**Условия проведения соревнований, конкурсных мероприятий**

**городского выездного сбора актива обучающихся кадетских классов муниципальных общеобразовательных учреждений «Кадетское братство»**

1. **КВЕСТ на командообразование3**

 К участию приглашается команда из 10 человек. Каждой команде вручается маршрутный лист с указанием порядка прохождения этапа – испытания. Всего 8 этапов. Время для прохождения этапа 10-15 мин. Все команды стартуют одновременно. На каждом этапе одновременно выполняют задание 2 команды. Квест носит соревновательный характер Маршрутный лист команда сдает по окончании всех этапов. Этапы КВЕСТа

 Задача КВЕСТа:

- использование возможностей физического воспитания в профилактике социально негативных явлений и пропаганда здорового образа жизни;

- объединение участников городского сбора актива «Кадетское братство»;

- сплачивание и знакомство команд в интерактивной форме, неформальной обстановке.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | Название этапа | Баллы |
|  | Эрудит |  |
|  | Лабиринт |  |
|  | Твистер |  |
|  | Большая скакалка |  |
|  | Граната |  |
|  | Первая медпомощь |  |
|  | Школа выживания |  |
|  | Пронести мину |  |

 **2. Конкурса знакомств «Визитка команд»**

Каждая команда-участница представляет один номер регламентом не более 5-7 минут на сцене. В выступлении команды должны быть отражена специализация кадетского отряда *(*Конкурс будет проходить в актовом зале, выход команды на сцену из-за кулис. В помощь: Проектор, Экран, Звук).

.Пресс-центр, из делегированных кадетов от каждой команды представляет жюри Конкурса, которое определяет трех победителей.

Жюри оценивает:

* Идея Визитки
* Стиль команды (внешний образ)
* Массовость выступления
* Умение работать на сцене
* Наличие оригинальных идей

 После выступления команд, будут подведены итоги. Итоги Конкурса оформляются протоколом**.** Каждый критерий оценивается по 5-и бальной системе.

 **3**.  **Конкурс танцевальный Флэшмоб «Танцуй со мной»**

Каждая команда-участница представляет один танцевальный номер регламентом не более 5 минут. В музыкальном оформлении использовать песни или мелодии отечественных исполнителей. Формат выступления, определяется командой, главное оно должно быть танцевальным.

 **Условия проведения «Кадетской битвы»**

**Конкурс военной песни «Когда поют кадеты» (вечер военной песни)**

 Тематика: современные песни о воинах и военной службе.Виды исполнения: хоровое и вокальное.Звуковое оформление должно быть представлено на USB флеш – носителе. Разрешается использование фонограмм с «бэк-вокалом». Не допускается DOUBLE-вокал (голосовое дублирование основной партии). Возможно использование видео материалов без звукового ряда (фонограмма отдельно от видео) в формате wmv, avi.

 Критерии оценки исполнительского мастерства участников Конкурса:

**-** певческая подготовка исполнителей;

- участие всей команды;

- сценический образ;

 - оригинальность;

- выбор репертуара **(**соответствие теме Конкурса).

Пресс-центр, из делегированных кадетов от каждой команды представляет жюри Конкурса. Жюри оценивает выступления участников Конкурса по 5-балльной системе по каждому критерию.Команды, занявшие 1 место (победители) и 2, 3 места (призёры) награждаются Грамотами Лауреатов I, II, III степеней департамента образования мэрии города Ярославля.

**Туристическая полоса препятствий.**

 Лично-командные соревнования. На территории расположено несколько этапов. Объявляется старт команде и каждый участник бежит на свой, ранее выбранный этап. Задача: за отведенное время (15 минут) набрать возможно большее количество баллов, преодолевая препятствия, в конце которых судья делает отметку. В прохождении этапов участвует каждый член команды. Команда передвигается по этапам в свободном порядке.

