

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

на проведення практичного заняття з спеціальної підготовки з особовим складом 5-ї навчальної групи навчальної пожежно-рятувальної частини

Тема №3: Навчальні вправи з рятувальною мотузкою.

Відпрацьована вправа: Закріплення рятувальної мотузки за конструкцію.

Навчальна мета: тренувати особовий склад техніці виконання вправи.

Час проведення: 1 година

Місце проведення: гараж НПРЧ.

Навчально-матеріальне забезпечення: спеціальний одяг та спорядження пожежного-рятувальника, рятувальна мотузка (4 шт.).

Нормативно-правові акти і література:

1. Порядок організації службової підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту: наказ МВС України № 511 від 15.06.2017р.
2. Правила безпеки праці в органах та підрозділах МНС України» (частина перша для підрозділів державної пожежної охорони): наказ МНС України № 312 від 07.05.2007р.
3. Методичні рекомендації щодо виконання навчальних вправ з підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту та працівників оперативно-рятувальної служби цивільного захисту ДСНС України до виконання завдань за призначенням.

Порядок проведення заняття:

№ з/п	Питання, що відпрацьовуються	Стислий зміст	Методичні вказівки
1.	Організаційні заходи	<p>Шикування навчальної групи та перевірка зовнішнього вигляду. Оголошення теми і мети заняття. Інструктаж з правил безпеки праці:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Вправа виконується в спеціальному одязі та спорядженні; 2. Забороняється виконання вправи із пожежними рукавами без команди керівника заняття; 3. При зав'язуванні вузла слідкувати за коушем, щоб виключити травмування ним; 4. При явній небезпеці подається команда «СТІЙ», за якою о/с повинен припинити виконання вправи. 	<p>Час: 3 хв.</p> <p>Вишикувати особовий склад в дві шеренги.</p> <p>Наголосити на правилах безпеки праці</p>
2.	Перевірка знань	<p style="text-align: center;"><u>Питання для повторення:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Для чого призначені рятувальні мотузки?; 2. Яким чином організовується та проводиться виконання вправи з метою «навчити»?; 3. Скільки є способів закріплення рятувальної мотузки за конструкцію?; 4. Назвіть основні правила безпеки праці при роботі із рятувальною мотузкою. 	<p>Час: 5 хв.</p> <p>Опитати особовий склад, зробити помітки.</p>
3.	Відпрацювання практичної частини заняття	<p><u>Розминка:</u> Біг у складі відділення два кола по стадіону. Комплекс загально-розвиваючих та спеціальних вправ.</p> <p style="text-align: center;">Вихідне положення: пожежний-рятувальник стоїть у спеціальному одязі та спорядженні в одному метрі від конструкції. Рятувальна мотузка змотана у чохла з лямкою, перекинута через плече пожежного-рятувальника. Кінець мотузки довжиною 50 см знаходиться у руці пожежного - рятувальника.</p> <p>Початок: подано команду «Рятувальну мотузку за конструкцію закріпити».</p>	<p>Час: 35 хв.</p> <p>Подати команду на виконання розминки.</p> <p>Нагадати умови виконання вправи</p> <p>Подати команду «Рятувальну</p>

