

КОНКУРС «ТЯЖЕЛО В УЧЕНИИ – ЛЕГКО В БОЮ»

Конкурс проводится на комплексной тактической полосе (далее – полоса), имеющей два параллельных направления. Протяженность полосы – 800 метров (600 метров препятствий и участок для ускоренного передвижения). Схема полосы приведена на рисунке 1.

Участие в преодолении полосы принимает вся команда (две «боевые тройки» одновременно преодолевают препятствия на двух параллельных направлениях полосы).

В ходе продвижения по направлениям полосы участники поражают, обнаруженную на направлении, живую силу противника (мишени).

Снаряжение (средства индивидуальной бронезащиты (шлем кевларовый, бронежилет), сумка для переноски магазинов, малая саперная лопата, противогаз) участники получают на пункте выдачи снаряжения, автомат с двумя магазинами – на пункте выдачи стрелкового оружия, боеприпасы – на пункте выдачи боеприпасов.

На каждом направлении полосы находится 17 препятствий.

1. Ров с водой со средством преодоления.
2. Проволочное заграждение.
3. Завал.
4. Ров.
5. Лабиринт.
6. Разрушенный мост.
7. Разрушенная лестница.
8. Стенка.
9. Ход сообщения.
10. Фасад здания.
11. Траншея для метания гранаты.
12. Участок малозаметных препятствий.
13. Участок эвакуации раненого с поля боя.
14. Сухое русло реки.
15. Проволочная сеть на низких кольях.
16. Проволочная сеть на высоких кольях.
17. Участок доставки боеприпасов на поле боя.

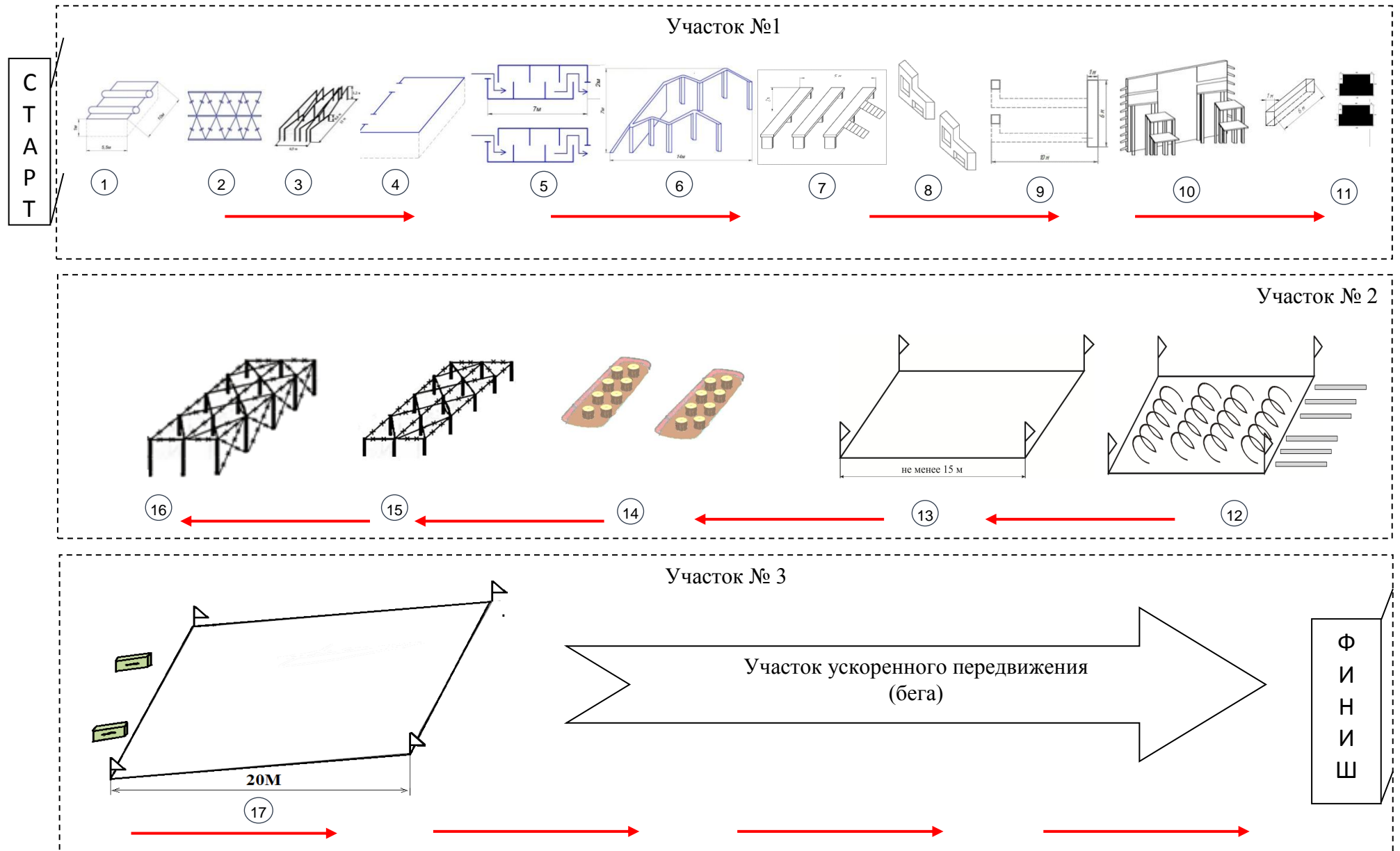


Рис. 1. Схема комплексной тактической полосы

1. Ров с водой со средством преодоления

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Участнику необходимо пробежать по бревну, удерживая оружие в руке (рис. 2).



Рис. 2. Порядок преодоления рва с водой со средством преодоления

2. Проволочное заграждение

Препятствие (рис. 3) преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Участнику необходимо пробежать, не касаясь колючей проволоки, переступая между ее рядами, удерживая оружие в руке.



Рис. 3. Препятствие «Проволочное заграждение»

3. Завал

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Участнику необходимо преодолеть, удерживая оружие в руке, препятствие перешагиванием бревен или подлезанием под них (рис. 4).



Рис. 4. Порядок преодоления препятствия «Завал»

4. Ров

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки», удерживая оружие в руке (рис. 5).



Рис. 5. Порядок преодоления препятствия «Ров»

5. Лабиринт

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки», преодолевая проходы лабиринта (рис. 6). Оружие в положении «за спину».



Рис. 6. Порядок преодоления препятствия «Лабиринт»

6. Разрушенный мост

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Удерживая оружие в руке, участнику необходимо взбежать по наклонной доске на забор, перейти на балку, пробежать по ней, перепрыгивая через разрывы, и соскочить на землю из положения стоя с конца последнего отрезка балки (рис. 7).



Рис. 7. Порядок преодоления препятствия «Разрушенный мост»

7. Разрушенная лестница

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Удерживая оружие в руке, участнику необходимо преодолеть разрушенную лестницу прыжками, наступая на каждую ступень, и соскочить с последней ступени на землю (рис. 8).



Рис. 8. Порядок преодоления препятствия «Разрушенная лестница»

8. Стенка

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки», удерживая оружие в руке (рис. 9).



Рис. 9. Порядок преодоления препятствия «Стенка»

9. Ход сообщения

Препятствие (рис. 10) преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Удерживая оружие в руке, участнику необходимо соскочить в колодец, пробежать по ходу сообщения до траншеи, метнуть гранату на 25 м по мишени № 8, находящейся в габарите диаметром 3 метра. При непопадании в цель первой гранатой продолжать метание (но не более трех гранат) до поражения цели. Метание гранаты производит только первый прибывший из «боевой тройки» (гранаты находятся в траншее).



Рис. 10. Препятствие «Ход сообщения»

10. Фасад здания

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Оружие в положении «за спину». Участнику необходимо влезть по лестнице в верхнее окно фасада дома, перейти на первую площадку, находящуюся за окном, с нее – на вторую площадку, далее – на третью площадку и спрыгнуть на землю (рис. 11).



Рис. 11. Порядок преодоления препятствия «Фасад здания»

11. Траншея для метания гранаты

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Удерживая оружие в руке, участнику необходимо соскочить в траншею и метнуть гранату на 20 м по мишени № 12 (рис. 12). При непопадании в цель первой гранатой, необходимо продолжить метание гранат (но не более двух гранат) до поражения цели. Метание гранаты производит первый прибывший из «боевой тройки» (гранаты находятся в траншее).



Рис. 12. Порядок преодоления препятствия «Траншея для метания гранаты»

12. Участок малоаметных препятствий

Участок местности с установленными малоаметными препятствиями (МЗП) (рис. 13) «боевая тройка» преодолевает с использованием подручных средств (три доски по три метра каждая).

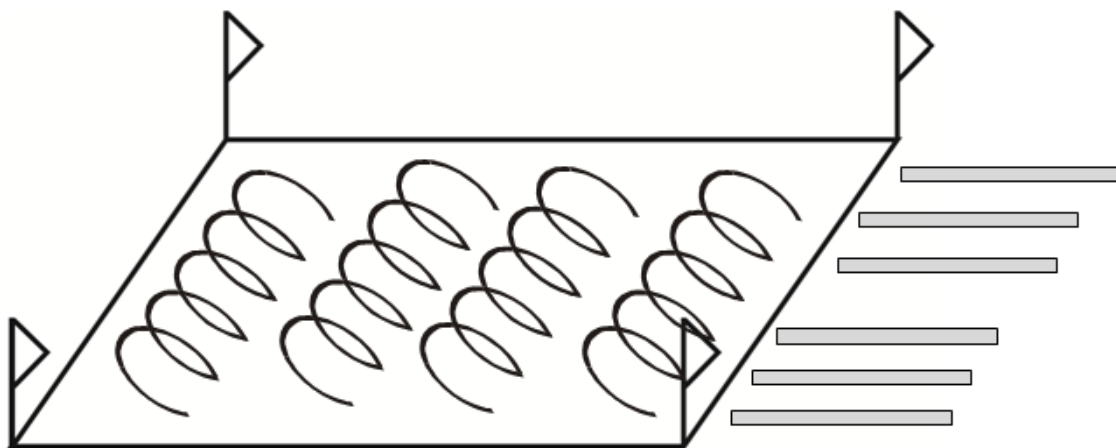


Рис. 13. Препятствие «Участок малоаметных препятствий»

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Первый преодолевающий препятствие участник из «боевой тройки» проделывает проход с использованием подручных средств и после преодоления участка МЗП прикрывает действия остальных участников

«боевой тройки». Оставшиеся участники преодолевают препятствие по проделанному проходу по команде участника, преодолевшего МЗП. Начало и конец препятствия обозначены на местности флажками. Препятствие считается преодоленным, когда последний участник из «боевой тройки» выйдет за границу участка МЗП, обозначенного на местности.

13. Участок эвакуации раненого с поля боя

Препятствие представляет собой обозначенный белыми флажками участок пересеченной местности для эвакуации раненого с поля боя, протяженностью не менее 15 метров (рис. 14).

«Раненый» участник, из числа команды (участник «боевой тройки», прибывший последним на исходный рубеж преодоления препятствия), занимает положение лежа на спине.

Участник «боевой тройки», прибывший первым на исходный рубеж преодоления препятствия, приступает к эвакуации «раненого» на спине.

Третий участник команды прикрывает эвакуацию «раненого» огнем из стрелкового оружия до преодоления «раненым» границы обозначенного участка с последующим скрытым перемещением по участку эвакуации раненого с поля боя.

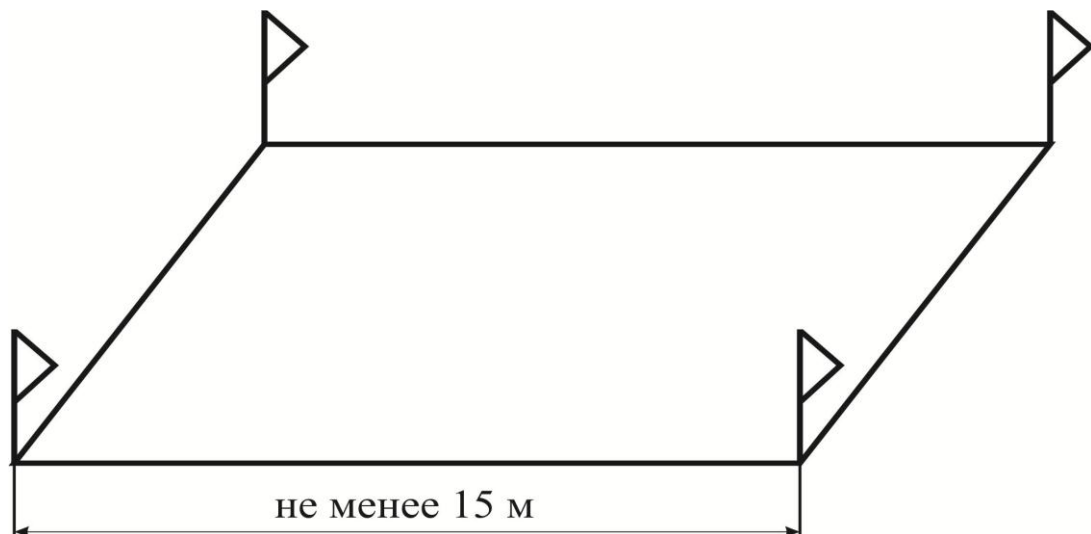


Рис. 14. Препятствие «Участок эвакуации раненого с поля боя»

14. Сухое русло реки

Препятствие преодолевается по одному участнику из состава «боевой тройки». Удерживая оружие в руке, участнику необходимо прыжками, наступая на пни, пройти сухое русло реки (рис. 15). Наступать на каждый пенек не обязательно.



Рис. 15. Порядок преодоления препятствия «Сухое русло реки»

15. Проволочная сеть на низких кольях

Препятствие представляет собой колючую проволоку, установленную на кольях на высоте 0,3 м над поверхностью грунта. Расстояние между кольями по фронту 1,5 м. Общая длина препятствия 6 м. Препятствие преодолевается участниками «боевой тройки» по одному, ползком попластунски, удерживая оружие в руке (рис. 16).



Рис. 16. Порядок преодоления препятствия «Проволочная сеть на низких кольях»

16. Проволочная сеть на высоких кольях

Препятствие представляет собой колючую проволоку, установленную на кольях на высоте 1,2 м над поверхностью земли. Расстояние между кольями по фронту 1,5 м. Общая длина препятствия 6 м. Препятствие преодолевается участниками «боевой тройки» по проделанному проходу по одному, пригнувшись и удерживая оружие в руке (рис. 17).



Рис. 17. Порядок преодоления препятствия «Проволочная сеть на высоких кольях»

17. Участок доставки боеприпасов на поле боя

Препятствие представляет собой участок длиной 20 м, обозначенный на местности флажками (рис. 18). Препятствие преодолевается каждым участником из состава «боевой тройки» по одному. Каждому участнику необходимо, удерживая оружие в руке, преодолеть участок (переползти на боку) с патронным ящиком.

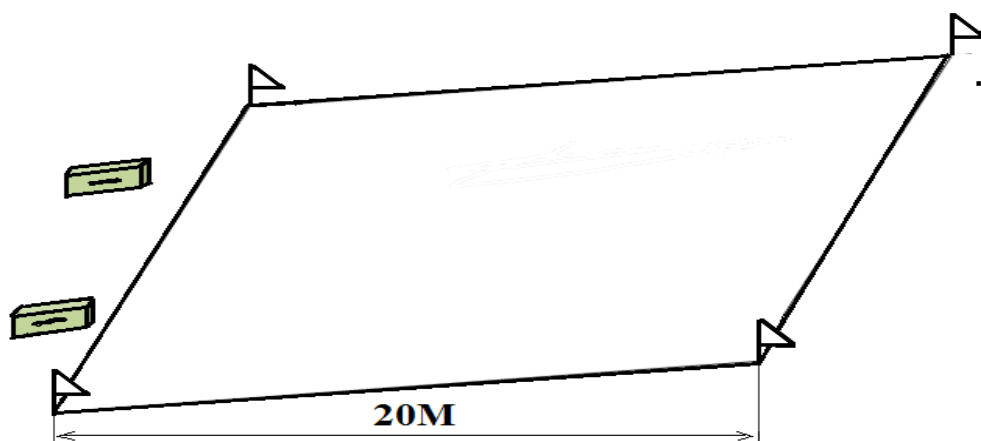


Рис. 18. Препятствие «Участок эвакуации раненого с поля боя»

Особенности выполнения конкурса

Команда прибывает на конкурсное состязание к определенному оргкомитетом времени. Представитель оргкомитета проверяет документы, удостоверяющие личность участников, инструктирует команду, доводит под роспись правила и меры безопасности, отвечает на вопросы по порядку и особенностям проведения конкурсного состязания.

Команде предоставляется время для получения снаряжения, оружия и боеприпасов, экипировки членов команды и снаряжения магазинов. Каждому участнику выдается 30 холостых патронов.

В установленное время участники команды (две «боевые тройки») выстраиваются на исходном рубеже перед линией старта и по сигналу представителя жюри (оргкомитета) занимают на линии старта положение для стрельбы из положения лежа.

По команде представителя жюри (оргкомитета) «ВПЕРЕД!» участники «боевых троек» начинают движение по одному с поочередным преодолением препятствий и имитацией поражения живой силы обнаруженного противника (обстрел мишеней холостыми патронами). При прохождении полосы участники движутся двумя «боевыми тройками» по двум параллельным направлениям. Каждая «боевая тройка» преодолевает полосу самостоятельно.

Для имитации живой силы противника на каждом направлении полосы выставляется 20 мишеней (15 мишеней комбатантов и 5 мишеней некомбатантов). Мишени некомбатантов обозначаются крестом красного цвета в головной части мишени.

Поражение живой силы противника должно осуществляться хотя бы одним участником из «боевой тройки» (каждая мишень комбатанта должна быть обстреляна).

Для каждой команды расположение мишеней на полосе меняется.

