



Metodická príručka pre súťaž mladých záchranárov civilnej ochrany

- Príloha 1 - použitia ochrannej masky
- Príloha 2 - modelové situácie ohrozenia
- Príloha 3 - topografické (vyvesňovky a informácie k disciplíne „Pohyb a pobyt v prírode“)
- Príloha 4 - prva pomoc
- Príloha 5 - vzorový príklad volania ita „Linka bezšňového volania 112“ (komunikácia s operátormi)

1 Princípy a zásady Obsah metodiky hodnotenia

- 1 Princípy a zásady novej metodiky hodnotenia
 - 2 Prehľad súťažných disciplín
 - 3 Obsah súťažných disciplín
 - 3.1 Civilná ochrana
 - 3.1.1 Použitie ochrannej masky
 - 3.1.2 Improvizované prostriedky individuálnej ochrany
 - 3.1.3 Evakuačná batožina
 - 3.1.4 Rozoznávajúce varovných signálov
 - 3.2 Pohyb a pobyt v prírode
 - 3.3 Zdravotnícka príprava
 - 3.4 Hasenie malých požiarov
 - 3.5 Strelba zo vzduchoviek
 - 3.6 Testy
 - 3.7 Čas
 - 3.8 Celkové hodnotenie
 - 4 Bodovanie jednotlivých disciplín
 - 5 Informácie pre organizátorov
-
- Príloha 1 – použitie ochrannej masky
 - Príloha 2 – modelové situácie ohrozenia
 - Príloha 3 – topografia (vysvetlivky a informácie k disciplíne „Pohyb a pobyt v prírode“)
 - Príloha 4 – prvá pomoc
 - Príloha 5 - vzorový príklad volania na „Linku tiesňového volania 112“ (komunikácia s operátorom)

1 Princípy a zásady novej metodiky hodnotenia

Pôvodné hodnotenie

Doterajší kľúč bodovania bol postavený na trestných bodoch (TB) za chybu resp. nesprávne vykonaný úkon. Najnižšia základná jednotka bola 10 TB, najvyššia 60 TB.

Princípy nového hodnotenia

Táto metodická príručka zavádza tzv. pozitívne orientované hodnotenie:

- a) namiesto TB sa používajú tradičné ziskové body,
- b) doterajšiu bodovaciu desiatkovú sústavu mení na sústavu jednotkovú, novou základnou jednotkou je 1 bod,
- c) zároveň s premenou z TB za nesprávny úkon, zavádza sa udeľovanie ziskových bodov za správne vykonaný úkon (napr. zasiahnutý terč, správnu odpoveď v teste, správne nasadenie masky a pod.),
- d) oproti pôvodnému stavu dochádza k inovácii možného bodového zisku t.j. mení sa bodová dotácia za správny úkon/odpoveď. Ďalej sa zavádza bodovanie pre nové disciplíny. Vyšší bodový zisk je dosiahnuteľný v disciplínach, ktoré pokladáme za ťažiskové, teda pri vedomostiach a zručnostiach, v súčasnosti najviac potrebných.

Družstvo môže stratiť body iba za celkový čas (pozri 3.7 Čas). Nehovoríme však o trestných bodoch ale o odčítaní resp. strate bodov.

Body sa neudelfujú za:

- nezodpovedanú otázku resp. nevykonaný úkon,
- iba čiastočne – nie dostatočne zodpovedanú otázku resp. čiastočne – nedostatočne vykonaný úkon.

2 Prehľad súťažných disciplín

Disciplíny sú rozdelené do dvoch kategórií:

I. ťažisková disciplína, možno na nej získať najviac bodov

II. okrajová/doplnková disciplína, slúži ako atraktívny prvok súťaže, bodový zisk je minimálny

| | |
|--------------------------------------|-----|
| 1 Civilná ochrana | I. |
| 1.1 Použitie ochrannej masky | |
| 1.2 Improvizované PIO | |
| 1.3 Evakuačná batožina | |
| 1.4 Rozoznávajúce varovných signálov | |
| 2 Pohyb v prírode | II. |
| 3 Zdravotnícka príprava | I. |
| 4 Hasenie malých požiarov | II. |
| 5 Strelba zo vzduchovky | II. |
| 6 Testy | I. |

3 Obsah súťažných disciplín

3.1 Civilná ochrana obyvateľstva

3.1.1 Použitie ochrannej masky

Táto disciplína je zameraná na overenie zručnosti nasadenia ochrannej masky. Súťažiaci si na pokyn rozhodcu nasadia masky. Rozhodca skontroluje tesnosť masiek a dá pokyn masky sňať.

Postupnosť krokov:

- družstvo príde na stanovište, každý člen s maskou v pochodovej polohe (maska aj filter samostatne /oddelené od seba/ v textilnej kapse, filter zazátkovaný);
- rozhodca vydá povel „masky pripraviť!“;
- každý člen družstva vyberie a skompletizuje masku (spoja filter s maskou, odzátkujú filtre a masky nechajú voľne zavesené na krku) ;
- rozhodca vydá povel „masky nasadiť!“;
- súťažiaci nasadia masky do ochrannej polohy;
- rozhodca vykoná kontrolu tesnosti masiek každého súťažiaceho (priloží dlaň na otvor filtra a rozkáže súťažiacemu nadýchnuť sa);
- následne rozhodca vydá pokyn „masky sňať!“, súťažiaci vrátia masky do uvedenej pochodovej polohy.

Organizátor **môže** alternatívne doplniť disciplínu o prechod kontaminovaným územím. (Např. pokiaľ vlastní či získa zadymovacie zariadenie – „dymostroj“. Kontaminované územie stačí aj znázorniť /vytýčiť/ páskou, vlajôčkami a pod.) Tento prechod sa však **nehodnotí**, rozhodca iba upozorní súťažiacich na prípadnú chybu ako, např. beh, namiesto rýchlej chôdze.

Správny postup použitia ochrannej masky je v Prílohe 1.

HODNOTENIE: každý súťažiaci dostane za správne nasadenie ochrannej masky 20 bodov. Družstvo tak môže získať celkovo max. 80 bodov. Za správne nasadenie sa považuje tesná maska – teda taká, ktorá pri kontrole (rozhodcova dlaň na otvore filtra a nádych súťažiaceho v maske) neprepúšťa vzduch cez nedostatočne dotiahnutú líčnicu.

MATERIÁLNO-TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE: súťažiaci použijú vlastné (školské príp. iné) masky. Pokiaľ vysielajúca škola nemá masky k dispozícii, oznámi to v dostatočnom časovom predstihu organizátorovi súťaže, ktorý masky zabezpečí.

Poznámka: súťažiaci po dobehnutí do cieľa, alebo po skončení súťaže očistia masky (vatovým) tampónom a dezinfekčným roztokom (aj v prípade cvičných masiek). Uvedená činnosť sa **nehodnotí**, slúži iba na dezinfekciu masky pred jej ďalším použitím.

3.1.2 Improvizované prostriedky individuálnej ochrany (improvizované PIO)

Rozhodca stručne uvedie družstvo do fiktívnej situácie. (Pozri Príloha 2 – Modelové situácie ohrozenia. Uvedené situácie sú iba vzorové – pre inšpiráciu, rozhodca nezdržiava družstvo podrobným opisom, detailmi a pod.) Súťažiaci dostávajú úlohu zhotoviť si improvizované PIO v situácii, keď sú ochranné masky nedostupné avšak je nevyhnutné ochrániť si **najmä dýchacie cesty, oči** a povrch tela.

Súťažiaci majú k dispozícii napr. stolík, na zemi rozprestretú celtu, debnu a pod. – s nižšie vymenovanými predmetmi. Ku každému predmetu sú uvedené povolené alternatívy podľa možností organizátora.

Vytvorenie improvizovaných PIO je rozdelené na úkony, pričom každý vyžaduje nasledovné predmety:

- **okuliare** (napr. lyžiarske, potápačské, alebo minimálne slnečné) **príp. iný predmet** aspoň symbolicky použiteľný – pre potreby súťaže - na ochranu očí)

- **uterák, šál** (súťažiaci ich použijú na zakrytie – ochranu dýchacích ciest, organizátor môže pripraviť aj nádobu s vodou na navlhčenie tkaniny)
(Prípadná náhrada: iné kusy tkaniny ako utierky na riad, stará košeľa či tričko, šatka...)

- **čapica** (napr. pletená, šiltovka či iné, súťažiaci ich použijú na pokrytie hlavy – resp. ako doplnok k ochrane dýchacích ciest resp. na upevnenie ich ochrany)
(Prípadná náhrada: kúpacia čapica, odnímateľná kapucňa, nastrihnutá igelitová taška – nastrihnutá tak, aby sa pri zakrytí temena, zátylku a krku zabránilo zaduseniu...)

- **pršiplášť** (súťažiaci ich použijú na ochranu trupu)
(Prípadná náhrada: stará – ideálne nepremokavá - vetrovka, kabát, stará deka, veľké kusy fólie...)

- **igelitové vrecká** (súťažiaci ich použijú na ochranu rúk)
(Prípadná náhrada: staré rukavice, malé PVC tašky...)

- **vysoké igelitové tašky** (súťažiaci ich použijú na ochranu chodidiel a nôh – na „obutie“)
(Prípadná náhrada: PVC vrecia na triedený odpad, fólia, staré otepľovacie nohavice, „džogingové - šuštiakové“ nohavice, vysoké topánky...)

- **gumičky a kúsky povrazu** (súťažiaci ich použijú na upevnenie vyššie opísaného materiálu)

POSTUP: Na pokyn rozhodcu začnú dvaja súťažiaci vyberať predmety (materiál), z ktorých je možné zhotoviť improvizované PIO. Na treťom členovi družstva demonštrujú správne zhotovenie a použitie improvizovaných PIO. Štvrtý člen družstva môže radiť pri výbere predmetov a zhotovovaní improvizovaných PIO.

Kapitán družstva komentuje činnosť členov družstva, t.j. vysvetľuje výber predmetov, dôvod výberu, použitie na jednotlivých častiach tela a pod.

HODNOTENIE: Za správne zhotovené a použité prostriedky na ochranu očí a dýchacích ciest získa družstvo 35 bodov. Ďalších 26 bodov získa družstvo za správne zhotovené a použité prostriedky na ochranu trupu.

Za správne zhotovené a použité improvizované PIO sa pokladá:

- zakryté – chránené dýchacie cesty a zároveň i hlava (ústa, nos, pokrývka hlavy)
- zakrytý – chránený trup alebo aspoň jeho väčšia časť
- zhotovená ochrana nôh (minimálne chodidiel a časti lýtka)
- zhotovená ochrana rúk

MATERIÁLNO-TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE: všetok uvedený materiál na zabezpečuje organizátor.

3.1.3 Evakuačná batožina

Obdobný postup - rozhodca uvedie družstvo do fiktívnej situácie (pozri Príloha 2 – Modelové situácie ohrozenia), ktorá vyúsťuje do evakuácie obyvateľstva. Súťažiaci majú opäť k dispozícii predmety (na celte, stolíku, v debni...), z ktorých na pokyn rozhodcu začnú spoločne vyberať predmety doporučené ako súčasť evakuačnej batožiny.

Úlohou je vybrať 10 predmetov do evakuačnej batožiny. Z týchto desiatich predmetov **sa hodnotia iba predmety správne**, teda tie, ktoré sú do evakuačnej batožiny skutočne určené resp. odporúčané. Súťažiaci preto musia mať k dispozícii (na celte, stolíku, v debni...) minimálne 10 správnych predmetov.

Súťažiaci majú k dispozícii:

a) správne predmety - odporúčané do evakuačnej batožiny:

- čiernobielo jednostranne vytlačené vzory občianskeho a vodičského preukazu dokladov (zverejnené na www.uco.sk/sutaz);
- čiernobielo jednostranne vytlačené vzory peňazí (zverejnené z www.uco.sk/sutaz¹);
- lieky – znázornené prázdnymi škatuľkami, ampulkami, dózami a inými obalmi na lieky a liečivá (obaly obsahujúce lieky a liečivá sú pre potreby súťaže zakázané);
- balenú vodu (stačia plastické fľaše od minerálky naplnené vodou z vodovodu);
- sviečky a zápalky
- deku (príp. spací vak - ak sa podarí zapožičať);
- kusy odevu (napr. bielizne, obuvi, pršiplášť...).

b) predmety neodporúčané:

- cigarety;
- zbrane;
- alkohol;
- jedlá ľahko podliehajúce skaze.

¹ Vzory peňazí boli zhotovené v súlade s Vyhláškou Národnej banky Slovenska č. 456/2001 Z.z., ktorou sa ustanovujú podrobnosti o podmienkach, za ktorých možno zhotoviť a používať reprodukcie bankoviek, pamätných bankoviek, mincí, pamätných mincí, obchodných mincí a cenných papierov vydaných Národnou bankou Slovenska, ako aj predmety, ktoré ich úpravou napodobňujú, vrátane ich záznamov v elektronickej forme.

c) neutrálne predmety: napríklad písacie potreby, disketa či CD nosič, teplomer, nie nevyhnutné hygienické potreby (*krém na ruky, ženský make-up, telové mlieko...*), rozličné náradie (*kladivo, skrutkovač, kliešte, klince...*), lepiaca páska, a ďalšie predmety podľa možností organizátorov.

Tieto predmety slúžia iba na sťaženie orientácie pri výbere predmetov – teda aby súťažiaci nemohli postupovať mechanickým oddelením predmetov odporúčaných od predmetov neodporúčaných. Ich výber súťažiacimi sa nehodnotí.

