

## **МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА**

**на проведення практичного заняття з спеціальної підготовки з особовим складом 7-ї навчальної групи навчальної пожежно-рятувальної частини**

Тема: Підйом по автодрабині на висоту.

Навчальна мета: Навчити техніці виконання даної вправи.

Час проведення: 1 години.

Місце проведення: стадіон училища.

Навчально-матеріальне забезпечення: спеціальний одяг та спорядження пожежного-рятувальника, макет автодрабини, рятувальна мотузка 30м., страхувальний пристрій ASAP.

Нормативно-правові акти і література:

1. Наказ МВС України № 511 від 15.06.2017р. “Порядок організації службової підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту” Із змінами, внесеними згідно з Наказами Міністерства внутрішніх справ №486 від 09.08.2022 р.
2. Наказ МНС України № 312 від 07.05.2007р. “Правила безпеки праці в органах та підрозділах МНС України».
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"> <li>1. Вправу виконувати в спеціальному одязі та спорядженні;</li> <li>2. Вправу виконувати в спеціальному одязі та спорядженні.</li> <li>3. Пересуватися по драбині з обережністю. Руками постійно триматися за перила драбини.</li> <li>4. Під час спуску рухатися неспішно.</li> <li>5. Під час встановлення автодрабини провести наступні дії: автомобіль поставити на ручне гальмо, під колеса автомобіля встановити башмаки.</li> </ol>	<p>Час: 2 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"> <li>1. Які ви знаєте групи міцності пожежних рукавів?;</li> <li>2. Які терміни та порядок випробування рятувальної мотузки? ;</li> <li>3. Який керівний документ регламентує порядок складання методичної розробки?.</li> </ol>	<p>Час: 3 хв.</p> <p>Опитати особовий склад, зробити помітки.</p>
3.	Розминка	<p>Біг у складі відділення чотири кола по стадіону, комплекс загально-розвиваючих та спеціальних вправ.</p>	<p>Час: 10 хв.</p>
4.	Відпрацювання практичної частини заняття	<p><b>Вихідне положення:</b> автодрабина встановлена і висунута на задану висоту при куті нахилу 70°.</p> <p>Пожежний-рятувальник у спеціальному одязі стоїть на землі біля приставної драбини.</p> <p><b>Початок:</b> подано команду «<b>По висувній автодрабині піднятися</b>».</p> <p><b>Виконання вправи:</b> по команді «<b>По висувній автодрабині піднятися</b>» пожежний-рятувальник ставить праву або ліву ногу на 2-й щабель приставної драбини і здійснює підйом. Пройшовши приставну драбину пожежний - рятувальник переходить на автодрабину і виконує підйом наступним чином: ноги перестає по кожному щаблі, а руки по перилах. Коли пожежний - рятувальник досяг заданої висоти - карабіном</p>	<p>Час: 25 хв.</p> <p>Нагадати умови виконання вправи.</p> <p>Подати команду «<b>По висувній автодрабині піднятися</b>».</p> <p>слідкувати за правильністю</p>

		<p>закріплюється за щабель драбини.</p> <p><b>Закінчення:</b> пожежний-рятувальник піднявся на задану висоту і закріпився за щабель драбини карабіном.</p> <p><b>Оцінка виконання вправи</b></p> <table border="1" data-bbox="448 353 1254 712"> <thead> <tr> <th rowspan="2">№ з/п</th> <th rowspan="2">Виконання вправи (15 м.)</th> <th rowspan="2">Оцінка</th> <th colspan="2">Час (секунди)</th> </tr> <tr> <th>літній період</th> <th>зимовий період</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td></td> <td></td> <td>5</td> <td>20</td> <td>26</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>4</td> <td>22</td> <td>28</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>3</td> <td>25</td> <td>31</td> </tr> </tbody> </table> <p><b>Примітка.</b> Під час підйому на висоту 25 м і більше автодрабина повинна останнім коліном спиратися на конструкції будівлі.</p>	№ з/п	Виконання вправи (15 м.)	Оцінка	Час (секунди)		літній період	зимовий період			5	20	26			4	22	28			3	25	31	<p>її виконання та дотриманням вимог безпеки праці. При неправильно му виконанні вправи зупинити виконавців та пояснити помилки.</p> <p>Вказати на нормативи виконання вправи.</p>
№ з/п	Виконання вправи (15 м.)	Оцінка				Час (секунди)																			
			літній період	зимовий період																					
		5	20	26																					
		4	22	28																					
		3	25	31																					
5.	Підбиття підсумків	<p>Надати оцінку рівню підготовленості особового складу. Зазначити характерні помилки. Оголошуються оцінки. Надати відповіді на запитання.</p>	<p>Час: 5 хв.</p> <p>Подати команду на прибирання робочого місця.</p>																						