

## **REGULAMIN XXII ZAWODÓW RATOWNICZYCH „SOBIN 2021”**

Ideą organizacji zawodów drużyn ratownictwa górniczego jest określenie ich realnego poziomu wyszkolenia oraz kondycji fizycznej. W określonych przez Regulamin konkurencjach XXII Zawodów Drużyn Ratowniczych „SOBIN 2021” będą brały udział drużyny ratownicze z Zakładów Górniczych (RUDNA, POLKOWICE – SIEROSZOWICE, LUBIN, KGiA NOWY ŁĄD) oraz Jednostki Ratownictwa Górniczo – Hutniczego.

**Miejsce rywalizacji:** Górnicze Pogotowie Ratownicze w Sobinie **w dniu 15.10.2021 r. o godz. 9<sup>00</sup>.**

**Zawody będą składały się z następujących konkurencji:**

- 1. Crossfit ratowniczy – 3 zawodników**
- 2. Zawody mechaników – 2 zawodników**
- 3. Konkurencja wysokościowa – 6 zawodników (zastęp + Kierownik Spec. Zast.)**
- 4. Konkurs wiedzy ratowniczej – 5\* zawodników**
- 5. Zawody pierwszej pomocy – 5\* zawodników**
- 6. Symulowana akcja ratownicza w komorze – 5\* zawodników + KB**

**\*- w tych trzech konkurencjach startują te same osoby tworzące jeden zastęp**

**W konkurencjach 1,2,3 nie mogą brać udziału osoby, które startowały w danej konkurencji w poprzednich zawodach. Zasada ta nie dotyczy drużyny z KGiA Nowy Łąd ze względu na zbyt mały stan osobowy. Zastępu startującego w pozostałych 3 konkurencjach także w tym roku te obostrzenia nie obowiązują.**

# KONKURENCJE:

## I. Konkurs wiedzy ratowniczej.

**Uczestnicy** – 5 członków zastępu z każdej kopalni

### **Zasady :**

1. Test składa się z pytań. Maksymalna ilość pytań wynosi 40.
2. Możliwych prawidłowych odpowiedzi na każde pytanie od 1 do 4, ( test wielokrotnego wyboru )
3. Za każdą prawidłową odpowiedź zawodnik otrzymuje 1 punkt, odpowiedź błędna bądź brak odpowiedzi – 0 pkt.
4. W wypadku równej ilości punktów o miejscu decyduje kolejność oddania testu.

### **Zakres wiedzy :**

1. „Vademecum Ratownika” poszerzone o zakres znajomości podstawowych wiadomości z zakresu sprzętu ratowniczego będącego na wyposażeniu JRGH.
2. Ustawa Prawo Geologiczne i Górnicze z dnia 09.06.2011r.
3. Rozporządzenie Ministra Energii z dnia 16.03.2017 r. w sprawie ratownictwa górniczego.
4. Rozporządzenie Ministra Środowiska z dnia 29.01.2013 r. w sprawie zagrożeń naturalnych w zakładach górniczych .
5. Rozporządzenie Ministra Energii z dnia 23 listopada 2016 r. w sprawie szczegółowych wymagań dotyczących prowadzenia ruchu w podziemnych zakładach górniczych

**Punktacja drużynowa** - wynik wspólny pięciu zawodników,

Przykład: Zawodnik nr 1 uzyskał 40 pkt. Nr 2 – 38, Nr 3 – 37, Nr 4 – 36, Nr 5 – 30. Suma pkt drużyny to 181 pkt. Wygrywa drużyna która zdobędzie więcej punktów. Przy takiej samej ilości punktów będzie brana pod uwagę kolejność oddawania testów.

**Czas pisania testu** - max.30 min.

Sędzia główny:

**Grzegorz Wolak**

## **II. Konkurs wiedzy mechaników sprzętu ratowniczego.**

### **Zasady**

Konkurs obejmuje:

1. Sprawdzian wiedzy teoretycznej, który polega na rozwiązaniu testu pisemnego:

- test zawiera do 30 pytań,
- za każdą nieprawidłową odpowiedź zawodnik otrzymuje -1 punkt,
- brak zaznaczonej odpowiedzi traktowany będzie jak błędna odpowiedź
- czas na napisanie testu wynosi 30 minut.