По истечении отведенного времени вся команда собирается на финише. При отсутствии участника снимается по 1 баллу. При выполнении задачи и прохождения этапов туристической полосы документы каждого участника сдаются в судейский штаб.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № этапа |  | Максимальное кол-во человек на этапе | Максимальное кол-во баллов на этапе |
|  | Переправа через реку | 1 | 12 |
|  | Преодоление спуска – подъема с самостраховкой | 1 | 8 |
|  | Выживание | 1 | 8 |
|  | Вязание узлов (6 узлов). | 2 | 12 |
|  | Оказание первой медицинской помощи | 2 | 8 |
|  | «Лабиринт» | 1 | 6 |
|  | Ориентирование на местности | 2 | 10 |
|  | Маятник горизонтальный.  | 1 | 4 |

**1.** **Переправа через реку**

Этап оборудуется между деревьями на расстоянии 10-15 метров. Расстояние между нижней и верхней верёвками в точках закрепления к деревьям – 1,5-1,8 метра.

Участник:

поднимается на нижнюю верёвку; самостраховочным усом страхуется на верхнюю верёвку; держась за верхнюю веревку руками, приставными шагами боком передвигается по нижней верёвке;

при срыве с нижней верёвки участник самостоятельно подтягивается, встаёт на нижнюю верёвку и продолжает движение (штраф 1 балл).При срыве с нижней и верхней верёвок и зависании на самостраховочном усе, участник при невозможности самостоятельно восстановить положение обращается к судье на этапе за помощью. Судья отстёгивает страховочный ус и возвращает участника на начало этапа (штраф 2 балла). Участник восстанавливает положение и продолжает движение.

На другой стороне этапа участник снимает самостраховочный ус с верхней веревки и далее переходит **на переправу вида «Бабочка».**

Этап оборудуется между деревьями на расстоянии 10-15 метров. Расстояние между нижней и верхней верёвками в точках закрепления к деревьям – 1,5-1,8 метра. В средней части веревки соединены скользящим карабином.

Участник поднимается на нижнюю верёвку; самостраховочным усом страхуется на верхнюю верёвку, держась за верхнюю веревку руками, приставными шагами боком передвигается по нижней верёвке; на стыке веревок свободный самостраховочный ус вщелкивает в последующую веревку, снимает первый самостраховочный ус и продолжает движение; при срыве с нижней верёвки участник самостоятельно подтягивается, встаёт на нижнюю верёвку и продолжает движение (штраф 1 балл). При срыве с нижней и верхней верёвок и зависании на самостраховочном усе, участник при невозможности самостоятельно восстановить положение обращается к судье на этапе за помощью;

судья отстёгивает страховочный ус и возвращает участника на начало этапа (штраф 2 балла). Участник восстанавливает положение и продолжает движение, на другой стороне этапа снимает самостраховочный ус с верхней веревки и подает команду остальным участникам "ПЕРИЛА СВОБОДНЫ".

Максимальное число баллов составляет 12.

**2. Преодоление спуска - подъема с самостраховкой.**

Подъем. Задача участников: подняться вверх по склону, используя навешенные судьями вертикальные перила (веревка, закрепленная в верхней точке). Участники должны проходить опасный участок, захватывая веревку поочередно правой и левой рукой способом «наизворот», т.е. обкручивая ее вокруг кисти и предплечья. Веревка должна находиться в «нагруженном» (натянутом) состоянии. Участникам рекомендуется двигаться, широко расставляя ноги, что повышает их устойчивость на склоне.

На веревке может находиться только один участник, т.е. при движении участника по перилам на опасном участке никакой другой участник группы не должен касаться веревки.

Спуск. Задача участников: спуститься вниз по склону, используя навешенные судьями вертикальные перила (веревка, закрепленная в верхней точке). Участники должны проходить опасный участок «спортивным способом», т.е. пропустив веревку за спиной, удерживая ее обеими руками и обмотав веревку одним витком вокруг предплечья и кисти верхней по склону руки.

Участники должны быть одеты в штормовки, рукавицы и головной убор.

На веревке может находиться только один участник, т.е. при движении участника по перилам на опасном участке никакой другой участник группы не должен касаться веревки.

