



ОТРАСЛЕВОЙ ОРГАН
АДМИНИСТРАЦИИ СОСЬВИНСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА
«УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ»

ПРИКАЗ № 124

от 27 сентября 2022 г.

п. г. т. Сосьва

О проведении соревнований «Школа безопасности» среди команд обучающихся образовательных учреждений Сосьвинского городского округа (муниципальный тур).

В соответствии с единым планом патриотического воспитания Центра военно-патриотического воспитания школьников Сосьвинского городского округа при МБОУ СОШ №1 им. Героя РФ Романова В.В., а также в целях активизации работы по подготовке граждан Сосьвинского городского округа к военной службе, повышения качества подготовки граждан по основам военной службы, совершенствования военно-патриотического воспитания, формирования навыков здорового образа жизни обучающихся

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Директору МБОУ СОШ № 1 им. Героя РФ Романова В.В. С.Ю. Рычковой и руководителю Центра военно-патриотического воспитания школьников Сосьвинского городского округа Военкову С.А.:

– организовать и провести **14 октября 2022** года на территории Детского оздоровительного центра «Юность соревнования «Школа безопасности» среди команд обучающихся образовательных учреждений Сосьвинского городского округа (муниципальный тур) согласно Положения (приложение № 1);

– обеспечить безопасные условия деятельности общеобразовательного учреждения при проведении соревнований «Школа безопасности» среди команд обучающихся образовательных учреждений Сосьвинского городского округа, в соответствии с постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 «Об утверждении санитарно-эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)» и ОРВИ;

2. Руководителям ОУ Сосьвинского городского округа направить заявки в МБОУ СОШ № 1 им. Героя РФ Романова В.В. до **01 октября 2021** года в соответствии с приложенной формой.

3. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Начальник отраслевого органа администрации
Сосьвинского городского округа
«Управление образования»



С.А. Куракова

Приложение № 1
к приказу
Отраслевого органа
администрации
Сосьвинского городского округа
«Управление образования»
от 27 сентября 2022 г. № 124

ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении соревнований «Школа безопасности» среди команд обучающихся образовательных учреждений Сосьвинского городского округа (муниципальный тур).

Общие положения

Соревнования «Школа безопасности» (далее соревнования) среди команд образовательных учреждений Сосьвинского городского округа является одним из традиционных мероприятий в рамках деятельности Центра военно-патриотического воспитания школьников Сосьвинского городского округа.

Цели и задачи соревнований:

- пропаганда социальной значимости предмета основ безопасности жизнедеятельности (далее ОБЖ);
- новых форм и методов военно-патриотического воспитания подростков и молодежи;
- закрепление теоретических знаний, практических умений и навыков по предмету «Основы Безопасности Жизнедеятельности»;
- выработка навыков правильного поведения в экстремальных ситуациях.

Организаторы соревнования:

- МБОУ СОШ №1 им. Героя РФ Романова В.В.;
- Муниципальное бюджетное образовательное учреждение дополнительного образования Дом детского творчества п. Сосьва.
- Центр военно-патриотического воспитания школьников Сосьвинского городского округа при МБОУ СОШ №1 им. Героя РФ Романова В.В.

Организация соревнований возлагается на организационный комитет.

В состав организационного комитета входят представители рабочей группы Центра военно-патриотического воспитания школьников Сосьвинского городского округа.

Организационный комитет разрабатывает и утверждает Положение о проведении соревнований и вправе вносить изменения в порядок проведения соревнований в зависимости от материально-технической базы, имеющейся в учреждении, на базе которого проводится соревнований.

К судейству на этапах соревнований могут привлекаться сотрудники организаций дополнительного образования Сосьвинского городского округа по согласованию и учреждений культуры Сосьвинского городского округа (по согласованию).

Все этапы соревнований проводятся на открытой местности, с максимальным дистанцированием участников команд, в отсутствии зрителей, с соблюдением правил, предписанных Роспотребнадзором.

По всем возникающим во время подготовки и проведения соревнований вопросам обращаться к организаторам соревнований.

Контакты организаторов соревнований:

- контактный телефон 8-9043806001, главный судья соревнований, педагог дополнительного образования МБОУ ДО ДДТ п. Сосьва Архипов Александр Алексеевич;

- контактный телефон 8-9527271488, руководитель Центра военно-патриотического воспитания школьников Сосьвинского городского округа Военков Сергей Анатольевич.