Organizátori musia dať pozor, aby išlo o predmety skutočne neutrálne, nesmú to byť predmety podobajúce sa resp. „príbuzné“ predmetom odporúčeným.

Niekoľko príkladov predmetov, ktoré sa môžu podobat' na odporúčené alebo zakázané predmety:

- plastický pohár – ktorý môže byť súčasťou balenej vody;
- tzv. klubová karta (napr. mobilného operátora, siete čerpacích staníc, finančnej inštitúcie...) – ktorá môže budiť dojem nevyhnutne potrebného osobného dokladu;
- liečivo, dezinfekčný a čistiaci prostriedok obsahujúce alkohol;
- malé sviečky (do aromatických lúčok resp. aromatické sviečky – na praktické osvetlenie nepoužiteľné);
- špeciálna obuv ako napr. lyžiarky, príp. obuv dámska na vysokom opätku..

UPOZORNENIE PRE ORGANIZÁTOROV: pre potreby súťaže sa použije napr. prázdna škatuľka cigariet, maketa zbrane resp. hračkárska zbraň, fľaša od alkoholu naplnená vodou, prázdna škatuľka resp. vymytý „kelímok“ od syra, masla, jogurtu a pod., prázdne tuby a ďalšie. Nie je nutné zakupovať „skutočné“ potraviny a je zakázané použiť cigarety a alkohol. Značka (logo + názov) cigariet na škatuľke môže byť prelepená. Pokiaľ organizátori zoženú, môžu do ponuky pridať i objemnejšie zakázané predmety ako napr. periny, kočík, alebo vlastné domáce zviera – s vysvetlením že v navodenej situácii ide o zviera rodiny evakuovaného.

HODNOTENIE: za každý správny predmet, t.j. predmet ktorý je odporúčený do evakuačnej batožiny dostane družstvo 10 bodov. Družstvo môže získať maximálne 100 bodov. Výber zakázaných a neutrálnych predmetov sa nehodnotí.

MATERIÁLNO-TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE: všetok uvedený materiál zabezpečuje organizátor.

3.1.4 Rozoznávanie varovných signálov

Táto časť disciplíny je zameraná nie len na samotné rozpoznanie varovného signálu, ale tiež správanie sa po ich zaznení.

Družstvu sa pustí nahrávka varovného signálu „Všeobecné ohrozenie“ alebo „Ohrozenie vodou“ na magnetofónovej kazete, CD alebo vo formáte MP3 – podľa technických možností organizátora. Prehrávanie varovného signálu netrvá celé dve resp. šesť minút, ale iba pokým súťažiaci neodpovedia o aký varovný signál ide resp. oznámia, že nevedia odpovedať. Súťažiaci odpovie o aký varovný signál ide a čo by robil, keby ho počul.

Správna reakcia na signál je nasledovná:

- 1) zapnúť vysielanie verejnoprávneho rozhlasu a verejnoprávnej televízie a sledovať vysielanie
- 2) nezaťažovať telefónne spojenie - telefonovať iba v skutočne súrnych prípadoch
- 3) ubezpečiť sa či v okolí (napr. v dome) nie sú chorí, postihnutí, starí ľudia a poskytnúť im pomoc; postarať sa o deti bez dozoru
- 4) zlaté pravidlo – zachovať rozvahu a pokoj

Za správnu odpoveď sa považuje:

- určenie či ide o varovný signál „Všeobecné ohrozenie“ (2-minútový kolísaný tón) alebo „Ohrozenie vodou“ (6-minútový stály tón).
- opísanie reakcie na varovný signál.

Poznámka: signál „Koniec ohrozenia“ sa neprehráva, pretože od varovného signálu „Ohrozenie vodou“ sa líši iba dĺžkou trvania.

HODNOTENIE: za správne rozoznanie (určenie) varovného signálu družstvo získa 20 bodov. Za opísanie správnej reakcie na varovný signál obdrží družstvo ďalších 20 bodov.

MATERIÁLNO-TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE: prehrávacie zariadenie i nahrávku zabezpečí organizátor. Nahrávka v formáte MP3 je k dispozícii na www.uco.sk/sutaz.

3.2 Pohyb a pobyt v prírode

Každý člen súťažného družstva si na stanovišti vytiahne jednu zo štyroch otázok:

a) orientácia na mape pomocou kompasu alebo buzoly, určenie azimutu

Súťažiaci zorientuje mapu podľa buzoly. Rozhodca určí (výrazný) bod na mape. (Ako napr. hrad, vrchol kopca, železničná stanica atď. Pozri tiež Príloha 3 – topografia.) Následne vyzve súťažiacemu určiť azimut daného bodu voči stanovištu. Organizátor zabezpečí stanovište dvomi buzolami, kvôli možnosti kontroly v prípade chyby jednej z nich. Súťažiaci môžu použiť vlastné buzoly.

b) meranie vzdialenosti na mape

Súťažiaci zmeria na mape rozhodcom určenú úsečku a podľa mierky mapy odpovie aká je skutočná dĺžka vzdialenosti v metroch. (Pozri tiež Príloha 3 – topografia.)

c) odhad vzdialenosti v teréne,

Pri tejto disciplíne musia organizátor a rozhodca ešte pred konaním súťaže:

- 1) určiť bod ktorého vzdialenosť sa bude odhadovať;
- 2) odmerať túto vzdialenosť;
- 3) vopred určiť toleranciu (v metroch);

Súťažiaci zmeria svoju vzdialenosť od rozhodcom určeného nehybného bodu (napr. strom, budova, stožiar atď.). Meranie vykonáva tzv. šírkovou metódou. Bod musí byť spoločný pre všetkých súťažiacich, rovnako ako tolerancia. Rozhodca ju súťažiacim oznámi po ich príchode na stanovište – napr. „tolerancia je 5 metrov“.

Správny postup je opísaný v Prílohe 3 – topografia. Rozhodca súťažiacemu po nahlásení odpovede, iba potvrdí či sa dostal (alebo nedostal) do tolerancie. Nesmie mu oznámiť skutočnú dĺžku aby sa ju nedozvedeli ďalší súťažiaci.

d) určovanie svetových strán v teréne.

Súťažiaci odpovie ako by v prírode určil ním zvolené svetové strany (správne odpovede sú v Prílohe 3 – topografia). Podľa podmienok trate je možné medzi jednotlivé stanovišťa zaradiť 2 - 3 azimutové úseky. Túto úlohu plní družstvo spoločne.

HODNOTENIE: každý člen družstva dostane za ním správne vyriešenú úlohu 10 bodov (družstvo tak môže spoločne získať max. 40 bodov).

HODNOTENIE

3.3 Zdravotnícka príprava

Disciplína je zameraná na ukážku správneho ošetrovania úrazu a telefonovania na Linku tiesňového volania 112 (čiže koordinačné stredisko integrovaného záchranného systému). Kapitán družstva si vyťahne jednu z otázok, z nasledovných okruhov:

1) bezvedomie - zastavenie dýchania a srdčej činnosti

Zistenie základných životných funkcií, poskytnutie resuscitácie, uloženie zraneného do stabilizovanej polohy. (Resuscitácia podľa ERC a podľa ILCOR /2005/ - postupy A, B, C –v závislosti od veku oživovaného.)

2) vykĺbenie členka - s podozrením na zlomeninu: ošetrovanie, fixácia dlahou.

3) otvorená zlomenina dolnej končatiny (predkolenia)

Zlomenina s krvácaním: ošetrovanie krvácajúcej rany, fixácia dolnej končatiny dlahami a šatkami.

Poznámka: oproti minulosti sa vypúšťa sa konkretizácia krvácania (žilové/tepové) – vzhľadom na paralelné poranenie žil aj tepien pri takomto poranení.

4) otvorená zlomenina hornej končatiny

Zlomenina s tepnovým krvácaním: ošetrovanie, zastavenie krvácania, fixácia končatiny dvomi trojrohými šatkami.

5) zatvorená zlomenina predlaktia

Bez krvácania: fixácia končatiny dvomi trojrohými šatkami.

6) popálenina

Sterilné ošetrovanie popáleného miesta, krytie obvázom alebo šatkou, poskytnutie protišokových opatrení, zákaz podávania tekutín.

Postup: Traja členovia družstva predvádzajú ošetrovanie podľa vyťahutej otázky (zadania), štvrtý člen družstva paralelne predvedie telefonovanie na Linku tiesňového volania 112. „Telefonujúci“ musí rozhodcovi (v úlohe operátora) povedať nasledovné údaje:

- kto volá a z akého čísla
- odkiaľ volá
- k čomu došlo
- aké sú následky udalosti

Správne postupy ošetrovania zranení sú v Prílohe 4.
Vzorový príklad komunikácie s operátorom linky tiesňového volania je v Prílohe 5.

Oproti doterajšej praxi sa vypúšťa odsun raneného. Organizátorom sa odporúča zabezpečiť rozhodcov z radov inštruktorov Slovenského Červeného kríža (SČK). Lekárov a zdravotné sestry možno poveriť úlohou rozhodcu iba v krajnom prípade – pri nedostatku inštruktorov SČK.

HODNOTENIE:

Za správne zvolený postup ošetrovania (formou praktickej ukážky), dostane družstvo 35 bodov. Ďalších 35 bodov dostane družstvo v prípade demonštrácie správneho postupu telefonovania na linku tiesňového volania.

MATERIÁLNO-TECHNICKÉ ZABEZPEČENIE: zdravotnícky príp. ďalší materiál, ako aj figurantov zabezpečuje organizátor.

Poznámka: na doplnenie prípravy súťažiacich (v oblasti poskytovania prvej pomoci) je možné využiť aj materiály vydávané napr. Slovenským Červeným krížom.

3.4 Hasenie malých požiarov

Členovia družstva spoločne vykonajú hasenie tzv. „džberovkou“ na cieľ. V cieľi na stojane je päť terčov (napr. plechoviek) vedľa seba. Tieto plechovky musia zhodiť prúdom vody na jedinú náplň (objem nádrže) džberovky. Vzdialenosť od prúdnice (striekacej čiary) po cieľ závisí od výkonu džberovky. Organizátor s rozhodcami pred začiatkom súťaže džberovku vyskúša (vrátane zrazenia plechoviek) a určí vzdialenosť terčov.

Organizátor môže v prípade silného vetra použiť ako terč plechovky čiastočne naplnené vodou. Súťažiaci však na to musia byť vopred upozornení a rozhodcovia pred začiatkom súťaže na stanovisku sami vyskúšajú či je možné plechovky zraziť prúdom vody.

HODNOTENIE: Za každý zasiahnutý terč (zrazenú plechovku) dostane družstvo 5 bodov. Celkovo tak môže získať max. 25 bodov.

3.5 Strelba zo vzduchovky

Všetci členovia družstva strieľajú súčasne v polohe ležmo zo vzduchovej pušky na sklápacie terče. Organizátor určí iba jeden druh terča, spoločný pre všetkých súťažiacich. Vzdialenosť terčov je 10 m. Každý člen družstva má k dispozícii 1 „nástrelný“ + 3 súťažné vzduchovkové projektily.

Postup: Členovia družstva po príchode na stanovište zaľahnú na určené miesto a vystrelia prvý „nástrelný“ výstrel. Rozhodca potvrdí súťažiacim zásahy a

uvedie terče do pôvodnej polohy. Súťažiaci následne opäť nabijú vzduchovky a pokračujú v súťažnej streľbe. Každý súťažiaci strieľa na tri sklápacie terče.

Vzduchové pušky zabezpečuje organizátor, vlastné vzduchové pušky nie sú povolené. Organizátori resp. rozhodcovia vykonajú poučenie o manipulovaní so vzduchovkou a pravidlách hodnotenia zásahov pred začiatkom súťaže. Poučenie je povinné pre všetkých súťažiacich, prítomní môžu byť aj učitelia. Poučenie sa v závislosti od počtu družstiev vykoná spoločne príp. po družstvách.

HODNOTENIE: každý súťažiaci získa 2 body za každý zasiahnutý terč. Jednotlivec môže získať max. 6 bodov. Družstvo môže spoločne získať max. 24 bodov.

3.6 Testy

Každý člen družstva dostane vlastnú verziu testu na vyplnenie. Test má 20 otázok. Každý súťažiaci rieši test samostatne, vzájomná výpomoc je zakázaná. Testy nemožno riešiť na inom mieste a v inom čase, ako na príslušnom stanovišti. Otázky sú vo všetkých štyroch verziách testov totožné, ich poradie však musí byť zámerne zmenené. Každý súťažiaci vyplní test samostatne. Organizátor vytvorí také podmienky, aby sa minimalizovalo riziko našepkávania, nestráženého použitia ľaháku a pod.

Súbor otázok je k dispozícii na www.uco.sk/sutaz, ich výber a zaradenie do testu sa však žiaci dozvedia až pri pridelení testu na súťažnom stanovišti. Organizátor nesmie nikomu poskytnúť skladbu súťažného textu pred súťažou.

HODNOTENIE: súťažiaci získa za každú správnu odpoveď 2 body, Jednotlivec môže získať max. 40 bodov). Družstvo môže spoločne získať max. 160 bodov.

3.7 Čas

Body za čas sú odpočítavané osobitne – bez ohľadu na úspešnosť družstva v súťažných disciplínach. Organizátor v závislosti od dĺžky a náročnosti trate (terén, prevýšenie, povrch a pod.) určí časový limit, ktorý je optimálny na absolvovanie celej trate, vrátane zastávok na jednotlivých stanovištiach. Limit musí byť oznámený súťažiacim pred začiatkom súťaže.

