти (Рис. 4). Выпрямляет пальцы левой руки, одновременно большим пальцем правой руки подает короткий конец веревки к пальцам левой руки (Рис. 5).

Захватывает пальцами левой руки короткий конец веревки, пропускает его через петлю, образовавшуюся на кисти, тянет правой рукой длинный конец веревки на себя и затягивает узел (Рис. 6).

### 3 способ



Рис. 7



Рис. 8



Рис. 9

---

Пожарный обматывает одним – двумя витками веревки конструкцию, берет короткий конец в левую руку, длинный – в правую.

Правой рукой накладывает и обматывает длинным концом веревки кисть левой руки, второй виток накладывает на большой палец левой руки.

Большим пальцем отводит в сторону, получая при этом петлю, в петлю захватывает короткий конец веревки и затягивает длинный. (Рис. 7,8,9).



#### 4 способ



Рис. 10



Рис. 11



Рис. 12

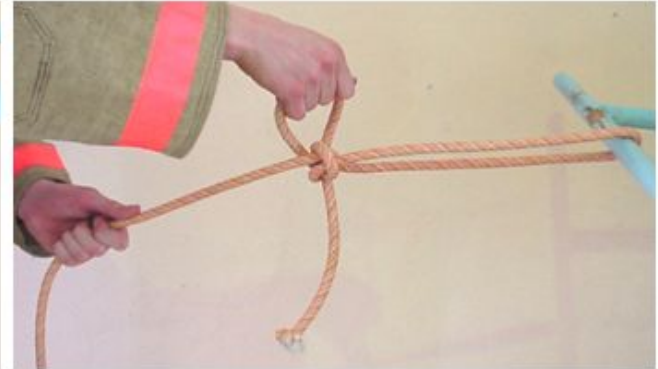


Рис. 13

---

Пожарный обматывает одним – двумя витками конструкцию. Оба конца веревки берет в левую руку, так чтобы короткий конец оказался справа. Правую руку просовывает снизу между обоими концами (Рис. 10) и кладет ее на длинный конец тыльной стороны кисти. Поворотом правой руки против часовой стрелки вниз, вправо, вверх выводит руку ладонью книзу, образовав на веревке петлю (Рис. 11). Большим и указательным пальцами правой руки берет короткий конец в руку (Рис. 12), вынимает его из петли и левой рукой затягивает узел (Рис. 13).



**Схема размещения участников соревнования и элементов  
на полосе препятствий**