Максимальное число баллов составляет 12.

**3. Выживание.**

Задача:

1. соорудить 3 вида костра (3 балла)
2. разведение сигнального костра (2 балла)
3. соорудить простейшее укрытие из плащ-палатки на одного-двух человек (3 балла)

Максимальное число баллов составляет 8.

**4. Вязание узлов** (6 узлов).

Участник завязывает 6 узлов («Встречный», «Проводник-восьмерка», «Схватывающий», «Прямой», «Удавка», «Булинь»). За каждый правильно завязанный узел – 2 балла. Судья на этапе проверяет правильность выполнения вязания узла. За каждую ошибку- штраф 1 балл. Максимальное число баллов составляет 12.

**5. Оказание первой медицинской помощи.**

Необходимо в кратчайшие сроки оказать неотложную самопомощь в ситуации получения травмы голени, раны бедра и артериального течения из бедренной артерии из подручных материалов. Время не учитывается. Судья на этапе проверяет правильность выполнения повязок и последовательность действий. За каждый правильный элемент 2 балла, за ошибку в действиях штраф – 1 балл. Максимальное число баллов составляет 8.

**6.** **«Лабиринт».**

После объяснения судьи, участник приступает к выполнению.Этап оборудуется между опорами (это могут быть деревья), вокруг которых привязывается верёвка. Расстояние между деревьями 10-15 метров, высота от земли варьирует от 0,3м до 1,3м.

Участник должен пристегнуться карабином в начале этапа и отстегнуться в конце этапа. Участник должен пройти этап за 2 мин. Максимальный бал-6. За каждые лишние 30 сек.- штраф 1балл.

**7. Ориентирование на местности**.

Участник получает карту местности с обозначенными КП. Задача за отведенное время найти 5 КП и определить 5 азимутов на указанные объекты на местности, сделать отметки контрольных пунктов. За каждый контрольный пункт 1 балл и правильность определения азимута 1 балл. За погрешность более 10 градусов – штраф 1 балл. Максимальное число баллов составляет 10.

**7. Вязание узлов** (6 узлов).

Участник завязывает 6 узлов («Встречный», «Проводник-восьмерка», «Схватывающий», «Прямой», «Удавка», «Булинь»). За каждый правильно завязанный узел – 2 балла. Судья на этапе проверяет правильность выполнения вязания узла. За каждую ошибку- штраф 1 балл. Максимальное число баллов составляет 12.

**8.Маятник горизонтальный.**

Оборудование этапа: Судейские страховочные перила, маятник, опора (веревка).

Действия: Переправа участников на самостраховке. Максимальное число баллов составляет 4.

Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами департамента образования мэрии города Ярославля.

**Смотр- конкурс знаменных групп**

Смотр-конкурс знаменных групп объединений военно-патриотической направленности (далее – смотр-конкурс) призван выявить лучшие знаменные группы. К участию в смотре-конкурсе приглашаются команды-участники сбора.

Общее количество участников в каждой группе – 7 человек: командир команды и 2 смены знаменных групп, в составе каждой – знаменщик и два ассистента.

 **Порядок действий знаменных групп на этапах смотра- конкурса.**

**Этап 1**. **Выход команды. Рапорт командира команды.**

Перед началом выступления командир знаменной группы выстраивает команду в одношереножный строй (знамя у первого знаменщика,), подходит к судье и производит рапорт о готовности команды к выступлению. После приветствия судьи и разрешения к выступлению команда проходит испытания по правилам соревнования.

**Этап 2. Вынос знамени.** Перед выносом знамени командир возвращается в строй команды на правый фланг и поворачивается налево в сторону строя. Команда «**Знаменная группа, Напра-ВО**». Знаменная группа перестраивается для передвижения. Смена знаменной группы после выхода остается в исходном положении. Команда «**Шагом**» - знамя поднимается на левое плечо, Команда «**Марш**» -командир поворачивается кругом и начинает движение. Командир прикладывает правую руку к головному убору и выполняет воинское приветствие во время прохождения этапа, Знаменная группа делает круг по площадке против часовой стрелки. Команда «**Стой**». Знамя переводится в положение в строю. Команда «**на ле - ВО**». Знаменная группа поворачивается налево и перестраивается.

