



## АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДСКОГО ОКРУГА «ГОРОД ЛЕСНОЙ»

### ПОСТАНОВЛЕНИЕ

---

27.06.2019

№ 689

г. Лесной

#### ***О проведении Городского туристического слета, посвященного Году здоровья в городах атомной промышленности***

В соответствии с муниципальными программами «Развитие физической культуры и спорта в городском округе «Город Лесной» на 2019-2024 годы», утвержденной постановлением администрации городского округа «Город Лесной» от 20.06.2018 № 764 «Об утверждении муниципальной программы «Развитие физической культуры и спорта в городском округе «Город Лесной» на 2019-2024 годы», «Реализация молодежной политики и патриотического воспитания граждан в городском округе «Город Лесной» до 2024 года», утвержденной постановлением администрации городского округа «Город Лесной» от 20.06.2018 № 765, с целью популяризации и пропаганды туризма, развития навыков экологической культуры, здорового образа жизни среди молодежи,

#### **ПОСТАНОВЛЯЮ:**

1. Провести на территории городского округа «Город Лесной» 7 сентября 2019 года Городской туристический слет, посвященный Году здоровья в городах атомной промышленности (далее – Турслет).

2. Утвердить:

2.1. Состав организационного комитета по подготовке и проведению Турслета (приложение № 1).

2.2. Положение о проведении Городского туристического слета, посвященного Году здоровья в городах атомной промышленности (приложение № 2).

2.3. План подготовки и проведения Турслета (приложение № 3).

3. Рекомендовать:

начальнику ФГБУЗ ЦМСЧ № 91 ФМБА России обеспечить своевременный выезд бригады скорой помощи для оказания экстренной медицинской помощи при проведении Турслета;

начальнику отдела полиции № 31 межмуниципального отдела МВД России «Качканарский» оказать содействие в обеспечении охраны общественного порядка и безопасности дорожного движения на время проведения Турслета;

руководителям организаций и предприятий городского округа «Город Лесной» обеспечить участие команд в Турслете.

4. Начальнику управления документационного обеспечения, информационно-аналитической и организационной работы администрации городского округа «Город Лесной» Неклюдову Е.М. совместно с ООО «Трансинформ» обеспечить информационное сопровождение мероприятия в городских средствах массовой информации.

5. Настоящее постановление опубликовать в печатном средстве массовой информации «Вестник-официальный» и разместить на официальном сайте администрации городского округа «Город Лесной» в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

6. Контроль исполнения настоящего постановления возложить на заместителя главы администрации городского округа «Город Лесной» по вопросам образования, культуры и спорта Виноградову Е.А.

**Глава городского округа  
«Город Лесной»**

**С.Е. Черепанов**

**СОСТАВ**  
**организационного комитета по подготовке и проведению Турслета**

**Председатель организационного комитета:**

Черепанов С.Е. - глава городского округа «Город Лесной».

**Заместитель председателя организационного комитета:**

Виноградова Е.А. - заместитель главы администрации городского округа «Город Лесной» по вопросам образования, культуры и спорта.

**Члены организационного комитета:**

Андреевская Н.В. - начальник отдела по физической культуре, спорту и социальной политике администрации городского округа «Город Лесной»;

Неклюдов Е.М. - начальник управления документационного обеспечения, информационно-аналитической и организационной работы администрации городского округа «Город Лесной»;

Парамонов А.П. - начальник «МКУ «Управление образования»;

Левина И.В. - начальник МКУ «Информационно-методический центр»;

Берсенева Б.Б. - начальник МКУ «Аварийно-спасательная служба»;

Улыбушев В.В. - начальник МКУ «Отдел культуры»;

Тачанова Г.И. - начальник МКУ «УГХ»;

Исламова М.В. - директор МБУ СКДЦ «Современник»;

Доценников А.Ю. - начальник ФГКУ «СУ ФПС № 6 МЧС России»  
(по согласованию);

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении Городского туристического слета,**  
**посвященного Году здоровья в городах атомной промышленности**

**1. Цели и задачи Турслета**

- 1.1. Развитие навыков экологической культуры, формирование культуры здорового образа жизни у жителей города, в том числе молодежи.
- 1.2. Пропаганда и популяризация туризма.
- 1.3. Установление дружеских контактов между молодежью городских организаций и предприятий.
- 1.4. Организация активного и содержательного отдыха.