Преодоление препятствий и поражение живой силы противника контролируются представителями жюри и/или оргкомитета, которые движутся вдоль полосы за участниками, а также учетчиками конкурсного состязания (представителями оргкомитета), которые выставляются на каждом препятствии и на участке ускоренного передвижения. О фиксации каждого нарушения учетчик конкурсного состязания (представитель оргкомитета) объявляет громко и незамедлительно.

Участники должны преодолеть все препятствия, размещенные на полосе. В случае если участник не смог правильно преодолеть препятствие с первого раза, он преодолевает препятствие повторно. После повторной неудачной попытки преодолеть препятствие участник продолжает выступление.

Общий порядок преодоления препятствий: один участник преодолевает препятствие – двое прикрывают. Подача команды одного из участника «боевой тройки» голосом «ПРИКРЫВАЮ!» или мах рукой в направлении движения (сигнал «ПУТЬ СВОБОДЕН!») разрешает начать движение по препятствию следующему участнику.

Местом окончания преодоления препятствия является рубеж, обозначенный столбами (флажками) белого цвета. Сигнал (команда), разрешающий движение по препятствию следующему участнику «боевой тройки», подается только по достижении рубежа белых столбов (флажков), обозначающих окончание препятствия.

После преодоления участка доставки боеприпасов на поле боя последним участником «боевой тройки» все участники «боевой тройки» выдвигается бегом на линию финиша по дороге, обозначенной справа и слева красными флажками. Дистанция между участниками «боевой тройки» в ходе бега допускается не более 10 м. Линия финиша каждой «боевой тройкой» пересекается самостоятельно. После пересечения линии финиша каждый участник команды занимает положение для стрельбы лежа и докладывает «К БОЮ ГОТОВ!».

Отсчет времени конкурсного состязания начинается с момента подачи представителем жюри(оргкомитета) конкурсного состязания команды «ВПЕРЕД!» и завершается докладом «К БОЮ ГОТОВ!» последнего участника команды, преодолевшего полосу.

Поле финиша команды представители жюри (оргкомитета) на линии финиша проводят проверку оружия и экипировки участников.

Место команды в конкурсе определяется по времени преодоления полосы с учетом штрафных баллов команды. Один штрафной балл увеличивает общее время преодоления полосы (время, с учетом штрафных баллов) на 10 секунд. При одинаковом общем времени преодоления полосы

преимущество получает команда, получившая меньшее количество штрафных баллов.

Штрафные баллы присуждаются:

за одновременное движение по препятствию двоих участников из «боевой тройки» – 3 балла;

за каждую необстрелянную мишень комбатанта – 3 балла;

за каждую обстрелянную мишень, имеющую знак некомбатанта – 3 балла;

за преждевременное начало движения участника по препятствию (без команды голосом «ПРИКРЫВАЮ!» или без сигнала «ПУТЬ СВОБОДЕН!» (мах руки в направлении движения) одного из участника «боевой тройки» – 3 балла;

касание участником проволочного заграждения – 3 балла (касание определяется по звуку средств сигнализации);

несоблюдение участниками требований по прикрытие друг друга при преодолении препятствий – 3 балла;

за каждое падение на участке малозаметных препятствий – 3 балла;

за каждое непопадание в цель гранатой – 5 баллов (цель считается пораженной при срабатывании запала гранаты в обозначенном габарите (мишень № 8) и при прямом попадании (не при отскоке от земли) в цель (мишень № 12));

за каждое непреодоленное участником препятствие со второй попытки – 5 баллов (за исключением препятствия «Участок эвакуации раненого с поля боя»);

за утрату участниками одного из элементов экипировки (снаряжения) – 5 баллов;

несоблюдение участниками требований звуковой маскировки (крики, шум) при прохождении препятствий – 5 баллов.

сползание «раненого» участника на землю при его эвакуации – 5 баллов;

оказание участнику, осуществляющим эвакуацию «раненого», помощи «раненым» участником «боевой тройки» – 10 баллов;

за нарушение правил и мер безопасности (самопроизвольный выстрел из оружия при преодолении препятствия из-за постановки его на предохранитель, ведение огня в направлении одного из участников своей «боевой тройки») – 10 баллов;

за наличие грязи в дульном тормозе-компенсаторе, канале ствола или ударно-спусковом механизме автомата, выявленное при проверке оружия на линии финиша – 10 баллов;

за некорректное поведение участника с учетчиками (представителями оргкомитета) или с представителями жюри конкурса – 10 баллов.

В случае схода с дистанции одного из участников состязаний (получение травмы, отказ участника преодолевать полосу), оставшиеся участники «боевой тройки» продолжают преодолевать полосу, но общее время команды при этом увеличивается на 5 минут.

На линии финиша руководителю команды (помощнику руководителя команды) доводится под роспись результат команды в сводной ведомости.

Приложение 2

КОНКУРС «ХИМЗАЩИТА»

В конкурсе участвует все члены команды. Конкурс проводится сразу после конкурса «Тяжело в учении – легко в бою». Снаряжение участников на исходном рубеже: средства индивидуальной бронезащиты (шлем кевларовый, бронежилет); сумка для переноски магазинов; малая саперная лопата.

Участникам предстоит надеть средства индивидуальной защиты (СИЗ) (общевойсковой защитный комплект и противогаз) и преодолеть зараженный участок местности протяженностью 400 м (рис. 19).

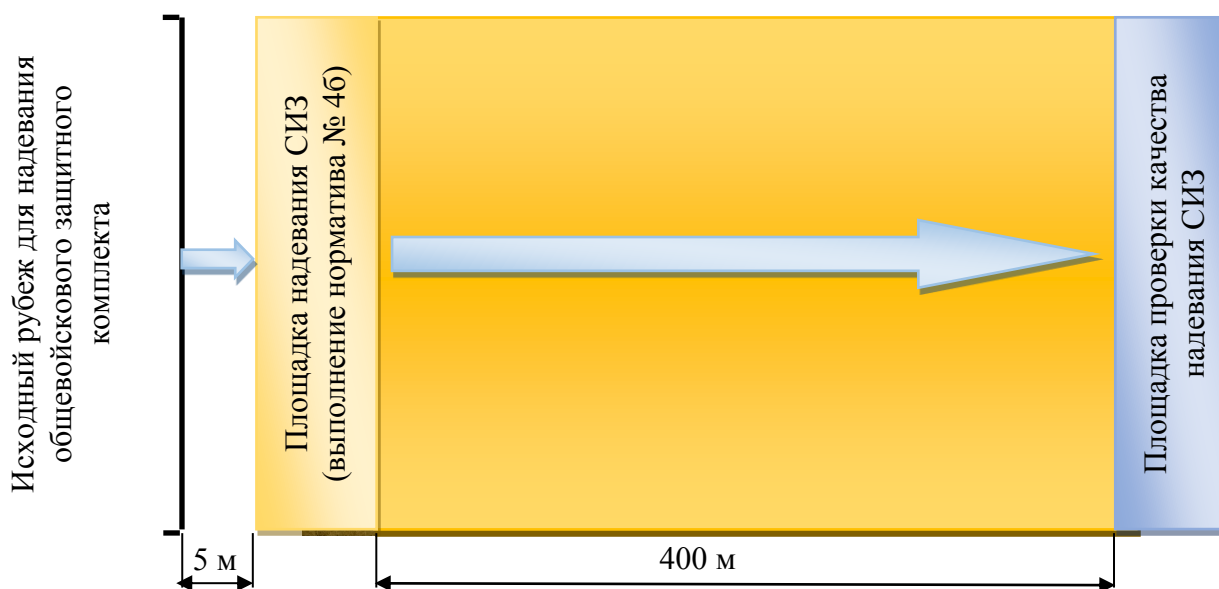


Рис. 19. Общая схема места выполнения конкурса «Химзащита»

Средства индивидуальной защиты кожи (общевойсковые защитные комплекты) команды размещаются на площадке для надевания СИЗ (на «Старте»). Участники команды строятся на площадке в одну шеренгу напротив СИЗ.

Старший группы жюри подает команду «ЗАЩИТНЫЙ КОМПЛЕКТ НАДЕТЬ, ГАЗЫ!» и включает секундомер. Участники приступают к надеванию общевойскового защитного комплекта:

кладут оружие;

снимают снаряжение;

надевают чулки, завязывают тесьму чулок развязывающейся петлей за шлейку брюк (каждую тесьму отдельно) и застегивают хлястики (рис. 20);

надевают плащ, продевают в две рамки (находятся на задней нижней стенке полы плаща) держатели плаща и закрепляют их в рамках держателей плаща;

застегивают шпальки, и три шпальки вставленных в обозначенные белыми кругами отверстия, фиксируют тремя закрепами;
 надевают снаряжение;
 надевают противогаз;
 надевают перчатки;
 берут оружие.

После этого участники строятся в одну шеренгу и принимают положение «Смирно». Секундомер останавливается по надеванию общевойскового защитного комплекта последним участником команды. Результат надевания СИЗ объявляется участникам команды и записывается в сводную ведомость.

Представитель жюри (оргкомитета) проверяет правильность надевания общевойскового защитного комплекта и фиксирует ошибки в ведомости. После этого представитель группы жюри (оргкомитета) подает команду на преодоление зараженного участка местности длиной 400 м «ЗАРАЖЕННЫЙ УЧАСТОК МЕСТНОСТИ ПРЕОДОЛЕТЬ!» и включает секундомер.



Рис. 20. Общий порядок выполнения заданий конкурса «Химзащита».

После того, как последний участник команды пересечет финишную линию, представитель жюри (оргкомитета) останавливает секундомер, объявляет участникам команды результат (время преодоления зараженного участка местности) и записывает его в сводную ведомость.

Участники строятся в одну шеренгу и принимают положение «Смирно». Представитель жюри (оргкомитета) приступает к проверке состояния СИЗ (см. рис. 20). О каждой зафиксированной ошибке представитель жюри (оргкомитета) объявляет участнику конкурса.

За ошибки, допущенные в надевании СИЗ и преодолении зараженного участка местности, конкурсантам начисляются штрафные баллы. За каждый штрафной балл добавляется 10 секунд к общему времени команды. Время надевания общевойскового защитного комплекта и преодоления зараженного участка местности суммируется.

Один штрафной балл начисляется за следующие ошибки (недостатки):
 растягнута противогазная сумка при построении на «Старте»;
 не застегнуты крепления бронежилета;
 шлем-маска (маска) противогаза надета с незначительным перекосом;
 чулки надеты не на те ноги (перепутан правый и левый чулок);
 за каждую не подвязанную тесьму чулок;
 за каждый не застегнутый шпенец на чулке или плаще;
 не продеты держатели плаща в рамки плаща;
 концы держателей плаща не закреплены в рамках держателей;
 за каждый не зафиксированный специальной закрежкой шпенец;
 за каждую не заправленную под манжет рукава перчатку;
 за каждую петлю рукава плаща, не одетую на большой палец;
 виден головной убор или кевларовый (стальной) шлем из-под капюшона плаща;

на исходном рубеже остались элементы обмундирования и снаряжения (головной убор, противогазная сумка, чехол из-под плаща или чулок, ремень и т.д.);

во время преодоления зараженного участка местности были потеряны элементы обмундирования и снаряжения (головной убор, противогазная сумка, чехол из-под плаща и чулок, ремень и т.д.).

Три штрафных балла начисляется за следующие ошибки (недостатки):
 шлем-маска (маска) противогаза надета с таким перекосом, что идет подсос воздуха, минуя фильтрующе-поглощающую коробку;

фильтрующе-поглощающая коробка не затянута и без усилий откручивается рукой;

во время надевания была порвана лицевая часть противогаза или ее крепление, или хотя бы один элемент средств индивидуальной защиты кожи;

не застегнут ремень на кевларовом (стальном) шлеме;

неправильно надет плащ в виде комбинезона;

снаряжение не надето поверх плаща;

забыто оружие на исходном рубеже или утеряно в ходе преодоления зараженного участка местности;

за каждое падение участника команды в ходе преодоления зараженного участка местности;

за каждый чулок, сползший с ноги, в ходе преодоления зараженного

участка местности.

Если в ходе преодоления зараженного участка местности участник заправляется и устраняет ошибки некачественного надевания СИЗ, а также если после преодоления зараженного участка местности участник не принял положение «Смирно», ходит, заправляется или устраняет ошибки некачественного надевания СИЗ, то участнику начисляется 3 штрафных балла. За некорректное поведение участника с учетчиками (представителями оргкомитета) или с представителями жюри конкурса команде начисляется 5 штрафных баллов.

Проверив всех участников, и записав результат, представитель группы жюри (оргкомитета) дает команду на снятие средств индивидуальной защиты.

На линии финиша руководителю команды (помощнику руководителя команды) доводится под роспись результат команды в сводной ведомости.

Приложение 3

КОНКУРС «ОРИЕНТИРОВАНИЕ»

Участие в конкурсном состязании принимает команда в составе 3-х участников, определяемых жеребьевкой. Продолжительность конкурса – 2 часа. Конкурсные состязания проводятся на полузакрытой местности, представляющей собой сосновый и смешанный лес со слабой дорожно-тропиночной сетью, низинными болотами, мелкими озерами. Проходимость леса - от хорошей до плохой.

Результатом выступления команды является сумма баллов, присуждаемая за отметки на контрольных пунктах, и затраченное время. За каждую лишнюю или неполную минуту опоздания после установленного контрольного времени (2 часа) отнимается один штрафной балл от суммы баллов команды. В случае финиша команды после 2 часов 30 минут, набранные командой баллы аннулируются.

При равных значениях суммы баллов преимущество отдается команде, затратившей меньшее время на выполнение конкурсного состязания.

Участникам выдается карта-схема формата А4 с впечатанным в нее маршрутом. Место выдачи карт – стартовая поляна. Легенды (описания) контрольного пункта (КП) выдаются одновременно с картой не ранее чем за 2 часа до старта.

На местности могут быть не видны отдельные исчезающие тропинки и тропы, не влияющие на правильность постановки самих КП и их однозначного определения на местности, но оказывающие влияние на движение по коротким перегонам.

На местности КП представляют собой красно-белые матерчатые призмы стандартного размера с закрепленной рядом станцией электронной отметки SFR на дереве (опоре), ближайшем (ближайшей) к заданной точке на высоте до 1,7 метра. Постановка КП летняя (на дереве, без перемета). Отметка на всех КП – контактная.

При проведении конкурсных состязаний применяется электронная система отметки SportIdent и каждому участнику выдается SI чип.

Для предотвращения возможного разделения членов команды и контроля прохождения всех КП каждым участником команды чипы у участников закрепляются на запястье специальным контрольным браслетом. Непреднамеренный разрыв браслета маловероятен, но рекомендуется предохранять контрольный браслет от случайных повреждений.

Контрольный браслет выдается каждому участнику. Участники сами закрепляют чип контрольным браслетом. Для этого нужно продеть браслет в обе прорези на чипе, обернуть браслет вокруг запястья правой (или левой) руки, подобрать удобное положение браслета, исключающее его снятие с руки. Дополнительное обматывание и укрепление браслета скотчем, изолентой, пластырем запрещается. Представителями жюри (оргкомитета) в стартовой зоне проверяется правильность закрепления участниками чипа контрольным браслетом, а после финиша – целостность контрольного браслета (на финише все участники команды должны произвести отметку в финишной станции, пройти контроль целостности браслета и считку чипа).

Так как количество отметок в чипах ограничено, то участники отмечают на каждом КП только один раз, иначе памяти чипа для хранения отметок не хватит. Повторяющийся звуковой сигнал при поднесении чипа к станции повторной отметкой не является, новая отметка записывается в чип, только, если его убрать от станции и поднести снова.

Все участники команды должны отметиться на КП в течение не более 2-х минут, иначе очки за этот КП команде начислены не будут. Участнику, первым прибывшему на КП, рекомендуется подождать отставших участников команды, после чего всем участникам произвести отметку.

За каждым КП осуществляется скрытый видеоконтроль. В случае попытки изменить участниками местоположение КП или замаскировать КП команда дисквалифицируется и ее результат аннулируется.

В случае повреждения контрольного браслета или утери чипа даже одним участником команды вся команда дисквалифицируется и результат команде не засчитывается.

Карта-схема, описание точек контрольных пунктов, номер участника, SI чип, выданный организаторами и закрепленный на запястье контрольным браслетом, магнитный компас, мобильный телефон без выхода в сеть Интернет с введенными номерами организаторов для экстренной связи – обязательное снаряжение.

Участникам рекомендуется иметь одежду и обувь, соответствующую погоде, аптечку с набором перевязочных, дезинфицирующих и обезболивающих средств.

За 30 минут до старта участники начинают проходить в огороженную стартовую зону. При входе в зону представитель жюри (оргкомитета) проверяет у участника наличие обязательного и рекомендованного снаряжения, правильность закрепления чипа контрольным браслетом,

производит проверку чипа с помощью специальной станции. Участники, не прошедшие проверку чипа у представителя жюри (оргкомитета), отмечаются, как не стартовавшие и не участвуют в соревнованиях.

Во время старта ограждение стартовой зоны убирается, и команды уходят в район соревнований.

Временем финиша команды считается время отметки на финишной станции последнего участника команды. Рекомендуется заранее, до старта ознакомиться с расположением контрольной станции на финише. Чипы после считывания возвращаются представителю жюри (оргкомитета).

В случае, когда участнику команды требуется медицинская помощь, обнаружено неработающее, поврежденное, либо уничтоженное оборудование контрольных пунктов и в других экстренных случаях участникам необходимо немедленно звонить по телефонам экстренной связи.

Пункт медицинской помощи развернут на стартовой поляне. В случае получения травмы участником команды другие участники команды, а также при необходимости участники других команд обязаны сделать все возможное для скорейшей транспортировки пострадавшего в пункт медицинской помощи.

Участникам запрещается:

- использовать навигационные приборы, сотовые телефоны (смартфоны) и другие приборы, позволяющие определять местоположение;
- скрывать свой номер от судей и других участников конкурса;
- передвигаться по возделанным сельскохозяйственным угодьям, как частным, так и государственным;
- передвигаться на личном транспорте;
- ломать (наносить ущерб) государственной и частной собственности;
- использовать для передвижения иные карты, кроме тех, которые выданы оргкомитетом Олимпиады;
- нарушать целостность контрольного браслета;
- стартовать без прохождения предстартовой проверки;
- изменять местоположение КП.