Участники соревнований

Учащиеся 2008-2010 года рождения (средняя возрастная группа);

Учащиеся 2004-2007 года рождения (старшая возрастная группа).

Состав команды 6 человек (минимум 1 девочка) +1 запасной,

К соревнованиям допускаются участники, получившие разрешение медицинского учреждения по месту учебы или жительства, запасной участник участвовать в соревнованиях не может, кроме случаев травмирования одного из участников соревнований.

Каждую команду сопровождает один руководитель.

Место проведения

624971, Свердловская область, Серовский район, п.г.т. Сосьва, территория Детского оздоровительного центра «Юность» (далее – ДОЭЦ «Юность»), расположенного по адресу: 1 250 км. северо-восточнее п.г.т. Сосьва, ул. Серова, строение 4-а;

Время проведения

Начало Соревнований: в 10 часов 14 октября 2022 года,

Регистрация участников: в 09 час.30 мин.

Прибытие и размещение команд в 09 часов.

Организаторам соревнований обеспечить дежурство медицинского работника во время соревнований.

Финансирование соревнований

Расходы по организации и проведению соревнований обеспечиваются за счет средств, предусмотренных муниципальным бюджетом, а также привлеченных спонсорских средств.

Расходы по направлению команд участников на этапы соревнований (проезд к месту проведения и обратно), питание в пути, страхование участников команды, приобретение формы и атрибутики команд осуществляется за счет средств направляющей стороны.

Питания участников соревнований и наградная продукция обеспечиваются за счет средств местного бюджета (смета в Приложении).

Экипировка участников

- личное снаряжение: спортивная форма с длинными рукавами, спортивная обувь, рабочие перчатки или рукавицы, головной убор, чашка, ложка, кружка;

- командное снаряжение: компас, часы, противогаз на каждого члена команды ГП-5 (ГП-7), медицинская аптечка, спички в герметичной упаковке, на каждую команду один огнетушитель ОП-5 (ОП) в рабочем состоянии.

Награждение

Команды образовательных учреждений, занявшие призовые места в отдельных (этапах) видах награждаются грамотами, команды, занявшие 1, 2, 3 места в общем зачете награждаются грамотами и кубками.

Подача заявок на участие

Предварительные заявки на участие в соревновании подаются по прилагаемой форме до 1 октября 2022 года на электронный адрес МБОУ СОШ №1 им. Героя РФ Романова В.В.: cool1s@mail.ru.

Сопроводительные документы

По прибытии к месту проведения соревнований руководитель команды представляет в оргкомитет следующие документы:

- заявку по прилагаемой форме, подписанную руководителем направляющей организации и заверенную печатью;
- приказ руководителя направляющей организации о возложении на руководителя команды ответственности за жизнь и здоровье детей;
- справку о проведении инструктажа по мерам безопасности по прилагаемой форме;
- справку о состоянии здоровья участников, заверенную медицинским работником за день до проведения соревнований;

Соревнования проводятся с учетом требований эпидемиологической ситуации и действующих ограничений.

Руководители командующих организаций несут полную ответственность за страхование участников соревнований, их жизнь и здоровье.

Заключительные положения

Данное Положение может быть изменено организаторами без усложнения этапов соревнований.

В случае некорректного поведения участников соревнований (в т.ч. руководителя, тренера команды) по отношению к судьям или организаторам соревнований (в т.ч. использование ненормативной лексики, употребления алкогольных, наркотических веществ, курения в неположенных местах, нарушения установленного распорядка дня соревнований) команда снимается с соревнований.

Программа соревнований включает пять этапов:

Каждая команда представляет свое название, эмблему, девиз.

1 ЭТАП. Полоса препятствий.

Старт всей команды по готовности.

Состав команды - 6 человек (из них не менее одной девушки). Дистанция проходится индивидуально каждым участником команды. Результат команды на дистанции определяется суммой времени прохождения дистанции каждым участником и суммой штрафных баллов, переведённых вовремя (1 штрафной балл = 1 минуте). В случае срыва участник возвращается на исходную сторону этапа и проходит этап заново (кроме этапа «Мышеловка», где у участника есть только одна попытка прохождения этапа). При повторном срыве участник заканчивает работу на этапе и безопасным способом переправляется на целевую сторону этапа (при невозможности переправиться самостоятельно, участник просит судью о помощи), при этом участник получает 1 штрафной балл за данный этап. При нарушении техники безопасности прохождения этапа (отсутствие самостраховки и т.д.), участник получает 1 штрафной балл и переправляется на целевую сторону этапа самостоятельно, соблюдая технику безопасности, либо при помощи судьи.