**2. Организаторы Турслета**

2.1. Организаторами Городского туристического слета, посвященного Году здоровья в городах атомной промышленности (далее – Турслет) являются: отдел по физической культуре, спорту и социальной политике администрации городского округа «Город Лесной» (далее – ОФКСиСП); муниципальное казенное учреждение «Аварийно-спасательная служба городского округа «Город Лесной» (далее – МКУ «АСС») и муниципальное казенное учреждение «Информационно-методический центр» (далее – МКУ ИМЦ).

2.2. Непосредственное проведение и руководство Турслетом возлагается на главную судейскую коллегию и главного судью, которых назначает организационный комитет по подготовке и проведению Турслета.

**3. Место проведения Турслета**

Турслет проводится на территории, закрепленной за Нижнетуриным городским округом, в районе поляны базы отдыха «Журавлик» 07 сентября 2019 года.

**4. Условия участия в Турслете**

4.1. Турслет проводится в соответствии с Правилами соревнований по спортивному туризму; Руководством для судей и участников соревнований по технике пешеходного и лыжного туризма; условиями соревнований, утвержденными главной судейской коллегией.

4.2. Основанием для допуска к участию в Турслете является именная заявка (приложение № 1 к Положению) и участие в субботнике 05 сентября 2019 года на поляне базы отдыха «Журавлик». Заявки принимаются до 28 августа 2019 года в отделе по физической культуре, спорту и социальной политике администрации городского округа «Город Лесной» (e-mail: molod@gorodlesnoy.ru, sport@gorodlesnoy.ru, тел.8 (34342) 6-87-93).

**5. Участники Турслета**

5.1. В Турслете принимают участие команды, в составе участников которых не менее 6 человек в возрасте до 30 лет.

5.2. К участию в Турслете допускаются женские команды и смешанные команды (из разных организаций).

5.3. Число болельщиков команды не ограничено.

## 6. Порядок проведения Турслета

6.1. Команды-участницы делятся на 2 группы. В первую группу «А» входят команды, занявшие по итогам городского туристического слета работающей и студенческой молодежи 2018 года первые 5 мест, и команды из второй группы, занявшие с 1 по 3 места. В итоге численность группы «А» составляет 8 команд.

Во вторую группу «В» входят все остальные команды подавшие заявку на участие.

6.2. Порядок прохождения всех этапов определяется жеребьевкой (в каждой группе отдельно), которая будет проведена **29 августа 2019 года в 17.00 часов** в отделе по физической культуре, спорту и социальной политике администрации городского округа «Город Лесной» при подаче заявки на участие в Турслете.

6.3. За прохождение каждого этапа команде начисляются баллы. За нарушение на этапах предусмотрена система штрафов. За грубые нарушения правил поведения команда может быть снята с соревнований, если:

- участник(и) команды явились на этап в нетрезвом виде;
- распивали спиртные напитки;
- курили на этапах;
- мешали своими действиями прохождению этапов другим командам;
- мешали работе судей;
- проводили подмену участников на дистанции;
- производили вырубку зеленых насаждений;
- выражались нецензурной бранью.

## 7. Программа Турслета

<b>09.00</b>	Регистрация команд;
<b>09.30</b>	Построение команд, конкурс-приветствие «Если хочешь быть здоров»;
<b>10.30</b>	Этап «Полоса препятствий»;
<b>11.00</b>	Конкурс бивуаков «Территория здорового образа жизни»;
	Конкурс туристических обедов «Рецепт здоровья»;
<b>14.30</b>	Конкурс «Зарядка с ...»;
<b>15.30 - 16.00</b>	Подведение итогов, награждение, закрытие Турслета.

Краткое описание конкурсов турслета находится в приложении № 2 данного положения.

## 8. Судейство спортивной части Турслета

8.1. Судейство спортивной части Турслета осуществляется независимыми судьями на этапах и главной судейской коллегией, возглавляемой главным судьей соревнований.