**Этап 3. Представление знамени.**

Командир выходит из строя на несколько шагов и поворачивается к строю. Команда «Знамя на средину». Знаменщик берет знамя «подвысь» и выходит из строя на несколько шагов. Команда «Знамя представить» Знаменщик показывает аверс и реверс знамени, после чего возвращает знамя «подвысь». Команда «Стать в строй». Знаменщик поворачивается кругом, встает в строй, делает поворот кругом и опускает знамя.

**Этап 4. Склонение знамени.**

Команда «**Знамя склонить**». Команда «**Вольно**».

**Этап 5. Смена караула у знамени.**

Команда «**Смена знаменной группы напра-ВО. Шагом – Марш**!». Команда «**Смена. Нале-ВО**». Команда «**Смена делай раз, два, три**». Знаменные группы меняются местами. Для ассистентов сменившей смены команд старшей группы - команда «**на пле-ЧО**». Команда для ухода сменившейся смены «**на ле-ВО, шагом-Марш**», а смена уходит на исходную позицию. После остановки смена поворачивается направо.

**Этап 6. Прохождение торжественным маршем.**

Командир становится на правом фланге знаменной группы. Смена основного состава выстраивается на левом фланге основного состава. Команда «**Напра-ВО**». Знаменная группа перестраивается Команда «**Смирно**». Командир поворачивается лицом к знаменной группе. Команда «**К торжественному маршу! На пле-ЧО**». Знаменщик поднимает знамя вертикально Команда «**равнение направо, шагом - Марш**». Командир поворачивается кругом. После команды «Марш» знаменная группа начинает движение вперед. Команда «**Счет, И, - Раз**!». После отклика строя «**И, - Раз**» командир команды младшей группы поворачивает голову направо, подносит правую руку к головному убору и прекращает движение левой рукой. Остальные прекращают движение руками. Знаменщик и ассистенты при знамени, а также правофланговые, головы не поворачивают. Команда «**Счет, И, - Два**!». После отклика строя «**И - Два**» командир ставит голову прямо, опускает правую руку и продолжает выполнять движения руками. На этапе прохождения торжественным маршем знаменная группа делает один круг по площадке против часовой стрелки и возвращается в исходное положение. Команда «**Стой**». Знамя опускается для положения в строю. Команда «**На ле-ВО**». Знаменная группа перестраивается.

**Этап 7. Относ знамени.**

Команда «**Напра-ВО**». Знаменная группа перестраивается. Команда «**Знаменщик за мной, шагом –МАРШ**». По команде «**Шагом**» знаменщик поднимает знамя на левое плечо Знаменная группа делает круг по площадке против часовой стрелки и становится на правом фланге смены, стоящей в исходном положении в одну шеренгу. Команда «**Стой**». Знаменщик опускает знамя. Команда «**на ле-ВО**», знаменная группа перестраивается. Смена знаменной группы становится со знаменной группой в одну шеренгу. Команда «**Смирно! Равнение на** **средину** Командир подходит к судье с докладом: « **Товарищ!».** **судья. Показ действий знаменной группы \_\_\_\_\_\_\_\_\_(название команды) окончен. Командир знаменной группы \_\_\_\_\_\_ (фамилия)»**

**Примечание:**

В знаменных группах, кроме оценки выполнения основных этапов соревнования, оцениваются элементы строевой подготовки и внешний вид как в составе группы, так и индивидуально.

Подробнее порядок действия знаменных групп изложен в «Методическом пособии для подготовки личного состава знаменных групп кадетских классов и объединений военно–патриотической направленности города Ярославля», согласованном с департаментом образования мэрии города Ярославля.