В случае обнаружения указанных действий, участник или команда будут дисквалифицированы.

Приложение 4

КОНКУРС «МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО»

Цель конкурса: проверить и оценить уровень знаний норм международного гуманитарного права, правовых основ и особенностей статуса участников вооруженных конфликтов.

В конкурсе принимают участие все участники команды.

В тестовые вопросы включаются положения из следующих документов:

1. Конвенция об улучшении участи раненых и больных в действующих армиях (первая Женевская конвенция).

2. Конвенция об улучшении участи раненых, больных и лиц, потерпевших кораблекрушение, из состава вооруженных сил на море (вторая Женевская конвенция).

3. Женевская конвенция об обращении с военнопленными (третья Женевская конвенция) (Женева, 12 августа 1949 г.).

4. Женевская конвенция о защите гражданского населения во время войны (четвертая Женевская конвенция) (Женева, 12 августа 1949 г.).

5. Дополнительный протокол к Женевским конвенциям от 12 августа 1949 г., касающийся защиты жертв международных вооруженных конфликтов (Протокол I) (Женева, 8 июня 1977 г.).

6. Дополнительный протокол к Женевским конвенциям от 12 августа 1949 г., касающийся защиты жертв международных вооруженных конфликтов (Протокол II) (Женева, 8 июня 1977 г.).

7. Дополнительный протокол к Женевским конвенциям от 12 августа 1949 г., касающийся принятия дополнительной отличительной эмблемы (Протокол III) (Женева, 8 декабря 2005 г.).

8. 1-я Гаагская конференция 1899 г.: о мирном решении международных столкновений; о законах и обычаях сухопутной войны.

9. 2-я Гаагская конференция 1907 г.: о мирном решении международных столкновений; об открытии военных действий; о законах и обычаях сухопутной войны; о правах и обязанностях нейтральных держав и лиц в случае сухопутной войны; о правах и обязанностях нейтральных держав в случае войны.

10. Гаагская конвенция о защите культурных ценностей в случае вооруженного конфликта 1954 г.

Особенности проведения конкурса:

время на выполнение задания – 20 минут;

участники Олимпиады распределяются по потокам и в установленное время под руководством представителя оргкомитета занимают места в назначенных аудиториях. В каждой аудитории присутствуют член жюри Олимпиады – старший потока, представитель оргкомитета и представители рабочей группы жюри;

представитель оргкомитета доводит порядок проведения конкурса, выдает титульные листы и листы-вкладыши с заданиями (бланки тестов). Задания выполняются только на листах-вкладышах (бланках тестов);

каждый участник самостоятельно заполняет титульный лист;

представитель оргкомитета объявляет и записывает на доске время начала работы;

по истечении времени, отведенного на выполнение задания, все участники прекращают работу и самостоятельно сдают титульные листы, листы-вкладыши (бланки тестов) и задания представителю оргкомитета (жюри). В случае досрочного выполнения задания, конкурсант сразу сообщает об этом представителю оргкомитета (члену жюри) и установленным порядком сдает указанные документы;

при этом, представитель оргкомитета (жюри) записывает на титульном листе время, затраченное каждым конкурсантом на выполнение задания (с точностью до секунды);

по окончании конкурса собранные работы участников передаются секретарю оргкомитета.

Секретарь оргкомитета проставляет на титульном листе и листе-вкладыше (бланке тестов) каждого конкурсанта условный шифр. Зашифрованные титульные листы остаются в оргкомитете, а листы-вкладыши (бланки тестов) передаются председателю жюри для проверки. Непосредственно перед началом проверки конкурсных работ председатель жюри передает перечень правильных ответов (ключи тестов) членам жюри.

Каждая работа проверяется независимо двумя членами жюри. Общее количество баллов за конкурс проставляется на листе-вкладыше (бланке тестов) и заверяется подписью каждого члена жюри, проводившего проверку. Проверенные работы передаются секретарю оргкомитета для дешифровки и заполнения протокола результатов конкурсного состязания.

При начислении баллов учитывается правильность ответов. За каждый правильный ответ участнику начисляется 1 балл. При равном количестве набранных баллов преимущество получает конкурсант, затративший на выполнение задания меньшее время. При равных результатах набранных баллов и времени, затраченного на выполнение задания, конкурсантам присуждается одинаковые места. Количество мест равно количеству участников.

Места команд определяются путем суммирования результатов мест, занятых каждым членом команды в общем рейтинге результатов данного вида состязания. Преимущество имеет команда, набравшая меньшую сумму баллов мест вида состязания. При равных значениях указанных сумм мест среди команд, преимущество отдается команде, затратившей на выполнение задания меньшее время (складывается время каждого участника команды).

Участнику конкурса не засчитываются результаты ответов в задании с исправлениями или двояким их толкованием (баллы начисляются за четко прописанные ответы).

Приложение 5

КОНКУРС «МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА»

В конкурсе принимают участие все участники команды.

Тестовое задание содержит 20 вопросов из следующих разделов медицинской подготовки:

- средства медицинской защиты;
- санитарно-гигиенические, профилактические мероприятия;
- организация розыска, сбора, эвакуации раненых и оказания им первой помощи на поле боя;
- оказание первой помощи при ранениях;

оказание первой помощи при травмах;
 оказание первой помощи при кровотечениях;
 оказание первой помощи при термических поражениях;
 оказание первой помощи при терминальных состояниях;
 оказание первой помощи при неотложных состояниях и поражениях
 ОМП.

Особенности проведения конкурса:

время на выполнение задания – 20 минут;

участники Олимпиады распределяются по потокам и в установленное время под руководством представителя оргкомитета занимают места в назначенных аудиториях. В каждой аудитории присутствуют член жюри Олимпиады – старший потока, представитель оргкомитета и представители рабочей группы жюри;

представитель оргкомитета доводит порядок проведения конкурса, выдает титульные листы и листы-вкладыши с заданиями (бланки тестов). Задания выполняются только на листах-вкладышах (бланках тестов);

каждый участник самостоятельно заполняет титульный лист;

представитель оргкомитета объявляет и записывает на доске время начала работы;

по истечении времени, отведенного на выполнение задания, все участники прекращают работу и самостоятельно сдают титульные листы, листы-вкладыши (бланки тестов) и задания представителю оргкомитета (жюри). В случае досрочного выполнения задания, конкурсант сразу сообщает об этом представителю оргкомитета (члену жюри) и установленным порядком сдает указанные документы;

при этом, представитель оргкомитета (жюри) записывает на титульном листе время, затраченное каждым конкурсантом на выполнение задания (с точностью до секунды);

по окончании конкурса собранные работы участников передаются секретарю оргкомитета.

Секретарь оргкомитета проставляет на титульном листе и листе-вкладыше (бланке тестов) каждого конкурсанта условный шифр. Зашифрованные титульные листы остаются в оргкомитете, а листы-вкладыши (бланки тестов) передаются председателю жюри для проверки. Непосредственно перед началом проверки конкурсных работ председатель жюри передает перечень правильных ответов (ключи тестов) членам жюри.

Каждая работа проверяется независимо двумя членами жюри. Общее количество баллов за конкурс проставляется на листе-вкладыше (бланке тестов) и заверяется подписью каждого члена жюри, проводившего проверку. Проверенные работы передаются секретарю оргкомитета для дешифровки и заполнения протокола результатов конкурсного состязания.

При начислении баллов учитывается правильность ответов. За каждый правильный ответ участнику начисляется 1 балл. При равном количестве набранных баллов преимущество получает конкурсант, затративший

на выполнение задания меньшее время. При равных результатах набранных баллов и времени, затраченного на выполнение задания, конкурсантам присуждаются одинаковые места. Количество мест равно количеству участников.

Места команд определяются путем суммирования результатов мест, занятых каждым членом команды в общем рейтинге результатов данного вида состязания. Преимущество имеет команда, набравшая меньшую сумму баллов мест вида состязания. При равных значениях указанных сумм мест среди команд, преимущество отдается команде, затратившей на выполнение задания меньшее время (складывается время каждого участника команды).

Участнику конкурса не засчитываются результаты ответов в задании с исправлениями или двояким их толкованием (баллы начисляются за четко прописанные ответы).

Приложение 6

КОНКУРС «ОГНЕВОЕ ПОРАЖЕНИЕ»

Цель конкурса: проверить и оценить практические навыки участников в точности стрельбы из автомата АК-74 из различных положений с места.

Участие в конкурсном состязании принимает команда в составе 3-х участников, определяемых жеребьевкой.

Дальность до цели (ростовая фигура (мишень № 8), по одной на участника) – 100 метров. Цель устанавливается до начала выполнения конкурса и должна быть видна участнику до и во время выполнения конкурса.

Количество боеприпасов– 30 шт. (у каждого участника 3 магазина по 10 патронов).

Положение для стрельбы:

лежа (без использования упора);

с колена;

стоя с руки с использованием ремня.

Для выполнения стрельбы из каждого положения используется 10 патронов (1 магазин). Стрельба ведется короткими очередями. Стрельба выполняется участниками в средствах индивидуальной бронезащиты (шлем кевларовый, бронежилет).

Для участников финального (международного) этапа Олимпиады до начала конкурса для проверки боя оружия предоставляется пробная серия из трех выстрелов. Пробная серия выполняется одиночным огнем по грудной мишени № 4 (расстояние до мишени 100 метров).

Конкурсные состязания проводятся на участке войскового стрельбища.

Участники команды размещаются на исходном рубеже. По команде «К БОЮ!» стреляющие выдвигаются на рубеж открытия огня, занимают места для стрельбы (огневые позиции) и изготавливаются к стрельбе из положения лежа без использования упора, заряжают оружие и ставят его на предохранитель. По команде «ОГОНЬ!» участники снимают оружие

с предохранителя и самостоятельно открывают огонь короткими очередями по своим мишеням. Израсходовав боеприпасы для стрельбы из положения лежа (без использования упора), ставят оружие на предохранитель, отсоединяют первый магазин и убирают его в сумку для магазинов, достают второй магазин, примыкают его к оружию, досылают патрон в патронник и ставят оружие на предохранитель, после чего изготавливаются для стрельбы с колена и самостоятельно (без дополнительной команды) выполняют стрельбу. Израсходовав боеприпасы для стрельбы с колена, ставят оружие на предохранитель, отсоединяют второй магазин и убирают его в сумку для магазинов, примыкают к оружию третий магазин, досылают патрон в патронник и ставят оружие на предохранитель, после чего изготавливаются для стрельбы из положения стоя с руки с использованием ремня и самостоятельно (без дополнительной команды) выполняют стрельбу.

Общее время выполнения конкурса – 2 минуты. Время выполнения конкурса (стрельбы) фиксируется от момента подачи команды «К БОЮ!». Стрельба прекращается по команде «ПРЕКРАТИТЬ ОГОНЬ!» в том числе и в целях соблюдения мер и правил безопасности.

При выполнении конкурса учитывается количество баллов, набранных участниками с учетом штрафных баллов. За каждую пробоину в мишени начисляется один балл. Количество баллов, набранных каждым участником конкурса по результатам стрельбы из трех положений, суммируется.

При выполнении конкурсного состязания участнику начисляются штрафные баллы:

- за стрельбу одиночными выстрелами (за каждый одиночный выстрел, кроме последнего выстрела в серии) – 5 баллов;

- за нарушение требований безопасности при окончании стрельбы, замену магазина и смену положения для стрельбы при нахождении оружия не на предохранителе – 5 баллов;

- за некорректное поведение участника с представителями оргкомитета (жюри) конкурса – 5 баллов;

- за стрельбу из любого положения бóльшим количеством боеприпасов, чем определено условиями упражнения (более 10 патронов) – 10 баллов.

Место участника определяется суммой набранных баллов с учетом штрафных. При равенстве у участников сумм баллов с учетом штрафных им присуждается одинаковое место. Количество мест равно количеству участников.

Места команд определяются путем суммирования мест, занятых каждым членом команды в общем рейтинге индивидуальных результатов конкурса. Преимущество имеет команда, набравшая меньшую сумму мест ее участников. При равных значениях указанных сумм преимущество отдается команде, имеющей большее суммарное количество баллов с учетом штрафных.

КОНКУРС «ДУЭЛЬ»

Цель конкурса: проверить и оценить практические навыки участников в меткости стрельбы из автомата АК-74, выборе целей и переносе огня.

Участие в конкурсном состязании принимает команда в составе 3-х участников, определяемых жеребьевкой. Участники команды выполняют стрельбу потрем мишеням № 6 (грудная фигура), № 8 (ростовая фигура) и № 10 (ручной пулемет) одновременно. Мишени устанавливаются до начала выполнения состязания и не должны быть видны участникам команды до начала конкурса. Мишени показываются по команде «К БОЮ!» (все три мишени для каждой команды появляются одновременно). Участники должны поразить мишени за минимальное время, минимальным количеством боеприпасов. Порядок поражения целей определяется командой самостоятельно.

Дальность до цели – 100 метров. Количество боеприпасов – 5 патронов у каждого участника команды. Положение для стрельбы – лежа (без использования упора). Стрельба выполняется участниками в средствах индивидуальной бронезащиты (шлем кевларовый, бронежилет).

Для участников финального (международного) этапа Олимпиады до начала конкурса для проверки боя оружия предоставляется пробная серия из трех выстрелов. Пробная серия выполняется одиночным огнем по грудной мишени №4 (расстояние до мишени – 100 метров).

Конкурсные состязания проводятся на участке войскового стрельбища. Участники находятся на исходном рубеже. По команде «К БОЮ!» участники выдвигаются на рубеж открытия огня, занимают места для стрельбы (огневые позиции), изготавливаются к стрельбе из положения для стрельбы «лежа» (без использования упора) и при обнаружении целей самостоятельно открывают по ним огонь короткими очередями. Время выполнения конкурса фиксируется от момента подачи команды «К БОЮ» до поражения всех трех мишеней или до израсходования участниками команды всех боеприпасов.

В целях соблюдения мер и правил безопасности участники обязаны прекратить стрельбу по команде «ПРЕКРАТИТЬ ОГОНЬ!».

Места команд распределяются по времени, затраченному участниками команды на поражение 3 мишеней, или до израсходования всех боеприпасов, с учетом штрафного времени.

Каждый неизрасходованный патрон уменьшает время, затраченное командой на стрельбу, на 1 секунду.

При выполнении конкурсного состязания участнику (команде) начисляется штрафное время:

за стрельбу до выхода на рубеж открытия огня – 20 сек.;

за каждую непораженную мишень – 30 сек.;

за стрельбу после команды «ПРЕКРАТИТЬ ОГОНЬ!» в целях соблюдения мер и правил безопасности – 30 сек.;

за стрельбу за пределы опасных направлений – 30 сек.;
за стрельбу одиночным огнем (за исключением последнего выстрела) – 30 сек.;

за некорректное поведение участника с представителями оргкомитета (жюри) конкурса – 30 сек.

При равных результатах выполнения конкурсного состязания, командам присуждаются одинаковые места. Количество мест равно количеству команд участников.

Приложение 8

КОНКУРС «СТРЕЛОК»

Цель конкурса: проверить и оценить практические навыки участников конкурсного состязания в меткости стрельбы из пистолета Макарова (ПМ).

Участие в конкурсном состязании принимает команда в составе 3-х участников, определяемых жеребьевкой. Конкурс выполняется на участке войскового стрельбища.

Дальность до мишени (грудная фигура с кругами (мишень № 4) на щите 0,75×0,75 м, на высоте уровня глаз) – 25 метров.

Положение для стрельбы – стоя с руки.

Количество мишеней – 5 шт. на каждого участника. Мишени устанавливаются до начала выполнения конкурсного состязания и должны быть видны участнику до и во время выполнения конкурсного состязания.

Количество патронов – 18 шт. (для первой серии (пробных) – 3 шт., для второй – 5 шт., для третьей – 5 шт., для четвертой – 5 шт.).

Конкурс выполняется участниками в средствах индивидуальной бронезащиты (шлем кевларовый, бронежилет).

Время на стрельбу в первой серии (пробной) – 20 сек., во второй – 12 сек., в третьей – 10 сек., в четвертой – 8 сек. Временной промежуток между сериями (начиная со второй) – 10 сек.

За установленное время участник должен поразить пятью выстрелами пять мишеней (выполнить по одному выстрелу в каждую мишень) в каждой серии в любой последовательности. Первая серия (три выстрела) – пробная. Зачет идет по второй, третьей и четвертой сериям выстрелов (три раза по пять выстрелов).

По команде руководителя «ОГОНЬ!», участники производят три пробных выстрела по любой своей мишени. Прекращается стрельба по команде «ПРЕКРАТИТЬ ОГОНЬ!» (через 20 сек.).

После ознакомления с результатами пробной серии участники выполняют стрельбу второй, третьей и четвертой серий. Стрельба в каждой серии начинается по команде «ОГОНЬ!» и прекращается по команде «ПРЕКРАТИТЬ ОГОНЬ!» (через 12, 10 и 8 сек. в зависимости от серии, или по команде «ПРЕКРАТИТЬ ОГОНЬ!» в целях соблюдения мер и правил безопасности).

Осмотр мишени производится два раза (по окончании первой (пробной) и четвертой серий выстрелов). За каждое набранное очко начисляется 1 балл. При выполнении конкурсного состязания учитывается общее количество баллов, набранное участником во второй, третьей и четвертой сериях, с учетом штрафных баллов. Штрафные баллы начисляются:

за стрельбу за пределы опасных направлений – 5 баллов;

за некорректное поведение участника с представителями оргкомитета (жюри) конкурса – 5 баллов;

за стрельбу после команды «ПРЕКРАТИТЬ ОГОНЬ!» – 10 баллов за каждую секунду после команды.

При равенстве у участников сумм баллов с учетом штрафных, им присуждается одинаковое место. Количество мест равно количеству участников.

Места команд определяются путем суммирования мест, занятых каждым членом команды в общем рейтинге индивидуальных результатов конкурса. Преимущество имеет команда, набравшая меньшую сумму мест ее участниками. При равных значениях указанных сумм мест преимущество отдается команде, имеющей большее суммарное количество баллов с учетом штрафных.