8.2. В обязанности главной судейской коллегии входит:

- общее руководство ходом соревнований;
- решение вопросов допуска и отстранения участников;
- рассмотрение и утверждение протоколов судейских бригад;
- рассмотрение протестов на решение судейских бригад;
- обобщение итогов соревнований и определение победителей.

8.3. На этапах судейство осуществляется независимой судейской бригадой в составе старшего судьи и судей. Количество судей на каждом из этапов определяется главной судейской коллегией.

8.4. В обязанности судей на этапах входит:

ознакомление участников с условиями прохождения этапа;  
фиксирование действий и оценка качества выполнения спортивного задания на этапе;

своевременная отсечка времени при невозможности дальнейшего движения команды из-за занятости этапа;

немедленное реагирование при появлении неблагоприятных факторов, способных повлиять на работу команд на этапе, жизнь и здоровье всех участников соревнований;

оформление протокола по итогам прохождения этапа.

8.5. В процессе прохождения каждого из этапов дистанции судья должен указывать участникам на ошибки при прохождении этапа.

8.6. Результаты выполнения спортивного этапа каждой из дистанций записываются судьями в протокол этапа и маршрутный лист команды.

8.7. Ответственным за поддержание порядка на этапе является старший судья этапа.

8.8. Обработку спортивной документации, поступающей с этапов, проводит секретарь соответствующей дистанции. После окончательного подведения итогов все секретари передают свои протоколы главному судье для рассмотрения и утверждения главной судейской коллегией.

8.9. Судьи этапов, старшие судьи этапов, секретари дистанций, руководитель спортивной части городского туристического слета входят в состав главной судейской коллегии, члены которой назначаются из состава МКУ «Аварийно-спасательная служба», гостей городского туристического слета и являются независимыми от команд-участников городского туристического слета.

## **9. Решение спорных вопросов**

9.1. Главная судейская коллегия имеет право при необходимости (в случае непредвиденной ситуации) внести уточнение в приложение настоящего положения в процессе проведения Турслета.

9.2. При возникновении спорного вопроса по общей организации дистанции, команда должна подать протест в письменном виде в течение 30 минут после финиша.

9.3. Член команды имеет право подать в судейскую коллегия протест на решение судейской бригады этапа в течение 30 минут после объявления результатов этапа. Протест подается в письменном виде с четким указанием причин. Решение по протесту принимается главной судейской коллегией до окончательного подведения итогов.

## **10. Обеспечение безопасности**

10.1. Ответственность за безопасность членов команды во время пребывания на туристическом слете, их соответствующую подготовку требованиям настоящего Положения несут руководители и сами участники команд.

10.2. Ответственность за пожарную безопасность на бивуаке возлагается на руководителя или представителя команды.

10.3. Ответственность за надежность установленных этапов, а также за применяемое страховочное снаряжение несёт МКУ «АСС».

10.4. Ответственность за безопасность на водном этапе несет МКУ «АСС»

10.5. При возникшей необходимости участникам Турслета будет оказана первая помощь специалистами МКУ «АСС» или квалифицированным врачом.

10.6. Для поддержания порядка во время проведения Турслета территория базы отдыха «Журавлик» будет патрулироваться сотрудниками отдела полиции № 31 межмуниципального отдела МВД России «Качканарский».

## **11. Определение победителей и награждение**

11.1. Определение победителей в конкурсах и этапах Турслета осуществляет главная судейская коллегия, которая формируется из судейской бригады и гостей Турслета.

11.2. Победителями Турслета становятся команды в каждой группе отдельно, набравшие наименьшее количество баллов по итогам всех конкурсов. Команды, занявшие 1, 2, 3 места в первой и во второй группах, награждаются памятными подарками МКУ ИМЦ.

11.3. Судейская коллегия имеет право дополнительно определить номинации для награждения.

11.4. Судейская коллегия оставляет за собой право изменить количество этапов, а также их содержание. Все изменения будут уточнены на заседании судейской коллегии.