**3. Подведение итогов смотра-конкурса и награждение.**

После выполнения заданий программы смотра-конкурса знаменные группы получают суммарную оценку, выражающуюся в баллах, полученных из суммы оценок отдельных этапов Конкурса, а также оценки уровня строевой подготовки и внешнего вида (максимальная оценка -10 баллов).

**4. Протокол.**

Оценки, полученные командами, выводятся в «Протоколе конкурса знаменных групп»

Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами департамента образования мэрии города Ярославля.

 **Интеллектуальная историческая игра.**

 Правила Игры на конкурсе будут объявлены ведущим непосредственно перед ее началом. В настоящей Игре представлено несколько тематических категорий, на вопросы которых команды отвечают поочередно.

Тематические категории:

1. Герои Великой Отечественной войны (герои Ярославля, герои России, пионеры-герои);
2. Локальные военные конфликты 20-21 веков (участники, причины и последствия)
3. Техника и вооружение российской армии (по фото назвать вид вооружения)
4. Ордена и медали в отечественной истории.

Штрафные санкции:

 Применяются в случае, если присутствуют:

- подсказки других команд;

- использование телефонов, умных часов, прочих технических средств для выхода в Интернет; кроме этого, использование для поиска ответов сторонних источников в бумажном, печатном виде;

- выкрикивание ответов со своих мест как участниками других команд, так и участниками команды, отвечающей на вопрос, до конца его озвучивания.

 В Игре присутствуют несколько категорий. В каждой из них присутствуют задания на разное количество баллов. Количество баллов варьируется от меньшего к большему в зависимости от сложности. Команда вправе выбрать любую категорию с вопросами разной стоимости, выраженной в баллах. Следовательно, за каждый правильный ответ команда получает количество баллов, соответствующее выбранной ими позиции.

 Итоги игры подводят судьи-организаторы. Время проведения игры составляет 80 минут. Места определяются по наибольшей сумме баллов. Итоги оформляются протоколом**.** Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами департамента образования мэрии города Ярославля.

 **Военизированная эстафета «Тропой спецназа»**

 Команда от школы 9 человек, 1 чел.-запасной. Все команды проходят предварительный инструктаж. Каждый из 9 членов команды встаёт на свой этап. Общий старт одновременно по 1 участнику от команды на первом этапе. Участник выполняет данное судьёй команду и бежит на второй этап, где его ждёт второй участник команды. Второй, получив эстафету выполняет задание судьи. Выполнив задание, два участника от команды бегут вместе к третьему этапу и так далее пока не соберут всю команду и в полном составе финишируют. Время фиксируется по последнему участнику, пересёкшему финиш.

**1 этап:** **Сборка магазина.**

Участнику команды разбирает и собирает магазин из 15 патронов.

**2 этап:** **Противогаз**

Участник на скорость одевает индивидуальный противогаз и ищет объект в задымлённом помещении, в нём вопрос, на который надо ответить.

**3 этап:** **Обезвредить нападающего**

Применить прием самообороны.

**4 этап:** **Метание гранат в горизонтальную мишень.**

После объяснения судьи и получении гранат, участник бросают гранаты в мишени. Оценивается точное попадание в цель, закатывание и заскок попаданием не считаются. Расстояние до мишеней: 15-20 метров.

**6 этап**: **Метани**е **ножей**.

Участник должен попасть в мишень-объект.

**7 этап:** **Стрельба по мишеням (биатлон)**

Участник стреляет по 5 мишеням. 1 промах - 1 штрафной круг бежит вся команда

**8**. **этап**: **Преодоление гати. (Вся команда)**

**9 этап:** **Пострадавший**

Пострадавший оказывает себе самопомощь: остановка кровотечения (с помощью жгута), наложение шины, повязки. Далее команда переносит раненого на плащ-палатке до следующего этапа.

**10 этап:** **Шифровка.**

Участнику предлагается расшифровать послание

Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами департамента образования мэрии города Ярославля.