Приложение 9

КОНКУРС «ОРУЖЕЙНИК»

Цель конкурса: проверить и оценить уровень теоретических знаний участников по огневой подготовке, по основам и правилам стрельбы из автомата и пистолета, по знанию тактико-технических характеристик, общего устройства, правил проверки боя и приведения стрелкового оружия к нормальному бою.

В конкурсе принимают участие все участники команды.

Конкурс состоит из решения тестового задания по основам и правилам стрельбы из стрелкового оружия (автомата и пистолета), по знанию тактико-технических характеристик, общего устройства, правил проверки боя и приведения автомата и пистолета к нормальному бою.

Тестовое задание содержит 20 вопросов из следующих разделов:

устройство вооружения;

основы и правила стрельбы;

тактико-технические характеристики стрелкового оружия, используемого в конкурсах.

Особенности проведения конкурса:

время на выполнение задания – 20 минут;

участники Олимпиады распределяются по потокам и в установленное время под руководством представителя оргкомитета занимают места в назначенных аудиториях. В каждой аудитории присутствуют член жюри Олимпиады – старший потока, представитель оргкомитета и представители рабочей группы жюри;

представитель оргкомитета доводит порядок проведения конкурса, выдает титульные листы и листы-вкладыши с заданиями (бланки тестов). Задания выполняются только на листах-вкладышах (бланках тестов);

каждый участник самостоятельно заполняет титульный лист;

представитель оргкомитета объявляет и записывает на доске время начала работы;

по истечении времени, отведенного на выполнение задания, все участники прекращают работу и самостоятельно сдают титульные листы, листы-вкладыши (бланки тестов) и задания представителю оргкомитета (жюри). В случае досрочного выполнения задания, конкурсант сразу сообщает об этом представителю оргкомитета (члену жюри) и установленным порядком сдает указанные документы;

при этом, представитель оргкомитета (жюри) записывает на титульном листе время, затраченное каждым конкурсантом на выполнение задания (с точностью до секунды);

по окончании конкурса собранные работы участников передаются секретарю оргкомитета.

Секретарь оргкомитета проставляет на титульном листе и листе-вкладыше (бланке тестов) каждого конкурсанта условный шифр. Зашифрованные титульные листы остаются в оргкомитете, а листы-вкладыши (бланки тестов) передаются председателю жюри для проверки. Непосредственно перед началом проверки конкурсных работ председатель жюри передает перечень правильных ответов (ключи тестов) членам жюри.

Каждая работа проверяется независимо двумя членами жюри. Общее количество баллов за конкурс проставляется на листе-вкладыше (бланке тестов) и заверяется подписью каждого члена жюри, проводившего проверку. Проверенные работы передаются секретарю оргкомитета для дешифровки и заполнения протокола результатов конкурсного состязания.

При начислении баллов учитывается правильность ответов. За каждый правильный ответ участнику начисляется 1 балл. При равном количестве набранных баллов преимущество получает конкурсант, затративший на выполнение задания меньшее время. При равных результатах набранных баллов и времени, затраченного на выполнение задания, конкурсантам присуждается одинаковые места. Количество мест равно количеству участников.

Места команд определяются путем суммирования результатов мест, занятых каждым членом команды в общем рейтинге результатов данного вида состязания. Преимущество имеет команда, набравшая меньшую сумму баллов мест вида состязания. При равных значениях указанных сумм мест среди команд, преимущество отдается команде, затратившей на выполнение задания меньшее время (складывается время каждого участника команды).

Участнику конкурса не засчитываются результаты ответов в задании с исправлениями или двояким их толкованием (баллы начисляются за четко прописанные ответы).

КОНКУРС «ПРЕОДОЛЕНИЕ»

Преодоление 500-метровой международной полосы препятствий выполняют все участники команды. Форма одежды для преодоления препятствий спортивная (куртка (футболка) с длинными рукавами, брюки длиной до голеностопа участника и обувь (кроссовки) без шипов).

Место участника определяется по времени, затраченному на преодоление международной полосы препятствий (результат записывается с точностью до десятых секунды).

На 500-метровой полосе устанавливается 20 препятствий (рис. 21).

1. Веревочная лестница.
2. Двойная балка.
3. Горизонтальные шнуры.
4. Горизонтальная сетка.
5. Брод-пеньки.
6. Шпалера.
7. Балансировочное бревно.
8. Наклонная стена с канатом.
9. Горизонтальные бревна.
10. Ирландский стол.
11. Туннель с двумя горизонтальными бревнами.
12. Разрушенная лестница.
13. Насыпь с ямой.
14. Штурмовая стенка.
15. Яма.
16. Вертикальная лестница.
17. Штурмовая стена.
18. Балансировочное бревно.
19. Лабиринт.
20. Три штурмовые стенки.

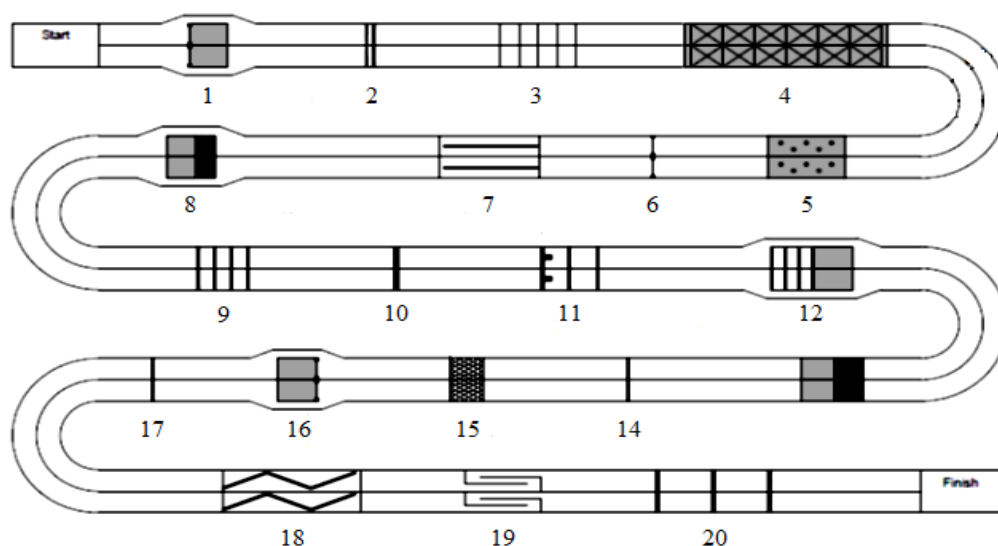


Рис. 21. Общая схема полосы препятствий

Препятствия ставятся на твердой поверхности с интервалом не менее 5 метров друг от друга. Допустимые отклонения от принятых размеров препятствий ± 5 см. Форма полосы препятствий определяется в зависимости от наличия свободного места при отсутствии препятствий на ее закруглениях.

Способы преодоления препятствий строго определены. При нарушении порядка преодоления препятствия или падении (не преодолении), участник должен преодолеть его повторно, в соответствии с описанием условий преодоления данного препятствия.

В случае не преодоления препятствия, в соответствии с требованиями, или пропуске препятствия, участник снимается с дистанции и ему устанавливается итоговое время 6 минут.

За каждое нарушение в виде заступа на дорожку соперника, выхода (заступа) за ограничительную линию своей дорожки к результату участника добавляется 30 секунд.

1. Вербочная лестница

Высота препятствия – 5 м. Ступеней на вербочной лестнице – 11 (расположены равномерно по всей высоте), ширина ступени – 0,5 м. После препятствия оборудуется место для приземления длиной 4 метра (рис. 22).

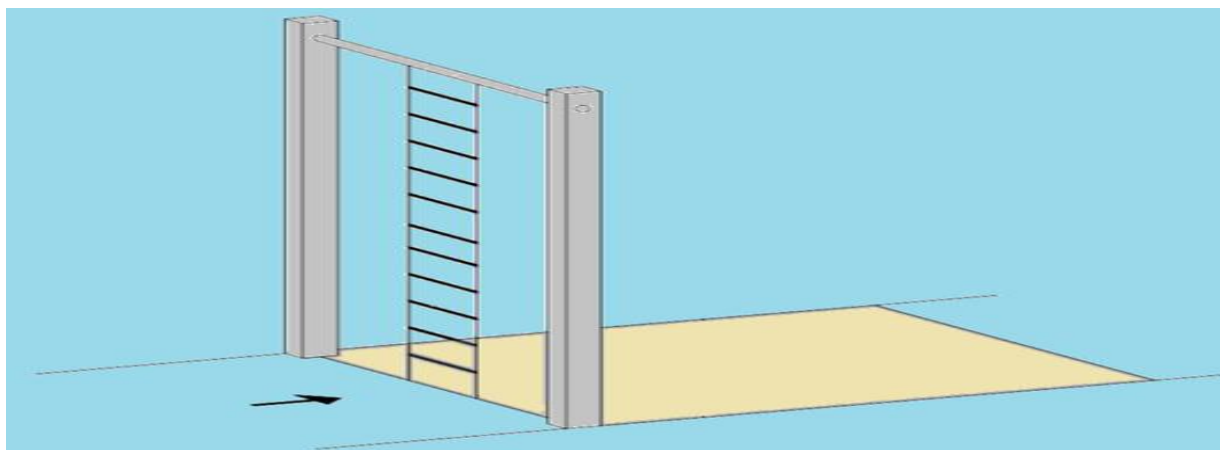


Рис. 22. Веревоочная лестница

Препятствие преодолевается любым способом (рис. 23), с обязательным перелезанием через верхнюю перекладину. Разрешается спрыгивать с препятствия.



Рис. 23. Порядок преодоления препятствия № 1 (веревоочная лестница)

Скорость, приобретенную при стартовом разбеге, необходимо использовать для толчка и быстрого влезания по веревочной лестнице. Чтобы ее преодолеть, необходимо наскочить правой ногой на вторую ступеньку, а руками ухватиться за ступеньку на уровне глаз, затем, выпрямляя правую ногу, подтягивая руками туловище ближе к лестнице и быстро перебирая руками и ногами по ступенькам, подняться на верхнюю поперечную балку так, чтобы правой рукой можно было захватиться за балку, а левой ногой встать на восьмую ступеньку.левой рукой конкурсант должен захватиться снизу за

верхнюю балку так, чтобы при переходе тела верху через балку можно было подстраховать себя от падения вниз.

Выпрямляя левую ногу и вынося вверх согнутую в колене правую ногу, захватиться за верхнюю балку и с опорой грудью о балку и правой рукой на десятую ступень с противоположной стороны препятствия перенести туловище через балку. Отталкиваясь правой рукой о ступеньку, спрыгнуть вниз на землю в стартовое положение лицом в сторону движения.

2. Двойная балка

Высота первой балки – 0,95 м, второй – 1,35 м (рис. 24). Расстояние между балками – 0,65 м. Препятствие преодолевается через верх любым способом (наступая на препятствие с опорой рукой и ногой, с опорой на бедро и т.д.), с обязательным касанием земли между балками (рис. 25).

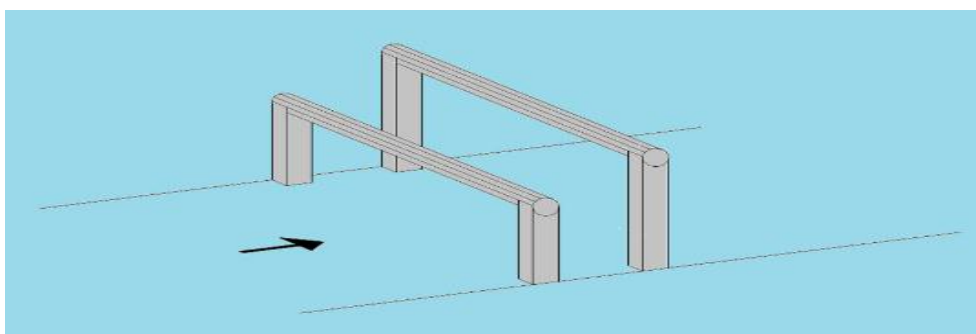


Рис. 24. Двойная балка

Сохраняя скорость бега, наскочить правой ногой на первую балку, перенести левую ногу над балкой и поставить ее на грунт, отталкиваясь левой ногой о грунт, а правой ногой о первую балку и опираясь руками о вторую, преодолеть прыжком вторую балку с опорой правой рукой и левой ногой и безостановочно продолжить движение вперед.



Рис. 25. Порядок преодоления препятствия № 2 (двойная балка)

3. Горизонтальные шнуры

Пять мягких шнуров диаметром 7 мм натягиваются через 2 м друг от друга на высоте 0,55 м (рис. 26). Препятствие преодолевается прыжками с ноги на ногу последовательно через каждый шнур (всего 5 шнуров), при этом туловище наклонено вперед, руки работают в такт движения ног (рис. 27). Касание и порывы шнуров разрешаются.

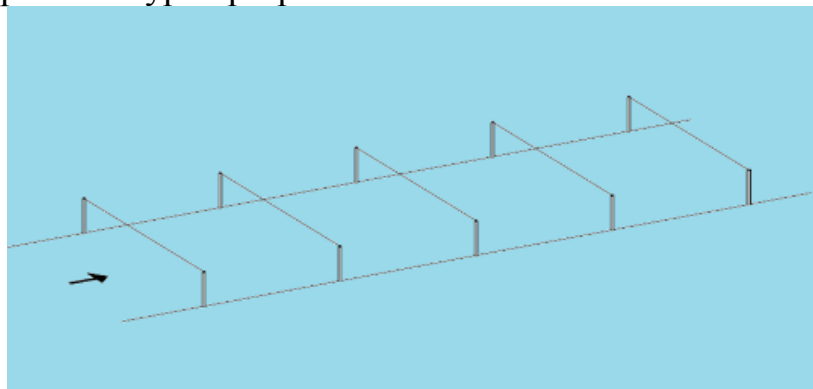


Рис. 26. Горизонтальные шнуры



Рис. 27. Порядок преодоления препятствия № 3 (горизонтальные шнуры)

4. Горизонтальная сетка

Данное препятствие изготавливается из не растягивающегося материала (проволока, трос). Длина сетки – 20 м, а высота – 0,45-0,50 м (рис. 28).

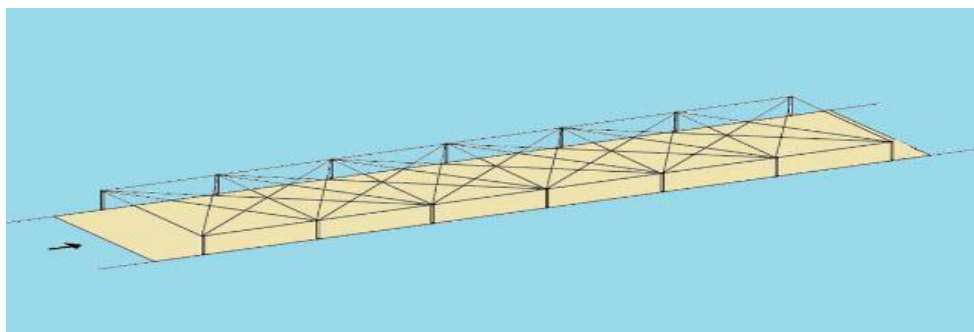


Рис. 28. Горизонтальная сетка

Преодоление препятствия осуществляется проползанием под горизонтальной сеткой (рис. 29). Касание и порывы шнуров разрешаются.



Рис. 29. Порядок преодоления препятствия № 4 (горизонтальная сетка)

5. Брод-пеньки

Длина препятствия (брода) – 8 м. Количество пеньков – 5 шт. Цилиндрические пеньки диаметром 0,15-0,20 м изготавливаются из металла или дерева и устанавливаются друг от друга на расстоянии 1,33 м на высоте 0,15-0,20 м (рис. 30).

Препятствие преодолевается прыжками, наступая на пеньки (рис. 31). Запрещается касаться земли между пеньками и линиями, определяющими границы препятствия. Наступание на все пеньки необязательно. Запрещается касаться земли между пеньками и двумя чертами, обозначающими брод. Использование всех пеньков необязательно. Приземляться необходимо за черту брода, после чего начать энергичный бег к следующему препятствию.