2. Sprawdzian wiedzy praktycznej z zakresu sprzętu ratowniczego:

- konkurencja będzie polegała na przejściu kilku stanowisk na których będzie znajdował się niesprawny sprzęt ratowniczy,
- zawodnik będzie mógł przejść do następnego zadania dopiero po usunięciu usterek i wykonaniu zadania opisanego na plakacie,
- wszystkie potrzebne narzędzia i części do wykonania zadania będą dostępne na stanowiskach,
- rozpoczęcie pomiaru czasu wykonania zadanie na danym stanowisku następować będzie w chwili wejścia na dane stanowisko na komendę sędziego (czas start),
- zatrzymanie pomiaru czasu na danym stanowisku następować będzie w chwili zgłoszenia przez zawodnika komendy ( stop).

3. Punktacja:

- za część teoretyczną zawodnicy zostają sklasyfikowani wg ilości błędów które popełnili, tzn. zawodnik który popełni najmniejszą ilość błędów dostaje 8 punktów, kolejni 9 pkt. (minus) zajęte miejsce.
- za część praktyczną zawodnicy zostają sklasyfikowani wg. sumy czasów ukończenia wszystkich zadań. Zawodnik z najlepszym czasem dostaje 8 punktów, a kolejni 9 pkt. (minus) zajęte miejsce,
- suma punktów z obu części decydować będzie o kolejności miejsc w całym konkursie.

4. Uczestnicy

W konkursie startuje po 2 mechaników z każdej KSRG, którzy nie brali udziału w konkurencji w roku ubiegłym.

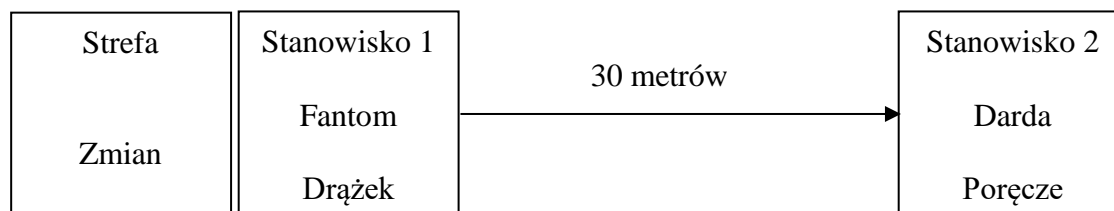
Punktacja drużynowa - wspólny wynik dwóch zawodników, w przypadku równej ilości punktów drużyny otrzymują taką samą ilość punktów liczonych do punktacji ogólnej.

Sędzia główny:

**Władysław Szlachtycz, Łukasz Rosik**

### **III. Crossfit ratowniczy**

W konkurencji biorą udział trzyosobowe drużyny. Konkurencja ma charakter sztafety – kolejny członek drużyny zaczyna konkurencję po ukończeniu zadania przez poprzednika i klepięcia go w strefie zmian. Wynikiem drużyny jest czas osiągnięty przez zespół na wykonanie całego zadania. Wygrywa drużyna z najkrótszym czasem.