Список возможных этапов:

1. Наклонное бревно перейти с исходной стороны этапа на целевую по наклонному бревну любым способом, не касаясь земли
2. Тирольский мост преодолеть препятствие - пройти по подвесному мосту из деревянных перекладин, держась за перила моста
3. Вербочная лестница (рукоход) осуществить переход по горизонтальной вербочной лестнице (рукоход)

4. Переправа по параллельным перилам преодолеть препятствие, держась руками за верхнюю веревку, ногами нагружая нижнюю веревку
5. навесная переправа- зацепившись роликом за веревку переправиться на другой берег
6. Бабочка преодолеть препятствие - пройти по нижней веревке, держась за верхнюю
7. Качающееся бревно перейти с исходной стороны этапа на целевую по качающемуся бревну любым способом, не касаясь земли
8. Вертикальный маятник преодолеть препятствие, перелетев с исходной стороны этапа на целевую с опорой на веревку
9. Мышеловка преодолеть по-пластунски заданный коридор, не сбивая горизонтальные ограничители высоты, за каждую сбитую планку – 1 штраф.

2 ЭТАП. Боевое развёртывание пожарного расчета

Команда выставляет 6 человек из них не менее одной девушки. Старт команды осуществляется от оси заднего колеса цистерны в боевой одежде пожарного, пожарный ремень, каска, краги. Задачи проложить магистральную линию (диаметром 77мм 2 пожарных рукава), установить трех ходовое разветвление. От трех ходового разветвления проложить две рабочие линии по два рукава (диаметр 51), подсоединить к каждой рабочей линии пожарный ствол после чего подать команду водителю автоцистерны о подаче воды, поразить две мишени. Время останавливается после срабатывания двух маяков на мишенях. В случае поражения первой мишени участнику разрешается поразить вторую мишень со своей рабочей позиции. Укладка пожарного оборудования и технического снаряжения укладывается командой перед стартом самостоятельно. Все оборудование должно быть закреплено на штатных местах. Запрещается соединять между собой пожарные рукава в отсеке до старта Максимальная оценка – 250 баллов, которые присуждаются команде, выполнившей все нормативы и показавшей лучшее время. Командам, занявшим 2, 3 и последующие места (по времени), начисляется на 5 баллов меньше за каждое последующее место.

Победитель определяется по наибольшей сумме набранных баллов. За нарушение правил охраны труда команда может быть снята с этапа.

3 ЭТАП. «Поисково-спасательные работы на воде» (акватория)

Дистанция проходит на реке (имеется течение). Состав команды - 6 человек (не менее одной девушки). Контрольное время дистанции - 30 минут.

Общие условия 1. Участники в полном составе проходят дистанцию на судейском плавсредстве. Все этапы дистанции направлены на отработку действий участников при спасении на воде.

Прохождение всех этапов обязательно. На протяжении всей дистанции участники команды должны находиться в касках, спасательных жилетах, одежде, закрывающей колени и локти; при работе со страховкой обязательны перчатки. Намокание участников выше колена штрафует 10 баллами. На дистанции имеется зона условного водопада, уход команды за нее - 10 штрафных баллов.

При порче или потере судейского снаряжения, умышленного разрушения конструкций дистанции судейская коллегия, вправе поднять вопрос об аннулировании результата команды на дистанции «ПСР на акватории».

Финишем команды считается момент нахождения в зоне финиша всех участников команды, командного снаряжения и сигнал «Финиш», который подает голосом капитан команды. Участники должны финишировать до истечения КВ.

Условия прохождения некоторых этапов могут быть изменены.

Команды занимают места на основании итогового времени прохождения дистанции, которое представляет собой сумму времени прохождения дистанции и штрафных баллов за невыполненные командой элементы упражнения, переведённых во время (1 штрафной бал = 1 минуте).