**Оружейного квест**

 Команды школ объединяются по 2-3 команды в один отряд (по результатам жеребьёвки) и в таком составе проходят по этапам КВЕСТа. На каждой станции будет предложен демонстрационный материал в виде различных видов вооружения и историческая справка об этом оружие. По итогу работы кадеты должны будут ответить на **вопросы теста.** Победители определяются по количеству набранных баллов. Победители награждаются грамотами.

**1. Холодное оружие.**

Проводится демонстрация холодного оружия и его назначение, рассказ об истории создания, способы обращения с холодным оружием. Демонстрация строевых приемов с шашками.

**2. Автоматы и пулемёты Калашникова.**

Представляются виды пулеметов и автоматов М.Т. Калашникова. История их создания, тактико-технические характеристики данных видов, правила сохранения и использования.

**3. Пистолеты и амуниция**

Виды пистолетов, их тактико-технические характеристики, использование и сохранение.

Пистолеты, стоящие на вооружении в ВС РФ И МВД.

**4. Основные виды военной техники армии, флота и авиации.**

**Итоговый тест:** Выполняет вся команда.Тест включает в себя 4 тематических блока, в каждом блоке 10 вопросов. К каждому вопросу предлагается несколько вариантов ответа, один из которых правильный. На написание теста отводится 30 минут. За каждый правильный ответ -1 балл.

Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами департамента образования мэрии города Ярославля.

 **Военно-спортивное многоборье 2024 .**

* 1. **Стрельба из пистолета (электронный тир).**

Командно-личное первенство.

 Стрельба ведется из положения стоя. Расстояние до мишени - 10 метров. Время для проведения стрельбы на каждую команду не должно превышать 15 минут. Участникам команды, не уложившихся в отведённое время, выставляется худший результат участника данной команды.

Каждый участник производит 3 пристрелочных и 5 зачетных выстрелов по мишени. Результат определяется путем суммирования очков попаданий.

Соревнование проводится в командном и личном первенстве.

**1.2. Соревнования по разборке и сборке массогабаритного макета АК-74.**

 Командно-личное первенство.

Автомат лежит на столе и подстилке затворной рамой вниз. Участник находится у оружия (на исходном положении) с опущенными руками. Руководитель подает команду: «К неполной разборке и сборке оружия – ПРИСТУПИТЬ».
 При выполнении неполной разборки автомата обучаемый отделяет магазин и проверяет, нет ли патрона в патроннике. Вынимает пенал принадлежности из гнезда приклада. Последовательно отделяет шомпол, дульный тормоз-компенсатор, крышку ствольной коробки, возвратный механизм, затворную раму с затвором, отделяет затвор от затворной рамы и газовую трубку со ствольной накладкой. Оружие разобрано. Части и механизмы автомата аккуратно разложены на столе в порядке разборки и не касаются друг друга.
 При выполнении сборки после неполной разборки автомата, последовательно выполняются все операции в обратном порядке.
 Время отсчитывается от команды «К неполной разборке и сборке оружия - ПРИСТУПИТЬ» до доклада обучаемого «ГОТОВО».
 Ошибки при выполнении норматива (прибавление 5 сек.):
− нарушение порядка разборки и сборки АК-74;
− удары деталей АК-74 и их перекрещивание;
− падение деталей со стола;
− спуск курка с боевого взвода ниже 45 градусов.
Время для проведения разборки и сборки АК-74 на каждую команду не должно превышать 20 минут.
Каждому участнику на разборку и сборку АК-74 отводится одна попытки. В командном соревновании в зачёт идут результаты 7 лучших участников. Победителями становятся команды, показавшие меньшее время разборки и сборки АК-74, а также участники (в
личном первенстве). Место, занятое командой, идет в зачет «Кадетской битвы».

**1.3. КСУ (комплексно-силовые упражнения).**

 Командно-личное первенство.

 КСУ – комплекс силовых упражнений, состоящий из сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу и поднимания туловища из положения, лежа на спине.

 Правила выполнения упражнения:

1. Исходное положение участника-лежа,
2. Допускается естественный сгиб в коленном суставе
3. Засчитывается касание участником локтем колена.