#### **Opis konkurencji:**

Zawodnik zaczyna konkurencję w strefie zmian. Na sygnał sędziego, który w tym samym momencie uruchamia stoper, podbiega do stanowiska nr 1 na którym umieszczony jest fantom RuthLee o wadze 70 kg. Zawodnik podnosi fantoma i przenosi go na stanowisko nr 2. Na stanowisku nr 2 zawodnik wykonuje 30 pompek w ten sposób, że po każdym obniżeniu tułowia kładzie się na ziemi i odrywa ręce od ziemi, po czym podnosi tułów do pełnego wyprostowania rąk. Każdą prawidłowo wykonaną pompkę sędzia sygnalizuje gwizdkiem. Po wykonaniu 20 pompek zawodnik podnosi bezdetonacyjny rozsadzacz skał Darda umieszczony na stanowisku 2 i przenosi go na stanowisko nr 1. Na stanowisku nr 1 znajduje się drążek na którym zawodnik musi wykonać 10 podciągnięć nachwytem w ten sposób, żeby cała głowa znalazła się ponad drążkiem. Każdorazowe prawidłowe podciągnięcie będzie sygnalizowane gwizdkiem przez sędziego. Po wykonaniu 10 podciągnięć zawodnik podnosi bezdetonacyjny rozsadzacz skał Darda umieszczony na stanowisku 1 i przenosi go na stanowisko nr 2. Na stanowisku nr 2 zawodnik wykonuje 10 pompek na poręczach (dipów, pompek szwedzkich). Pompki wykonuje się od pełnego ugięcia ramion do pełnego wyprostowania. Każdą prawidłowo wykonaną pompkę sędzia sygnalizuje gwizdkiem. Po wykonaniu 20 pompek zawodnik zabiera fantoma i przenosi go na stanowisko 1, po czym wykonuje 10 podciągnięć podchwytem na drążku w ten sposób, żeby cała głowa znalazła się ponad drążkiem. Każdorazowe prawidłowe podciągnięcie będzie sygnalizowane gwizdkiem przez sędziego. Po wykonaniu 10 podciągnięć zawodnik wbiega na strefę zmian i klepie drugiego zawodnika. Drugi zawodnik wykonuje taki sam cykl i przekazuje zadanie 3 zawodnikowi, który wykonuje dokładnie taki sam cykl. Po wbiegnięciu 3 zawodnika w strefę zmian, sędzia zatrzymuje czas.

Ponieważ wynikiem drużyny jest czas, aby nie tracić widowiskowości, za niewykonanie 1 podciągnięcia, pompki lub dipa wprowadza się karę czasową 40 sekund doliczaną do czasu osiągniętego przez zespół.

#### **Sędziowie konkurencji:**

**Jacek Gąsieniec**

**Tomasz Siedlak**

#### **IV. Udzielanie I pomocy**

1. W konkurencji medycznej biorą udział 5-osobowe zastępy reprezentujące poszczególne oddziały KGHM (ZG Lubin, ZG Polkowice-Sieroszowice, ZG Rudna, O/JRGH) i KGiA Nowy Łąd
2. W skład zastępu wchodzić czynni ratownicy górniczy lub strażacy O/JRGH.
3. Konkurencja składać się będzie z części praktycznej, które będą rozgrywane na terenie GPR lub w bliskim sąsiedztwie.
4. Kolejność stanowisk z zadaniami dla poszczególnych drużyn zostanie ustalona drogą losowania.
5. Ocenie będzie podlegać każdy zastęp jako całość, a suma uzyskanych punktów będzie stanowiła końcowy wynik konkurencji.
6. Komisja sędziowska będzie oceniać zadania wg aktualnie obowiązujących wytycznych Europejskiej Rady Resuscytacji z 2021r.

*Zadanie praktyczne: zadania z poszkodowanymi (symulacja możliwych zdarzeń w oddziałach KGHM), czas na wykonanie zadania 10 minut dla każdej drużyny, punktacja jako procentowy stosunek uzyskanych punktów do możliwości uzyskania maximum za każde zadanie.*

7. Do konkurencji każdy zespół przystępuje z torbą PSP R-1 z wyposażeniem zgodnym z wytycznymi. Jest to wyposażenie minimalne – torba może być doposażona wg uznania drużyny. Dodatkowo torbę należy wyposażać w opaski zaciskowe oraz opatrunek hemostatyczny (może to być bandaż elastyczny opisany na pudełku jako CELOX). Jeżeli to będzie wymagane, należy użyć tych środków – oceniana będzie technika aplikacji opaski zaciskowej bądź opatrunku hemostatycznego.
8. Zastęp działa w ramach procedur KPP. Wykonanie na poszkodowanych procedur zastrzeżonych dla ratowników medycznych/lekarzy (podanie leków, wykonanie wkłuć) skutkuje dyskwalifikacją.