## **12. Финансирование Турслета**

Финансирование Турслета осуществляется по муниципальной программе «Реализация молодежной политики и патриотического воспитания граждан в городском округе «Город Лесной» до 2024 года», утвержденной постановлением администрации городского округа «Город Лесной» от 20.06.2018 № 765 (с изменениями внесенными постановлениями администрации городского округа «Город Лесной» от 07.03.2019 № 223, от 16.04.2019 № 376).

Приложение № 1  
к положению о проведении  
Городского туристического  
слета, посвященного Году  
здоровья в городах атомной  
промышленности

### Образец именной заявки

В МКУ «Информационно-  
методический центр»

#### Заявка

от команды \_\_\_\_\_ (наименование организации) на участие в Городском туристическом слете, посвященном Году здоровья в городах атомной промышленности.

Название команды \_\_\_\_\_

Номер строки	ФИО (полностью)	Дата рождения чч.мм.гг	Прописка	Подпись участника за свое здоровье
1.				
2.				
...				

начальник организации \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

руководитель команды \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

капитан команды \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

ответственный за пожарную безопасность \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

ответственный за участие в субботнике \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

контактный тел. \_\_\_\_\_



## **Краткое описание конкурсов Городского туристического слета, посвященного Году здоровья в городах атомной промышленности**

### **1. Конкурс-приветствие «Если хочешь быть здоров»**

Презентационное выступление команды-участницы туристического слета, раскрывающее индивидуальность предприятия (организации) в соответствии с идеей пропаганды здорового образа жизни. Допускается участие в конкурсе болельщиков. Оценивается: соответствие выступления теме, эмблема, знаки отличия у команды и болельщиков, сплоченность, артистичность. Допускается смена костюмов команды на конкурсе-приветствии и этапе «Полоса препятствий». Время выступления каждой команды - до 2 минут (время засекается с первых слов, музыкальное вступление до 20 секунд).

### **2. Конкурс бивуаков «Территория здорового образа жизни»**

Конкурс на самый практичный, чистый, обустроенный в соответствии темой конкурса, бивуак.

**Каждая команда должна подготовить по прибытию на поляну костровище:** снять часть дерна (примерно 1,5 м x 1,5 м) до разведения костра, убрать его в сторону; по окончании турслета залить костер водой и накрыть землю дерном. **Категорически запрещено рубить деревья. По завершению Турслета необходимо убрать мусор в специально отведенное место в районе поляны.**

Бивуак должен иметь четкие границы с выделенными зонами: хозяйственной (рубка дров), костровой (место для приготовления еды), обеденной (зона для приема пищи, может быть объединена с костровой) и жилой (где находятся вещи участников, палатки, место отдыха). Разрешается нахождение на бивуаке не более 2-х машин (по пропускам). Пропуска будут выдаваться на субботнике 6 сентября 2019 года.

Болельщикам предлагается представить свой бивуак (провести экскурсию, творческое представление). Оценивается оформление в рамках представляемой тематики, оригинальность идеи, наличие зон бивуака, экологичность и безопасность.

*Команда несет ответственность за находящихся на территории бивуака болельщиков.*

### **3. Конкурс туристических обедов «Рецепт здоровья народов Среднего Урала»**

Обед должен быть представлен обязательным конкурсным горячим блюдом и напитком, которые должны сочетаться друг с другом. Допускается наличие дополнительных холодных блюд. В представлении необходимо отразить «уникальность», самобытность и полезность приготовленных обедов.

Оценивается организация рабочего места, санитария, вкусовые качества, качество приготовления (бракераж), представление блюда. Блюдо должно быть приготовлено на

костре в количестве, необходимом для обеда команды (6 человек). Блюдо представляют 3 участника конкурса. Время представления блюда – 1 минута.

*Примечание:* питьевую воду, принадлежности для костра, набор продуктов, необходимый для приготовления обеда, команда приносит с собой.

#### 4. Конкурс «Зарядка с...»

Представители команд-участниц турслета подготавливают танцевальные упражнения для участников туристического слета, длительностью 2-3 минуты. Приветствуется синхронность показываемых упражнений представителями команд-участниц, наличие костюмов или единой формы одежды, направленность зарядки. Баллы за данный конкурс не начисляются.