Každému družstvu sa v momente štartu začína merať čas. Meranie času sa zastavuje okamihom dobehnutia družstva do cieľa po absolvovaní všetkých súťažných disciplín.

- Družstvá ktoré zabehnú trať v určenom limite alebo pod limit („rýchlejšie“), body nestrácajú ani dodatočne nezískavajú.
- Družstvu ktoré dobehne do cieľa v čase vyššom (horšom) ako je určený limit („pomalšie“), sa odpočítajú body podľa nasledovného kľúča:

pomalšie zabehnutie:

do 1 minúty vrátane - odpočet 10 bodov
1 minúta a 1 sekunda až 2 minúty vrátane - odpočet 20 bodov

- 2 minúty a 1 sekunda až do 3 minút vrátane - odpočet 30 bodov
- 3 minúty a 1 sekunda až do 4 minút vrátane - odpočet 40 bodov
- 4 minúty a 1 sekunda až do 5 minút vrátane - odpočet 50 bodov
- 5 minút a 1 sekunda až 10 minút vrátane - odpočet 100 bodov

Pomalšie zabehnutie viac ako 10 minút (oproti limitu) – strata 100 bodov (rovnako ako pri strate 5 min. a 1 sek. až 10 min.).
 Ďalej pozri 3.8. – Celkové hodnotenie.

3.8 Celkové hodnotenie

Konečné poradie družstiev je tvorené súčtom bodov získaných na všetkých stanovištiach a bodmi odpočítanými za čas (odpočítanými len v prípade, v prípade že družstvo zabehlo trať nad limit – „pomalšie“).

V prípade rovnosti bodov na prvých troch miestach, rozhoduje o konečnom poradí:

- a) lepší bodový zisk, získaný v disciplíne „Testy“;
- b) v prípade ďalšej rovnosti bodov získaných v testoch, rozhoduje vyšší bodový zisk v disciplíne „Civilná ochrana“;
- c) v prípade rovnosti bodov testoch aj v disciplíne „Civilná ochrana“, rozhoduje vyšší bodový zisk v disciplíne „Zdravotnícka príprava“;
- d) pokiaľ by sa zhodoval bodový zisk dosiahnutý v testoch, disciplínach Civilná ochrana aj Zdravotnícka príprava, rozhoduje o konečnom poradí družstiev lepší čas (za ktorý absolvovali celú trať).

Po dobehnutí posledného družstva do cieľa a spracovaní výsledkov, organizátor zverejní **výsledkovú listinu** s poradím družstiev a ich dosiahnutým bodovým ziskom. Výsledková listina musí byť k dispozícii všetkým súťažiacim, ich (pedagogickému) sprievodu a členom organizačnej skupiny – napríklad na informačnom paneli či nástenke na mieste konania súťaže. Organizátor pred začiatkom súťaže upozorní súťažiacich o mieste, kde bude listina umiestnená a o ich práve podať prípadný protest.

Súťažiaci majú právo podať protest, najneskôr do 15 minút od zverejnenia výsledkov. Protesty prijíma hlavný rozhodca a následne spolu s riaditeľom súťaže rozhodnú o akceptácii alebo zamietnutí protestu.

(Pozri tiež 5 – Informácie pre organizátorov, definície a vymedzenie činnosti organizačnej skupiny, riaditeľa súťaže a hlavného rozhodcu.)

4 Bodovanie jednotlivých disciplín

Poznámka: bodový zisk pri niektorých disciplínach je v nezaokrúhlených hodnotách (24, 26). Dôvodom je, že bodový zisk družstva v niektorých disciplínach musí byť deliteľný štyrmi (počtom členov družstva). Túto hodnotu je potrebné na inom mieste v hodnotení zarovnať, aby maximálny zisk nebol napr. 599 bodov.

| | | | |
|---------------------------------------|-----|---|-------|
| 1 Civilná ochrana | I. | (20/správne nasadenie) x 4 súťažiaci | 80 |
| 1.1 použitie ochrannej masky | | ochrana očí + dýchacích ciest / 30 bodov | 35 |
| 1.2 improvizované PIO | | ochrana trupu a nôh | 26 |
| 1.3 evakuačná batožina (10 predmetov) | | správny predmet / 10 bodov | 100 |
| 1.4 rozoznávanie varovných signálov | | rozoznanie signálu 20 bodov, reakcia na signál ďalších 20 bodov | 20+20 |
| 2 Pohyb v prírode | II. | správne riešenie / 10 bodov | 40 |
| 3 Zdravotnícka príprava | I. | správne ošetrenie zranenia: 35 bodov | 35 |
| | | správne volanie na LTV 112 ² : 35 bodov | 35 |
| 4 Hasenie malých požiarov | II. | zasiadnutá plechovka / 5 bodov | 25 |
| 5 Strelba zo vzduchoviek | II. | (zasiadnutý terč / 2 body) x 4 súťažiaci | 24 |
| 6 Testy | I. | (otázka / 2 body) x 4 súťažiaci | 160 |
| | | spolu - bez bodov za čas | 600 |

5 Informácie pre organizátorov

Dĺžka trate (od štartu po cieľ) je v závislosti od náročnosti terénu 1 až 2 kilometre. Odporúčaný interval pre štart družstiev je 10 minút.

Môže vzniknúť situácia, že družstvo sa nie vlastnou vinou zdrží na stanovišti (napr. ak rýchlejšie družstvo dobehne na stanovište, kde sa stále nachádza pred ním štartujúce pomalšie družstvo, v prípade vzniku a počas odstraňovania technickej poruchy na džberovke, vzduchovkách a pod.). V takom prípade rozhodca stanovišťa zapíše tzv. „zdržný“ čas družstva na štartovný lístok družstva aj do vlastného prehľadu (pozri nižšie). Tento „zdržný“ čas sa družstvu po dobehnutí do cieľa odpočíta od celkového času (družstvo musí tento „zdržný“ čas oznámiť). Družstvo súťaží v športovom odevu a obuvi primeranom počasiu v čase konania súťaže. Súťaží sa v odevu s dlhými rukávami a nohavicami, pokiaľ rozhodcovská komisia pred súťažou nerozhodne inak. V prípade majstrovstiev sa podmienka dlhých rukávov a nohavíc potvrdí resp. zruší deň pred konaním súťaže – na porade zástupcov ÚCO MV SR, organizátorov, rozhodcov príp. ďalších osôb.

² Linka tiesňového volania 112.

Každý člen družstva má počas súťaže ochrannú masku v textilnej kapse so samostatne uloženým filtrom. Družstvo má pri sebe aj štartovný lístok na zapísanie získaných bodov príp. zdržného času.

Družstvo si pred začiatkom súťaže z pomedzi seba zvolí kapitána družstva. Kapitán družstva vystupuje zároveň ako jeho hovorca.

Organizátor súťaže informuje po konaní obvodného a krajského kola ÚCO MV SR, či súťaž prebehla a či všetci členovia prvých troch víťazných družstiev dostali propagačné materiály (medaily, poháre, diplomy príp. iné ceny) poskytnuté Úradom CO MV SR. Prebytočné materiály organizátor vráti Úradu CO MV SR.

Organizátor ďalej po skončení príslušného kola zašle Úradu CO MV SR do štyroch pracovných dní výsledkovú listinu a svoje návrhy a pripomienky

Organizátor je povinný zabezpečiť počas konania súťaže dostatočný pitný režim súťažiacich, v prípade možnosti aj bufet.

Počas súťaže platí prísny zákaz fajčenia, požívania alkoholu či omamných látok v celom areáli súťaže. Zákaz platí pre všetky prítomné osoby - rozhodcov, organizátorov, hostí, učiteľov, personál, súťažiacich a iné osoby prítomné na trati a stanovištiach.

Ako doplnkový materiál na prípravu na súťaž, je možné použiť materiály „Rady pre občanov“³ (k dispozícii na www.uco.sk).

Organizátor môže vytvoriť pre organizovanie súťaže **organizačnú skupinu** (resp. tím, výbor, štáb a pod.). V závislosti od úrovne súťaže, počtu družstiev a ľudských zdrojov organizátora, môže táto skupina (popri **riaditeľovi súťaže** – takýto názov funkcie nie je povinný) zahŕňať funkcie napr. výkonného riaditeľa resp. zástupcu riaditeľa súťaže, ekonóma (finančného riaditeľa resp. manažéra) súťaže a iné. Neodporúča sa, aby členovia rozhodcovskej komisie boli zároveň členmi organizačnej skupiny. **Hlavný rozhodca** nesmie byť zároveň riaditeľom súťaže (ani jeho zástupcom – pokiaľ organizátor túto funkciu vytvorí). Hlavný rozhodca sa môže podieľať aj na organizačnej príprave resp. pred-príprave súťaže, neodporúča sa však určiť ho do ďalšej kľúčovej funkcie (pozri vyššie). Hlavných rozhodcom môže byť iba osoba, ktorá absolvovala prípravu hlavných rozhodcov.

Povinnosti hlavného rozhodcu:

- **Počas prípravy súťaže**
- je členom organizačnej skupiny súťaže;
- pripravuje rozhodcov obvodného kola súťaže;
- podieľa sa na spracovaní propozícií súťaže;
- vyberá trať a zhotovuje jej nákres;
- prideluje rozhodcom jednotlivé stanovištia a predkladá toto pridelenie na schválenie organizačnej skupine súťaže;

³ Materiál Úradu civilnej ochrany Ministerstva vnútra Slovenskej republiky.

- pripravuje, alebo riadi prípravu dokumentácie potrebnej pre rozhodcov na stanovištiach;
- skontroluje vybavenie jednotlivých stanovišť;
- dá príkaz vyznačiť trať zástavkami a pracoviská informačnými tabuľkami.

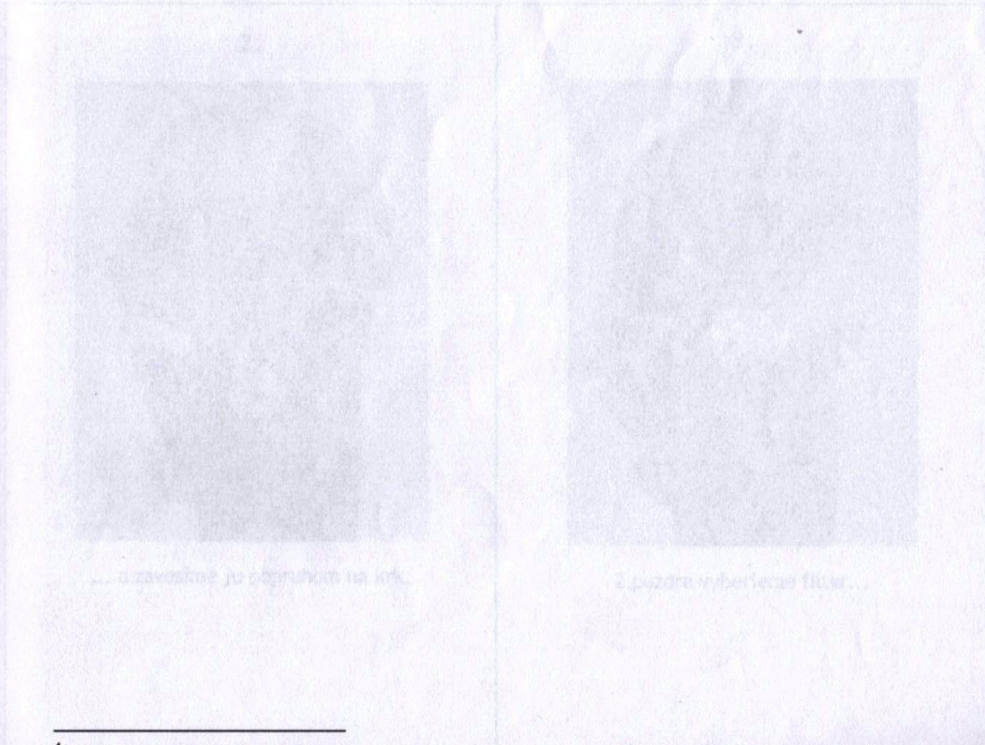
- Počas samotnej súťaže

- vedie porady rozhodcov s kapitánmi družstiev (príp. ich pedagogickým sprievodom), oznamuje súťažiacim potrebné informácie⁴;
- riadi losovanie poradia štartu družstiev;
- ak je potrebné, vykonáva a oznamuje nevyhnuté úpravy propozícií (po dohode s rozhodcami a vedúcimi družstiev);
- spracováva výsledkovú listinu;
- prijíma protesty, ktoré spoločne s riaditeľom súťaže rieši.

Po skončení súťaže riadi a zodpovedá za uvedenie trate do pôvodnej podoby (odstránenie materiálu, označení a pod.).

Každý rozhodca na stanovišti vedie prehľad o dosiahnutom bodovom hodnotení jednotlivých družstiev príp. o zdržnom čase.

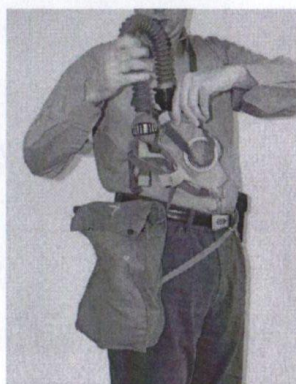
Mäčká vyfúcháme z puzdra...



⁴ Myslia sa najmä informácie v zmysle propozícií, napr. časový limit prekonania trate a pod.