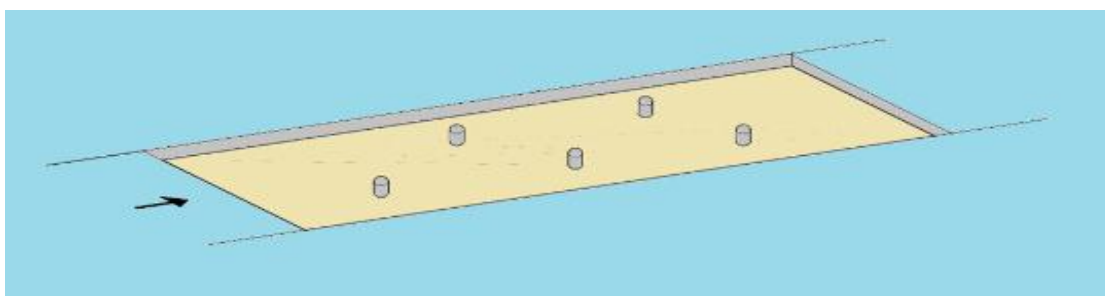


Рис. 30. Брод-пеньки

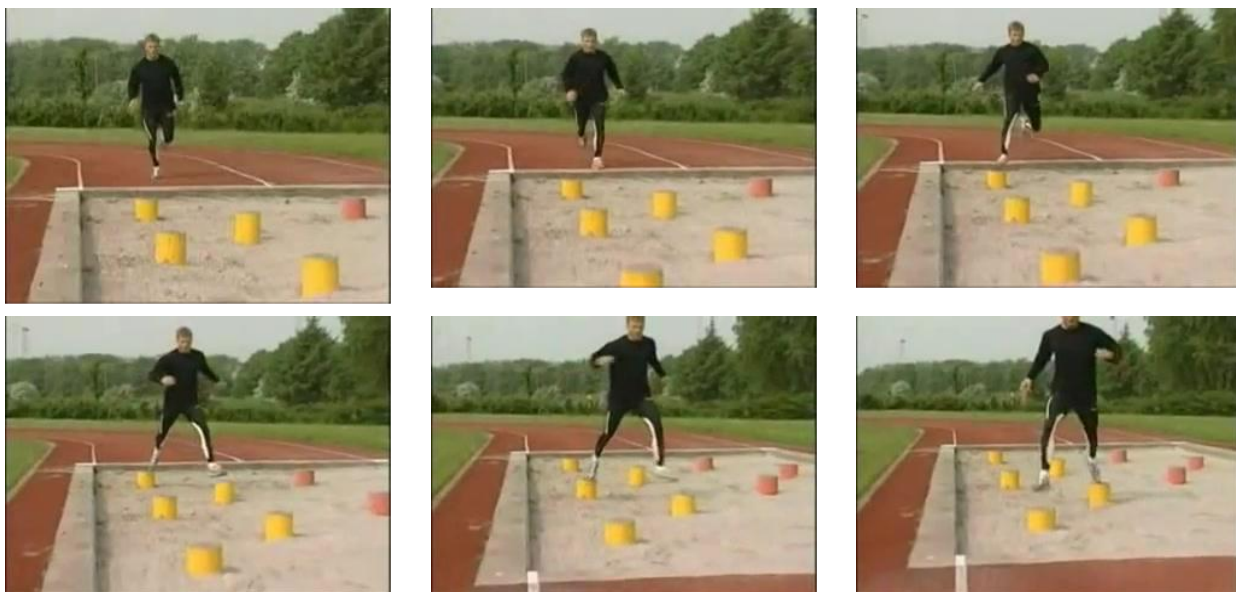


Рис. 31. Порядок преодоления препятствия № 5 (брод-пеньки)

6. Шпалера

Представляет собой высотное препятствие с тремя горизонтальными поперечинами. Высота верхней поперечины – 2,2 м и средней – 1,5 м, нижней – 0,7 м (рис. 32).

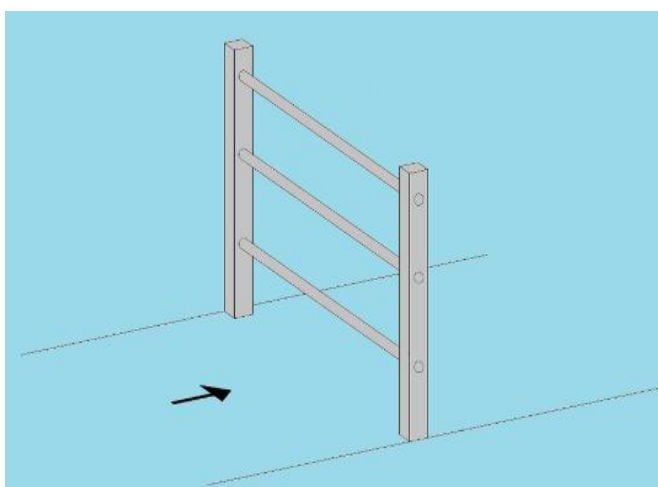


Рис. 32. Шпалера

Препятствие преодолевается с использованием приемов перелезания (рис. 33). Перед препятствием оттолкнуться правой ногой о грунт, а левой наскочить на первую (нижнюю) поперечину, подавая туловище вперед, захватиться руками сверху за третью (верхнюю) поперечину и выйти на нее с опорой на грудь, затем маховым движением правой ногой, согнутой в колене, захватиться за верхнюю поперечину. Опираясь правой рукой о среднюю поперечину с противоположной стороны препятствия и отталкиваясь от нее, сделать соскок и продолжать бег.



Рис. 33. Порядок преодоления препятствия № 6 (шпалера)

7. Балансировочное бревно

Устанавливается на высоте 0,9 – 1,0 м. Длина препятствия – 8,5 м, расстояние от начала наклонной доски до начала горизонтального бревна – не менее 1,3 м. Ширина поверхности препятствия – 0,88-1,0 м (рис. 34).

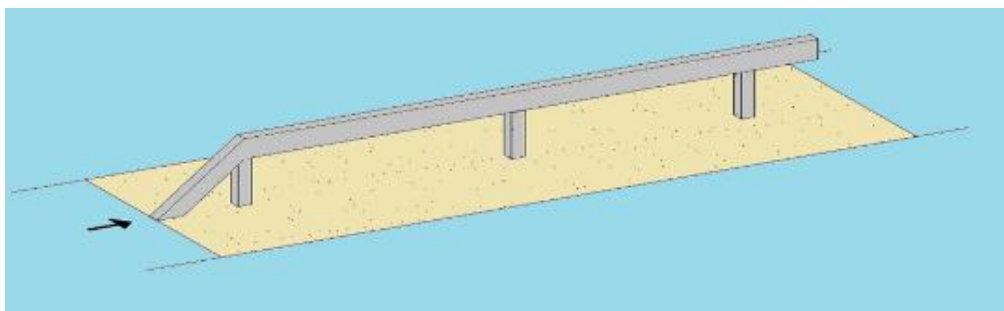


Рис. 34. Балансировочное бревно

Препятствие преодолевается шагом или бегом по верхней поверхности бревна. Спрыгивать с препятствия разрешается только за линию его границы (рис. 35).



Рис. 35. Порядок преодоления препятствия № 7 (балансировочное бревно)

8. Наклонная стена с канатом

Изготавливается из дерева: высота – 3 м, длина наклонной поверхности – 3,5 м, ширина по верху – 0,2-0,4 м. За препятствием сооружается площадка для приземления длиной 3 м (рис. 36). Данное препятствие преодолевается с помощью каната или без него, но с обязательным перелезанием через вершину наклонной доски.

На максимальной скорости подбежать к препятствию и, подавая туловище вперед, на слегка согнутых ногах (помогая руками) вбежать по наклонной плоскости стенки наверх (рис. 37). Опираясь правой рукой и ногой о верхний край стенки, выпрыгнуть на взрыхленную землю с противоположной стороны, соскочить на землю в стартовое положение и без задержки продолжить бег.

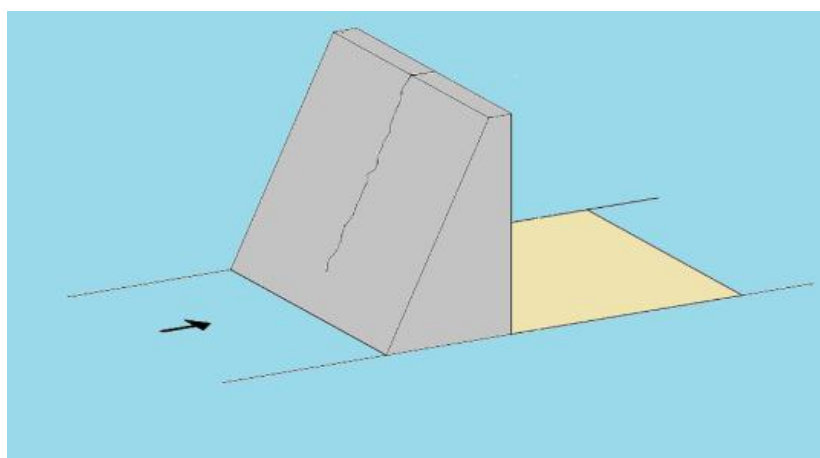


Рис. 36. Наклонная стена с канатом

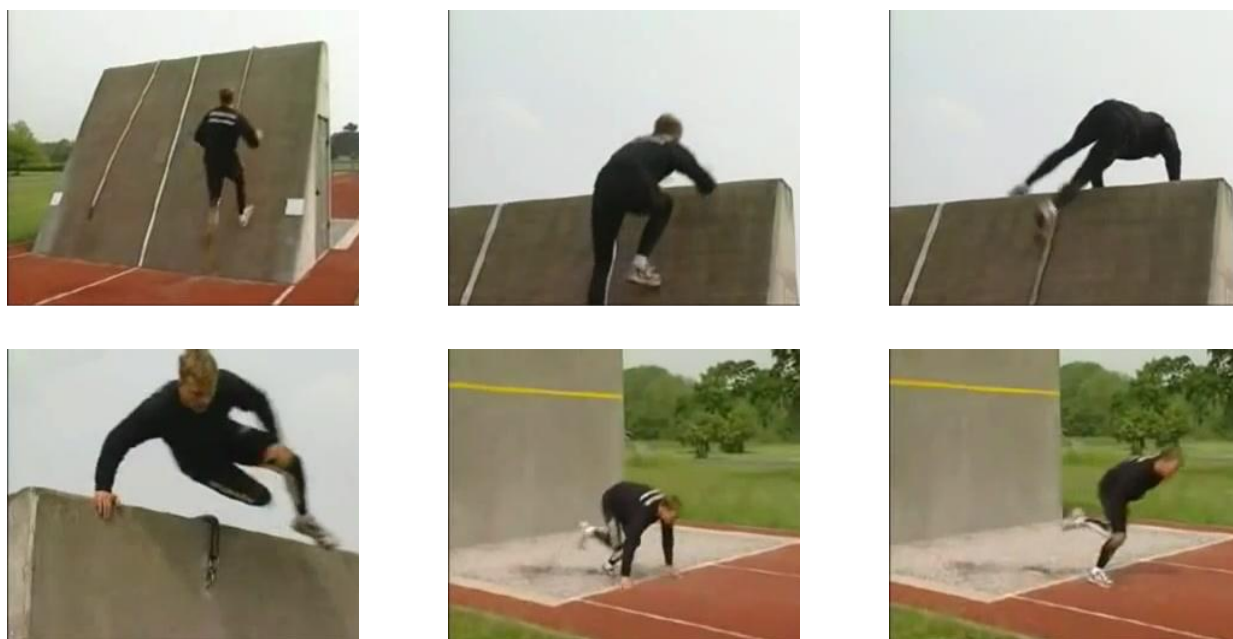


Рис. 37. Порядок преодоления препятствия № 8 (наклонная стена с канатом)

9. Горизонтальные бревна

Изготавливаются из бревен или металлических труб диаметром от 8-16 см. Высота первого и третьего бревен – 1,2 м, второго и четвертого – 0,6 м. Расстояние между вертикальными бревнами – 1,6 м (рис. 38).

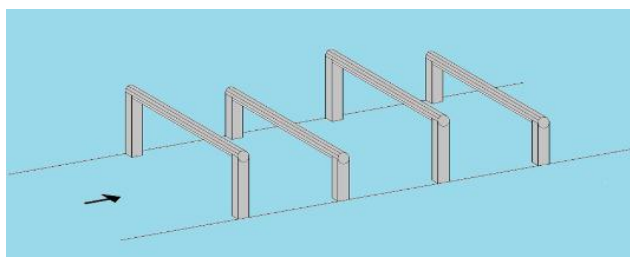


Рис. 38. Горизонтальные бревна

Первое и третье бревна преодолеваются сверху прыжком с опорой рукой и ногой, а второе и четвертое – снизу способом подлезания под поперечные бревна. Для преодоления первого необходимо (рис. 39):

оттолкнуться левой ногой перед препятствием, наскочить на бревно и с опорой на левую руку и правую ногу, не останавливаясь, перенести через препятствие левую (толчковую) ногу, соскочить с опорой на нее;

максимально пригнувшись и опираясь руками о землю, подлезть под второе бревно; не задерживаясь, оттолкнуться обеими руками и ногами о грунт и преодолеть сверху третье бревно таким же образом, как и первое. Четвертое бревно преодолевается так же, как и второе.



Рис. 39. Порядок преодоления препятствия № 9 (горизонтальные бревна)

10. Ирландский стол

Устанавливается на стойках, на высоте 2 м от поверхности земли. Ширина поверхности стола составляет 0,4-0,5 м, толщина – 0,08 м (рис. 40).

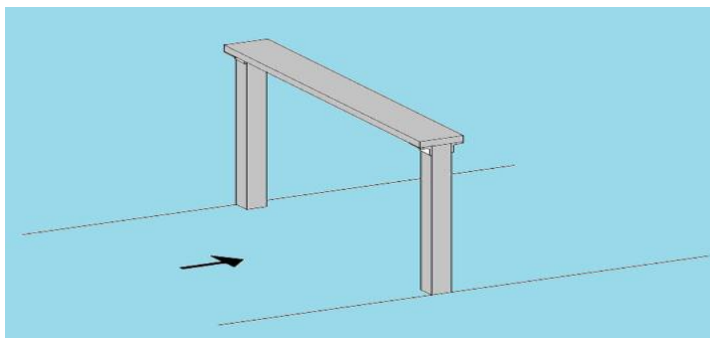


Рис. 40. Ирландский стол

Для преодоления препятствия необходимо (рис. 41):

сделать разбег, энергично оттолкнуться левой ногой о землю, ухватиться правой рукой за противоположный край стола, затем маховым движением левой ноги, согнутой в колене, зацепиться за передний край стола, а левой рукой захватиться за дальний край стола;

подтягивая туловище вверх, опереться грудью и коленом левой (толчковой) ноги о край стола, выйти наверх и, не останавливаясь, пронести

правую ногу над столом, соскочить с опорой на нее и продолжить движение вперед.

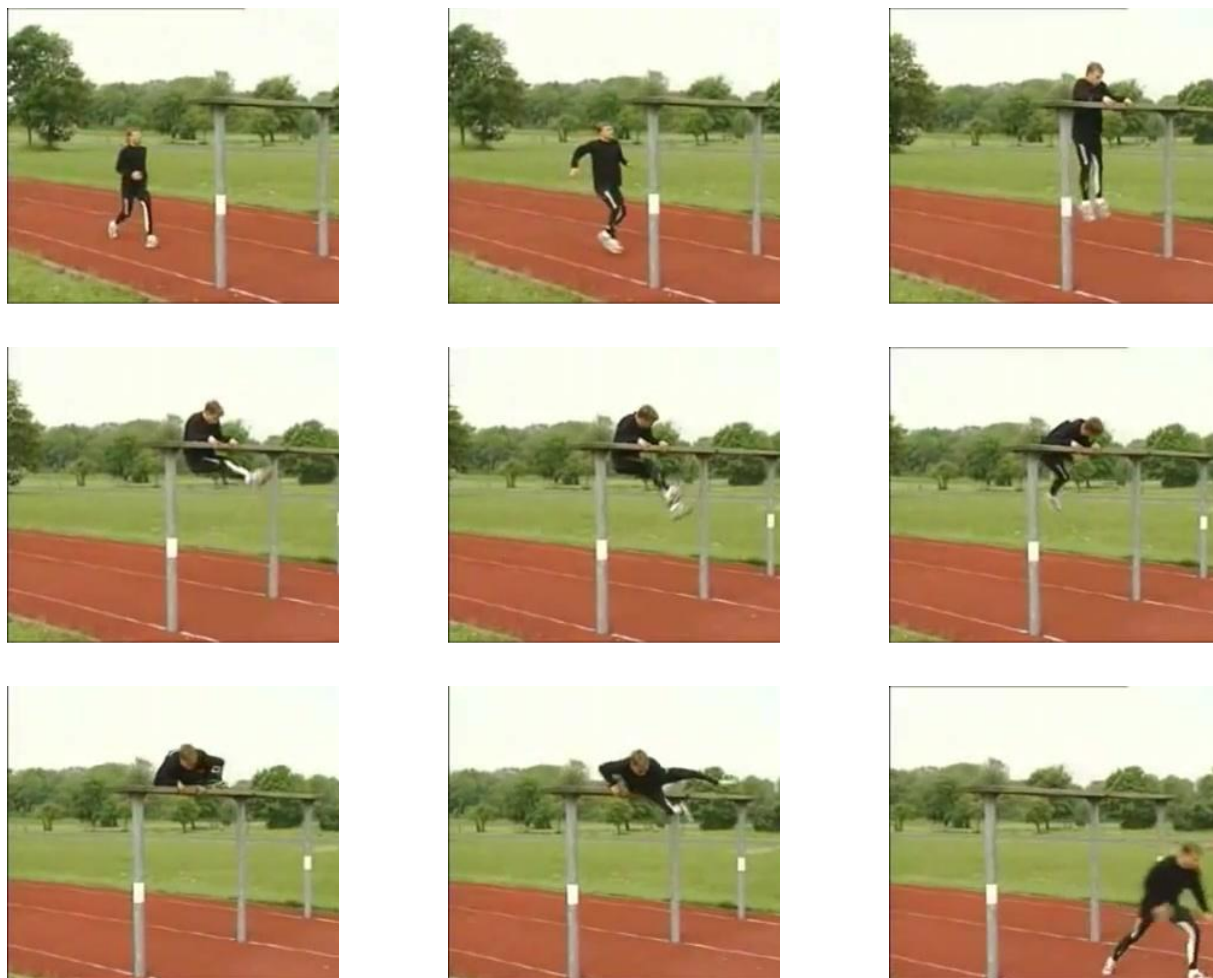


Рис. 41. Порядок преодоления препятствия № 10 (ирландский стол)

11. Туннель с двумя горизонтальными бревнами

Высота и ширина туннеля – 0,5 м, длина – 1,0-1,2 м. Ширина самого препятствия – 1,1 м. Расстояние от туннеля до первой стойки поперечного бревна – 1,75 м и от первой стойки до второй также 1,75 м. Высота первого поперечного бревна – 1,2 м, второго – 0,5 м (рис. 42).

Данное препятствие преодолевается следующим образом: туннель – пролезанием, первое горизонтальное бревно – перелезанием, второе – подлезанием (рис. 43).