Sędziowie główni:

**Jakub Lewicki, Rafał Świątkiewicz**

## **V. Symulowana akcja ratownicza.**

1. Symulowana akcja ratownicza odbędzie się w komorze ćwiczeń w GPR
2. W konkurencji biorą udział 5 osobowe zastępy+ kierownik bazy z każdej z kopalń..
3. Konkurencja rozgrywana jest na czas, ale ocenie podlegają też procedury np. kontrola aparatów przez zastęp, kontrola aparatów przez zastępowego, kontrola zapasu powietrza itp.
4. Przed konkurencją sędzia wraz z zastępowymi i kierownikami bazy przejdą przez komorę, omówione zostaną kwestie bezpieczeństwa, obszar działania (pewne fragmenty komory mogą być wyłączone z zadania)
5. Konkurencja rozpoczyna się w bazie (pod salą gimnastyczną), gdzie przygotowane będą aparaty powietrzno-butlowe typu PSS.
6. W bazie sędzia przekazuje zespołowi treść zadania do wykonania. Sędziemu można zadać dodatkowe pytania. Sędzia jest odpowiednikiem dyspozytora w kopani, któremu zgłoszono zdarzenie – jest w posiadaniu jedynie niektórych informacji, więc na pytania o szczegóły zadania nie będzie mógł odpowiedzieć. W odróżnieniu od lat ubiegłych szczegóły nie będą podawane wcześniej. W tym roku zadanie jest wzorowane na zadaniu z zawodów międzynarodowych - oceniane będzie ogólne wyszkolenie i sprawność ratowników, a nie perfekcyjne opanowanie czynności manualnych. Zadanie ma przypominać jak najbardziej sytuację życiową. W momencie dzwonek zastępy dostają informację o rodzaju akcji – zabierają stosowny sprzęt, w bazie dostają bliższe informacje. O powodzeniu akcji decyduje ogólne wyszkolenie ratowników, ich kreatywność oraz umiejętność improwizacji. Zadanie nie będzie skomplikowane, a ocenie podlegać będą jedynie kwestie bezpieczeństwa i przestrzegania procedur obowiązujących w polskim ratownictwie górniczym.
7. Sprzęt potrzebny do wykonania zadania dostępny będzie w bazie. Zastęp na podstawie informacji uzyskanych od sędziego sam zdecyduje, jaki sprzęt zabierze do akcji.
8. Głównym kryterium oceny zespołu jest czas. Punkty karne za błędy związane z nieprzestrzeganiem procedur, niezachowaniem zasad bezpieczeństwa itp. przeliczane będą na karne czas doliczany do czasu zespołu.
9. Ocenie podlega zarówno praca zastępu jak i kierownika bazy.
10. Karty sędziowskie z punktami karnymi dostarczone będą zespołom w późniejszym terminie.

UWAGA !!! W sprawach nie uregulowanych w niniejszym regulaminie podjęcie ostatecznej decyzji należy do zespołu sędziowskiego.

Sędzia główny:

**Krzysztof Mikułko, Mariusz Pietruń**

## **VI. Konkurencje zastępów wysokościowych.**

### **Zawody Wysokościowe Zastępów Specjalistycznych do Prac Alpinistycznych JRGH 15.10.2021 -regulamin**

#### **1. Uczestnictwo**

W zawodach bierze udział tylko jedna drużyna wytypowana z Kopalnianej Stacji Ratownictwa Górniczego danego Zakładu Górniczego lub JRGH . Skład drużyny tworzy ratowniczy zastęp specjalistyczny wraz z kierownikiem prac alpinistycznych. W składzie drużyny może być tylko jedna osoba ze składu startującego w roku 2019. Wszyscy członkowie drużyny muszą posiadać aktualne badania lekarskie do pracy na wysokości powyżej 3 m, aktualne szkolenie okresowe BHP. Ponadto muszą wchodzić w skład Specjalistycznej Służby Ratowniczej z zastosowaniem technik alpinistycznych JRGH. Kolejność startu poszczególnych zastępów zostanie ustalony w drodze losowania. Pracami zastępu kieruje zastępowy, z jednoczesnym uczestnictwem w wykonywaniu poleconych zadań. Kierownik prac alpinistycznych pełni funkcje nadzorcze przy realizacji zadań swojego zastępu. Nadzorem objęte są następujące czynności:

- a) prawidłowy dobór środków ochrony osobistej,
- b) prawidłowość zastosowania, jak i sposób użytkowania środków ochrony osobistej,
- c) bezpieczeństwo oraz zgodność regulaminowa wykonania zadania przez zastęp ratowniczy.

