

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о проведении соревнований**  
**по ЛАЙФРЕСТЛИНГУ**



Лайфрестлинг (Life wrestling) англ.: life — жизнь, wrestling — борьба, ристалище, сражение. Русская версия названия: «Борьба за жизнь»

Прикладной командный вид спорта, который может быть приравнен к экстремальным видам спорта. Но, в отличие от остальных, где спортсмен должен подвергать свою жизнь смертельному риску ради выработки порции адреналина, в лайфрестлинге, тот же адреналин вырабатывается в избытке, но уже от чувства восторга за спасенную жизнь младенца, девушки и подростка.

Более того, каждый участник, независимо от уровня квалификации, приобретает навыки оказания первой помощи в любой экстремальной ситуации. Таким образом, этот вид спорта позволяет реально обучить навыкам оказания первой помощи.

Массовое спортивное движение Лайфрестлинга позволит охватить самые широкие слои населения в возрасте от 14 до 60 лет знаниями и навыками оказания первой медицинской помощи после несчастного случая или теракта с элементами самообороны и правилам поведения в экстремальных ситуациях, что обязательно приведет к значительному снижению числа смертельных исходов после дорожно-транспортных происшествий, несчастий в быту и на производстве.

Назначение лайфрестлинга:

- Обучить приемам быстрого сбора информации о чрезвычайной ситуации и правилам ее передачи спасательным службам.
- Научить навыкам оказания первой медицинской помощи и принимать наиболее рациональные решения в ситуации несчастного случая.
- Помочь каждому поверить в свои силы с помощью подробного разбора ошибок и многократной отработки действий при наиболее типичных ситуациях несчастного случая.
- Воспитать чувство ответственности за жизнь пострадавшего, сделав акцент на профессиональность действий в первые минуты развития критической ситуации.
- Отработать тактику поведения каждого участника оказания первой медицинской помощи при несчастном случае во время тренировок, проведения спортивных состязаний или спортивных сборов.

- Развить стремление к совершенствованию своих знаний и навыков, анализируя на занятиях ошибки при оказании первой медицинской помощи и их последствия.
- Научить понимать проблемы пострадавшего, предупреждать его просьбы и создавать физический и душевный комфорт.

## 1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ СОРЕВНОВАНИЙ

1.1. Соревнования проводятся в целях популяризации, дальнейшего развития лайфрестлинга.

1.2. Задачами соревнований являются:

1.2.1. Выявить призёров состязаний.

1.2.2. Продемонстрировать новейшие методы в оказании первой медицинской помощи, которыми могут воспользоваться лица без медицинского образования.

1.2.3. Предоставить возможность обмена опытом в оказании первой медицинской помощи между участниками соревнований.

1.2.4. Наглядно популяризировать эффективное использование навыков оказания первой медицинской помощи и тактики поведения в чрезвычайной ситуации.

## 2. ОРГАНИЗАТОРЫ СОРЕВНОВАНИЙ

2.1. Общее руководство организацией и проведением соревнований осуществляется оргкомитетом.

## 3. ВРЕМЯ И МЕСТО ПРОВЕДЕНИЯ

3.1. Соревнования по лайфрестлингу проводится: **11/03/2023 г.**

**ДОУ с 09<sup>00</sup>**  
**МБОУ с 13<sup>00</sup>**

3.2. Место проведения - ул. **Технологическая д.1** (Сургутский политехнический колледж **Ресурсный центр**)

## 4. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ.

4.1. К участию в соревнованиях допускаются команды, подавшие предварительные заявки

4.2. Возраст спортсменов - не старше 60 лет.

## 5. УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. Условия проведения соревнований

5.2.1. Игровое поле

Состязания по Лайфреслингу проходят на любых спортивных площадках, газонах и в спортивных залах, на которых можно разметить игровое поле размером 6 м X 30 м, согласно правилам проведения (Приложение 1).

На игровом поле обязательно размечаются линии старта и финиша, выставляются боковые ограждения от зрителей с использованием лент, флажков или других не травмоопасных ограждений.

#### 5.2.2. Состав команды

Команда состоит из 7 игроков (2муж+5 жен для МБОУ), которые в течение 6 минут должны решить ситуационные задачи.

#### 5.2.3. Требования к участникам соревнований

К участию в соревнованиях допускаются лица без хронических заболеваний.

#### 5.2.4. Краткие правила и ход состязаний

«Ситуационная задача» — командное решение ситуационной задачи в спасении жизни младенца, девушки и подростка, пострадавших после несчастного случая на производстве, спортивной площадке, дороге, на водах, в горах и походах или после теракта.