#### 5. Этап «Полоса препятствий»

##### 1. Общая информация о дистанции:

Дата проведения: 07.09.2019

Место проведения: Поляна базы отдыха «Журавлик» Нижнетуринского района.

##### 2. Условия проведения соревнований:

2.1. В соревнованиях участвуют команды в командном зачёте.

2.2. Длина дистанции до 5 км.

2.3. Количество этапов 13.

2.4. Перепад высот – 100 м.

2.5. Старт раздельный, стартовый интервал составляет **10** минут.

2.6. Первая команда стартует в **10.30 час**.

2.7. Состав команды: **6 человек** (в том числе, не менее 2 девушек).

2.8. Команда преодолевает маршрут самостоятельно.

2.9. Преодоление дистанции осуществляется на время.

2.10. **«Цена» 1 штрафного балла – 20 сек.**

2.11. За непрохождение этапа – штраф **10 баллов** за каждого участника команды.

##### 3. Краткое описание этапов дистанции

На старт команда выходит в полном составе. При опоздании участника или участников, команда на старт не допускается. Команда отправляется на дистанцию в полном составе, только по явке всех участников команды, при этом отсечки по времени не делается. Перед стартом судья проверяет готовность команды к прохождению этапов: закрытая форма одежды, спортивная обувь без каблуков, отсутствие химической обработки сушняка и т.д. **Команда преодолевает всю дистанцию с рюкзаками (кроме водного этапа, этапа «Гать», этапа «Подъем по веревочной лестнице»).** На медицинском этапе и на этапе «Разведение костра и кипячение воды» допускается снятие рюкзака.

##### 3.1. Этап «Старт».

Список обязательного снаряжения.

**Личное** – рюкзак, футболка, портянки (носки), теплые вещи (свитер, спортивные брюки, шапка), столовый набор (кружка, ложка, тарелка), пара перчаток.

**Групповое** – коврик, спальник (можно одеяло соответствующего размера), компас (1 шт.), аптечка (см. ниже), продукты (фляжка с водой (не менее 0,5 л.), банка сгущенного молока или тушенки, 100 г. конфет, 100 г. сушек), ремнабор (нити, иголки в футляре), карандаши 2 шт., блокнот, линейка, нож складной или в ножнах (транспортировка ножа должна быть безопасной, в противном случае начисляются штрафы), спички, котелок для кипячения воды, сотовый телефон (минимум 1 шт.), набор веревочек для изготовления

носилки (можно использовать другие материалы, заменяющие веревочки), дрова в виде чурки (выдаются на старте).

**Дополнительно:** топор (транспортировка топора должна быть безопасной).

Участники должны быть одеты в одежду с длинными рукавами. Правильно собранный рюкзак не должен греметь и не иметь в районе спины твердых предметов.

### **3.2. Этап «Гать».**

Команда преодолевает заболоченный участок по заранее подготовленным судейской бригадой жердям (3-4 шт.). Длина участка до 15 м. На участке установлены условные точки опоры – короткие бревна, которые лежат через весь участок на расстоянии досягаемости жердями. Количество точек опор - 5-7 шт. Команда самостоятельно прокладывает жерди, постепенно переходя на другой конец этапа. Нельзя касаться земли ни на одном из этапов прохождения (кроме начала этапа и выхода с гати), **штраф 2 балла**. Срыв с гати оценивается как падение, **штрафом в 3 балла**.

### **3.3. Этап «Переправа по автомобильным покрышкам».**

Через условную опасную зону шириной до 5 м подвешены 5 автомобильных покрышек. Команда организует переправу без нарушения правил техники безопасности. Этап преодолевается участниками по одному. Запрещено использование посторонних предметов, не относящихся к оборудованию этапа. За срыв (касание земли двумя ногами) начисляется штраф **3 балла**, за касание земли в опасной зоне одной ногой **2 балла**, за заступ в зону этапа – **1 балл**.