#### **2. Wyposażenie obowiązkowe członka drużyny – obowiązuje podczas zawodów wszystkich zawodników.**

- kask do pracy na wysokości zgodny z normą EN-397 lub kask alpinistyczny zgodny z normą EN-12492,
- uprząż zgodna z normą EN-361, EN-813, EN-358,
- przyrząd zjazdowy z normą EN-12841 typ C, EN-341 klasa A,
- przyrządy zaciskowe piersiowy do wychodzenia na linie zgodny z normą EN-567
- przyrząd zaciskowy z rączką do wychodzenia na linie zgodny z normą EN-567
  - regulowana pętla nożna do przyrządu zaciskowego z rączką,
  - lonża w kształcie Y asymetryczna zgodna z normą EN-354,
  - przyrząd autoasekuracyjny zgodny z normą EN-353-2, EN-12841 typ A,
- lonż z absorberem energii do przyrządu autoasekuracyjnego zgodny z normą EN-355,
  - karabinki zakręcane 10 szt. zgodne z normą EN-362
- nóż składany lub sekator,
- okulary ochronne , rękawice

**Sprzęt zespołowy** : liny ,taśmy, karabinki, bloczki, bloczki z blokadą, przyrządy zaciskowe, nosze, łączność i pozostały sprzęt zespołowy zapewnia **GPR**.

**Podczas zawodów zakazane jest używanie sprzętu o specyfikacji sportowej oraz sprzętu bez wymaganej atestacji .**

**3. Zadanie do wykonania przez drużynę.**

W celu urealnienia zadania, drużyna zostanie zapoznana ze scenariuszem dopiero przed rozpoczęciem konkurencji. Podobnie jak przy realnej akcji, drużyna będzie musiała rozpoznać sytuację, opracować plan działania i wykonać zadanie w sposób bezpieczny.

**UWAGA!!!**

**W przypadku gdy czynności podejmowane przez zastęp mogłyby wpłynąć negatywnie na poziom bezpieczeństwa poszczególnych uczestników, z jednoczesnym brakiem reakcji ze strony kierownika drużyny - sędzia ma prawo zatrzymać działania zastępu, z możliwością dokonania dyskwalifikacji.**

Sędzia główny:

**Arkadiusz Grządziel**



## **V. Punktacja drużyn**

Na wynik drużyny składać się będą wyniki poszczególnych konkurencji.

<b>Miejsce</b>	<b>Crossfit</b>	<b>Mech.</b>	<b>Wiedza</b>	<b>Pierwsza pomoc</b>	<b>Symulowana akcja</b>	<b>Wysokościówka</b>
<b>I</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>5</b>
<b>II</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>4</b>
<b>III</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>3</b>
<b>IV</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
<b>V</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>

Klasyfikacja drużynowa oparta będzie o sumę zdobytych punktów przez startujące drużyny ratownicze poszczególnych KSRG łącznie w sześciu konkurencjach. Na tej podstawie zostanie ustalona kolejność KSRG w zawodach. W przypadku równej ilości punktów drugim kryterium będzie ilość wygranych konkurencji. W przypadku braku rozstrzygnięcia o zajętym miejscu decyduje wyższa pozycja drużyny w konkurencji sprawnościowej zastępów.

Po zakończonych zawodach organizator przewiduje posiłek regeneracyjny dla wszystkich uczestników zawodów.

### **KOLEJNOSC ROZGRYWANYCH KONKURENCJI:**

- 9<sup>00</sup> - otwarcie XXI zawodów drużyn ratowniczych,
- 9<sup>15</sup> - sprawdzian wiedzy teoretycznej,
- 9<sup>15</sup> - konkurs dla mechaników sprzętu ratowniczego,
- 9<sup>30</sup> – start konkurencji sprawnościowej
- 9<sup>30</sup> - udzielanie kwalifikowanej pierwszej pomocy,
- 10<sup>00</sup> - zawody wysokościowe
- 10<sup>45</sup> - start Crossfitu
- 14<sup>00</sup> - zakończenie zawodów i ogłoszenie wyników,