Правила нахождения и передвижения в плав-средстве: - обязательно при нахождении в плавсредстве фиксировать свое положение с опорой на три конечности; - вставать в плавсредстве запрещено, если иное не оговорено в условиях этапов

Для выхода команды из плавсредства одному из участников необходимо сойти на берег и зачалить плавсредство за специально отведённое для этого место, при отсутствии такого места один участник должен осуществлять

постоянный контроль плавсредства с суши, удерживая за чалку (короткий кусок веревки, закрепленный за нос судна) или за леер (веревка проходящая вдоль всего судна).

Транспортировка снаряжения: - все необходимое командное снаряжение для прохождения этапов команда берет с собой на дистанцию до старта, и перевозит в плавсредстве либо на себе; - все командное снаряжение транспортируется от старта до финиша.

Один участник бросает «конец Александра» в зону условного пострадавшего (зачет выполнения условий этапа у участника, по лучшей из трех попыток). Концы фала не закреплены, при потере фала «конец Александра» команде не возвращается. Этап считается выполненным, если «конец Александра» попадает в створ. (Непопадание в зону пострадавшего - 3 ШБ).

Один участник бросает спасательный круг в зону условного пострадавшего (зачет выполнения условий этапа у участника, по лучшей из трех попыток). Концы фала не закреплены, при потере фала спасательный круг команде не возвращается. Этап считается выполненным, если спасательный круг попадает в створ (Непопадание круга в зону пострадавшего - 3 ШБ).

Финиш этапа в квадрате финиша дистанции.

4. ЭТАП. Поисково спасательные работы в условиях техногенного характера. АХОВ, пожар

Легенда: на химическом заводе произошла разгерметизация емкости с отравляющим веществом, впоследствии возник пожар. По информации на заводе осталось двое работников.

Задача: Все участники надевают костюм химической защиты Л-1. (рекомендуется использовать командные). Не допускается оставлять незащищенные части тела, одежды, а также надевание противогаза поверх капюшона. Разрешено использовать панорамные противогазы. Из бочки под напором вытекает опасное вещество.

Состав команды - 6 человек (из них не менее одной девушки). Контрольное время будет сообщено дополнительно перед соревнованиями. Соревнования

упражнения на этапе. Команда, нарушившая правила, подлежит дисквалификации. Команде дается 1 попытка на выполнение пожарной эстафеты. Время останавливается при условии выполнения всех указанных этапов, а также полное тушение горючей смеси порошковым огнетушителем (ОП-5) на 4 этапе. Пожарная эстафета включает следующие этапы:

Этап 1. Участник со стволом стоит перед линией старта. Эстафета начинается по исполнительной команде или сигналу стартера. Участник, подбежав к стеллажу, надевает боевую одежду и снаряжение, берет спасательную веревку, вяжет двойную спасательную петлю и надевает её на статиста (манекен), продолжает бег и передает эстафету. Форма одежды: спортивная обувь, спортивные штаны, футболка с длинным рукавом. Примечание: перед стартом участник самостоятельно укладывает на стеллаж боевую одежду и снаряжение пожарного.

Этап 2. Второй участник, приняв эстафету, преодолевает забор (высотой 1 м 70 см) любым способом, но без упора ногами о стойки или откосы забора, продолжает бег и передает эстафету. Форма одежды: спортивная обувь, спортивные штаны, футболка с длинным рукавом, спортивный ремень, спортивная каска. Примечание: при выполнении второго этапа оббегать забор запрещено, в момент приземления участника после преодоления забора поджигается горючая жидкость в противне

Этап 3. Третий участник, приняв ствол, подбегает к рукавам, берет их и преодолевает бум (высотой 100 см), затем подбегает к разветвлению, присоединяет к нему рукавную линию и прокладывает ее. Ствол к рукаву присоединяется до «ограничительной линии» и отсоединяется за ней. При пересечении линии отмыкания ствола спортсмен должен удерживать рукавную линию таким образом, чтобы судьи могли убедиться в правильности смыкания соединительных головок ствола и рукава. После передачи эстафеты (ствол пожарный) спортсмену четвертого этапа соединительные полу гайки рукавов должны быть сомкнуты (в том числе к разветвлению). Отсоединив ствол, участник передает эстафету. Примечание: два рукава в скатках устанавливаются в 15 м от начала этапа, в 25 м от начала этапа – передний конец сходни бревна, в 55

скамейки. Брюки сначала складываются по продольным швам штанин, затем второе «гармошкой» так, чтобы наверху находился передний разрез брюк с отогнутыми наружу краями. Лямки убираются в складки брюк. Брюки кладутся на куртку, поясом к краю стола. Каска кладется на брюки, защитным козырьком к кромке стеллажа. Перчатки (краги) кладутся в карманы куртки, либо закрепляются на карабин, расположенный на пожарном ремне.