		<p>Виконання вправи: закріплення мотузки за конструкцію здійснюється одним із чотирьох способів.</p> <p>Перший спосіб. За командою: «Рятувальну мотузку за конструкцію закріпити!» пожежний-рятувальник, утримуючи мотузку в лівій руці, обмотує зверху одним-двома витками мотузки конструкцію, бере короткий кінець мотузки у праву руку, а довгий - у ліву, робить петлю на довгому кінці та кладе її на короткий кінець мотузки. Правою рукою, коротким кінцем мотузки, обводить петлю знизу догори, відпускає мотузку, просуває праву руку в петлю знизу, переносить її через мотузку, утримуючи лівою рукою, і бере короткий кінець мотузки. Виймає з петлі праву руку і, протягнувши короткий кінець мотузки через петлю, затягує вузол.</p> <p>Другий спосіб. За командою: «Рятувальну мотузку за конструкцію закріпити!» пожежний-рятувальник обмотує зверху одним-двома витками мотузки конструкцію, чотирма пальцями лівої руки (мізинець знаходиться зверху) бере короткий кінець мотузки (не можна брати мотузку під великий палець). Лівий кулак повертає до конструкції, правою рукою кладе мотузку зверху на кулак між вказівним і середнім пальцями, заводить довгий кінець мотузки знизу кулака вліво, уперед під кінцями мотузки від балки - за випрямлений мізинець, потім мотузку за кулак праворуч. Короткий кінець мотузки лежить на правому передпліччі. Потім виправляє пальці лівої руки і виводить їх мотузкою на 8 -12 см догори між кінцями мотузки, якими обмотана конструкція. Короткий кінець мотузки, що лежить на правому передпліччі правої руки, великим пальцем цієї руки подає під довгим кінцем мотузки до себе, униз, від себе і догори, де лівою рукою бере його і проводить крізь петлю, тягне і правою рукою затягує довгий кінець мотузки у вузол по напрямку на себе.</p> <p>Третій спосіб. За командою: «Рятувальну мотузку за конструкцію</p>	<p>мотузку за конструкцію закріпити» слідкувати за правильністю її виконання та дотриманням вимог безпеки праці.</p> <p>При неправильному виконанні вправи зупинити виконавця та пояснити помилки.</p>
--	--	--	---

закріпити!» пожежний-рятувальник обмотує конструкцію зверху одним-двома витками мотузки, бере короткий кінець мотузки всіма пальцями лівої руки, великим пальцем зверху і розвертає кисть лівої руки вліво вперед конструкції великим пальцем униз, правою рукою заводить довгий кінець мотузки за кисть лівої руки вліво вперед, за випрямлений униз великий палець, виводить праву руку вправо під кінцями мотузки, що йдуть від конструкції, залишаючи короткий кінець мотузки на передпліччі правої руки. Великим пальцем лівої руки виводить довгий кінець мотузки, що лежить на ньому, на 10-15 см вище ніж кінці мотузки, що йдуть від конструкції. До великого пальця лівої руки приєднує інші пальці, великий (вказівний) палець правої руки подає короткий кінець мотузки, що лежить на передпліччі правої руки (як при другому способі), до себе, вниз і від себе навколо довгого кінця мотузки. Двома, трьома пальцями лівої руки бере короткий кінець мотузки, протягує його в петлю, тягне правою рукою за довгий кінець мотузки на себе і затує вузол.

Четвертий спосіб. За командою: «Рятувальну мотузку за конструкцію закріпити!» пожежний-рятувальник обмотує зверху одним-двома витками конструкцію. Обидва кінці мотузки бере у ліву руку так, щоб короткий кінець знаходився знизу праворуч. Праву руку просовує знизу між обома кінцями мотузки і кладе її на довгий кінець ребром долоні. Поворотом правої руки проти годинникової стрілки вниз - праворуч - догори виводить руку долонею донизу, зробивши на мотузці петлю. Великим і вказівним пальцями правої руки бере короткий кінець у руку, виймає його з петлі, тягне довгий кінець і лівою рукою затує вузол.

Закінчення: мотузка закріплена за конструкцію, вузол надійно зав'язаний.

Вказати на нормативи виконання вправи

		Оцінка виконання вправи				
		№ з\п	Виконання вправи	Оцінка		Час (секунди)
		3.1	<u>пожежний-рятувальник</u>	5		до 3
				4		4
3	5					
4.	Підбиття підсумків	Дати оцінку рівню підготовленості особового складу. Відзначити приклади правильного виконання вправи. Вказати на характерні помилки. Оголосити оцінки. Відповісти на запитання.	Час: 2 хв. Подати команду на прибирання робочого місця			