### **3.4. Этап «Переправа по параллельным перилам».**

Участники по одному поднимаются по веревочной лестнице на высоту до 3-х метров, проходят параллельные перила, одновременно касаясь веревок в четыре опоры (две руки, две ноги), спускаются по веревочной лестнице. Перед началом этапа участник надевает страховочный пояс. Фиксировать лестницу участникам команды запрещено. При прохождении этапа необходимо обязательное использование перчаток (**у каждого члена команды должны быть свои перчатки – см. снаряжение**), замена которых на другие элементы одежды не допускается. **За срыв с переправы начисляется штраф 3 балла, за неполное прохождение этапа начисляется штраф 2 балла.**

Условия:

на этапе одновременно может находиться только один человек;

при одновременном нахождении на этапе 2-х и более человек, команда получает **штраф 1 балл**.

### **3.5. Этап «Охота».**

По прибытию на этап команда преодолевает препятствие по-пластунски, расстояние - до 20 метров. Далее каждый член команды выполняет упражнение - сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки – 10 раз, юноши – 20 раз).

Упражнение выполняется из исходного положения: упор лежа; руки на ширине плеч; кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов; плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в поверхность, на которой выполняется упражнение, без опоры.

Участник, сгибая руки, касается грудью поверхности, на которой выполняется упражнение, или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, возвращается в исходное положение и, зафиксировав его на 0,5 секунды, продолжает выполнение испытания.

Ошибки выполнения упражнения, при которых попытка не засчитывается:

1) касание поверхности, на которой выполняется упражнение, коленями, бедрами, тазом;

2) нарушение прямой линии «плечи - туловище - ноги»;

3) отсутствие фиксации на 0,5 секунд исходного положения;

- 4) поочередное разгибание рук;  
 5) отсутствие касания грудью поверхности, на которой выполняется упражнение, (платформы);  
 6) разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.

Далее два участника команды (юноша и девушка) выполняют по 5 выстрелов из пневматической винтовки с расстояния от 5 до 10 метров (в зависимости от погодных условий). Каждому участнику команды необходимо попасть по 3 мишеням. Если участник поражает мишени и у него остаются пули, они передаются следующему участнику команды. **Штраф за каждую непораженную мишень – 1 балл.** Остальные участники команды (4 человека) выполняют упражнения по метанию гранаты в цель (девушки метают гранату весом 500 г., юноши – 700 г.). Участники выполняют 3 зачетных броска. При выполнении упражнения учитывается меткость попадания в цель. **Штраф за каждое непопадание в цель - 1 балл.**

### **3.6. Этап «Кран».**

По прибытию на этап, один участник команды надевает снаряжение, его подвешивают к системе («сборщик»). Четыре участника («управленцы») с помощью веревок передвигают «сборщика». «Управленцам» нельзя заходить в зону этапа. «Сборщику» нельзя касаться земли в зоне этапа. Участнику необходимо собрать предметы (4-6 шт.) по очереди (предметы нельзя перекладывать).

При прохождении этапа обязательное использование перчаток (**у каждого участника команды – см. снаряжение**), замена которых на другие элементы одежды не допускается.

**За касание в зоне этапа и заступ в зону этапа - штраф 1 балл, за каждое падение - 3 балла.**

### **3.7. Этап «Установка палатки».**

По прибытию на этап команда должна правильно установить и собрать туристическую палатку. Правильность установки контролируется судьей. После установки палатки судья проверяет правильность установки (отсутствие складок, натянутость дна и т.д.) и дает разрешение на сборку палатки. Команда начинает движение на следующий этап после того, как судья проверил наличие оборудования палатки (палатка, колышки, опорные стойки).

### **3.8. Этап «Географическая карта».**

Для прохождения этапа необходимо уметь:

определять масштаб, переводить из численного в именованный и наоборот (1: 25000, – сколько в 1 см - метров);

определять направления; азимут, превышение одной точки над другой; сравнивать склоны по крутизне.

Штрафные баллы начисляются за каждый неправильный ответ.

Компас предоставляется судьей этапа.

### **3.9. Этап «Подтянись к движению».**

По прибытию на этап участникам необходимо выполнить следующие задания: девушки - прыжки на скакалке 50 раз; юноши - рывок гири – 20 раз.

Для испытания используются гири весом 16 кг.