2. Надевание пожарных брюк. Участник берется обеими руками за отогнутые наружу края пояса брюк, снимает их с места укладки, опускает их вниз – вперед. Поднимает правую (левую) ногу, согнутую в колене, с вытянутым вниз носком, продевает ее в штанину брюк. Тем же способом продевает левую (правую) ногу в другую штанину брюк и движением обеих рук, согнутых в локтях, вверх через стороны к плечам, не выпуская лямок из кистей рук, надевает их на плечи.

3. Надевание пожарной куртки. Участник продевает в рукава куртки кисти вытянутых вперед рук, затем поднимает их вверх над головой (одновременно поднимается и куртка) так, чтобы полы ее опустились за спину; продевает руки в рукава, опускает руки, застегивает все пряжки.

4. Надевание пояса. Участник левой ногой делает шаг вперед, левой рукой берется за пояс сверху у пряжки, большой палец подхватывает его снизу.левой рукой на себя вниз заносит с поясом левую руку, согнутую в локте, назад к пояснице и одновременно правую руку, согнутую в локте, также заносит назад. Кистью правой руки (ладонью) захватывает пояс у конца большим пальцем сверху. Движением обеих рук вперед обводит пояс вокруг себя, кисть левой у пряжки, кисть правой – у конца пояса, левую ногу приставляет к правой. Пальцами рук продевает конец пояса в пряжку, застегивает его, расправляет складки на куртке. Упражнение считается выполненным, когда боевая одежда и снаряжение надеты, лямки брюк надеты на плечи, куртка застегнута на все карабины (на молнию и на липучки), пояс застегнут и заправлен под пряжку, подбородочный ремень каски подтянут.

Порядок выполнения упражнения «Вязка двойной спасательной петли и надевание на спасаемого»: 1. Вязка двойной спасательной петли. Веревка в

размотанном состоянии уложена в одном метре перед статистом (манекеном). Необходимо сложить вчетверо конец спасательной веревки на длину разведенных в сторону рук, короткий и длинный конец веревки держать в левой руке, а двойную петлю – в правой, затем положить петли веревки, удерживаемой в правой руке, на предплечье левой руки, пропустить правую руку с внешней стороны в петлю, образуемую концами веревок, удерживаемых в левой руке, и петлями, перекинутыми через левую руку, взять правой рукой свисающие петли, протянуть их обратно и затянуть узел. 2. Окончание упражнения. После этого надо надеть по одной петле на ноги, а третью – на голову статиста (запасной из команды); коротким концом веревки обвязать спасаемого вокруг талии и завязать узлом. Допускается вязка двойной спасательной петли другим способом.

Команда дисквалифицируется в случаях: – допустят два фальстарта; – предварительно соединят рукава между собой; – при работе со стволом участник наступает на ограничительную линию или заступает за нее; – выполняет упражнение с нарушением требований экипировки; – превысят время (5 мин), отведенное на подготовку к старту с момента вызова команды судьей.

Победитель определяется по наименьшему времени прохождения дистанции.

Штрафы:

При надевании боевой одежды (куртка БОП не застегнута на все карабины, либо молнию), отсутствует пожарный ремень, либо ремень не заправлен под пряжку, подбородочный ремень каски не закреплен на подбородке. 10 секунд к общему времени забега

Заступ за зону передачи эстафеты участниками, при передачи пожарного ствола 10 секунд к общему времени забега

Участник выполняющий 4 этап (тушение противня порошковым огнетушителем) не опустил забрало каски (панорамное защитное остекление) 20 секунд к общему времени забега

Определение победителей.

Победители определяются:

-на 1 - 5 этапах по наименьшему времени. Команда не выполнившая задание на этапе, либо не прошедшая дистанцию этапа, перемещается на последнее место на данном этапе.