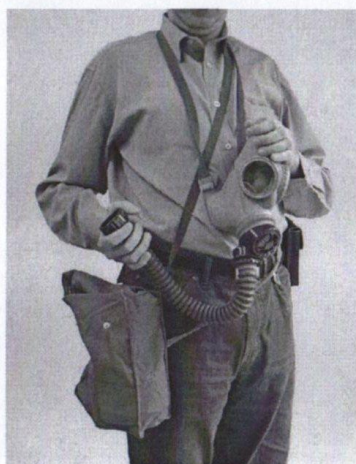
Príloha č. 1: CIVILNÁ OCHRANA
Použitie ochranej masky

Maska CM-3
1.



Masku vyberieme z puzdra...

2.



... a zavesíme ju popruhom na krk.

3.



Z puzdra vyberieme filter...

4.



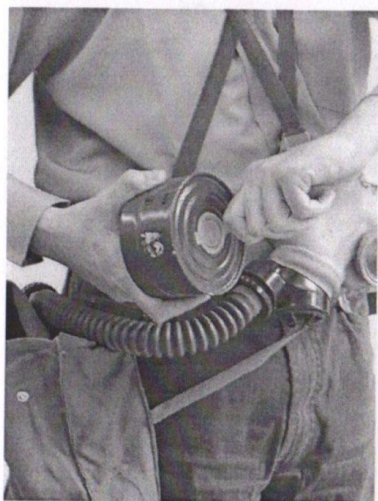
... a odstránime zátku z filtra (z vrchu filtra).

5.



Zátku uložíme do puzdra.

6.



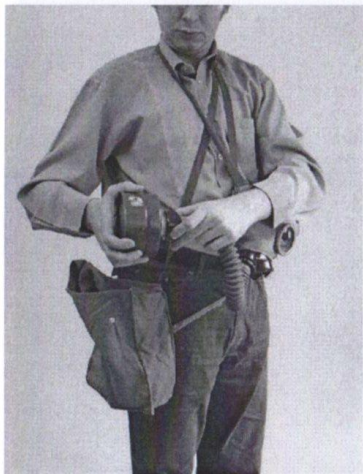
Rovnako odstránime viečko (zospodu filtra)...

7.



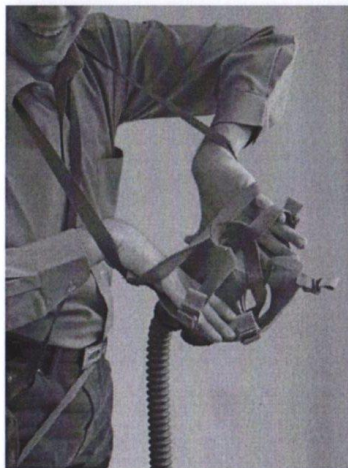
... a zátku taktiež uložíme do puzdra.

8.



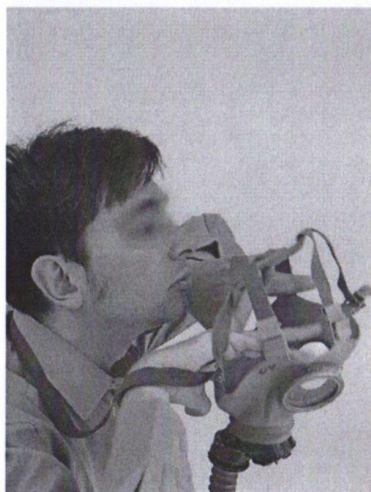
Filter spojíme s hadicou...

9.



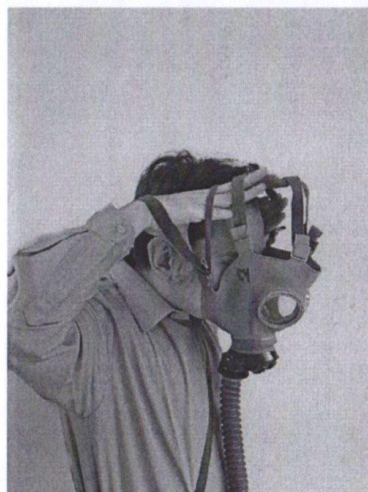
Masku nasadíme nasledovne:
uchopíme ju prstami za páskové upínadlá
a roztvoríme líčnicu.

10.



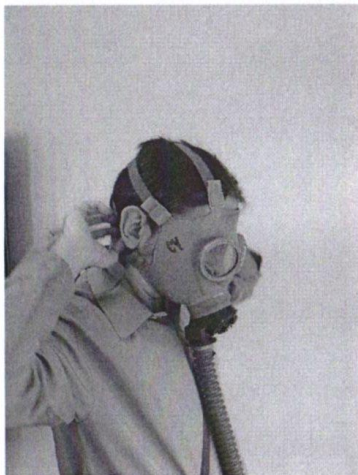
Bradu vysunieme a vložíme ju
do bradovej priehlbne líčnice...

11.



...pri sklonení hlavy pretiahneme
upínacie pásky cez hlavu

12.



Podľa potreby dotiahneme upínacie pásky cez hlavu - začíname od dolných.

13.



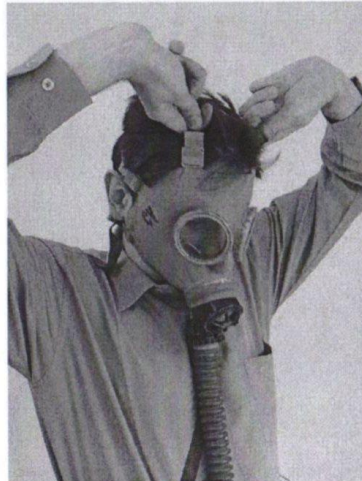
Dotiahnutie upínacích dolných pásov (pohľad od chrbta figuranta)

14.



Následne dotiahneme horné upínacie pásky...

15.



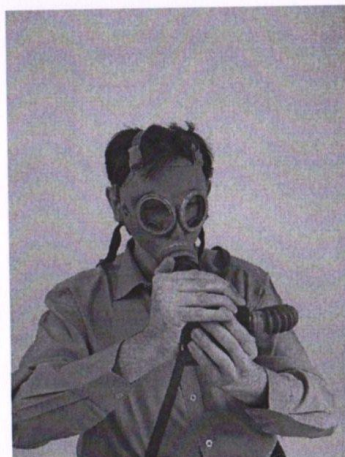
...a napokon aj horný upínací pások nad čelom.

16.



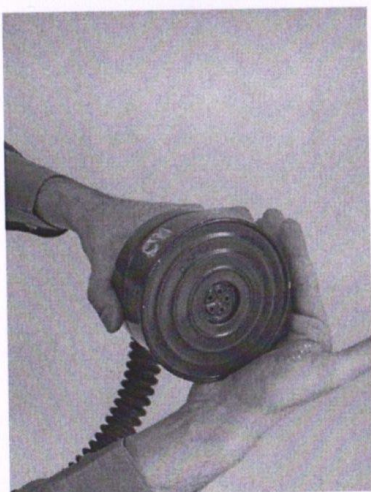
Teraz vyskúšame filter: otvorenú dlaň priložíme na vstupný otvor a nadýchneme sa...

17.



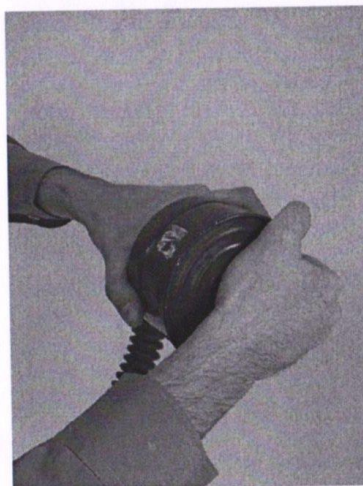
... ak sa lícnica (v dôsledku tlaku vzduchu) pritlačila na tvár - maska tesní.

18.



Detail postupu zakrytia filtra dlaňou.

19.



Detail postupu zakrytia filtra dlaňou.

20.



Po použití masku snímeme smerom nahor.

Copyright © Úrad civilnej ochrany MV SR, 2007

Tento materiál je možné použiť len pre účely Súťaže mladých záchranárov civilnej ochrany!

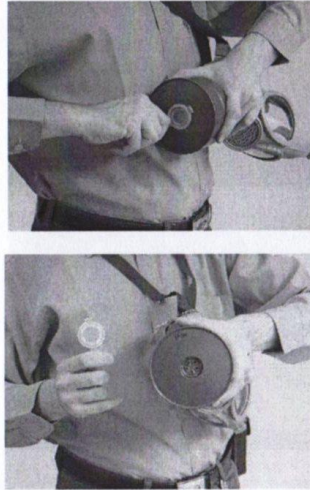
Maska CM-4

1.



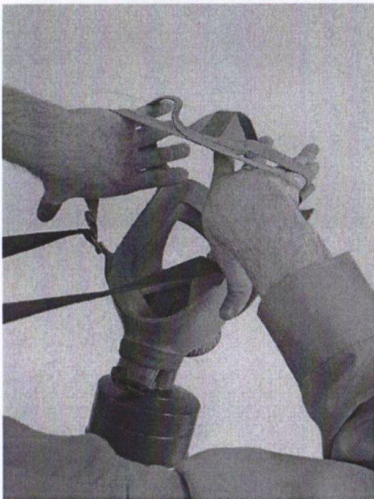
Maska je vybraná z púzdra, zavesená na krku, filter upevnený na masku (a teda aj zátku z vrchu filtra odstránená).

2.



Odstránime aj viečko filtra.

3.



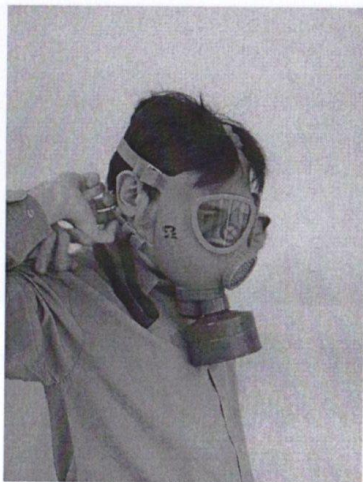
Masku nasadíme nasledovne: uchopíme ju prstami za páskové upínadlá a roztvoríme

4.



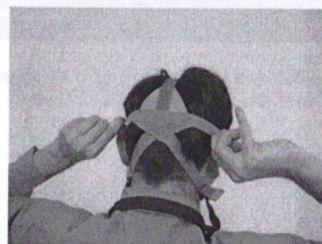
Bradu vysunieme a vložíme ju do bradovej priehlbne lícnice.

5.



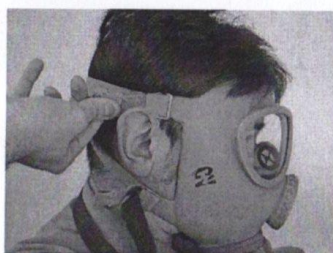
Pri sklonení hlavy pretiahneme upínacie pásy cez hlavu. Potom podľa potreby dotiahneme upínacie pásy cez hlavu, najskôr dolné.

6.



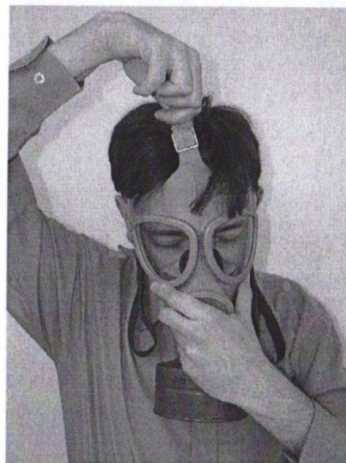
Dotiahneme zadné dolné a zadné horné pásy (pohľad zozadu figuranta)

7.



(pohľad z boku)

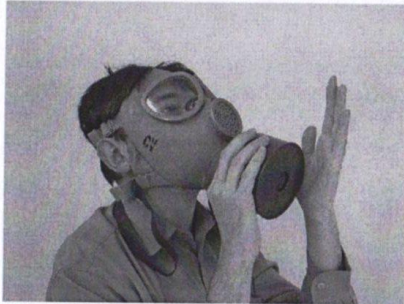
8.



Napokon dotiahneme i upínací pások vpredu nad čelom.

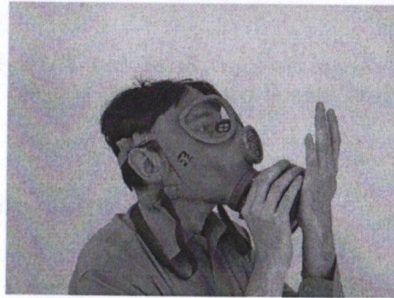
Príloha 6.2: MODELOVÉ SITUÁCIE

9.



Nasleduje skúška filtra.
Otvorenú dlaň priložíme na vstupný otvor
a nadýchneme sa...

10.



...po nadýchnutí sa lícnica masky sploštila (prisala
sa na tvár figuranta) - maska tesní.

Copyright © Úrad civilnej ochrany MV SR, 2007

Tento materiál je možné použiť len pre účely Súťaže mladých záchranárov civilnej ochrany!

Príloha č. 2: MODELOVÉ SITUÁCIE

V každej oblasti (improvizované PIO, evakuačná batožina, varovné signály) sú zámerne uvádzané variácie na danú tému, tak aby počas súťaže dostali družstvá rôzne verzie otázok.

Zhotovenie a použitie improvizovaných PIO

Rozhodca uvedie družstvo do situácie:

- **prvý variant**

Cestuješ autom so svojimi príbuznými. Pred vami dochádza k dopravnej nehode: osobné vozidlo sa pokúšalo predbiehať cisternu a zmietol ho protiidúci autobus. Všetky vozidlá sa zrazili, cisterna sa prevrátila do priekopy.

