



МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЕ ДИСТАНЦИОННЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

«РАЗВИВАЙСЯ С НАМИ - 2022»

Виды соревнований

№	Виды соревнований	Мальчики -девочки 2011 год и младше	Мальчики -девочки 2009 - 2010 г.р.	Юноши-девушки 2007 – 2008 г.р.	Юниоры -юниорки 2004 – 2006 г.р.	19 лет и старше 2003 и старше Группа «Наставник»
1.	Вязание туристских узлов №1	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов: ПРЯМОЙ, ВСТРЕЧНЫЙ, ПРОВОДНИК ВОСЬМЕРКА	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ПРЯМОЙ, ВСТРЕЧНЫЙ, ПРОВОДНИК ВОСЬМЕРКА, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ПРЯМОЙ, ВСТРЕЧНЫЙ, ПРОВОДНИК ВОСЬМЕРКА, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ПРЯМОЙ, ВСТРЕЧНЫЙ, ПРОВОДНИК ВОСЬМЕРКА, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ПРЯМОЙ, ВСТРЕЧНЫЙ, ПРОВОДНИК ВОСЬМЕРКА, АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК
2.	Отработка техники работы с карабином	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время
3.	Вязание туристских узлов №2	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов АВСТРИЙСКИЙ ПРОВОДНИК, СТРЕМЯ, ШТЫК	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ГРЕПВАЙН, СТРЕМЯ, ШТЫК, ДВОЙНОЙ БУЛИНЬ	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ГРЕПВАЙН, СТРЕМЯ, ШТЫК, ДВОЙНОЙ БУЛИНЬ	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ГРЕПВАЙН, СТРЕМЯ, ШТЫК, ДВОЙНОЙ БУЛИНЬ	Выполнение на время заданий по правильному завязыванию туристских узлов ГРЕПВАЙН, СТРЕМЯ, ШТЫК, ДВОЙНОЙ БУЛИНЬ

4.	Отработка приёмов оказания первой помощи (самопомощи)	Выполнение на правильность 1 Самопомощь. Травма колена - Сходящая «черепашья» повязка на коленный сустав 2. Травма носа- Пращевидная повязка на нос	Выполнение на правильность 1. Самопомощь. Травма колена - Сходящая «черепашья» повязка на коленный сустав 2. Травма носа- Пращевидная повязка на нос	Выполнение на правильность 1. Самопомощь. Травма колена - Сходящая «черепашья» повязка на коленный сустав 2. Травма носа- Пращевидная повязка на нос 3. Травма головы повязка «Чепчик»	Выполнение на правильность 1. Самопомощь. Травма колена - Сходящая «черепашья» повязка на коленный сустав 2. Травма носа- Пращевидная повязка на нос 3. Травма головы повязка «Чепчик»	Выполнение на правильность 1. Самопомощь. Травма колена - Сходящая «черепашья» повязка на коленный сустав 2. Травма носа- Пращевидная повязка на нос 3. Травма головы повязка «Чепчик»
5.	Вязание двойной спасательной петли плюс пожарный узел	Не выполняют	Практическое задание выполняется на время Вязание двойной спасательной	Практическое задание выполняется на время Вязание двойной спасательной петли плюс пожарный узел	Практическое задание выполняется на время Вязание двойной спасательной петли плюс пожарный узел	Практическое задание выполняется на время Вязание двойной спасательной петли плюс пожарный узел
6.	Отработка маркирования веревки	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время
7.	Имитация этапов «Подъём» и «Спуск»	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время
8.	ОФП Упражнение «поднимание туловища из положения лежа»	Выполнение в течение 30 секунд (количество раз)	Выполнение в течение 60 секунд (кол-во раз)	Выполнение в течение 120 секунд (кол-во раз)	Выполнение в течение 120 секунд (кол-во раз)	Выполнение в течение 60 секунд (кол-во раз)
9.	Технический прием «Все на своем месте»	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время	Практическое задание выполняется на время