Организаторы соревнований оставляют за собой право изменения условий соревнований не усложняя этапы соревнований.

ПРИЛОЖЕНИЕ

СМЕТА

На проведение соревнований «Школа безопасности» 2022 г.

	наименование	количество	Сумма за единицу	всего
1	Питание участников	60 чел	150 руб.	9 000 руб.
2	граммты	40шт.	20 руб.	800 руб.
3	кубки	6 шт.	1 500 руб.	9 000 руб.
4	итог			18 800 рублей

ПРИЛОЖЕНИЕ № 2

При проведении реанимационных мероприятий крайне важное значение имеет фактор времени. Чем раньше начато оживление, тем больше шансов на успех. Исходя из этого, искусственное дыхание желательно начинать уже на воде.

Если функция кровообращения сохранена (пульсация на сонных артериях), на нет дыхания, полость рта освобождают от инородных тел. Для этого её очищают пальцем, обёрнутым бинтом, удаляют съёмные зубные протезы. Нередко рот пострадавшего невозможно открыть из-за спазма жевательных мышц. В этих случаях проводят искусственное дыхание "рот в нос"; при неэффективности этого метода используют роторасширитель, а если его нет, то применяют какой-либо плоский металлический предмет (не сломать зубы!). Что касается освобождения верхних дыхательных путей от воды и пены, то лучше всего для этих целей применить отсос. Если его нет, пострадавшего укладывают животом вниз на бедро спасателя, согнутое в коленном суставе. Затем резко, энергично сжимают его грудную клетку. Эти манипуляции необходимы в тех случаях реанимации, когда проводить искусственную вентиляцию лёгких невозможно из-за перекрытия дыхательных путей водой или пеной. Проводить эту процедуру надо быстро и энергично. Если в течение нескольких секунд эффекта нет, надо приступить к искусственной вентиляции лёгким. Если кожные покровы бледные, то надо переходить непосредственно к искусственной вентиляции лёгких после очищения полости рта.

Пострадавшего укладывают на спину, освобождают от стесняющей одежды, голову запрокидывают назад, помещая одну руку под шею, а другую накладывают на лоб. Затем выдвигают нижнюю челюсть пострадавшего вперёд и вверх так, чтобы нижние резцы оказались впереди верхних. Эти приёмы выполняют с целью восстановления проходимости верхних дыхательных путей. После этого спасатель делает глубокий вдох, немного задерживает дыхание и, плотно прижимаясь губами ко рту (или к носу) пострадавшего, делает выдох. При этом рекомендуется зажимать пальцами нос (при дыхании рот в рот) или рот (при дыхании рот в нос) оживляемого. Выдох проводится пассивно, при этом дыхательные пути должны быть открыты.

Если при искусственной вентиляции лёгких из дыхательных путей пострадавшего выделяется вода, которая затрудняет вентиляцию лёгких, надо повернуть голову в сторону и приподнять противоположное плечо; при этом рот утонувшего окажется ниже грудной клетки и жидкость выльется наружу. После этого можно продолжать искусственную вентиляцию лёгких. Ни в коем случае нельзя прекращать искусственную вентиляцию лёгких при появлении самостоятельных дыхательных движений у пострадавшего, если его сознание ещё не восстановилось или нарушен или резко учащен ритм дыхания, что свидетельствует о неполном восстановлении дыхательной функции.

В том случае, если отсутствует эффективное кровообращение (нет пульса на крупных артериях, не выслушиваются удары сердца, не определяется артериальное давление, кожные покровы бледные или синюшные), одновременно с искусственной вентиляцией лёгких проводят непрямой массаж сердца. Оказывающий помощь становится сбоку от пострадавшего так, чтобы его руки были перпендикулярны к поверхности грудной клетки утонувшего. Одну руку реаниматор помещает перпендикулярно груди в её нижней трети, а другую кладёт поверх первой руки, параллельно плоскости грудины. Сущность непрямого массажа сердца заключается в резком сдавлении между грудиной и позвоночником; при этом кровь из желудочков сердца попадает в большой и малый круг кровообращения. Массаж должен выполняться в виде резких толчков: не надо напрягать мышцы рук, а следует как бы "сбрасывать" массу своего тела вниз - ведёт к прогибанию грудины на 3-4 см и соответствует сокращению сердца. В промежутках между толчками руки от грудины отрывать нельзя, но давления при этом не должно быть - этот период соответствует расслаблению сердца. Движения реаниматора должны быть ритмичными с частотой толчков около 100 в минуту.