Z cisterny uniká žltá kvapalina, ktorá sa rýchlo vyparuje. Vietor fúka smerom k vám. Vzduch je naraz veľmi štipľavý. Všetci začínajú kašľať, dusiť sa, štipu vás oči. Tí čo sú bližšie k havarovanej cisterne zvracajú.

Nikto z ľudí na okolo nevie čo robiť. Čo im povieš aby urobili a čo urobíš ty sám/-a?

- **obmena prvého variantu**

Na železničnej stanici čakáš na vlak. V tom dochádza k nešťastiu; nákladný vlak ktorý mal iba prejsť cez stanicu, sa zrazil z posunovacou lokomotívou (nasmerovanou na zlú koľaj). Nikto nie je zranený, ale...

...cisterna je poškodená. Vystrekuje z nej žltá kvapalina a veľmi rýchlo sa vyparuje. Vzduch je naraz veľmi štipľavý. Všetci naokolo začínajú kašľať, dusiť sa, štipu vás oči. Vietor navyše fúka smerom k vám. Tí čo sú bližšie k havarovanej cisterne zvracajú, niektorí dokonca odpadli.

Čo urobíš a čo povieš ľuďom okolo aby robili?

- **ďalšia obmena prvého variantu**

Cestuješ autom. Na železničnom priecestí ste zastavili, pretože červený semafor signalizuje prichádzajúci vlak. Vodič cisternového auta semafor ignoroval a chcel stihnúť prejsť, než sa spustia rampy. Prichádzajúci vlak do neho narazil. Vodič cisternového auta je na mieste mŕtvy, rušňovodič uteká k vám zavolať na linku tiesňového volania.

Cisterna je poškodená. Strieka z nej žltá kvapalina a rýchlo sa vyparuje. Vzduch je naraz veľmi štipľavý. Všetci naokolo začínajú kašľať, dusiť sa, štipu vás oči. Vietor navyše fúka smerom k vám.

Čo urobíš a čo povieš ľuďom na okolo aby robili?

- **druhý variant**

Vaša trieda je na exkurzii na zimnom štadióne, ktorý prechádza prestavbou a modernizáciou. Vedúci stavby vám ukazuje chladiarenské zariadenia na prízemí, ktoré vyrábajú ľad na ľadovú plochu. V tom sa z ľešenia uvoľnil kontajner so stavebným materiálom a poškodil staré potrubia. Z potrubia uniká plyn, podľa toho

čo hovoril sprievodca to bude amoniak. Plyn je dráždivý, spolužiaci i robotníci začínajú kašať a dusiť sa. Niekoľko robotníkov uteká do podzemných skladov a volá i vás.

Ako sa musíte zachovať, ako sa ochránite než sa dostanete do bezpečia?

- **obmena druhého variantu**

Vaša trieda je na exkurzii v továrni, ktorá vyrába kuchynské oleje, maslo, margarín. Inžinier ktorý vás sprevádza, vám vysvetľuje prácu amoniakových chladiarenských zariadení potrebných na uskladnenie polotovarov a surovín.

V tom, zrejme kvôli technickej poruche (vysoký tlak v opotrebovanom potrubí) praská tesnenie na potrubí a uniká z nich dráždivý plyn. Ochranné masky sú v sklade až na druhom konci továrne. Všetci naokolo sa už začínajú dusiť, jeden robotník dokonca odpadol. Druhý robotník uteká do podzemného skladu a volá i vás.

Ako sa musíte zachovať, ako sa ochránite než sa dostanete do bezpečia?

Príprava evakuačnej batožiny

Rozhodca uvedie družstvo do situácie:

- **prvý variant**

Už týždeň ustavične stúpa hladina rieky. Meteorológia hlásia ďalší dážď. Hasiči a vojaci nestíhajú udržiavať hrádze, ktoré sa už na niektorých miestach pretrhli a zaplavili - zatiaľ - iba polia. Hrozí, že sa pretrhne aj hrádza neďaleko vášho sídliska a starosta môže každú minútu nariadiť evakuáciu. Záchrané zložky pripravujú núdzové ubytovanie v telocvičniach a kinách v susednom meste.

Tvoji rodičia nič také ešte nezažili, vedia len o výzve pripraviť evakuačnú batožinu. Čo im povieš? Čo si musíte pripraviť, na čo nesmiete zabudnúť?

- **obmena prvého variantu**

Na Slovensku bolo veľmi slabé zemetrasenie. Škody na majetku takmer nie sú, nikto sa nezranil, ani neprišiel o život. Na neďalekej priehrade sa objavili praskliny a poškodenie môže byť vážnejšie. Nebolo by to nebezpečné, keby sa priehrada okamžite čiastočne vypustila. Priehradu však vypustiť nemožno, stav vody na riekach je veľmi vysoký, veľké vypúšťanie by spôsobilo povodne.

Ak sa priehrada pretrhne, zaplaví dediny a mestá v širokom okolí. Krajský úrad nariadil okamžitú evakuáciu. O niekoľko desiatok minút dorazia do obce autobusy pre tých čo nemajú vlastné autá. Čo si zo sebou zoberiete v evakuačnej batožine?

- **druhý variant**

V neďalekej chemickej továrni vybuchla výmenníková stanica. Požiar sa hasičom nedarí zlikvidovať. Od továrne sa k vášmu sídlisku blíži obrovský čierny mrak. V televízii oznámili, že požiar sa blíži k skladom paliva a nebezpečných chemikálií. Hrozia ďalšie výbuchy a najmä únik jedovatých látok.

V televízii ďalej oznámili, aby všetci sledovali vysielanie, pretože každú chvíľu môže byť nariadená evakuácia. Niektorí susedia už odišli svojimi autami. Jeden z rodičov je na služobnej ceste na druhom konci Slovenska. Druhý rodič práve dorazil domov z práce. Nevie ešte, čo všetko povedali v televízii.

Čo mu povieš, že musíte urobiť a čo si musíte pripraviť?

- **obmena druhého variantu**

Televízia a rozhlas informujú o leteckej katastrofe. Lietadlo krátko po štarte dopadlo na priemyselnú zónu mesta. Nádrže paliva boli ešte plné, vznikol požiar, ktorý sa preniesol aj na továrne, sklady palív, chemikálií a pod. Požiar sa stále rozširuje, vzduch je stále viac a viac znečistený jedovatými látkami z horiacich tovární a skladov.

Primátor mesta nariadil okamžitú evakuáciu. Rodičia sú len na ceste z práce domov, je na tebe aby si čo najrýchlejšie pripravil evakuačnú batožinu. Ako budeš postupovať?

Rozoznávanie varovných signálov

- **prvý variant**

Si s rodičmi na dovolenke počas letných prázdnin. Dnešný deň sa nebudete kúpať, ale urobili ste si výlet do neďalekého mestečka a chcete si pozrieť pamätihodnosti, obchody atď. Naraz počujete...

ZVUKOVÁ UKÁŽKA: stály - 6 minútový tón

Čo to znamená? Čo povieš rodičom že treba urobiť?

- **obmena prvého variantu**

Počas cesty k príbuzným (ďaleko od vášho bydliska), ste si urobili prestávku na benzínovej pumpe pri cudzom meste. V tom počujete

ZVUKOVÁ UKÁŽKA: stály - 6 minútový tón

Čo to znamená? Čo urobíte?

- **druhý variant**

Je pracovný deň, a ty si ostal/-la sám/sama doma, pretože si chorý/chorá. Rodičia sú v práci, súrodenci v škole. Ležíš v posteli, čítaš si časopis či knihu. Odrazu vonku zaznie...

ZVUKOVÁ UKÁŽKA: kolísavý 2-minútový tón

Čo urobíš ako prvé?

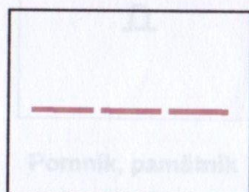
- **obmena druhého variantu**

Si so svoju partiou na vašom sídlisku alebo vo vašej obci. Odrazu zaznie tento signál:

ZVUKOVÁ UKÁŽKA: kolísavý 2-minútový tón

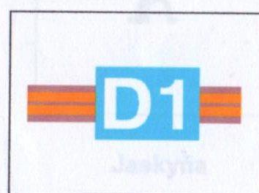
Čo urobíš ako celkom prvé?

Príloha č. 3: POHYB A POBYT V PRÍRODE – TOPOGRAFIA
Topografické a turistické značky:



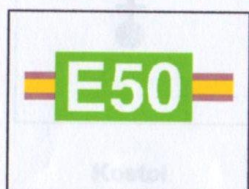
Pomník, pamätník

Poľná, lesná cesta



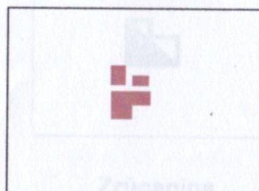
Jaskyňa

Diaľnica



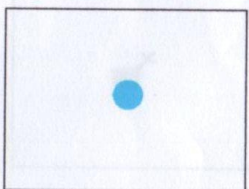
Kúpeľ

Hlavná cesta

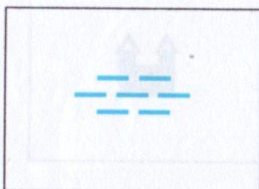


Zlúčenie

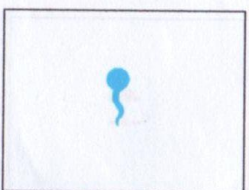
Budovy



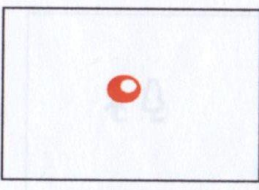
Studňa



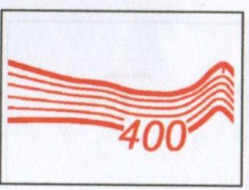
Močiar



Prameň



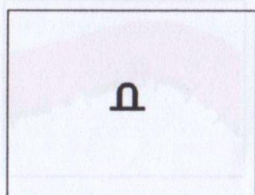
Priepasť



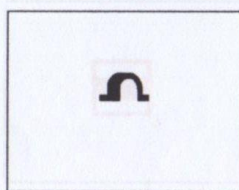
Vrstevnice



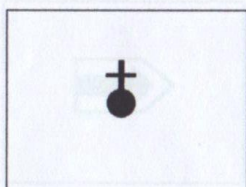
Osamelá skala



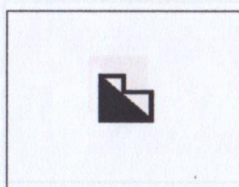
Pomník, památník



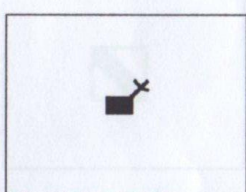
Jaskyňa



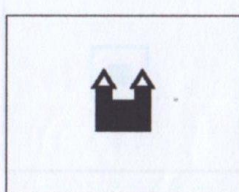
Kostol



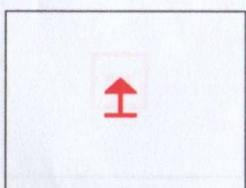
Zrúcanina



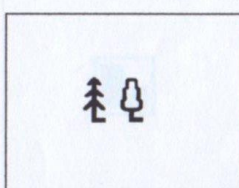
Horáreň



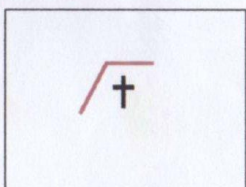
Zámok



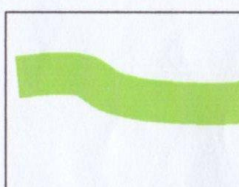
Turistický prístrešok



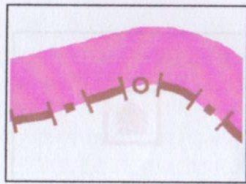
Orientačne dôležitý strom



Cintorín

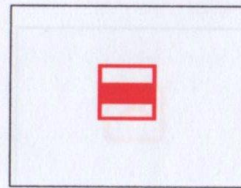


Hranica národného parku



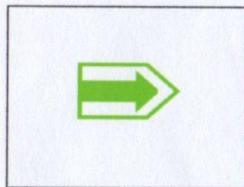
Štátna hranica

Značka pre trasu k číste

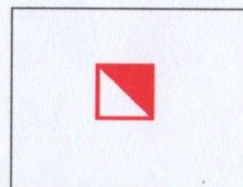


Pásová značka

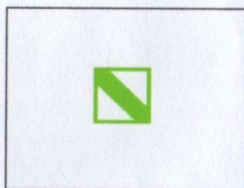
Značka pre trasu k jaskyni



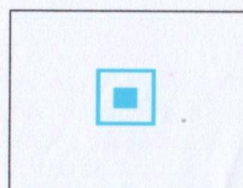
Šípka



Miestna značka



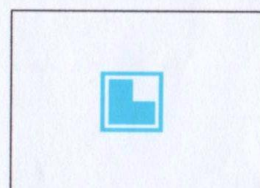
Náučná značka



Koncová značka



Značka pre trasu k prameňu, k studni

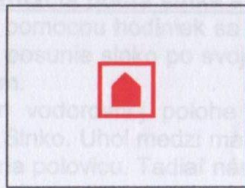


Značku pre trasu k zručanine

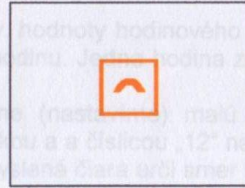
• Orientácia podľa stáže a hodínok:

Orientácia pomocou hodínok sa vykonáva podľa tzv. hodnoty hodinového čísla Čísla o koľko sa posunú po svojej dráhe za jednu hodinu. Jedna hodina zodpovedá 15 stupňom.

