

Положение

о проведении городских соревнований по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

1. Общие положения

1.1 Настоящее положение определяет порядок организации и проведения соревнований по дисциплине «Основы безопасности жизнедеятельности»

1.2 Цели и задачи:

- воспитание чувств патриотизма, формирование у подрастающего поколения верности Родине, готовности к служению Отечеству и его вооруженной защите;
- способствование становлению активной жизненной позиции и ценностных ориентиров в области гражданского правосознания;
- формирование у учащихся качеств, необходимых при действиях в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени, умений и навыков выживания в различных жизненных ситуациях;
- способствование воспитанию у учащихся высоких волевых и морально – этических качеств: решительности, целеустремленности, дружбы, взаимопомощи и товарищества;
- укрепление здоровья учащихся с учетом индивидуальных и психофизических особенностей, формирование потребностей в здоровом образе жизни.

2. Руководство соревнованиями

2.1 Организаторами соревнований является – руководство и преподаватели ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»

2.2 Руководство соревнованиями осуществляет оргкомитет соревнований.

2.3 Оргкомитет соревнований в пределах своей компетенции:

- формирует судейскую коллегию;
- предоставляет отчет об итогах проведения соревнований.

2.4 Судейская коллегия в пределах своей компетенции:

- оценивает работу команд на этапах соревнований;
- определяет победителей

3. Порядок проведения соревнований

3.1 Время проведения: 27 апреля 2017 г.

3.2 Место проведения: ГБПОУ «Гусиноозерский энергетический техникум»

3.3 Порядок проведения:

- 09:00 – 09:30 – регистрация команд

- 09:30 – 09:45 – собрание судейской коллегии с представителями команд;
- 10:00 – 10:20 – торжественное открытие соревнований;
- 10:30 – 12:30 - выступление команд
- 13:00 – 13:30 – закрытие соревнований , награждение победителей

4. Условия участия

4.1 Состав команды: 10 человек (7 юношей, 3 девушки)

4.2 Технические заявки (Приложение №1) на участие команды подаются в оргкомитет соревнований до 11 апреля 2017 г.

4.3 Именные заявки (Приложение №2), заверенные медицинским работником и директором учебного заведения , а так же списки прохождения инструктажа по требованиям безопасности на соревнованиях подаются в день проведения соревнований.

5. Программа соревнований

5.1 Этапы соревнований:

- этап «Огневая подготовка»;
- этап «Защита от оружия массового поражения»;
- этап «Физическая подготовка»;
- этап «Полоса препятствий»;
- этап «Оказание первой медицинской помощи пострадавшим».

5.2 Полное описание этапов и количество участников на этапах в Приложении №3.

6. Подведение итогов и награждение

6.1 На каждом этапе судьи определяют места по результатам выступления команд.

6.2 Итоговый результат определяется по наименьшей сумме мест, полученных на этапах.

6.3 В случае равенства итогового результата преимущество отдается команде, занявшей больше призовых мест на этапах.

6.4 Команды, занявшие призовые места награждаются дипломами соответствующих степеней.

6.5 Итоги соревнований оформляются актом и выставляются на сайте ГБПОУ «ГЭТ»

7. Финансирование

7.1 Расходы на награждение осуществляет ГБПОУ «ГЭТ»

8. Организационные вопросы

8.1 Ответственность за обеспечение безопасности на соревнованиях возлагается на судейскую коллегию. Ответственность за соблюдение требований безопасности участникаи соревнований на этапах возлагается на руководителей команд.

8.2 Вопросы и предложения по организации и проведению соревнований направлять в оргкомитет ГБПОУ «ГЭТ» Подпаловой Татьяне Евстафьевне (89503802402), Соболевой Татьяне Андреевны (89146353603). Телефон\факс приемной: 42835; 41017. Электронная почта: qustehnik@mail.ru

Заявка

Прошу Вас включить в состав участников соревнований по дисциплине «ОБЖ» команду _____

(полное наименование учебного заведения)

Директор

Описание этапов соревнований по дисциплине

«Основы безопасности жизнедеятельности»