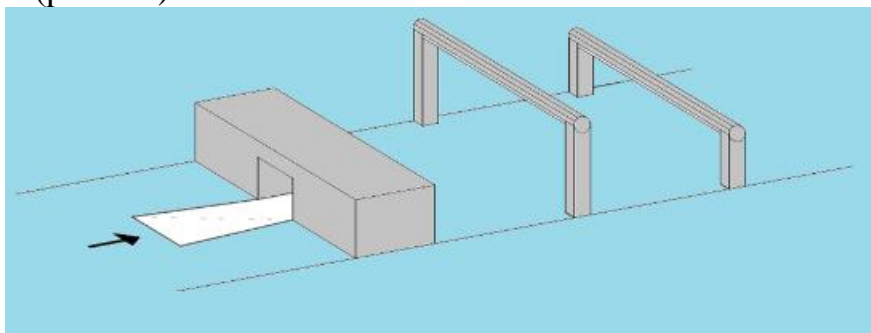


Рис. 42. Туннель с двумя горизонтальными бревнами

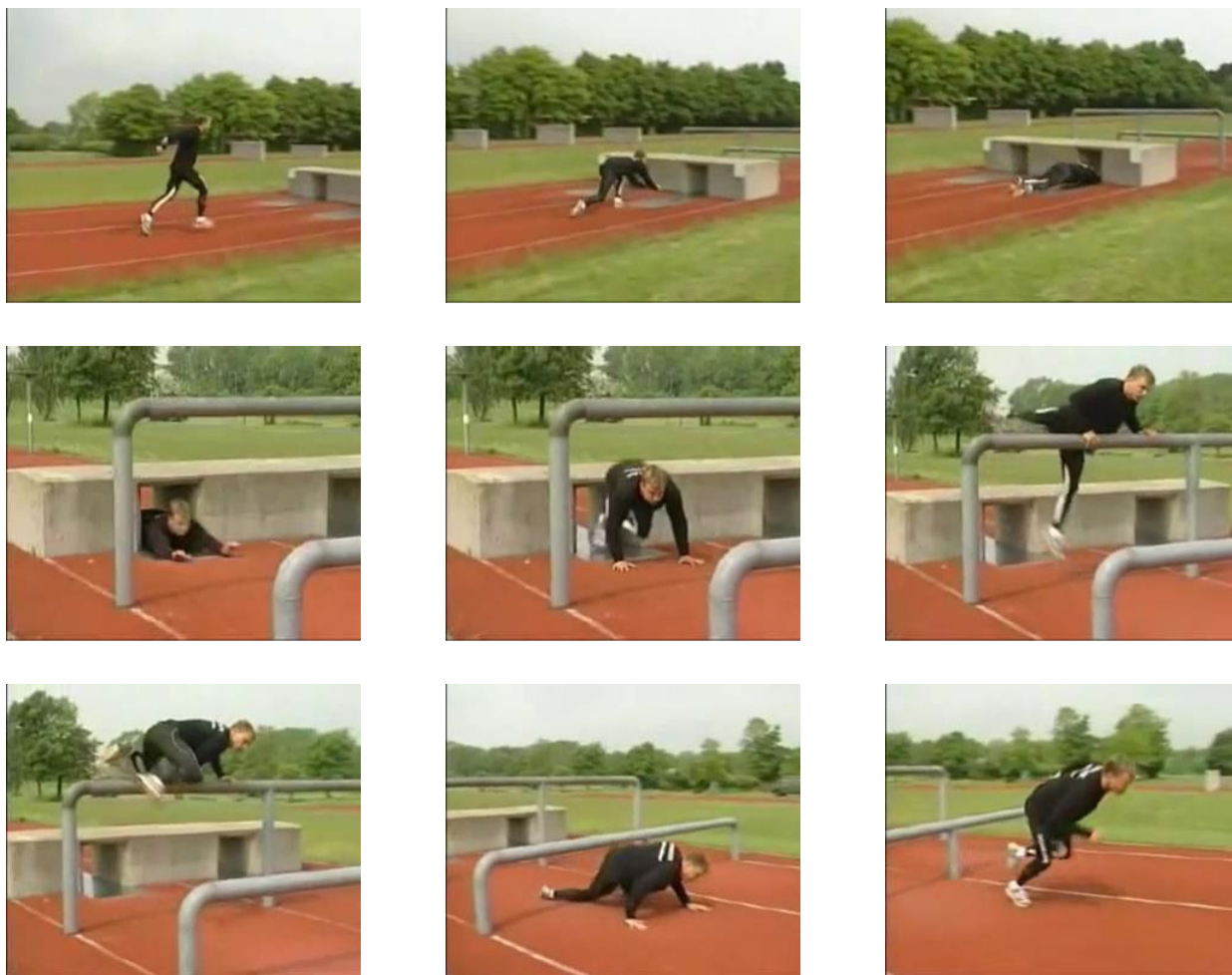


Рис. 43. Порядок преодоления препятствия № 11
(тоннель с двумя горизонтальными бревнами)

«Туннель с двумя горизонтальными бревнами» преодолевается с быстрого разбега. Не добегая до препятствия примерно 1,5-2 м, необходимо наклонить туловище и, вытянув руки вперед, «нырнуть» в проем и, используя силу инерции, проскользнуть по всей его длине; на выходе, опираясь на руки и выпрямляя туловище, выйти с опорой рукой и ногой на первое горизонтальное бревно; пронести толчковую ногу над бревном, соскочить с него; затем, максимально наклоняясь к земле и опираясь руками о землю и выставляя толчковую ногу под второе бревно, пронести маховую ногу между бревном и толковой ногой; постепенно выпрямляясь, продолжить движение вперед.

12. Разрушенная лестница

Представляет собой четыре равноудаленные друг от друга параллельные балки. Расстояние между ними – 1,3 м, высота первой балки – 0,75 м, второй – 1,25 м, третьей – 1,8 м, четвертой – 2,3 м, площадка для приземления имеет длину 3 м (рис. 44).

Препятствие преодолевается с энергичного разбега. Оттолкнувшись одной ногой перед препятствием и подав туловище вперед, мягко напрыгнуть слегка согнутой маховой ногой на первую ступеньку (рис. 45).

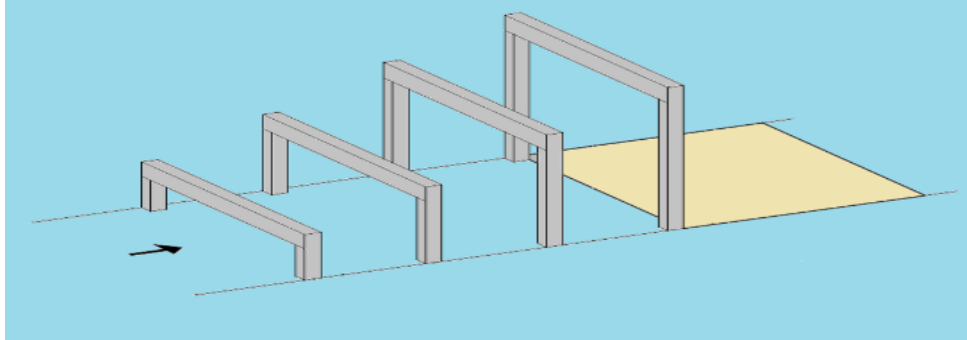


Рис. 44. Разрушенная лестница



Рис. 45. Порядок преодоления препятствия № 12 (разрушенная лестница)

Не выпрямляясь, перенести над первой ступенькой толчковую ногу и наскочить ею на вторую ступеньку. Поочередно меняя опорную ногу и не изменяя положения туловища, наступить на третью и четвертую ступеньки и опираясь рукой о четвертую ступеньку, спрыгнуть на землю в стартовое положение для продолжения движения вперед.

13. Насыпь с ямой

Высота насыпи – 1,8 м. Ширина плоской вершины насыпи – 0,8-1,0 м. Длина основания насыпи – 3,0 м. Глубина ямы – 0,5 м, длина – 3,5 м (рис. 46).

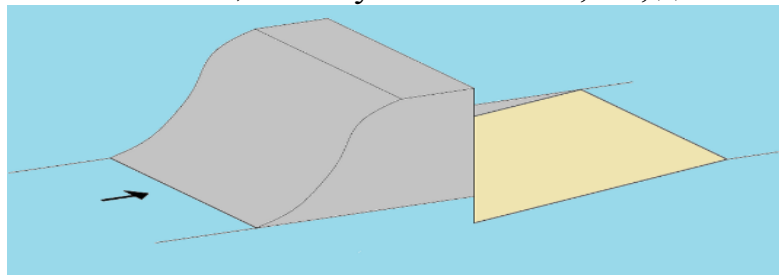


Рис. 46. Насыпь с ямой

Препятствие преодолевается любым удобным способом. Забегание на насыпь осуществляется с быстрого разбега на слегка согнутых ногах (рис. 47). При этом туловище подается вперед, руки работают в такт движению. Забегание нужно производить в два шага, после чего без остановки оттолкнуться ногой от верхнего края насыпи и соскочить в яму на полусогнутые ноги в стартовое положение.



Рис. 47. Порядок преодоления препятствия № 13 (насыпь с ямой)

14. Штурмовая стенка

Высота – 1,0 м. Толщина стенки – 0,35 м (рис. 48). Данное препятствие может преодолеваться прыжком с опорой и без опоры рук и ног.

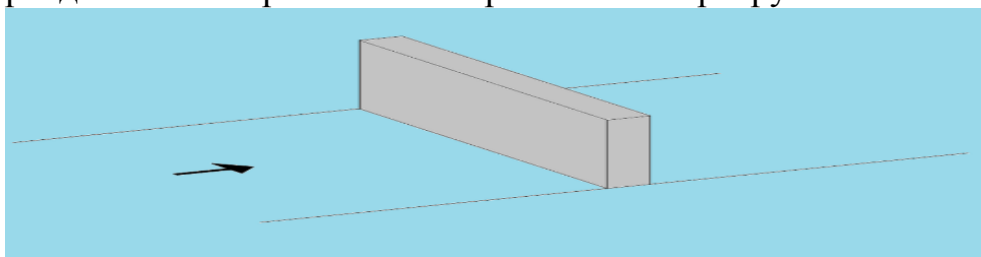


Рис. 48. Штурмовая стенка

«Штурмовая стенка» преодолевается прыжком с опорой рукой и ногой. Для выполнения прыжка необходимо сделать разбег и, оттолкнувшись перед препятствием левой ногой, наскочить на стенку, опираясь на нее левой рукой и отведенной в сторону слегка согнутой правой ногой (рис. 49). Не останавливаясь, перенести через препятствие левую (толчковую) ногу, соскочить с опорой на нее и продолжать движение вперед. Прыжок выполняется мягко и быстро, без задержки на препятствии в момент наскока и опоры. Для этого туловище подается вперед, левая рука, слегка согнутая в локтевом суставе, ставится пальцами вперед, правая нога выносится и ставится внутренним краем стопы на препятствие. Левая нога быстро проносится над стенкой и энергично ставится на землю для продолжения бега.



Рис. 49. Порядок преодоления препятствия № 14 (штурмовая стенка)

15. Яма

Глубина – 2,0 м, длина – 3,5 м. Стены ямы строго вертикальные, края – горизонтальные по отношению к вертикальной стенке (рис. 50). Порядок преодоления данного препятствия следующий: соскочить в яму, пробежать по дну и выскочить из нее, но при выскакивании не разрешается использовать углы и боковые стенки препятствия.

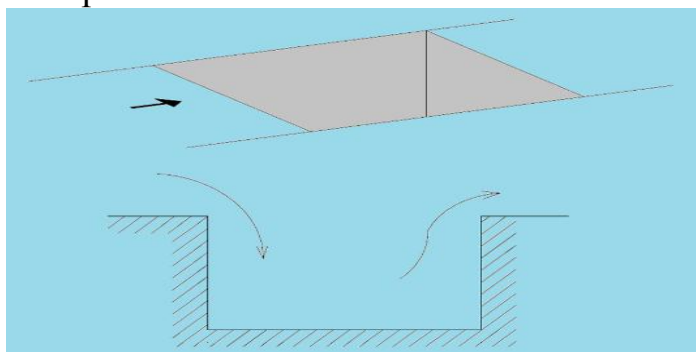


Рис. 50. Яма

Прыжок в яму производится с опорой рукой и ногой о край препятствия без остановки. Приземляться надо на слегка согнутые ноги с быстрым переходом в бег (рис. 51). Затем, сделав два шага и оттолкнувшись от дна ямы, наскочить на противоположную стенку ямы, захватиться руками за верхний край ямы и, подтягиваясь на руках и помогая ногами, выйти в упор на предплечья, а затем на колени и, как бы падая вперед, начать бег. Первый шаг после выхода из ямы должен быть нешироким, с наклоном туловища вперед, чтобы быстро набрать скорость.



Рис. 51. Порядок преодоления препятствия № 15 (яма)

16. Вертикальная лестница

Высота – 4 м. Количество ступенек – 8 шт., ширина ступеньки – 0,7 м. Длина площадки для приземления – 4 м (рис. 52). Препятствие преодолевается аналогично препятствию № 1.

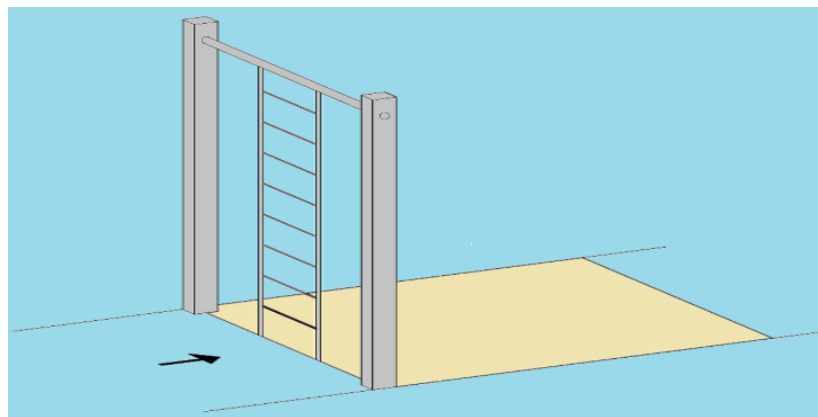


Рис. 52. Вертикальная лестница

Препятствие преодолевается с разбегу. Наскочить одной ногой на вторую ступеньку (рис. 53), руками взяться за боковые стойки лестницы и, поочередно переставляя ноги и перехватывая руками, подняться вверх; перейти с опорой на грудь через поперечную балку, поддерживая себя от падения левой рукой с противоположной стороны препятствия, и, отталкиваясь ею, произвести прыжок вниз с приземлением в стартовое положение для продолжения движения вперед.



Рис. 53. Порядок преодоления препятствия № 16 (вертикальная лестница)

17. Штурмовая стена

Высота – 1,9 м, ширина верхней части препятствия – 0,35 м (рис. 54).

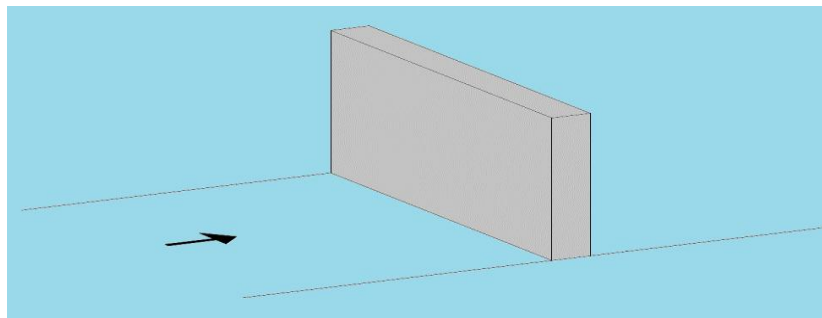


Рис. 54. Штурмовая стена

Препятствие преодолевается с ходу (рис. 55). На последнем широком шаге разбега перед стенкой толчковую ногу необходимо поставить на грунт с пятки и, отталкиваясь ею, ступней маховой ноги и опереться о стенку. Одновременно хватом сверху за край стенки на руках подтянуть туловище вверх, опершись грудью и коленом толчковой ноги о верхний край стенки. Наклоняя голову и туловище вниз и опираясь правой рукой о стенку с противоположной стороны, соскочить на землю на полусогнутые ноги и продолжить бег.



Рис. 55. Порядок преодоления препятствия № 17 (штурмовая стена)

18. Балансировочное бревно

Три бревна располагаются горизонтально под углом 135° по отношению друг к другу. Длина каждого бревна – 5 м, высота препятствия – 0,5 м. Ширина верхней поверхности бревна – 0,10-0,15 м. Две черты обозначают границы препятствия, одна черта расположена у начала препятствия, вторая – на расстоянии 0,5 м от его конца (рис. 56). Для преодоления этого препятствия необходимо взобраться на первое бревно, пробежать по остальным бревнам и соскочить с конца последнего за линию границы препятствия.

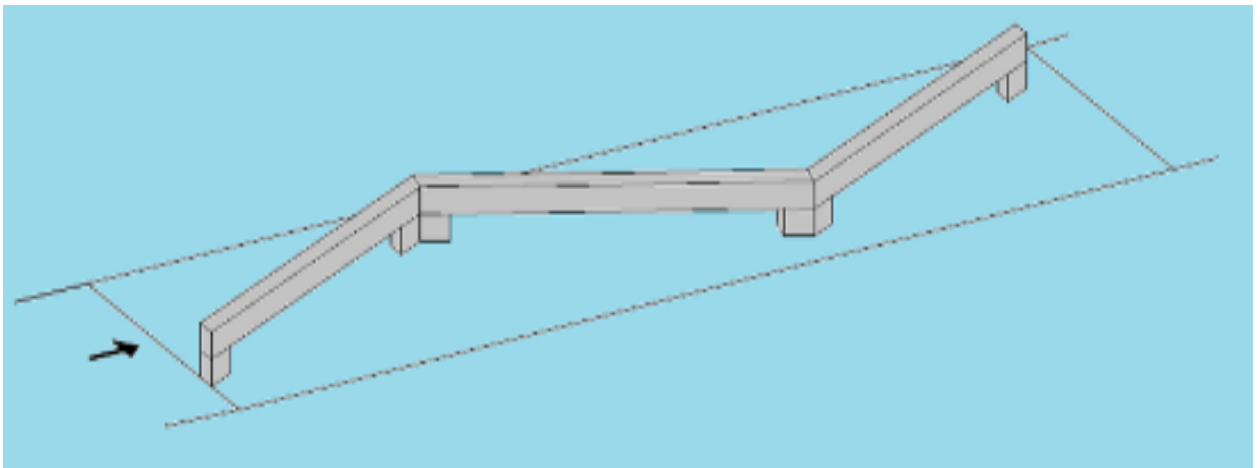


Рис. 56. Балансировочное бревно

С разбегу наскочить на бревно, стремящими прыжковыми шагами преодолеть три составные части бревна, расположенные между собой под углом 135° , и соскочить за черту без снижения скорости (рис. 57).