Postup: prevodník položí hodínok, natierne (nasledujúca) malú hodinovú ručičku na linku. Uhol medzi malou hodinovou ručičkou a a číslom 12 na ciferníku rozdelíme na polovicu. Tedaľ naša prechádzajúca myšlienka čísla určí smer sever-juh. Pozri obrázok.



Značka pre trasu k chate



Značka pre trasu k jaskyni

• Orientácia podľa Polárky:

Hviezda Severka je najjasnejšia hviezda súhvezdia Malého voza. Polárka sa nachádza takmer presne nad severným svetovým pólom. (Vzdialenosť od severného svetového pólu je menej než 1°)Svoju polohu prakticky nemerá ani pri otáčaní a pohybe Zeme. Smer na Polárku teda vždy určuje smer na sever.

(Polárka sa nachádza v päťnásobnom predĺžení vzdialenosti hviezd - „zadných kolies“ a súhvezdia Veľkého voza. Táto informácia nie je povinná pre potreby súťaže.)

Určenie svetových strany v teréne – menej odporúčaná metódy

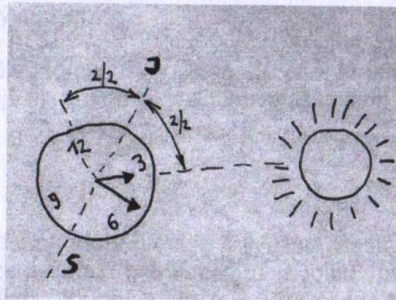
• Sever:

- pre osamelých stromov majú na severnejšej strane hustejšie lepknutý.

- **Orientácia podľa slnka a hodín:**

Orientácia pomocou hodín sa vykonáva podľa tzv. hodnoty hodinového uhla Čiže o koľko sa posunie slnko po svojej dráhe za jednu hodinu. Jedna hodina zodpovedá 15. stupňom.

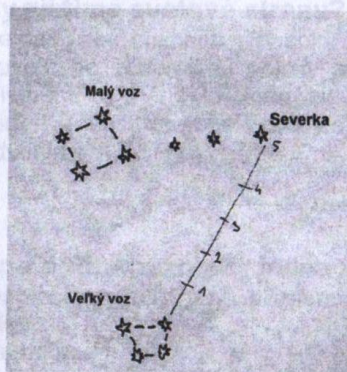
Postup: pri vodorovnej polohe hodín, namierime (nastavíme) malú hodinovú ručičku na Slnko. Uhol medzi malou hodinovou ručičkou a a číslicou „12“ na ciferníku rozdelíme na polovicu. Tadiaľ nám prechádzajúca myslená čiara určí smer sever-juh. Pozri obrázok:



- **Orientácia podľa Polárky:**

Hviezda Severka je najjasnejšia hviezda súhvezdia Malého voza. Polárka sa nachádza takmer presne nad severným svetovým pólom. (Vzdialenosť od severného svetového pólu je menej než 1°) Svoju polohu prakticky nemení ani pri otáčaní a pohybe Zeme. Smer na Polárku teda vždy určuje smer na sever.

(Polárka sa nachádza v päťnásobnom predĺžení vzdialenosti hviezd - „zadných kolies“ a súhvezdia Veľkého voza. Táto informácia nie je povinná pre potreby súťaže.)



Určenie svetových strán v teréne – menej odporúčané metódy

- **Sever:**

- pne osamelých stromov majú na severnejšej strane hustejšie letokruhy,

- na jar sa na severných svahoch dlhšie drží sneh (ako na južných),

- **Severozápad:**

- lesné prieseky bývajú vedené v tomto smere,
- kostoly mávajú os vedenú tiež v tomto smere,

- **Juh:**

- mraveniská sú stavané takmer vždy na juh (- od najbližších stromov, pňov a kríkov, kvôli dopadu slnečných lúčov),
- vchody úľov bývajú väčšinou otočené na juh
- na južných svahoch bývajú vinice,

V prírode existujú i ďalšie indicie, napr. osamelé pne, stromy a kamene môžu byť na severnej strane (častejšie) orastené machmi a lišajníkmi. Nie vždy sú však tieto indicie spoľahlivé...

Čo je buzola?

Buzola je uhlomerný prístroj, ktorý pracuje a využíva vlastnosti magnetky. Magnetka sa ustáli (vplyvom zemského magnetizmu) svojou pozdĺžnou osou v smere magnetického poludníka. Stupnica buzoly je označená svetovými stranami a príslušnými uhlovými jednotkami. K presnejšiemu meraniu uhlov majú buzoly rôzne druhy zameriavacích zariadení.

Najdôležitejšie časti buzoly sú: púzdro s hlavnou stupnicou, výstupky, magnetka, pomocná stupnica, mieridlo.

Najdôležitejšie časti buzoly sú: púzdro s hlavnou stupnicou, výstupky, magnetka, pomocná stupnica, mieridlo.

Ako pomocou buzoly zistíme svetové strany?

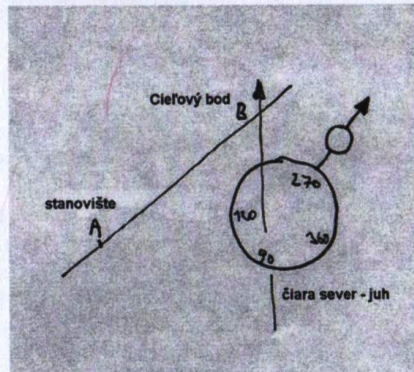
Viečko buzoly pootočíme tak, aby písmeno „S“ bolo oproti hlavnej zameriavacej drážke. Potom dáme buzolu do vodorovnej polohy a otáčame ňou tak, aby sa magnetka ustálila proti písmenu „S“. V tomto okamžiku je možné vytyčovať svetové strany v teréne. Pri praktickej činnosti v teréne vytyčujeme buzolou iba smer severu, ostatné svetové strany odvodíme.

Ako zorientujem mapu podľa buzoly? (Jedna z úloh súťaže.)

- 1) Viečko buzoly pootočíme tak, aby písmeno „S“ bolo oproti hlavnej zameriavacej drážke.
- 2) Buzolu položíme na mapu.
- 3) Mapu pootočíme tak, aby smer „sever“ na mape bol zhodný s smerom „sever“ podľa buzoly (pozri obrázok)

Ako buzolou určím azimut? (Azimut magnetický – Am)

Definícia Azimutu magnetického znie: je to vodorovný uhol, ktorý je zovretý medzi severom magnetickým a daným smerom. Meria sa zásadne v kladnom zmysle (pozri obrázok) a patrí do skupiny orientovaných uhlov.



• **Práca s buzolou pri zistení Am:**

- 1) Buzolu namierime (pomocou zameriavacieho zariadenia) na vytýčený bod v teréne.
- 2) Severnú časť magnetky ustálime na nulovú hodnotu.
- 3) Na stupnici odčítame Am vytýčeného bodu.

• **Práca s buzolou pri zisťovaní bodu pomocou zadaného Am:**

- 1) Zadaný Am nastavíme na stupnici buzoly.
- 2) Buzolu otáčame tak dlho, až index severu na buzole stotožníme so severným hrotom magnetky.
- 3) V tomto okamihu ukazuje zameriavacie zariadenie do určeného smeru, v ktorom sa na nachádza hľadaný bod.

Vrstevnice a terénne tvary na mape

• **Čo je to vrstevnica?**

Vrstevnica je čiara, ktorá na topografickej mape spája body s rovnakou nadmorskou výškou. Vrstevnica sa teda používa k vyjadreniu reliéfu terénu na mapách. Výška vrstvy je rôzna podľa mierky mapy.

• **Aké sú druhy vrstevníc?**

- a) základné – kreslia sa súvislou čiarou hrúbky 0,1mm
- b) doplnkové – kreslia sa v polovičnej hodnote základného intervalu prerušovanou čiarou hrúbky 0,1mm
- c) zosilnené – kreslia sa neprerušenou čiarou 0,3mm a zvyčajne to býva každá piata základná vrstevnica
- d) pomocné – používajú sa pri znázornení neprehľadného terénu a zakresľujú sa prerušovanou čiarou.

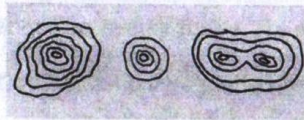
Výška vrstvy medzi základnými vrstevnicami závisí od mierky mapy. Hodnota základnej vrstvy je $1:25000 = 5$ metrov.

1:50000 = 10 metrov.

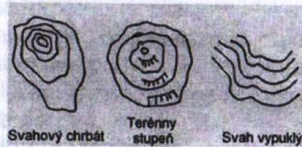
• **Aké sú základné druhy terénnych tvarov?**

Rozoznávame vyvýšené a znížené terénne tvary.

Vyvýšené terénne vlny



Kopa Kúžel Sedlo



Svahový chrbát Terénny stupeň Svah vypuklý

Znížené terénne vlny



Kotlina Údolie Zráz

Čo potrebujem na meranie a odhadovanie vzdialenosti na mape?

Meranie vzdialenosti na mape nám poslúži ak určujeme terénne tvary a predmety, alebo ak určujeme vlastné stanovište. Musíme poznať základné matematické úkony, rozumieť definícii mierky mapy, ovládať prácu s kružidlom a pravítkom a tiež mať písacie či kreslaice potreby.

Mierka mapy (MM) udáva, koľkokrát je dĺžka na mape menšia, ako odpovedajúca vzdialenosť v teréne.

Napríklad 1:50000 znamená, že 1 cm na mape je v skutočnosti 50000 cm – teda 500 metrov. Podobne 1:100000 znamená, že 1 cm na mape, je v skutočnosti 100000 cm, teda 1 kilometer. Mierka mapy (MM) sa vyjadruje pomerom $MM=d:D$. („d“ je dĺžka na mape, „D“ dĺžka v teréne).

Mierky môžu byť:

- číselné (sú uvedené na spodnom okraji mapy formou zápisu napr. 1:25000)
- grafické (sú uvedené pod číselnou mierkou)
- prípadne iné.

Ako na to?

- 1) Pomocou výpočtu. Napr. „Ak dĺžka na mape je 2,5cm, koľko je to v teréne?
 $d=12500 = 1250=D$.
- 2) Pomocou odpichávatka mapy.

Ako sa orientovať v teréne? (Podrobné návody ako na to)

- **Určenie vlastného stanovišťa na mape.**

Vlastné stanovište zisťujem pomocou spojnice dvoch výrazných bodov.

Najprv v teréne:

- a) Zistili sme, že naše stanovište sa nachádza medzi dvomi výraznými bodmi.
- b) Odkrojujem, alebo odhadnem vzdialenosť k bližšiemu výraznému bodu.

Potom na mape:

- c) Prevediem zistenú vzdialenosť do mierky mapy. Na mape spojím úsečkou obidva výrazné body.
- d) Vynesiem túto vzdialenosť od bližšieho výrazného bodu.

- **Určenie polohy bodov v teréne.**

Určiť vzdialenosť v teréne môžeme:

- meraním pomocou krokovania (ak bod nie je príliš ďaleko),
- meraním pomocou meracieho pásma (pokiaľ ho máme...),
- meraním - výpočtom na základe zhodnosti trojuholníkov,
- odhadom – nanášacou metódou,
- odhadom – šírkovou metódou (pozri ďalej).

Odhad – šírková metóda (Jedna z úloh súťaže.)

Postup je nasledovný:

- 1) V natihnutej ruke držíme (asi 65cm od očí) ceruzku alebo iný podobný predmet s hrotom.
- 2) Jedným okom zamierime hrotom na bod, ktorého vzdialenosť odhadujeme.
- 3) Bez pohnutia hlavy sa tento bod pozrieme opäť – druhým okom.
- 4) Hrot ceruzky sa nám odchýlil – toto miesto si dobre zapamätáme.
- 5) Odhadneme vzdialenosť, medzi bodom ku ktorému vzdialenosť zisťujeme a miestom kam sa nám hrot odchýlil pri pohľade druhým okom.
- 6) Túto vzdialenosť vynásobíme číslom 10 – a máme hľadanú vzdialenosť.

A čo s tým?

Orientačné body nám slúžia pri určovaní iných bodov, pri určovaní stanovišť a smerov postupu a pri orientácii počas pochodu neznámym terénom.

Predpovedanie počasia v prírode:

- **Dym**

Ak dym stúpa z ohniska alebo komína nahor ako stĺp, bude pravdepodobne pekne. Ak sa plazí nízko nad zemou, je to známka zhoršujúceho sa počasia.

- **Obloha**

Na oblohe sú predzvesťou pekného počasia:

- kopovitá oblačnosť,
- oblaky s neurčito „rozstrapkanými“ okrajmi,
- pri západe Slnka až do červena ružová farba nad obzore,
- čistý mesiac.

Zdravotnícka príprava

Zlé počasie zvestuje príchod oblakov „ovečky – baránky“ od západu, pribúdanie oblačnosti počas večera, ranné zore, „kruhy“ okolo Slnka a Mesiaca, silné trblietanie hviezd.

• Hmla a silný vietor

Severovýchodný až východný vietor je signálom pekného počasia, juhozápadný až južný vietor nezvestuje nič dobré, najmä ak večer silnie. Dobrým znamením je večerný vietor, ktorá vane z kopcov do údolia a ranný vietor opačným smerom. Ranná hmla, ktorá klesá, signalizuje pekný deň, rovnako ako silná roka. Ráno bez rosy zvyčajne znamená dážď.