Рывок гири выполняется в один прием, одной рукой (во время выполнения упражнения руки можно менять). Участник непрерывным движением поднимает гирю вверх до полного выпрямления руки и ее фиксации. Работающая рука, ноги и туловище при этом выпрямлены. Переход к выполнению упражнения другой рукой может быть сделан один раз. Для смены рук можно использовать дополнительные замахи.

Участник может начинать испытание (тест) с любой руки и переходить к выполнению испытания (теста) второй рукой в любое время, отдыхать, держа гирю в

верхнем, либо нижнем положении, не более 5 с. Во время выполнения испытания (теста) спортивный судья засчитывает каждый правильно выполненный подъем после фиксации гири не менее чем на 0,5 с.

Испытание (тест) прекращается при:

- 1) оказании себе помощи, опираясь свободной рукой на бедро или туловище;
- 2) постановке гири на голову, плечо, грудь, ногу.

Ошибки (движение не засчитывается):

- 1) дожим гири;
- 2) касание свободной рукой ног, туловища, гири, работающей руки.

### 3.10. Медицинский этап.

Аптечка – необходимый минимум:

Наименование	При отсутствии штраф	Наименование	При отсутствии штраф
бинты 2-3 шт.	0,5 балла	салфетки стерильные	1 балл
ватные диски	0,5 балла	обезболивающие средства местные	1 балл
йод	1 балл	нашатырный спирт	1 балл
зеленка	1 балл	жгут	3 балла
нитроглицерин	3 балла	шина	-
анальгетик + спазмалетик	3 балла	хлад. пакеты	-
антигистаминное	3 балла	марганцовка	-

Команда по приходу на этап вытягивает карточку с заданием, на которой указана травма (перечень прилагается) и на «потерпевшем» оказывает первую медицинскую помощь практически.

Возможные виды заданий:

1. ПМП (первая медицинская помощь) при пневмоторэкс;	7. ПМП при переломах (виды);
2. ПМП при кровотечении (венозное, артериальное);	8. Наложение жгута (когда, зима-лето, записка);
3. ПМП при ожогах (клиника, степень);	9. Обеззараживание воды в походных условиях;
4. ПМП при укусе ядовитых змей;	10. ПМП при обморожениях (клиника, степень);
5. ПМП при тепловом ударе (симптомы);	11. Нестандартное применение предметов и веществ при оказании первой помощи (вопрос может быть любой) в походных условиях.
6. ПМП при отравлениях;	

За неправильный порядок и ошибки при оказании первой медицинской помощи - **штраф – 5 баллов.**

За грубые нарушения при оказании ПМП **штраф – 10 баллов.**

### 3.11. Водный этап.

#### 3.11.1. Условия проведения соревнований:

длина дистанции до 300 м;

класс дистанции – I;

в дистанции участвуют команда из 3 человек (в том числе, не менее 1 женщины);

команда надевает спасательные жилеты (правильность проверяет судья на этапе), рюкзаки оставляют на берегу и погружается в лодку, начиная движение;

маршрут водной дистанции будет отмечен контрольными буйками.

#### 3.11.2. Основы судейства на дистанции.

В целях обеспечения безопасности вводятся штрафные баллы:

столкновение на воде с посторонними предметами, наезд на буйки – **1 балл**;

столкновение лодки с берегом – **3 балла (в случае столкновения необходимо сначала коснуться берега веслом, притормозить и только потом швартоваться)**;

команда должна начать и закончить прохождение этапа в полном составе;

в случае падения в воду командного снаряжения – весел и прочих предметов, находящихся в лодке, команда обязана подобрать эти предметы и продолжить движение по дистанции.

### **3.12. Этап «Разведение костра и кипячение воды».**

Этап представляет собой площадку для костра, без дополнительно оборудования и снаряжения: костровых стоек, котлов, топоров, спичек и так далее. Команда должна развести костер из подручных средств – заранее заготовленной чурки (запрещено пользоваться бумагой, легковоспламеняющимися жидкостями и предметами, свечками, сухим горючим, берестой). На разведенном костре, в своем котелке, надо вскипятить не менее 200 мл **холодной** воды (до устойчивого кипения), и полностью наполнить ею судейскую мерную тару.

Условия:

судья предлагает пять спичек, участник на выбор одной из них разжигает костер;

за каждую дополнительную спичку начисляется 1 штрафной балл;

костёр не должен подниматься выше уровня ограничителя.

