

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

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

Тема: Вправи з пожежними драбинами

Відпрацьована вправа: Підйом по підвішеній штурмовій драбині у вікно 4-го поверху навчальної башти.

Навчальна мета: Оволодіння рухомими навичками, розвитку фізичних, моральних і психологічних якостей, необхідних для виконання даної вправи

Час проведення: 1 година

Місце проведення: навчальна башта

Навчально-матеріальне забезпечення: спеціальний одяг та спорядження, рятувальна мотузка, карабін, штурмова драбина.

Нормативно-правові акти і література:

1. Наказ МНС №312 від 07.05.2007 року “Правила безпеки праці в органах і підрозділах МНС України”.
2. Методичні рекомендації щодо виконання навчальних вправ з підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту та працівників ОРС ЦЗ ДСНС України до виконання завдань за призначенням. Київ- 2018.
3. Наказ МВС від 15.06.2017 № 511 «Порядок організації службової підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту»

Порядок проведення заняття:

Питання, що відпрацьовуються	Стислий зміст	Методичні вказівки.
1 Організаційні заходи	Шикування, прийом рапорту, перевірка зовнішнього вигляду. Оголошення теми і мети заняття. Нагадування правил безпеки праці.	Вишикувати особовий в одну шеренгу Час : 2 хв.
2 Перевірка знань	Питання повторення : 1. Правильність виконання вправи; 2. ПБП під час виконання вправи; Сигналом небезпеки визначити команду "СТІЙ"	Час : 3 хв. Опитати особовий склад, зробити помітки
3 Відпрацювання практичної частини заняття	<p>Драбина підвішена за підвіконня 2-го поверху навчальної башти. Пожежний-рятувальник, одягнений у захисний одяг пожежника та спорядження, ногою стоїть на першому щаблі, руками тримається за драбину. Рятувальна мотузка зачеплена за пояс виконуючого навчальну вправу за допомогою карабіна та протягнута у страхувальний пристрій навчальної башти. Помічник, одягнений у захисний одяг пожежника та спорядження, контролює безпеку праці та працює на страховці.</p> <p>Початок: подано команду “У вікно 4-го поверху навчальної башти - РУШ”.</p> <p>Підйом по штурмовій драбині на другий поверх здійснюється наступним чином. Після підвіски драбини пожежний-рятувальник переводить праву руку з правої тятиви на п'ятий щабель, а лівою рукою береться за сьомий щабель. Ноги ставить на кожний щабель до тих пір, доки ліва нога не дійде до сьомого щабля. В цей момент одночасно з постановкою правої ноги на дев'ятий щабель, правою рукою береться знизу за одинадцятий щабель, ближче до лівої тятиви, а лівою - за тринадцяту зверху.</p> <p>Відштовхнувшись правою ногою від дев'ятого щабля і підтягуючись руками, він здійснює посадку на підвіконня. Після посадки ліва нога, згином в коліні, зачіплюється за підвіконня з внутрішньої сторони, а права нога, трохи зігнута в коліні, щільно притискається до зовнішнього боку поверхні стіни.</p> <p>Права рука залишається на одинадцятому щаблі, а ліва опирається на підвіконня.</p> <p>При підйомі в наступний поверх пожежний-рятувальник, утримуючи драбину правою рукою за одинадцятий щабель, викидає її вгору і розвертає гак драбини над головою. Лівою рукою береться за тятиву драбини на рівні підвіконня і</p>	Час: 35 хв. Подати команду на виконання розминки. Нагадати умови виконання вправи. Подати команду “У вікно 4-го поверху навчальної башти - РУШ” . слідкувати за правильністю її виконання та дотриманням вимог безпеки праці. При неправильному виконанні вправи зупинити виконавців та пояснити помилки.

підіймає її на витягнуту руку вгору, перехоплює за протилежну тятиву драбини правою рукою, піднімає вгору доки гак драбини не досягне поверху; потім розвертає її гаком до вікна і підвішує в праву частину підвіконня (руки залишаються на тятивах).

Далі пожежний-рятувальник стає правою ногою на перший щабель, підтягується на руках і, впираючись лівою ногою на підвіконня, схоплює правою рукою сьомий щабель, відштовхується правою ногою від щабля, а лівою - від підвіконня, вистрибує правою ногою на четвертий щабель, а лівою рукою береться за дев'ятий щабель.

Подальший підйом по штурмовій драбині – аналогічний раніше описаному підйому в другий поверх. У момент закінчення підйому на вказаний поверх (перед фінішем) положення рук і ніг таке, як перед посадкою на підвіконня. При встановленні правої ноги на дев'ятий щабель необхідно ліву ногу підняти на рівень підвіконня і впертися внутрішнім краєм стопи до підвіконня, розвернути корпус на 180 гр., перемістити праву ногу всередину вікна і поставити обидві ноги на підлогу поверху.

Закінчення: пожежний-рятувальник обома ногами торкнувся підлоги 4-го поверху навчальної башти

№п/п	Виконання вправи	Час (секунди)		Оцінка
		Влітку	Взимку	
1	Пож.-рятувальник	30	35	5
		32	37	4
		34	39	3

4 Підбиття підсумків

Дати оцінку рівню підготовленості особового складу.
Відзначити приклади правильного виконання вправи.
Вказати на характерні помилки.
Оголосити оцінки.
Відповісти на запитання

Час : 3 хв.