• Teplota

Ochladenie po západe slnka je známkou dobrého počasia. Ak je v noci teplejšie než cez deň (*samozrejme v lete*), môžeme očakávať dážď.

• Zvieratá

Kvákanie žiab, vtáci lietajúci nízko nad zemou a ryby vymršťujúce sa nad hladinu oznamujú zvyčajne skoré zhoršenie počasia.

Autori ešte dodávajú, že mimoriadne dobrá viditeľnosť je vždy – pokiaľ ide o počasie – zlé znamenie. S najväčšou pravdepodobnosťou do 24 hodín príde dážď.

Základné pokyny k súčasným otázkam disciplíny „Zdravotnícka príprava“

1. Bezvedomie, zastavenie dýchania a srdcovej činnosti

Pri zastavení dýchania alebo zastavení srdca sa zastaví prísun kyslíka a následne tieto telesné orgány začnú odumierať ako prvé. Jediným účinným postupom je včas zistiť zastavenie dýchania a srdca a okamžite poskytnúť prvú pomoc v podobe srdcovo-pľúcneho oživovania.

Ak zistíš, že podozrivá osoba nereaguje, s najväčšou pravdepodobnosťou bude v bezvedomí. Príznaky rozpoznáš hneď:

- mŕtva farba kože
- žiadne anoxické zvuky pri dýchaní (slabé chrčanie)
- a/alebo zrazená a bledá pokožka

Prvé a najhlavnejšie, je rozpoznať či osoba dýcha (priložením tvojho ucha k ústam a nosu postihnuteľ osoby). Musíš vykonať mierny záklon hlavy, tak sa uvoľnia dýchacie cesty.

Ak postihnutá osoba nedýcha a ty nepočuješ jej výdych vzduchu, potom sa jedná o zastavenie dýchania. Pôzor, dýchacie cesty môžu byť upchaté! Rozpoznáme resp. uvoľníme obľečenie (gombík, šperky...) okolo brucha a krku.

Príloha č. 4: Zdravotnícka príprava

Prvá pomoc

Zásady poskytovania prvej pomoci

Na zemi leží človek. Musíš k nemu pristúpiť, oslovíš ho, ak nereaguje ani pri jemnom potrasení, musíš okamžite privolať prvú pomoc.

Ak v tvojej blízkosti nikto nie je, privolaj pomoc prostredníctvom telefónu na čísle 112 (Integrovaný záchranný systém). Predstav sa, povedz z akého čísla voláš, odkiaľ voláš a čo sa stalo (popíš stručne situáciu).

POZOR: existuje výnimka pri zásade poskytovania prvej pomoci. Ak sa niekto otrávil napr. liekmi, alkoholom, drogami, alebo ak sa niekto topil, prípadne ak je niekto vážne poranený, najskôr musíš 1 minútu poskytovať prvú pomoc a až potom zavolať na číslo 112.

Dôležité upozornenie: ak by pri záchrane človeka hrozilo nebezpečenstvo, nikdy neposkytuj za takýchto okolností pomoc!

Základné pokyny k súťažným otázkam disciplíny „Zdravotnícka príprava“

1. Bezvedomie, zastavenie dýchania a srdčej činnosti

Pri zastavení dýchania alebo zastavení srdca sa zastaví prísun kyslíka a najdôležitejšie telesné orgány začnú odumierať ako prvé. Jediným účinným postupom je včas zistiť zastavenie dýchania a srdca a okamžite poskytnúť prvú pomoc v podobe srdcovo-plúcneho oživovania.

Ak zistíš, že dotyčná osoba nereaguje, s najväčšou pravdepodobnosťou bude v bezvedomí. Príznaky rozpoznáš hneď:

- modrá farba kože
- čudné atypické zvuky pri dýchaní (slabé chrčanie)
- alebo spotená a bledá pokožka

Prvé a najhlavnejšie, je rozpoznať či osoba dýcha (priložením tvojho ucha k ústam a nosu postihnutej osoby). Musíš vykonať mierny záklon hlavy, tak sa uvoľnia dýchacie cesty.

Ak postihnutá osoba nedýcha a ty nepočuješ jej výdych vzduchu, potom sa jedná o zastavenie dýchania. Pozor, dýchacie cesty môžu byť upchaté! Rozopneme resp. uvoľníme oblečenie (gombík, opasok...) okolo brucha a krku.

Nový postup tzv. kardiopulmonálnej resuscitácia pre laikov (podľa odporúčaní Európskej rady pre resuscitáciu z r.2005)

Základná podpora životných funkcií (u dospelých – teda osôb od puberty vyššie), ZÁKLADNÝ POSTUP:

Ak postihnutý v bezvedomí a nereaguje, tak:

1. zakričíme o pomoc
2. spriechodníme dýchacie cesty (vyčistíme ústnu dutinu a hltan, čiže vyberieme viditeľné cudzie predmety)

Ak nie je prítomné normálne dýchanie:

3. zavoláme linku tiesňového volania 112
4. následne (čo najskôr) urobíme 30 kompresí hrudníka
5. ďalej urobíme 2 umelé vdychy a ďalších 30 kompresí

Miesto stlačenia pri kompresii hrudníka je v strede hrudnej kosti, hĺbka stlačenia približne 1/3 hĺbky hrudníka (4–5 cm). Stláčame dlaňami oboch rúk. Pomer vdychov a stlačení je **2 : 30** (frekvencia kompresí 100/min.) Uvoľnenie dýchacích ciest urobíme manéverom („head tilt – chin lift“): podvihnutie sánky, mierny záklon hlavy (vytvorený podvihnutím sánky), pootvorenie úst.

Podrobný postup, ako aj postup používaný pri oživovaní detí (pozri nižšie), nájdete na www.redcross.sk

POZOR: Príčiny zastavenia dýchania a činnosti srdca, sú u dospelých a detí rozdielne. U detí (od veku 1 mesiaca až do puberty). Obsahom disciplíny „Zdravotnícka príprava“ je iba oživovanie dospelého.

2. Vykĺbenie ľavého členka s podozrením na zlomeninu

- zraneného posadíme
- ľahko nadvihne a šetrne pridržíme končatinu
- končatinu nenaprávame (!)
- priložíme studený obklad
- končatinu fixujeme elastickým obvazom
- končatinu znehybníme dlahou od chodidla po koleno

3. Otvorená zlomenina dolnej končatiny (predkolena)

- ošetríme krvácajúcu ranu
- končatinu fixujeme dlahami a šatkami

(Poznámka: oproti minulosti sa v súťažnej otázke vypúšťa konkretizácia krvácania (žilové/tepnové) – vzhľadom na paralelné poranenie žil aj tepien pri takom to poranení.)

4. Otvorená zlomenina hornej končatiny s tepnovým krvácaním

- zastavíme (tepové) krvácanie
- sterilne ošetríme ranu
- končatinu fixujeme dvoma trojrohými šatkami alebo dlahami

5. zatvorená zlomenina predlaktia (bez krvácania)

- končatinu fixujeme dvoma trojrohými šatkami

6. Popálenina

- postihnutého šetrne zbavíme odevu
- pľuzgiere a príškvarky sa nesmú odstraňovať (!), popáleninu iba sterilne zakryjeme obvazom, alebo obviažeme trojrohou šatkou
- popáleninu ochladzujeme vodou
- urobíme protišokové opatrenia (podávame tekutiny, ak treba postihnutého/-ú uklidníme)
- nepodávame žiadne tekutiny (!)

Príloha 4 - vzorový príklad volania na „Linku tiesňového volania 112“ a komunikácie s operátorom (alternatívy)

Dobrý deň tu XY, volám z čísla...

(volajúci povie svoje meno a číslo)

Volám vám z:

↓
Z križovatky Štefánikovej a
Kežmarskej ulice v Poprade

↓
z cesty medzi Topoľčanmi a Partizánskym,
neďaleko obce Chynorany

↓
z lesnej cesty na vrch Bukovina,
smerom od obce Štíd – obec neďaleko Filľakova

↓
z budovy zimného štadiónu
(zrejme) uniká nejaká chemikália
(asi amoniak), vo vzduchu cítim
veľmi štipľavý zápach

↓
na ceste smerom na Partizánske
havarovalo niekoľko áut, jeden kamión
a minimálne dve osobné.

↓
Hubára uštipla zmija. Vraví že je to iba
5 minút od uštipnutia.

↓
Ľudia na ulici kašľú, pália ich oči.
Na štadióne sa práve nehrá, ale nejakí
ľudia sú vo vnútri.

↓
Minimálne traja ľudia sú zranení,
vodič jedného osobného auta je
zaseknutý vo vozidle. Cesta je neprejazdná
v oboch smeroch.

↓
Had ho uštipol do nohy – do lýtky. Poranený je
bledý a má dosť rýchly tep. Tvrdí že ho bolí lýtko
Muž má asi 60 rokov. Jed z ranky sme vytlačili
a nesieme muža lesnou cestou dolu na asfaltku.

Súťažné disciplíny

1. Civilná ochrana



Táto disciplína sa skladá zo štyroch poddisciplín:

1. Použitie ochrannej masky
2. Improvizované prostriedky individuálnej ochrany
3. Evakuačná batožina
4. Rozoznávajúce varovných signálov

2. Pohyb a pobyt v prírode



Každý člen súťažného družstva si na stanovišti vytiahne jednu zo štyroch otázok:

- a) orientácia na mape pomocou kompasu alebo buzoly,
- b) meranie vzdialenosti na mape,
- c) odhad vzdialenosti v teréne,
- d) určovanie svetových strán v teréne.

3. Zdravotnícka príprava



Disciplína je zameraná na ukážku správneho ošetrenia úrazu a telefonovania na Linku tiesňového volania 112 (čiže koordinačné stredisko integrovaného záchranného systému).

Kapitán družstva si vytiahne jednu z otázok, z nasledovných okruhov:

- 1) bezvedomie - zastavenie dýchania a srdčej činnosti
- 2) vyklbenie členka
- 3) otvorená zlomenina dolnej končatiny (predkolenia)
- 4) otvorená zlomenina hornej končatiny
- 5) zatvorená zlomenina predlaktia
- 6) popálenina

4. Hasenie malých požiarov



Členovia družstva spoločne vykonajú hasenie tzv. „džberovkou“ na cieľ. V cieľi na stojane je päť terčov (napr.: plechoviek) vedľa seba. Tieto plechovky musia zhodiť prúdom vody na jedinou náplň (objem nádrže) džberovky. Vzdialenosť od prúdnice (striekacej čiary) po cieľ závisí od výkonu džberovky.

5. Strelba zo vzduchovky



Všetci členovia družstva strieľajú súčasne v polohe ležmo zo vzduchovej pušky na sklápacie terče. Organizátor určí iba jeden druh terča, spoločný pre všetkých súťažiacich. Vzdialenosť terčov je 10 m. Každý súťažiaci má tri sklápacie terče. Vzduchové pušky zabezpečuje organizátor, vlastné vzduchové pušky nie sú povolené.

6. Testy



Každý člen družstva dostane vlastnú verziu testu na vyplnenie. Test má 20 otázok. Každý člen družstva rieši test samostatne, vzájomná výpomoc je zakázaná. Testy nemožno riešiť na inom mieste a v inom čase, ako na príslušnom stanovišti. Otázky sú vo všetkých štyroch verziách testov totožné, ich poradie však musí byť zámerne zmenené. Každý súťažiaci vyplní test samostatne, spolupráca je zakázaná.

PRINCÍPY A ZÁSADY NOVEJ METODIKY HODNOTENIA

Pôvodná hodnotenia

Doterajší kľúč úspešnosti bol posúvaný na rozdielnych bodoch za chybné resp. nevykonané vykonaný úkon. Najnižšie základná jednotka bola 30 trestných bodov, najvyššie 30 bodov trestných bodov.

Princípy novej hodnotenia

V tomto roka sa zavádza tzv. pozitívne orientované hodnotenie:

- a. namiesto trestných bodov sa používajú získkové body,
- b. základnou jednotkou je 1 bod,
- c. zavádza sa odčítavanie získkových bodov za správne vykonaný úkon (napr. zariadený terč, správna odpoveď v teste, správne uzatvorenie ochrannej masky a pod.),
- d. zavádza sa bodovanie pre nové disciplíny,
- e. vyšší bodový zisk je dosiahnuteľný v disciplínach, ktoré sa označujú ako záťažové.

SÚŤAŽNÉ DISCIPLÍNY

Body sa neúčítajú za:

- a. nezodpovedaná otázka, resp. nevykonaný úkon,
- b. iba chabosť – má desiatkové pripočítavanie otázku resp. úlohu a za každú správne vykonaný úkon.

1. VEDOMOSTNÝ TEST

"Každý člen družstev dostane výstavné verziu úloh na "plátno" 70 x 100 cm – jednu zo štyroch verzií testu. Každý člen družstva môže mať najviac jednu verziu úloh. Úlohy sú vybrané z okruhu terénnych otázok a úloh uvedených v prílohe 1.2.

Súťažné družstvá plnia úlohy súťaže v poradí:

1. vedomostný test
2. hasenie malých požiarov
3. civilná ochrana
 - a. použitie ochrannej masky
 - b. improvizované prostriedky individuálnej ochrany
4. strel'ba zo vzduchovky
5. pohyb v prírode (topografia)
6. civilná ochrana
 - c. signály civilnej ochrany
 - d. evakuačná batožina
7. zdravotnícka príprava

Hodnotenia:

- a. za každú správnu odpoveď 2 body
- b. jednotlivce môže získať max. 40 bodov
- c. družstvo môže získať max. 160 bodov

PLNENIE SÚŤAŽNÝCH ÚLOH A KRITÉRIÁ HODNOTENIA

PRINCÍPY A ZÁSADY NOVEJ METODIKY HODNOTENIA

Pôvodné hodnotenie

Doterajší kľúč bodovania bol postavený na trestných bodoch za chybu, resp. nesprávne vykonaný úkon. Najnižšia základná jednotka bola 10 trestných bodov, najvyššia 60 trestných bodov.