В командном соревновании в зачёт идут результаты 7 лучших участников. Победителями становятся команды, показавшие лучший суммарный результат. В зачет идет общекомандный результат и личный.
 На выполнение упражнений каждому участнику отводится 1 минута. По команде судьи «К выполнению упражнений приступить» участник приступает к их выполнению (на каждое дается 30 сек.). После команды судьи «Смена» участник меняет положение и приступает к выполнению
следующего упражнения. Порядок упражнений определяется самим участником.
 **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу**, выполняется из исходного положения (ИП): упор, лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.
Участник, сгибая руки, касается грудью пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, возвращается в ИП и, зафиксировав его на 0,5 сек, продолжает выполнение
− разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов на протяжении 30 сек.
Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи в ИП.
Ошибки (попытка не засчитывается):
− касание пола коленями, бедрами, тазом;
− нарушение прямой линии «плечи — туловище — ноги»;
− отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
− поочередное разгибание рук;
− отсутствие касания грудью пола (платформы).
**Поднимание туловища из положения лежа на спине** выполняется из исходного положения (ИП): лежа на спине на гимнастическом мате (туристическом ковре), руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 30 сек., касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища. Для выполнения упражнения создаются пары. Один из партнеров выполняет упражнение, другой, по желанию, удерживает его ноги за ступни и голени. Допускается естественный сгиб в коленном суставе. Затем участники меняются местами.
Ошибки (попытка не засчитывается):
− отсутствие касания локтями бедер (коленей);
− отсутствие касания лопатками мата;
− пальцы разомкнуты «из замка»;
− смещение таза.
В зачет идет правильное количество сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу и поднимание туловища из положения, лежа на спине без ошибок.

Победителями становятся команды, набравшие наибольшее количество баллов, а также участники (в личном первенстве). Место, занятое командой, идет в зачет «Кадетской битвы».

**1.4. Жизненноважные узлы**

 Командное первенство

 По команде педагога вся команда одновременно должна связать 6 узлов за как можно меньшее время. Останавливается секундомер по последнему связанному узлу, последние громко и четко кричат «СТОП», чтобы судья слышал и знал, что команда закончила вязать. Виды узлов: «Встречный», «Проводник-восьмерка», «Схватывающий», «Прямой», «Удавка», «Булинь». Судья проверяет правильность выполнения узлов и выставляет оценку по каждому узлу по 5-и бальной системе. Баллы команды суммируются.

**1.5. Медико – санитарная подготовка.**

 Командное первенство

 Общее количество участников от общеобразовательного учреждения в каждой группе – 10 человек: две медицинские сестры, один – пострадавший, семь – очевидцы несчастного случая.
 Обучающиеся выбирают 1 билет на команду, который содержит в себе:
1- вопрос практический, 2- вопрос ситуационная задача. Обучающиеся делятся на 2 группы: 1-ая - решают практический вопрос: оказание доврачебной помощи. 2-ая - очевидцы несчастного случая – решают ситуационную задачу.

Первыми начинает показывать действия 1 группа.

Далее переходит ответ 2-ой группе, которая рассказывают и демонстрируют судье этапа правильные ответы или действия.

Задания для первой группы:

ПП при ранении головы

ПП при проникающем ранении грудной клетки

ПП при ранении в области живота

ПП при ранении глаз

ПП при ранении в руку, в ногу

ПП при колотой ране (швейная игла, гвоздь, арматура, при падении на острые предметы)

ПП при резанной ране (ножи, бритвы, ножницы, стекло)

ПП при ушибленной ране (палка, камень, полено, бревно, при падении на тупые предметы)

ПП при размозжённой ране (падение глыбы, бетонной плиты, во время транспортной аварии)

ПП при травме лёгкого.

ПП при переломе (бедра, голени, плеча, предплечья, кисти)

**1.6. Подтягивание.**

Личное первенство

 Подтягивание на высокой перекладине выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды.