#### 5.2.5. Подсчет баллов и оглашение результатов

Производится согласно регламенту судейской карты, в которой фиксируется скорость исполнения задачи, начисление штрафных и поощрительных баллов. Окончательный подсчет баллов производится после выполнения всех заданий и оглашается судьей соревнований.

## 6. НАГРАЖДЕНИЕ

6.1. Награждение победителей и призеров соревнований проводится по окончании соревнований.

6.2. Команды, занявшие первое, второе и третье места, награждаются грамотами.

Телефон: 8-922-252-05-40 Патраков Андрей Иванович

Адрес электронной почты: [patrakov1@list.ru](mailto:patrakov1@list.ru)

**ПРАВИЛА  
проведения соревнований**

**1. Методическое оснащение:**

«Основы медицинских знаний»

«АТЛАС ДОБРОВОЛЬНОГО СПАСАТЕЛЯ»

«Как оказать первую помощь при автодорожном происшествии»

**2. Обязательный объем знаний оказания первой помощи, используемый в лайфрестлинге.**

Участник должен уметь:

- проводить непрямой массаж сердца.
- восстанавливать проходимость дыхательных путей путем запрокидывания головы.
- проводить искусственную вентиляцию легких методом “изо рта в рот”.
- проводить искусственную вентиляцию легких с помощью портативного дыхательного аппарата "РОТ-МАСКА".
- накладывать кровоостанавливающие жгуты.
- накладывать транспортные шины.
- обеспечивать иммобилизацию при повреждении костей нижних конечностей, таза и позвоночника на вакуумном матрасе.
- перекладывать пострадавшего с помощью ковшовых носилок или используя скрутку одежды.
- перекладывать пострадавшего с пола на носилки способом “нидерландский мост” и транспортировать до медпункта или санитарного автотранспорта.
- оказывать медицинскую помощь при:
  - автодорожном происшествии;
  - падении с высоты;
  - поражении электрическим током;
  - утоплении;
  - обморожении и переохлаждении;
  - синдроме длительного сдавливания мягких тканей;
  - террористических актах и захвате заложников.

### **3. Условия прохождения состязаний и регламент начисления штрафных баллов**

#### **Ситуационная задача**

**Контрольное время выполнения задания: 6 минут** (при превышении команде автоматически присваивается последнее место в соревнованиях).

##### **3.1. Задача**

Оказать первую помощь всем пострадавшим с помощью подручного оборудования и перевязочного материала без использования медикаментов.

##### **3.2. Уточнение условий по состоянию пострадавших, характеру повреждений и расположению участников на площадке.**

3.2.1. Первый пострадавший — лежащий неподвижно на спине младенец, у которого синее лицо, рот часто и широко открывается. У него есть пульс на плечевой артерии.

3.2.2. Второй пострадавший — девушка, которая стонет от сильных болей. У нее в момент осмотра сильное кровотечение бедренной артерии.

3.2.3. Третий пострадавший — подросток, который лежит неподвижно с бледным лицом. У него отсутствует сознание и нет пульса на сонной артерии.

3.2.4. Четвертый пострадавший – мужчина, жалуется на боли в средней трети правой голени, которую придерживает руками. Голень необычно смещена под углом кнаружи. При попытке выпрямить ногу боль резко усиливается.

Требуется оказать первую медицинскую помощь всем пострадавшим и доставить их к месту расположения бригады скорой помощи.

##### **4. Условия исполнения.**

4.1. До старта команда имеет право подготовить необходимое спасательное и медицинское оборудование, включая свою аптечку.

4.2. После подготовки оборудования, которое должно располагаться за чертой старта-финиша, команда из 7-х игроков выстраивается у линии старта-финиша.

4.3. По команде судьи: «Приступить к действиям!» включаются три секундомера.

4.4. Секундомеры выключаются после пересечения последним спасателем черты старта-финиша, при условии, что на месте происшествия не осталось ни одного пострадавшего.

4.5. После выключения секундомеров никто из спасателей не имеет права вернуться за забытым оборудованием.

4.6. В ходе выполнения задачи, когда на месте происшествия остается хотя бы один пострадавший, спасатели могут пересекать черту старта-финиша неограниченное количество раз.

##### **5. Условия подсчета результата**

5.1. Контрольное время прохождения этапа: 6 минут. Пострадавшие, которым по истечении контрольного времени помощь не была оказана, приравниваются к погибшим. Смерть каждого пострадавшего оценивается в 100 штрафных баллов.

5.2. Штрафные баллы. Начисляются за каждую погрешность, допущенную при оказании первой помощи, согласно регламенту технологической карты.