Princípy nového hodnotenia

V tomto roku sa zavádza tzv. pozitívne orientované hodnotenie:

- namiesto trestných bodov sa používajú ziskové body,
- základnou jednotkou je 1 bod,
- zavádza sa udeľovanie ziskových bodov za správne vykonaný úkon (napr. zasiahnutý terč, správnu odpoveď v teste, správne nasadenie ochrannej masky a pod.),
- zavádza sa bodovanie pre nové disciplíny,
- vyšší bodový zisk je dosiahnuteľný v disciplínach, ktoré sú označené ako ťažiskové.

Družstvo môže stratiť body iba za celkový čas (prekročenie stanoveného limitu) podľa určených kritérií.

Body sa neudeľujú za:

- nezodpovedanú otázku, resp. nevykonaný úkon,
- iba čiastočne – nie dostatočne zodpovedanú otázku resp. čiastočne – nedostatočne vykonaný úkon.

1. VEDOMOSTNÝ TEST

Každý člen družstva dostane vlastnú verziu testu na vyplnenie s 20 otázkami – jednu zo štyroch variant testu. Každý člen družstva rieši test samostatne, vzájomná výpomoc je zakázaná. Testy nemožno riešiť na inom mieste a v inom čase, ako na príslušnom stanovišti. Otázky sú vybrané z okruhu testových otázok uvedených v prílohe č.2.

Obsah otázok:

- | | |
|--------------------------|-----------|
| a. civilná ochrana | 10 otázok |
| b. zdravotnícka príprava | 5 otázok |
| c. požiarna ochrana | 2 otázky |
| d. dopravná výchova | 3 otázky |

Po úvodnom vysvetlení na pokyn rozhodcu začínajú súťažiaci vyplňovať súťažný „Testový lístok“, kde vyznačia krížikom správnu odpoveď na každú otázku testu, ako odpoveď „A“, „B“ alebo „C“.

Dvojitá alebo trojitá odpoveď na jednu otázku sa počíta ako nesprávna odpoveď. Omyl súťažiaceho možno opraviť tak, že nesprávna odpoveď sa dá do krúžku alebo začerní. Čas na stanovišti „vedomostný test“ započítava do celkového času na trati.

Po vyplnení testov všetkými štyrmi príslušníkmi družstva odovzdajú „Testový lístok“ rozhodcovi. Vyhodnotenie vykoná rozhodca za prítomnosti súťažiaceho. Výsledný súčet získaných bodov zapíše na „Štartovný lístok“ a potvrdí svojim podpisom.

Hodnotenie:

- | | |
|---------------------------------|-----------|
| a. za každú správnu odpoveď | 2 body |
| b. jednotlivec môže získať max. | 40 bodov |
| c. družstvo môže získať max. | 160 bodov |

2. HASENIE MALÝCH POŽIAROV

Členovia družstva spoločne vykonajú hasenie tzv. „džberovkou“ na cieľ. Cieľ tvorí stojan vo výške 80 – 100 cm, na ktorom je päť terčov (napr. plechoviek) vedľa seba v rovine s medzerami 5 cm. Tieto plechovky musia zhodiť prúdom vody na jedinou náplň (objem nádrže) džberovky. Vzdialenosť od prúdnice (striekej čiar) po cieľ závisí od výkonu džberovky. Organizátor s rozhodcami pred začiatkom súťaže džberovku vyskúša (vrátane zrazenia plechoviek) a určí vzdialenosť terčov.

Záverom je potrebné spotrebovanú vodu doplniť.

Hodnotenie:

- a. za každý zasiahnutý terč (zhodenú plechovku) 5 bodov
- b. družstvo môže získať max. 25 bodov

3. CIVILNÁ OCHRANA

a) Použitie ochrannej masky

Táto disciplína je zameraná na overenie znalosti nasadenia ochrannej masky a prekonávania kontaminovaného priestoru.

Postupnosť krokov:

- družstvo príde na stanovište, každý člen s maskou v pochodovej polohe (maska aj filter samostatne /oddelené od seba/ v textilnej kapse, filter zazátkovaný);
- rozhodca vydá povel „masky pripraviť“;
- každý člen družstva vyberie a skompletizuje masku (spoja filter s maskou, odzátujú filtre a masky nechajú voľne zavesené na krku);
- rozhodca vydá povel „masky nasadiť“;
- súťažiaci nasadia masky do ochrannej polohy;
- rozhodca vykoná kontrolu tesnosti masiek každého súťažiaceho (priloží dlaň na otvor filtra a rozkáže súťažiacemu nadýchnuť sa);
- následne rozhodca vydá pokyn k prechodu kontaminovaným územím (vyznačená trať);
- po prechode kontaminovaným územím všetkými členmi družstva rozhodca vydá pokyn „masky sňať“, súťažiaci vrátia masky do pochodovej polohy.

Kritériom hodnotenia sú všeobecne platné zásady pri používaní ochrannej masky a zásady prechodu kontaminovaným priestorom.

Hodnotenie:

- a. za správne nasadenie ochrannej masky 4 x 10 bodov
- b. za správny prechod kontaminovaným priestorom 4 x 10 bodov
- c. družstvo môže získať celkovo max. 80 bodov

b) Improvizované prostriedky individuálnej ochrany (I PIO)

Súťažiaci dostávajú úlohu vybrať si I PIO v situácii, keď sú ochranné masky nedostupné. Z vyložených predmetov si majú vybrať 10 tak, aby si zabezpečili ochranu dýchacích ciest, očí a povrchu tela. Kapitán družstva vysvetľuje výber predmetov, dôvod výberu, použitie na jednotlivých častiach tela a pod.

Hodnotenie:

- a. za každý správne vybraný prostriedok 5 bodov
- b. za správne odôvodnenie výberu 11 bodov
- c. družstvo môže získať celkovo max. 61 bodov

4. STREĽBA ZO VZDUCHOVKY

Všetci členovia družstva strieľajú súčasne v polohe ležmo zo vzduchovej pušky na sklápacie terče. Vzďialenosť terčov je 10 m. Každý súťažiaci má tri sklápacie terče. Vzduchové pušky zabezpečuje organizátor, vlastné vzduchové pušky nie sú povolené.

Každý súťažiaci má k dispozícii 4 výstrely (z toho jeden nástrelný). Každý člen družstva strieľa samostatne.

Hodnotenie:

- | | |
|------------------------------|----------|
| a. za každý zasiahnutý terč | 2 body |
| b. družstvo môže získať max. | 24 bodov |

5. POBYT V PRÍRODE (topografia)

Každý člen súťažného družstva si na stanovišti vytiahne jednu zo štyroch otázok:

a) orientácia na mape pomocou kompasu alebo buzoly, určenie azimutu

b) meranie vzdialenosti na mape

c) odhad vzdialenosti v teréne a topografické značky,

d) určovanie svetových strán v teréne a na mape.

Hodnotenie:

- | | |
|-------------------------------|----------|
| a. za správne vyriešenú úlohu | 10 bodov |
| b. družstvo môže získať max. | 40 bodov |

6. CIVILNÁ OCHRANA

c) Signály civilnej ochrany

Táto časť disciplíny je zameraná na rozoznanie signálov civilnej ochrany; spôsob a dôvody ich použitia.

Kapitán družstva si vyberie jednu z 5 pripravených obálok. Prečíta úlohu, ktorú družstvo spoločne rieši (zodpovedá).

Úlohy:

- a) koľko a aké signály civilnej ochrany poznáte (3, všeobecné ohrozenie, ohrozenie vodou, koniec ohrozenia)
b) aký tón zvukového signálu prostriedkov varovania im zodpovedá (2 minútový kolísavý tón, 6 minútový stály tón, 2 minútový stály tón)
- a) koľko a aké varovné signály civilnej ochrany poznáte (2, všeobecné ohrozenie, ohrozenie vodou)
b) aký tón zvukového signálu prostriedkov varovania im zodpovedá (2 minútový kolísavý tón, 6 minútový stály tón)
- a) čím sa dopĺňa varovný signál ihneď po jeho skončení (slovnou informáciou vo vysielaní rozhlasových staníc, televíznych staníc alebo v miestnych informačných prostriedkoch obce)
b) čo obsahuje (deň a hodinu vzniku alebo skončenia ohrozenia, údaje o zdroji a druhu ohrozenia, údaje o veľkosti ohrozeného územia, základné pokyny pre obyvateľstvo)
- a) na základe zvukového záznamu určite o aký varovný signál ide
b) popíšte vašu činnosť po zaznení signálu (zapnúť vysielanie verejnoprávneho rozhlasu, verejnoprávnej televízie a sledovať vysielanie, nezaťažovať telefónne linky – telefonovať iba v skutočne súrnych prípadoch, ubezpečiť sa či varovný signál počuli susedia a či nie je potrebné poskytnúť pomoc chorým, postihnutým, starším ľuďom alebo deťom bez dozoru, zachovať rozvahu a pokoj, riadiť sa pokynmi riadiacich orgánov)

5. a) spravidla kedy sa preskúšava varovací systém (jeden krát mesačne – druhý piatok kalendárneho mesiaca o 12.00 hod)
 b) akým tónom sirén (2 minútový stály tón sirén)

Hodnotenie:

- | | |
|--|----------|
| a. za správne zodpovedanú časť a) otázky | 20 bodov |
| b. za správne zodpovedanú časť b) otázky | 20 bodov |
| c. družstvo môže získať max. | 40 bodov |

d) Evakuačná batožina

Po vyhlásení evakuácie si obyvateľstvo môže pripraviť svoje najnutnejšie veci do evakuačnej batožiny, ktorej hmotnosť nemôže presiahnuť

- u dospelých osôb 27 50 kg na jednu osobu
- u detí 17 25 kg na jednu osobu

Súťažiaci na pokyn rozhodcu z pripravených predmetov (odporúčané, neodporúčané, neutrálné) vyberú predmety doporučené ako súčasť evakuačnej batožiny:

- a) osobné doklady, dôležité dokumenty, cennosti, peniaze,
- b) osobné lieky a nevyhnutné zdravotnícke potreby,
- c) základné potraviny na dva, až tri dni, čaj, vodu,
- d) predmety dennej potreby a osobnej hygieny,
- e) vreckovú lampu, sviečku, zápalky,
- f) prikrývku, spací vak,
- g) náhradnú osobnú bielizeň, náhradný odev, obuv, nepremokavý plášť,
- h) ďalšie nevyhnutné osobné veci.

Úlohou je vybrať 10 predmetov do evakuačnej batožiny.

Hodnotenie:

- | | |
|-------------------------------------|-----------|
| a. za každý správne vybraný predmet | 10 bodov |
| b. družstvo môže získať max. | 100 bodov |

7. ZDRAVOTNÍCKA PRÍPRAVA

Disciplína je zameraná na ukážku správneho ošetrovania úrazu a telefonovania na Linku tiesňového volania 112 (čiže koordinačné stredisko integrovaného záchranného systému). Kapitán družstva si vyťahuje jednu z otázok, z nasledovných okruhov:

4.1. bezvedomie - zastavenie dýchania a srdечnej činnosti

Zistenie základných životných funkcií, poskytnutie resuscitácie, uloženie zraneného do stabilizovanej polohy. (Resuscitácia podľa ERC a podľa ILCOR /2005/ - postupy A, B, C – v závislosti od veku oživovaného.)

4.2. vyklbenie členka - s podozrením na zlomeninu: ošetrovanie, fixácia dlahou.

4.3. otvorená zlomenina dolnej končatiny (predkolenia)

Zlomenina s krvácaním: ošetrovanie krvácajúcej rany, fixácia dolnej končatiny dlahami a šatkami.

4.4. otvorená zlomenina hornej končatiny

Zlomenina s tepnovým krvácaním: ošetrovanie, zastavenie krvácania, fixácia končatiny dvomi trojrohými šatkami.

4.5. zatvorená zlomenina predlaktia

Bez krvácania: fixácia končatiny dvomi trojrohými šatkami.

4.6. popálenina

Sterilné ošetrovanie popáleného miesta, krytie obvazom alebo šatkou, poskytnutie protišokových opatrení, zákaz podávania tekutín.

Postup: Traja členovia družstva predvádzajú ošetrovanie podľa vytiahnutej otázky (zadania), štvrtý člen družstva paralelne **predvedie telefonovanie na Linku tiesňového volania 112.**

„Telefonujúci“ musí rozhodcovi (v úlohe operátora) povedať nasledovné údaje:

- kto volá a z akého čísla

- odkiaľ volá

- k čomu došlo

- aké sú následky udalosti

(1. dopravná havária, 2. dopravná havária s únikom nebezpečnej látky, 3. úraz na detskom ihrisku, 4. nevoľnosť rodinného príslušníka v byte.

Oproti doterajšej praxi sa vypúšťa odsun raneného.

Hodnotenie:

| | |
|--|----------|
| a. za správne zvolený postup ošetrovania | 35 bodov |
| b. za správny postup telefonovania | 35 bodov |
| c. družstvo môže získať max. | 70 bodov |

OKRUHY TESTOVÝCH OTÁZOK