- **Этап «Огневая подготовка» (Участвуют 5 человек, из них 1 девушка)**
- Выполнение нормативов по неполной разработке и сборке АК-74 (Участвуют 2 человека)
Автомат на столе. Работа на этапе происходит в виде эстафеты. Время работы на этапе начинается от подачи судьей команды «К РАЗРАБОТКЕ АВТОМАТА, ПРИСТУПИТЬ» для первого участника и останавливается на момент окончания сборки автомата последним участником. Норматив выполняется в соответствии с «Наставлением по стрелковому делу». За каждое нарушение при разборке, сборке добавляется две секунды. Места команд на этапе определяются по сумме времени прохождения этапа и штрафного времени, полученного на нем.
- Выполнение норматива по снаряжению магазина от АК-74 учебными патронами. (Участвуют 1 человек)
Магазин и учебные патроны в количестве 30шт. на столе на плащпалатке. Время работы на этапе начинается от подачи судьей команды «К СНАРЯЖЕНИЮ МАГАЗИНА , ПРИСТУПИТЬ» и останавливается на момент, когда участник положит снаряженный магазин на стол. Норматив выполняется в соответствии с «Наставлением по стрелковому делу» Места команд на этапе определяется по времени прохождения этапа участником.
- Выполнение стрельб из электронного оружия .(электронный тир) (Участвуют 2 человека, юноша+девушка)) Мишень № 8. Дистанция до мишени 10 м., количество выстрелов 8 (3пробных , 5 зачетных). Стрельба из электронного оружия производится из положения стоя или сидя с опорой локтями о стол или стойку и без опоры. Время для стрельбы – до 10 минут.

Результат **не засчитывается:**

- 1) произведен выстрел без команды спортивного судьи.
- 2) заряжено оружие без команды спортивного судьи.

- **Этап «Защита от оружия массового поражения»**
- Выполнение норматива РХБЗ №4а: «Надевание общевойскового защитного комплекта и противогаза» (участвует 4 человека, из них 2 девушки)

По команде «Плащ в рукава, чулки, перчатки надеть», «Газы» обучаемые надевают защитные чулки, защитные плащи в рукава, противогаз, защитные перчатки, делают шаг вперед, докладывают о выполнении норматива (три хлопка в ладоши)

Ошибки, снижающие оценку на один балл (за каждую ошибку выполняющему норматив добавляется 10 секунд):

- надевание защитных чулок производилось с застегнутыми хлястиками;
- неправильно застегнуты борта плаща или не полностью надеты чулки;
- не закреплены закрепками держатели шпенок или не застегнуты два шпенёка;

- тесемка плаща не продета в полукольца;
- при надевании противогаза обучаемый не закрыл глаза и не затаил дыхание или после надевания не сделал полный вдох;
- не соблюдалась последовательность выполнения норматива.

Общий результат команды определяется суммированием времени выполнения норматива каждым участником.

Места команд на этапе определяются по сумме времени прохождения этапа и штрафного времени, полученного на нем.

- **Этап «Физическая подготовка» (Участвуют 5 человек)**
- Выполнение комплексного силового упражнения КСУ (участвуют 2 девушки)

Первые 30 сек. – максимальное количество наклонов вперед до касания локтями колен ног из положения «лежа на спине». Руки за голову, ноги закреплены (допускается незначительное сгибание ног, при возвращении в исходное положение необходимо касание пола лопатками). По сигналу судьи повернуться в упор лежа и без паузы для отдыха выполнить в течении 30 сек. Максимальное количество сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа (туловище прямое, руки сгибать до касания грудью пола). Количество наклонов, сгибаний и разгибаний рук суммируется. Места команд определяется по сумме набранных баллов.

- Подтягивание на перекладине (участвуют 2 человека)
 - Вис (хват сверху, ноги вместе), сгибая руки подтянуться (подбородок выше перекладины), разгибая руки опуститься в вис. Положение вися фиксируется.
 - Разрешается незначительное сгибание и разведение ног.
 - Запрещается выполнение движений рывком и махом.
 - Общий результат команды определяется суммированием количества подтягиваний каждым участником.
- Развитие специальных физических качеств (силовое упражнение с гириями) – 1 человек.
 - «Рывок гири». Вес гири 16 кг.
 - Стойка ноги врозь, хватом сверху одной рукой за дужку гири, последовательно поднимать гирю вверх и опускать вниз, не касаясь пола, сначала одной рукой, затем без отдыха после смены рук – другой. Положение гири вверху фиксируется на прямой руке, смена рук осуществляется один раз на замахе вперед.
 - Время на выполнение упражнения - 4 минуты.
 - Запрещается дожимать гирю, отдыхать в положении, когда гиря опущена вниз, касаясь свободной рукой частей тела.
 - Результат участника определяется по сумме рывков, выполненных каждой рукой.

- **Этап «Полоса препятствий». (Участствует вся команда)**
- **Этап «Оказание первой медицинской помощи». (Участствует 3 человека)**

Оказание первой доврачебной помощи при травмах опорно – двигательного аппарата и при реанимации. Места команд определяются по сумме времени оказания помощи пострадавшему и штрафного времени, полученного при выполнении задания.