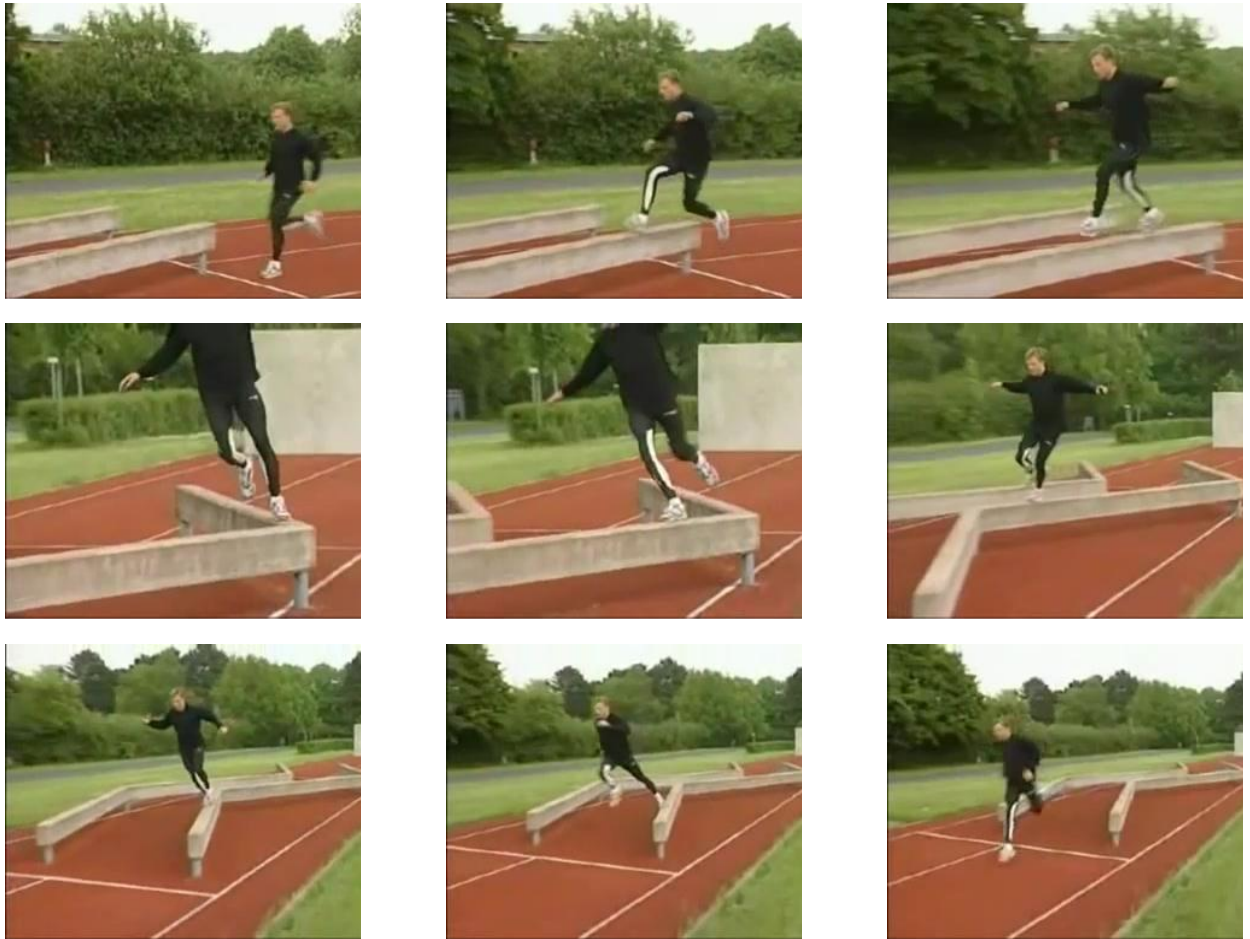


Рис. 57. Порядок преодоления препятствия № 18 (балансирующее бревно)

19. Лабиринт

Длина препятствия – 8 м, ширина – 0,8 м. Расстояние между горизонтальными балками – 1,5 м (рис. 58). Преодолевается препятствие обычным бегом с опорой или без опоры за перила и стойки препятствия.

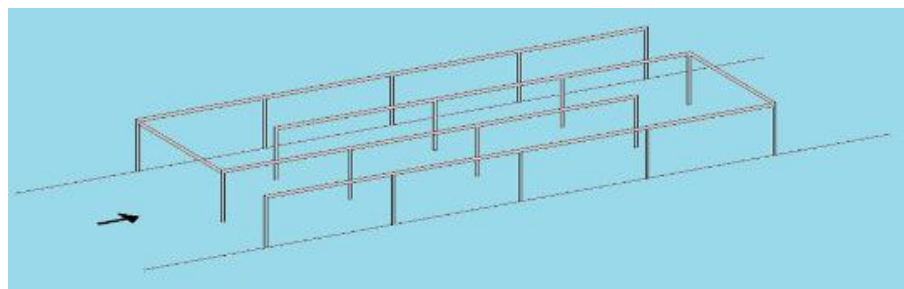


Рис. 58. Лабиринт

Препятствие преодолевается любым способом в зависимости от индивидуальных особенностей спортсмена (сила рук, ног и роста). Без снижения скорости бега войти в лабиринт (рис. 59), добежать до конца поворота, схватиться одной рукой за горизонтальную часть перила и, подтягивая туловище ближе к вертикальной стойке, ухватиться другой рукой за противоположную часть перила, сделать поворот в обратном

направлении, добежать до конца прохода лабиринта и за счет силы рук сделать второй поворот; увеличивая скорость, выбежать из лабиринта.

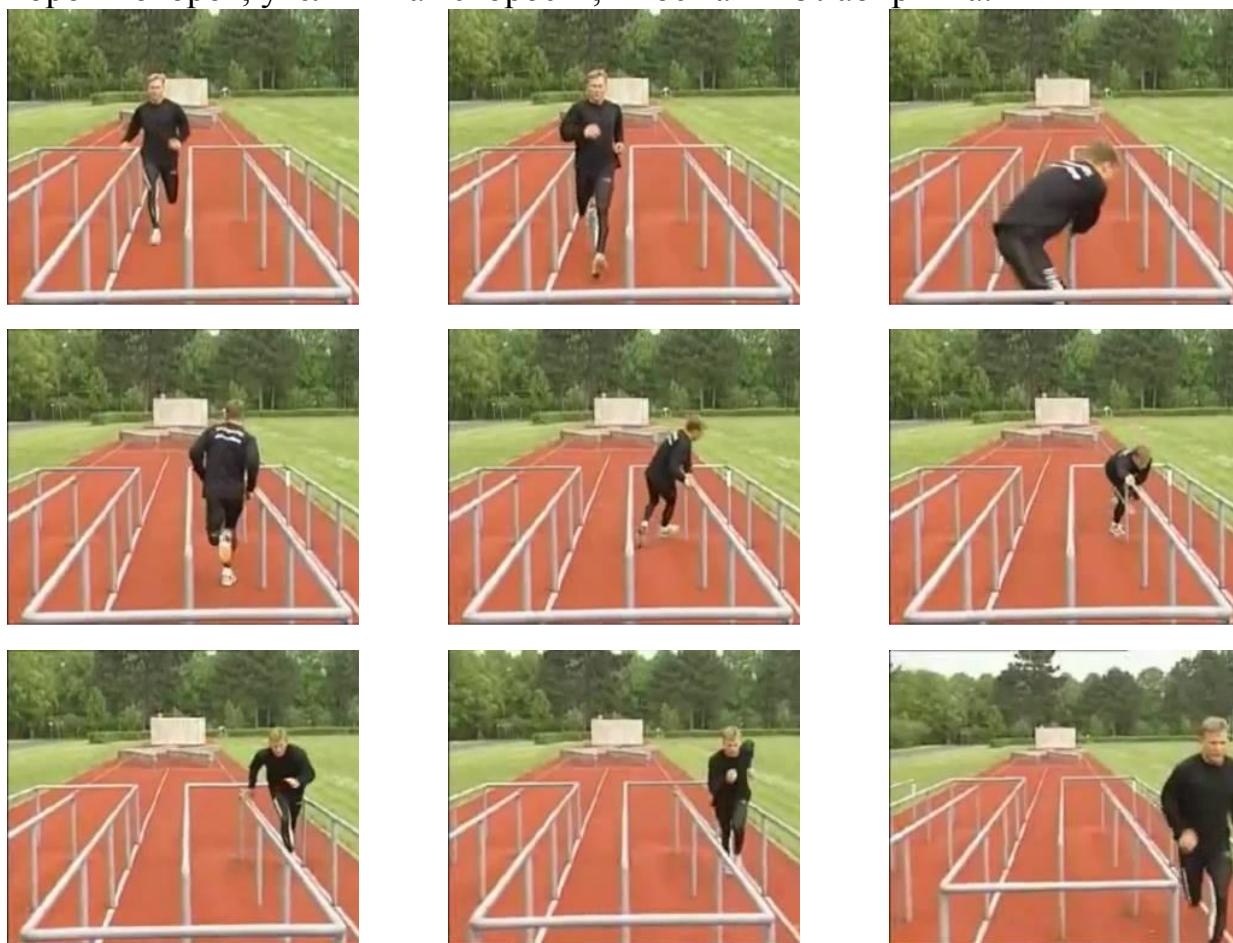


Рис. 59. Порядок преодоления препятствия № 19 (лабиринт)

20. Три штурмовые стенки

Высота первой стенки – 1,0 м, второй – 1,2 м, третьей – 1,0 м. Ширина стенок – 0,35 м. Расстояние между стенками – 6,0 м (рис. 60).

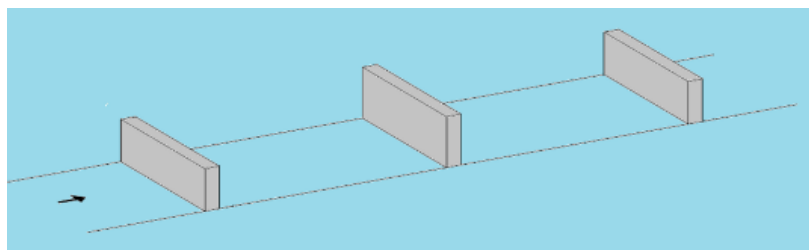


Рис. 60. Три штурмовые стенки

Препятствие преодолевается на максимальной скорости прыжком с опорой рукой и ногой поочередно на каждую стенку. Для выполнения прыжка необходимо сделать разбег и, оттолкнувшись перед препятствием левой ногой, наскочить на первую стенку (рис. 61); опираясь на нее левой рукой и отведенной в сторону слегка согнутой правой ногой, перенести через препятствие левую (толчковую) ногу, соскочить с опорой на нее и сделать два шага, преодолеть вторую стенку, а затем и третью.



Рис. 61. Порядок преодоления препятствия № 20 (три штурмовые стенки)

Места команд определяются путем суммирования результатов выступлений каждого члена команды – мест, занятых каждым членом команды в общем рейтинге результатов состязания. Количество мест равно количеству участников. Преимущество имеет команда, набравшая меньшую сумму мест. При равных значениях указанных сумм преимущество отдается команде, затратившей меньшее суммарное время на выполнение конкурсного задания. Если команды показали одинаковое время, первенство отдается команде, которая при преодолении препятствий получила меньшее количество штрафных секунд.

Приложение 11

КОНКУРС «ПОЛОСА»

Преодоление препятствий полосы выполняется в составе команды (3 участника преодолевают препятствия одновременно). Участники в летней полевой (рабочей) форме одежды (в головных уборах) с личным оружием (автомат с пристегнутым магазином, сумка для магазинов с одним магазином) и противогазом. Положение оружия у участника может быть различным (за спиной, на груди, сбоку, в руке). При выполнении упражнения разрешается взаимопомощь без передачи оружия, противогаза и других предметов экипировки одним участником команды другому участнику. Запрещается ведение участника по дистанции другими участниками команды и болельщиками (лидирование), а также изменение (нарушение) формы одежды в ходе выполнения упражнения. При потере или передаче экипировки и при прохождении элементов полосы препятствий не установленным способом команда дисквалифицируется. Время команды определяется по последнему военнослужащему с точностью до 0,1 секунды. Длина полосы – 1100 м.

Участнику необходимо преодолеть препятствия: ров; лабиринт; забор; разрушенный мост; разрушенную лестницу; стенку с проломами; траншею.

Место команды в рейтинге определяется по наименьшему времени. Время определяется по последнему участнику в команде.

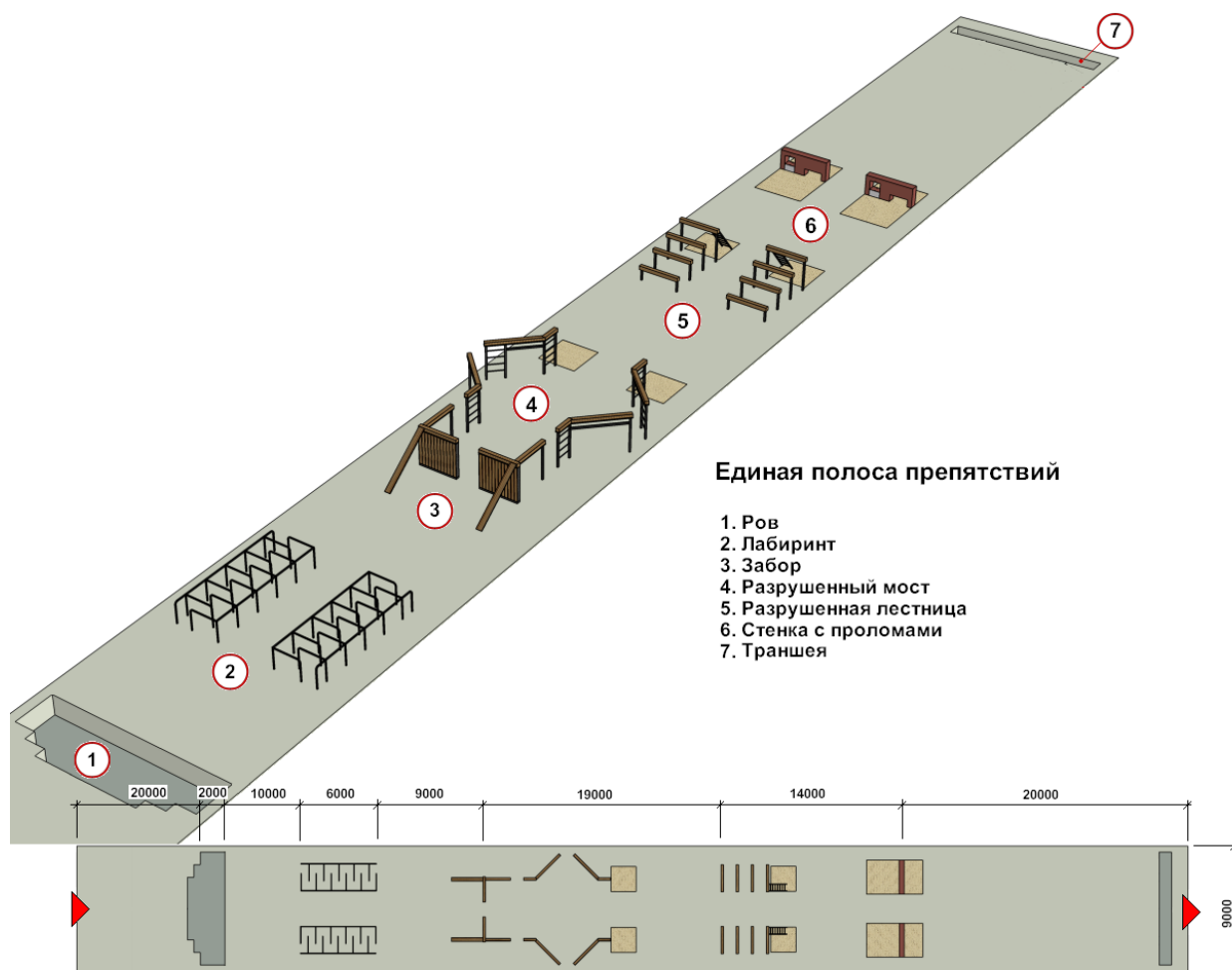


Рис. 62. Расположение препятствий на полосе

1. Преодоление рва

Препятствие «Ров» – ширина 2,5 метра. Преодолевается прыжком с разбега на высокой скорости, без потери скорости движения (рис. 63).



Рис. 63. Прыжок с приземлением на одну ногу

С постепенно ускоряющегося разбега оттолкнуться перед препятствием одной ногой и, вынося другую ногу широким шагом (махом) вперед-вверх,

перепрыгнуть через препятствие, приземлиться на нее и, подав плечи вперед, продолжать движение. В ходе полета над препятствием до момента касания маховой ногой земли толчковую ногу оставить сзади, корпус наклонить вперед, в момент приземления руку с оружием подать вперед. Продолжить бег на высокой скорости.

2. Действия в лабиринте

Препятствие «Лабиринт» – имеет пять изгибов. Техника преодоления лабиринта может быть различной. Используются два основных способа движения в лабиринте: «двухшажный» и «широкий одношажный», техника движения рук при преодолении «лабиринта» индивидуально-рациональная.

Движение по проходам лабиринта осуществляется последовательно, на всех участках и со всеми поворотами (рис. 64). Продолжить бег на высокой скорости.

Запрещается преодоление «лабиринта» под горизонтальными балками.



Рис. 64. Преодоление лабиринта с поворотами

3. Преодоление забора

Препятствие «Забор» - высота 2 м. Преодолевается с разбегу, прыжком с опорой на грудь, живот, локоть или зацепом. Увеличивая скорость бега после «Лабиринта» преодолеть «Забор» одним из способов. Продолжить бег на высокой скорости.