## 6. Технологическая карта начисления штрафных и призовых баллов

Первый пострадавший — младенец «ГАВРЮША»

№	Перечень ошибок и погрешностей	Цена штрафа
1	2	3
1.	Не осмотрено место происшествия (угроза жизни спасателя)	10 баллов
2.	Пауза бездействия превышает 15 секунд	10 баллов
3.	Ротовая полость очищена в положении младенца на спине	100 баллов
4.	Ротовая полость не очищена в течение 2-х минут	100 баллов
5.	Удары по спине наносились кулаком	5 баллов
6.	Удары наносились без фиксации туловища младенца на ладони	10 баллов
7.	Инородное тело дыхательных путей не извлечено в течение 2-х минут	50 баллов
8.	Младенец в течение 1 минуты не обеспечен теплом (грелка и сухое одеяло или ватник и др.), тепло тела спасателя, другие эффективные способы согревания	50 баллов*
9.	Младенец оставлен без внимания на расстоянии вытянутой руки более 30 секунд	10 баллов

Второй пострадавший — тренажер «ГЛАША»

№	Перечень ошибок	Цена штрафа
1	2	3
1.	Не осмотрено место происшествия (угроза жизни спасателя)	10 баллов
2.	Не выполнено пережатие артерии кулаком	10 баллов
3.	Не вложена записка с указанием времени и ФИО	20 баллов
4.	Не наложена стерильная повязка на рану	20 баллов
5.	Во время переключивания робота «ГЛАШИ» на носилки раздался «стон» робота	10 баллов
6.	Бинтуемая часть должна быть доступна (на уровне груди бинтующего)	10 баллов
7.	Головка бинта не катится без отрыва по бинтуемой поверхности, равномерно натягивается, (каждый последующий тур не прикрывает предыдущий на половину).	10 баллов
8.	Повязка не имеет эстетичный вид	10 баллов
9.	Периодически (не менее 3х раз) следует задавать больному вопрос: «Как вы себя чувствуете?»	10 баллов
10.	Не остановлено артериальное кровотечение из бедренной	100 баллов



	артерии	
11.	Во время транспортировки робота «ГЛАШИ» на носилках раздался «стон» робота	10 баллов
12.	Не правильная транспортировка пострадавшего	10 баллов
13.	«ГЛАША» оставалась без контроля спасателя более 1 минуты	10 баллов
14.	На месте происшествия осталось оборудование имущество	10 балла

Третий пострадавший — робот-тренажер «ГОША»

№	Перечень ошибок	Цена штрафа
1	2	3
1.	Пауза бездействия более 40 секунд	10 баллов
2.	Не осмотрено место происшествия (угроза жизни спасателя)	10 баллов
3.	Не сделано освобождение грудной клетки от одежды и ослабление поясного ремня	10 баллов
4.	Не определено состояние пострадавшего	50 баллов
5.	При вдохе ИВЛ не запрокидывается голова пострадавшего	10 баллов
6.	Не использовалась маска (салфетка) при проведении ИВЛ (угроза инфицирования)	10 баллов
7.	При вдохе ИВЛ не зажимается нос пострадавшего	10 баллов
8.	Перелом каждого ребра при проведении реанимации (счетчик робота)	10 баллов
9.	Перелом шести ребер во время проведения реанимации	100 баллов
10.	Столкновение участников реанимации головами (отмечена угроза столкновения головами)	10 баллов
11.	Удар носилками по голове пострадавшего	10 баллов
12.	Удар носилками по голове спасателя	10 баллов
13.	Не правильная транспортировка пострадавшего	10 баллов
14.	Нет пульса на сонной артерии и реакции зрачков в момент передачи пострадавшего судейской бригаде	100 баллов

\* — после совершения этой ошибки дальнейшие действия теряют смысл, и команде начисляется 100 штрафных баллов без учета других штрафов.

Четвертый пострадавший — тренажер «Алекс»

№	Перечень ошибок	Цена штрафа
1	2	3
1.	Не осмотрено место происшествия (угроза жизни спасателя)	10 баллов
2.	Шины не укреплены марлевыми бинтами.	10 баллов
3.	Бинтование осуществляется не от периферии к центру, (не	10 баллов

	от нижних отделов к верхним).	
4.	Головка бинта не катится без отрыва по бинтуемой поверхности, каждый последующий тур не прикрывает предыдущий на половину.	10 баллов
5.	Повязка не имеет эстетичный вид	10 баллов
6.	Периодически (не менее 3х раз) следует задавать больному вопрос: «Как вы себя чувствуете»?	10 баллов
7.	Во время перекладывания на носилки, тренажер «Алекс» упал.	30 баллов
8.	Не использован холод	30 баллов
9.	Падение во время транспортировки	30 баллов
10.	Не правильная транспортировка пострадавшего	10 баллов
11.	«Алекс» оставался без контроля спасателя более 1 минуты	10 баллов
12.	На месте происшествия осталось оборудование имущество	10 балла