 Испытание выполняется на максимальное количество раз доступное участнику.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

**Ошибки,** в результате которых испытание не засчитывается:

— нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги);

— нарушение техники выполнения испытания;

— подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины;

— фиксация исходного положения менее чем на 1 секунду;

— подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем);

— явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

Участвуют 5 человек от команды. Засчитывается максимальное количество подтягиваний без прерывания.

Баллы команды суммируются. В зачет идет также личное первенство.

 **1.7. Прыжки через скакалку.**

Командно-личное первенство.

 Участвуют 5 человек от команды. Засчитывается максимальное количество прыжков, без прерывания. Контрольное время выполнения упражнения – 1 минута. Баллы команды суммируются.

 **1.8. Сборка магазина.**

Командно-личное первенство.

Участвуют 5 человек от команды. Разобрать и собрать магазин из 30 патронов.

 **1.9. Эстафета «К БОЮ ГОТОВ!»**

Командное первенство.

Командир команды строит команду и докладывает судье: «Товарищ судья, команда №\_\_\_ на прохождение эстафеты «К БОЮ» готова. Командир\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_».

Перед началом эстафеты судья проводит разъяснение этапов, показывает и рассказывает, как правильно готовится граната к атаке (показывается как вкрутить в гранату УЗРГМ -запал), также разъясняет как сложить противогаз в сумку, как надеть его на командира, предоставляет возможность потренироваться 1-2 раза участнику команды, который будет выполнять данный этап. Также разъясняет как наложить шину на поврежденную ногу.

Перед началом эстафеты командир распределяет участников эстафеты по этапам, конкретизирует задачу.

По команде руководителя «К БОЮ!» включается секундомер.

**1 этап.** Командир команды становится на рубеже перехода в атаку, а команда начинает экипировать командира и готовить к атаке.

**2 этап.** Участник пробегает дистанцию к разобранному автомату, собирает его и возвращается назад передает автомат командиру.

**3 этап.** Участник пробегает дистанцию к гранате, вкручивает в нее запал и возвращается назад передает гранату командиру.

**4 этап.**Участник пробегает дистанцию прикручивает фильтрующий элемент к противогазу, вкладывает его в сумку, возвращается к командиру и одевает на него противогаз.

**5 этап.** Командир выдвигается в атаку, на подготовленном месте «получает ранение в ногу» и падает «на поле боя» (ложится на подстилку).

**6 этап.** Медбрат(медсестра) подбегает и оказывает помощь (накладывает шину на перебитое бедро командира).

**7 этап.** Помощник медбрата (если в команде более10 человек, то 1-2 оставшиеся) подбегает к раненному и осуществляют транспортировку в тыл.

**8 этап.** Участник команды снимает с командира противогаз, укладывает его в сумку, добегает до места где он лежал достает из сумки, откручивает фильтр и выкладывает все на место, где он лежал. После этого возвращается назад.

**9 этап.** Участник берет гранату, добегает до места, где она лежала, выкручивает запал и кладет на место. После этого возвращается назад.

**10 этап.** Завершающий участник берет у командира автомат, выдвигается на место, где он лежал, разбирает в указанном порядке и возвращается в место сбора команды.

Медбрат(медсестра) с началом 8 этапа, начинает разбинтовывать командира и сворачивать бинт. К моменту прибытия 10 этапа, бинты и шина находятся у командира и она передает их руководителю.

На этом выключается секундомер.

За нарушениях на этапах прибавляются штрафные секунды, одно нарушение – 10 секунд.

Нарушения:

- нарушен порядок сборки АК;

- невыполненное действие при разборке или сборке АК;

- неправильно наложена шина;

- неправильно передвигался на поле боя (необходимо бежать, пригибаясь к земле, петляя);

- при транспортировке раненного повредилась раненная конечность.

- не застегнута противогазная сумка;

- шум и крики на дистанции и в тылу;

- при нецензурном выражении.

Команды, занявшие призовые места, награждаются грамотами департамента образования мэрии города Ярославля.