Преодоление забора с опорой на грудь (живот) (рис. 65): ухватиться руками за верхний край препятствия, оттолкнуться ногами от земли и навалиться на него грудью (животом). Наклоняя корпус вперед, упереться

ладонью одной руки о препятствие с противоположной стороны, придерживаясь другой рукой за верхний край препятствия, перенести ноги и соскочить на землю. Оружие находится за спиной или удерживается в руке.

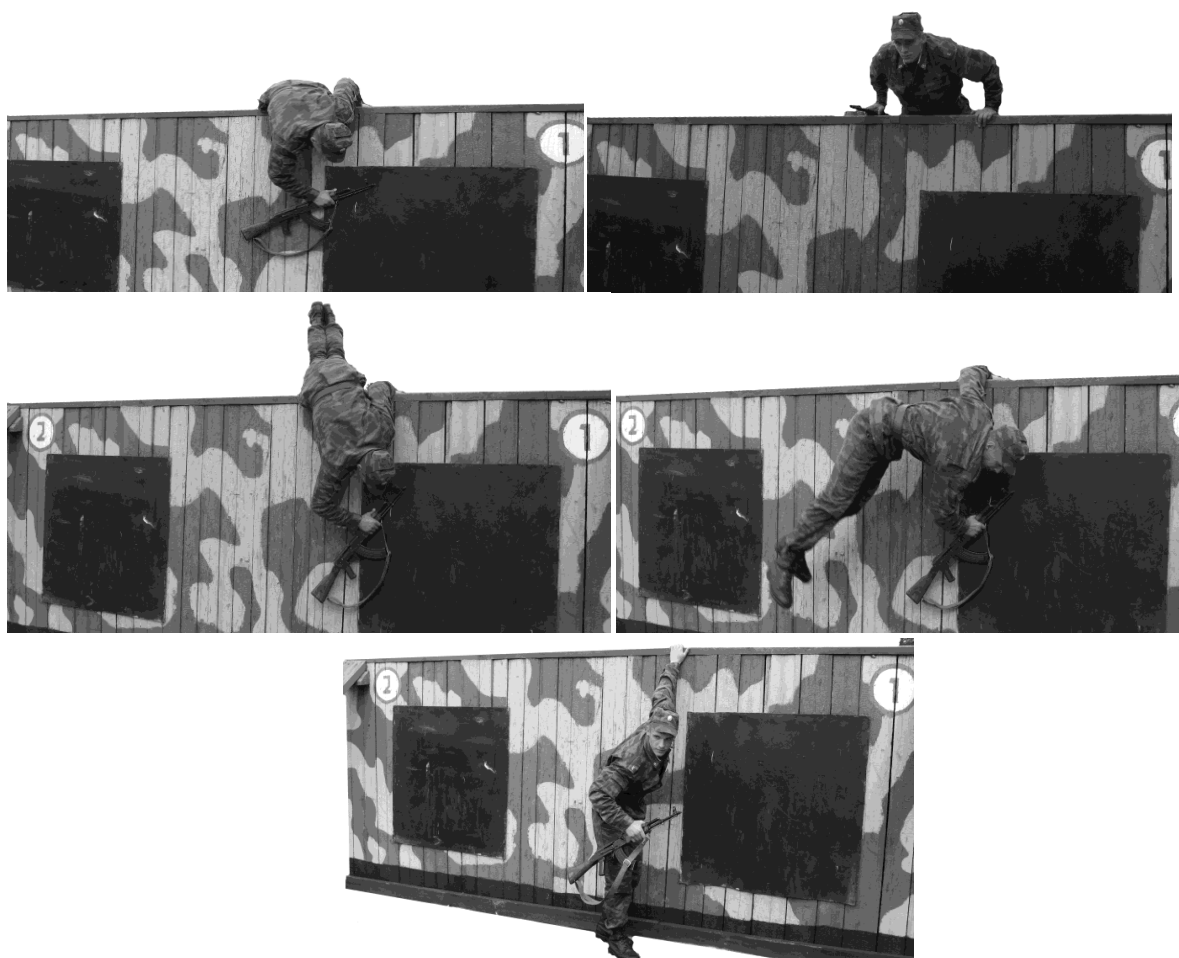


Рис. 65. Преодоление забора с опорой на грудь

Преодоление забора «зацепом» с оружием за спиной (рис. 66). С разбегу оттолкнуться любой ногой в одном шаге от препятствия и, опираясь носком другой согнутой ноги о препятствие, ухватиться руками за его верхний край; подтянувшись, повиснуть на заборе левым боком к препятствию так, чтобы его верхний край был под мышкой левой согнутой руки, а предплечье и ладонь прижаты к забору с противоположной стороны. Согнутую в колене левую ногу прижать к препятствию, а махом правой ноги вверх зацепиться пяткой (голенью) за верх забора. Подтягиваясь правой рукой, перевалиться через препятствие, соскочить и продолжать движение.

Преодоление забора «силой» (рис. 67). С короткого, но энергичного разбега оттолкнуться сильнейшей ногой от земли в одном шаге от препятствия, другой (согнутой) ногой – о стенку сооружения и ухватиться руками за его верхний край. Подтягиваясь на руках и помогая ногами, выйти в упор на прямые руки, перелезть через «забор» и соскочить на землю. Оружие – за спиной.

Запрещается использование дополнительных подставок, других дополнительных приспособлений, не являющихся частью конструкции препятствия или экипировки.

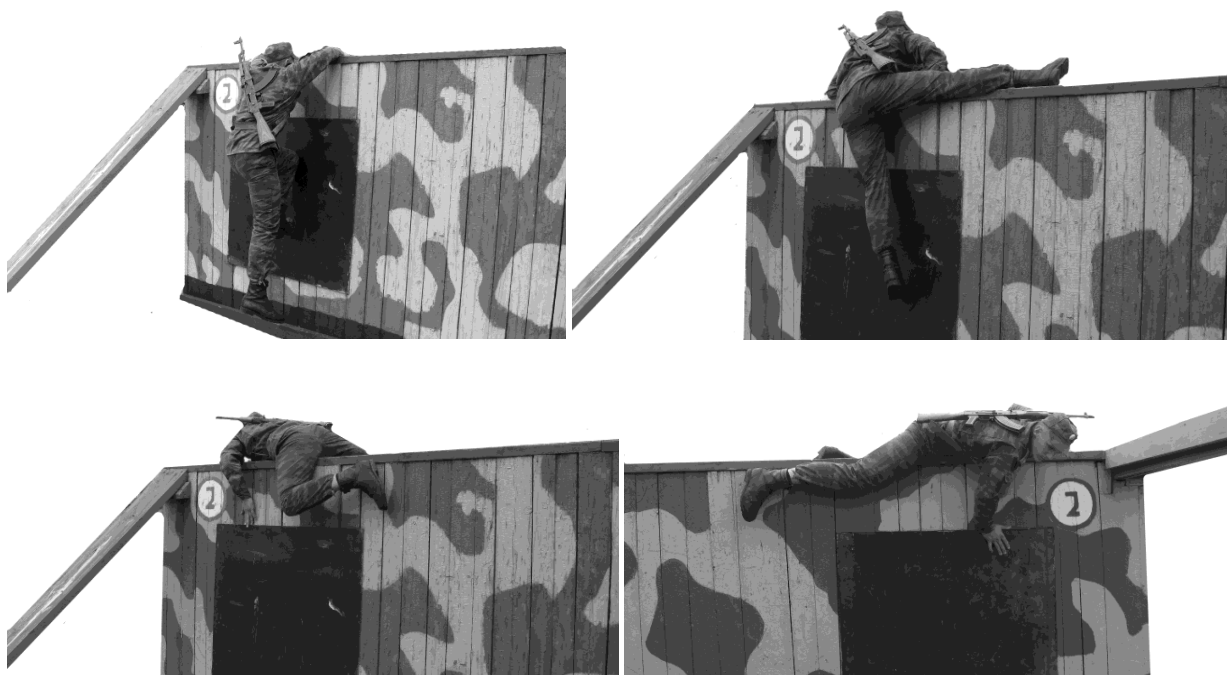


Рис. 66. Преодоление забора «зацепом»



Рис. 67. Преодоление забора «силой»

4. Преодоление разрушенного моста

Препятствие «Разрушенный мост» – высота 2 м, имеет 4 изогнутые балки, один разрыв. Включают влезание по вертикальной лестнице, передвижение по балкам моста в одну сторону и прыжок в глубину (рис. 68).

Преодоление разрушенного моста: подбежать к вертикальной лестнице, оттолкнуться опорной ногой от земли, другой наскочить на 2-ю ступень лестницы (у сочленения ступени с правой вертикальной стойкой), ухватившись руками за верхний (метровый) отрезок балки. Наступая на ступени, выйти в упор на согнутую в колене, ногу в месте изгиба балки. Выпрямившись, подать плечи вперед и начать бег по балке. При пробегании

по балкам моста, изменяя направление, движение осуществлять широким шагом, перепрыгнуть центральный разрыв, наскочить на последний метровый отрезок балки, низко присесть и соскочить на землю. Оружие находится в руке или за спиной (в момент приземления необходимо придерживать приклад правой рукой). Продолжить бег на высокой скорости.

Спрыгивание с моста осуществляется строго с последней метровой балки, иное считается падением.



Рис. 68. Преодоление разрушенного моста

Передвижение по балкам разрушенного моста. Как один из вариантов описывается способ скоростного пробегания (за 7 шагов) с изгибом в правую сторону: 1-й шаг – оттолкнуться левой ногой и приземлиться на правую ногу у разрыва прямого отрезка балки; 2-й шаг – перепрыгнуть через первый разрыв между балками и приземлиться на левую ногу у начала правого изгиба; 3-й шаг – с полуоборотом направо сделать широкий шаг правой ногой; 4-й шаг – приземлиться на левую ногу в 20-30 см от второго разрыва между балками; 5-й шаг – с полуоборотом налево перепрыгнуть через 2-й разрыв и приземлиться на правую ногу на третьем отрезке балки; 6-й шаг – сделать левой ногой на 3-м (длинном) отрезке балки; 7-й шаг – с полуоборотом направо наскочить правой ногой на последний метровый отрезок балки, низко присесть и соскочить на землю. Оружие находится в руке или за спиной (в момент приземления необходимо придерживать приклад правой рукой).

При скоростном пробегании по балкам разрушенного моста с изгибом в левую сторону, движение производится по такой же схеме, но первый шаг начинается с толчка правой ногой и приземлением на левую ногу.

5. Преодоление разрушенной лестницы

Препятствие «Разрушенная лестница» – имеет 4 разновысокие ступени-балки. Порядок преодоления: не снижая скорости, подбежать к препятствию,

прыжком, подав корпус вперед, поочередно наступая на первую, вторую и третью ступени, преодолеть их, после чего, низко присев, спрыгнуть на землю и пробежать под четвертой ступенью до стенки.

6. Преодоление стенки

Препятствие «Стенка с проломом» – высота 1,2 м. Преодолевается прыжком с опорой на руку и ногу. Для выполнения прыжка необходимо с разбегу оттолкнуться ногой и, вынося противоположную руку вперед, наскочить на стенку, опираясь на неё другой рукой и отведенной в сторону слегка согнутой ногой. Не задерживаясь на препятствии, перенести через него толчковую ногу и соскочить на неё на землю, подав плечи и правую руку вперед (рис. 69). Продолжить бег на высокой скорости.



Рис. 69. Преодоление стенки с опорой на руку и ногу

7. Преодоление траншеи

Препятствие «траншея» – ширина 0,8 м. Преодоление траншеи осуществляется прыжком. Дальняя кромка траншеи является финишной линией. Пересечение траншеи участником является окончанием дистанции.

Приложение 12

КОНКУРС «АРМЕЙСКИЙ БИАТЛОН»

Цель конкурса: оценить навыки команд в скоростном преодолении 6-ти километровой дистанции со стрельбой из штатного оружия.

В состязании участвуют 3 участника от каждой команды. Дистанцию 6 км участники преодолевают в виде эстафеты. Каждый участник пробегает этап эстафеты – 2-х километровую дистанции (2 круга по 1 км) с промежуточной стрельбой (рис. 70).

Выполнение условий конкурса каждым участником осуществляется в следующей последовательности: преодоление первого круга дистанции, стрельба из стрелкового оружия, преодоление второго круга дистанции. За каждый промах при стрельбе команде начисляется 30 секунд штрафного времени. Запрещается ведение участника по дистанции другими участниками команды и болельщиками.

Стрельба по мишеням выполняется на первом этапе (первым участником эстафеты) из положения лежа, на втором этапе (вторым участником эстафеты) – с колена, на третьем этапе (третьим участником эстафеты) – стоя. Стрельба ведется одиночными выстрелами. На поражение грудной мишени № 4 дается по 3 патрона. Мишень устанавливается на дальности 100 метров.

Место команды в конкурсе определяется по суммарному времени, затраченному каждым из трех членов команды на преодоление своего этапа, с учетом штрафного времени, полученного командой за каждый промах при стрельбе. В случае равенства временного показателя, преимущество отдается команде, имеющей лучший результат в стрельбе по сумме трех этапов (меньшее количество промахов при стрельбе).

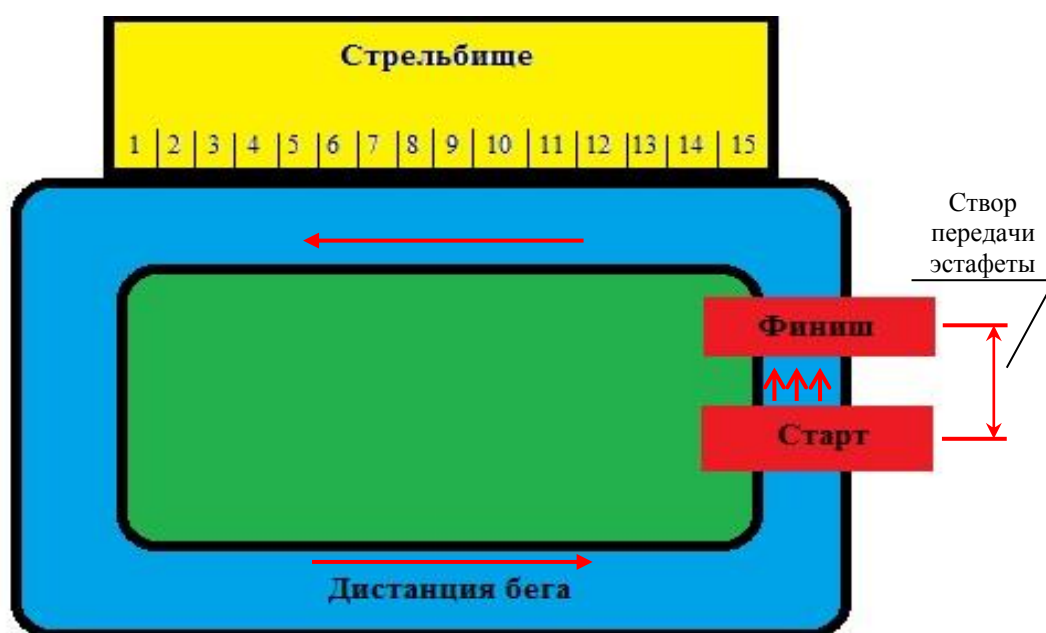


Рис. 70. Общая схема дистанции

Приложение 13

ПРИМЕРЫ КОНКУРСНЫХ ЗАДАНИЙ ОЛИМПИАДЫ

4. Конкурс «МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО»

Тест

1. Что с позиции международного гуманитарного права понимается под агрессией?

а) проводимая антинародная политика, выражающаяся в переселении коренных народов для постоянного проживания на другие территории этого же государства;

б) применение вооруженной силы государством против суверенитета, территориальной неприкосновенности другого государства; (+) (ст. 13 Женевской конвенции).

в) совокупность общественно опасных в международном масштабе деяний, нарушающих нормальную дипломатическую деятельность государств;

г) учения, маневры, иные военные операции федеральных сил на территории одного или нескольких субъектов Федерации;

2. Аннексия – это ...

а) насильственное присоединение государством территории какой-либо нации, народности; (+) *(ст. 26 Женевской конвенции)*.

б) категорическое требование правительства одного государства, предъявляемое правительству другого государства, под угрозой принятия в случае невыполнения определенных мер;

в) передача населения территории, переходящей от одного государства к другому государству;

г) денежные суммы, выплачиваемые побежденным государством победителю после окончания войны.

5. Конкурс «МЕДИЦИНСКАЯ ПОДГОТОВКА»

Тест

1. Сколько суток может выдержать человек в экстремальных условиях без еды?

а) От 5 до 10. (+) *(указание на соответствующий источник информации)*

б) От 10 до 15.

в) От 15 до 20.

г) От 20 до 25.

2. Под тактикой активного выживания подразумевают...

а) ожидание помощи, находясь на одном месте, не выполняя никаких действий;

б) ожидание помощи, строительство капитальных убежищ, оборудование посадочных площадок, добычу продуктов питания и прочее;

в) проживание в отдаленных районах;

г) нахождение в коме;

д) самостоятельный выход к ближайшему населенному пункту. (+) *(указание на соответствующий источник информации)*

9. Конкурс «ОРУЖЕЙНИК»

Тест

1. Укажите дальность прямого выстрела по ростовой фигуре из автомата АК-74 М.

а) 650 м.

б) 670 м.

в) 640 м. (+) *(Наставление по стрелковому делу 5,45-мм автомат Калашникова (АК-74М))*

- г) 625 м.
- д) 615 м.

2. Укажите прицельную дальность стрельбы из автомата АК-74 М.

- а) 1200 м.
- б) 1300 м.
- в) 1000 м. (+) *(Наставление по стрелковому делу 5,45-мм автомат Калашникова (АК-74М))*
- г) 1500 м.
- д) 900 м.

3. Укажите эффективную дальность стрельбы из пистолета ПМ.

- а) 60 м.
- б) 25 м.
- в) 50 м. (+) *(Наставление по стрелковому делу 9-мм пистолет Макарова ПМ)*
- г) 40 м.
- д) 100 м.