Массаж является эффективным, если начинает определяться пульсация сонных артерий, сужаются до того расширенные зрачки, уменьшается синюшность. При появлении этих первых признаков жизни непрямой массаж сердца следует продолжать до тех пор, пока не начнёт выслушиваться сердцебиение.

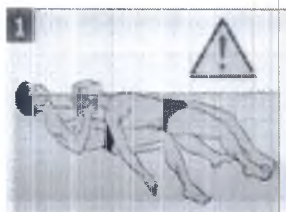
Если реанимация проводится одним человеком, то рекомендуется чередовать непрямой массаж сердца и искусственное дыхание следующим образом: на 4-5 надавливаний на грудину производится 1 вдувание воздуха. Если спасателей двое, то один занимается непрямым массажем сердца, а другой - искусственной вентиляцией лёгких. При этом 1 вдувание воздуха чередуют с 5 массажными движениями.

Следует учитывать, что желудок пострадавшего может быть заполнен водой, пищевыми массами; это затрудняет проведение искусственной вентиляции лёгких, непрямого массажа сердца, провоцирует рвоту.

После выведения пострадавшего из состояния клинической смерти его согревают (завёртывают в одеяло, обкладывают тёплыми грелками) и делают массаж верхних и нижних конечностей от периферии к центру.

При утоплении время, в течение которого возможно оживление человека после извлечения из воды, составляет 3-6 минут.

Краткий алгоритм действий:



Убедись, что тебе ничто не угрожает. Извлеки пострадавшего из воды. (При подозрении на перелом позвоночника — вытаскивай пострадавшего на доске или щите.)



Уложи пострадавшего животом на свое колено, дай воде стечь из дыхательных путей. Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. Очисти полость рта от посторонних предметов (слизь, рвотные массы и т.п.).

Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) «скорую помощь».



Определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания.



Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют — немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. Продолжай реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения



После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за состоянием!

ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ ЗАЯВКА

на участие в соревновании «Школа безопасности»

07 октября 2022 года

команды _____

(название города, объединения, организации и т.п.)

(наименование образовательного учреждения и т.п., адрес полностью с почтовым индексом, тел/факс)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество (полностью)	Дата рождения (число, месяц, год)	Домашний адрес
1			
2			
3			
4			
5			

Руководитель

команды _____

(ФИО полностью, должность, мобильный телефон)

Представитель
командирующей
организации

(ФИО полностью, должность, телефон)

ЗАЯВКА
на участие в соревнованиях
07 октября 2022 года

№ п/п	Фамилия, имя участника команды (полностью)	Дата рождения (число, месяц, год)	Образовательное учреждение	Допуск врача к соревнованиям
1				
2				
3				
4				
5				

Всего допущено к соревнованиям _ человек _____

(подпись, ФИО врача)

Командир команды: _____

(подпись, ФИО)

Руководитель команды: _____

(подпись, ФИО)

Тренер: _____

(подпись, ФИО)

Руководитель организации: _____

(подпись, ФИО)

М.П.

СПРАВКА

о проведении инструктажа по мерам безопасности

Настоящей справкой удостоверяем, что со всеми нижеперечисленными членами команды _____, направленными на соревнования 08 октября 2022 года, проведен инструктаж по следующим темам:

1. Правила поведения во время проведения соревнований.
2. Меры безопасности во время движения в транспорте и пешком к месту проведения соревнований.
3. Меры безопасности во время проведения соревнований, противопожарная безопасность.

№	Фамилия, имя, отчество	Личная подпись членов команды, с которыми проведен инструктаж
1		
2		
3		
4		
5		

Инструктаж проведен _____

(указать ФИО, должность лица, проводившего инструктаж)

Подпись лица, проводившего инструктаж _____

Руководитель команды: _____

(подпись, ФИО)

Тренер: _____

(подпись, ФИО)

Приказ по _____

(указать наименование образовательного учреждения)

«О назначении ответственных за жизнь, здоровье и безопасность членов команды
в пути и во время проведения соревнований от _____ № _____.

Руководитель организации: _____

(подпись, ФИО)

М.П.