### **3.13. Финиш.**

Приложение № 3  
 УТВЕРЖДЕНО  
 постановлением администрации  
 городского округа «Город  
 Лесной»  
 от 27.06.2019 № 689

**П Л А Н**  
**подготовки и проведения Турслета**

<b>Номер строки</b>	<b>Мероприятия</b>	<b>Дата исполнения</b>	<b>Ответственный</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
1.	Создание организационного комитета	до 24.06.2019	Виноградова Е.А.
2.	Подготовка проекта постановления «О проведении Городского туристического слета, посвященного Году здоровья в городах атомной промышленности	до 26.06.2019	Андриевская Н.В.
3.	Проведение заседания судейской коллегии с представителями предприятий и организаций города	02.07.2019	Андриевская Н.В.
4.	Обеспечение своевременного уведомления ОМВД России по ГО «город Лесной», отдела полиции № 31 межмуниципального отдела МВД России «Качканарский», администрации Нижнетуринского городского округа, ФГБУЗ ЦМСЧ № 91 ФМБА России, ФГКУ «СУ ФПС № 6 МЧС России» о дате проведения, программе, с указанием места, времени, условий проведения, предполагаемого количества участников турслета	до 09.08.2019	Андриевская Н.В.
5.	Грейдирование щебеночной дороги до места проведения турслета - поляны базы отдыха «Журавлик»	до 01.09.2019	Тачанова Г.И.
6.	Обеспечение освещения мероприятия в городских средствах массовой информации	с 22.08.2019	Неклюдов Е.М., Корепанов А.Р.,
7.	Организация субботника по уборке места проведения турслета, с последующим вывозом мусора	05.09.2019 18.00	Андриевская Н.В., Тачанова Г.И.
8.	Подготовка места проведения Турслета (подготовка мест старта, финиша, туристской трассы)	07.09.2019	Берсенев Б.Б., Попова И.Г.
9.	Организация работы судейской бригады Турслета	07.09.2019	Берсенев Б.Б., Андриевская Н.В., Парамонов А.П., Левина И.В.

1	2	3	4
10.	Организация работы по регистрации команд участниц Турслета	29.08.2019, 07.09.2019	Бучельникова Т.Е.
11.	Предоставление пакетов и вывоз мусора с территории проведения Турслета	05.09.2019, 09.09.2019	Тачанова Г.И.
12.	Обеспечение работы специалиста для судейства на этапе «Медицинский». Обеспечение своевременного выезда бригады скорой помощи для оказания экстренной медицинской помощи при проведении Турслета	07.09.2019 с 09.00 до 16.00	Мишуков В.В.
13.	Обеспечение дежурства отдельного поста на время проведения Турслета	07.09.2019 09.00 до 16.00	Доценников А.Ю.
14.	Оказание содействия в обеспечении охраны общественного порядка и безопасности дорожного движения на время проведения Турслета	07.09.2019 с 09.00 до 16.00	Кликушин А.А.
15.	Обеспечение судейской бригады оперативной связью – рациями в количестве 10 штук	07.09.2019 с 09.00 до 16.00	Берсенев Б.Б.
16.	Доставка и установка «Ракушки» в районе поляны базы отдыха «Журавлик» в соответствии с погодными условиями	07.09.2019 09.00	Исламова М.В.
17.	Предоставление оборудования для звукового оформления мероприятия, обеспечение подбора фонограмм для озвучивания мероприятия, предоставление генератора	07.09.2019 с 09.00 до 16.00	Берсенев Б.Б., Улыбушев В.В., Исламова М.В.
18.	Организация и проведение пропагандистской акции «За здоровый образ жизни» в рамках областного Дня трезвости	07.09.2018	Андриевская Н.В., Координационный совет Детских и молодежных общественных объединений
19.	Организация церемонии: открытия (парад участников, приветствие участников) и закрытия (парад участников, церемония награждения) Турслета	07.09.2019	Виноградова Е.А., Андриевская Н.В.
20.	Обеспечение награждения победителей и призеров Турслета	07.09.2019	Левина И.В.