УТВЕРЖДАЮ

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
(начальник органа управления,  
подразделения пожарной охраны)

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г.

**МЕТОДИЧЕСКИЙ ПЛАН**

проведения занятий с группой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Тема**:Норматив №1.3 «Надевание теплоотражательного костюма ТК-800».

**Вид занятия**: практическое **Отводимое время** 1 (ч.)

**Цель занятия**: Отработка нормативов по ПСП и ТСП. Совершенствование приемов и способов действий,закрепление навыков и умений личного состава по надеванию теплоотражательного костюма ТК-800.

**Литература, используемая при проведении занятия**:   
- Приказ Минтруда России от 11.12.2020 № 881н «Об утверждении Правил по охране труда в подразделениях пожарной охраны»;

– «Методические рекомендации по пожарно-строевой подготовке» Е.А. Серебренников 2005 год;  
– Нормативы по пожарно-строевой и тактико-специальной подготовке для личного состава федеральной противопожарной службы (утв. МЧС России 10.05.2011 П.В.Плат);  
– Техника выполнения нормативов по пожарно-строевой и тактико-специальной подготовке : учебное пособие / сост. : В. А. Шемятихин, А. А. Юсупов 2017 год.

**Развернутый план занятия**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Учебные вопросы (включая контроль занятия)** | **Время (мин.)** | **Содержание учебного вопроса, метод отработки и материальное обеспечение (в т.ч. технические средства обучения) учебного вопроса** |
| 1. | **Вводная часть**  - построение личного состава;  - проверка готовности учебной группы и состояния места проведения занятия;  - доведение до обучаемых содержания целей, задач, учебных вопросов занятия и очередности их изучения;  - проверка знаний вопросов темы, уставных положений, правил охраны труда. | 5  мин. | **Комплект теплозащитный для пожарных ТК-800** предназначен для использования при проведении работ по тушению крупных и сложных пожаров, в основном на предприятиях нефтегазодобывающей и нефтегазоперерабатывающей промышленности на открытых площадках.  **Комплект ТК-800 состоит из**: наружной оболочки (комбинезона) с аварийным клапаном выхода; капюшона с удлиненной пелериной; обуви; каски типа «Труд»; рукавиц.  **Комбинезон, капюшон и рукавицы** имеют съемные теплоизолирующие подстежки.  **Комплект обуви в сборе включает в себя**: бахилы со вставленными в них стельками из кремнеземной ткани с металлизированным покрытием и резиновыми союзками (типа НОЛ-1ФЭТ), а также валяные сапоги со стельками из теплоизолирующего материала.  **При использовании комплекта ТК-800 должны выполняться следующие правила охраны труда**:   * работа в зоне открытого пламени более 60 сек. не допускается; * на посту безопасности (контрольно-пропускном пункте) для страховки работающих должно выставляться еще одно звено численностью не менее действующего, экипированное в ТК-800 и находящееся в полной готовности; * осуществлять постоянную связь группы с постом безопасности (контрольно-пропускным пунктом), следует использовать штатную радиостанцию; * для осуществления связи между членами звена следует пользоваться сигналами, подаваемыми при помощи различной комбинации рук (**табл. 4**);   **Таблица 4**   |  |  | | --- | --- | | **Условный сигнал** | **Значение сигнала** | | Правая рука поднята вверх | Как себя чувствуешь? | | Ответно поднятая правая рука | Самочувствие нормальное. Могу продолжать работу | | Скрещивание рук перед иллюминатором | Ухудшение самочувствия | | Поднятие обеих рук командира звена | Окончание работы. Выход из рабочей зоны |  * при прекращении радиосвязи между членами звена и постом безопасности немедленно принять меры но оказанию помощи и направить в зону работы звена группу страховщиков (страховочное звено); * в тесных, труднопроходимых местах работающий в защитном комплекте не должен облокачиваться и опираться на нагретые конструкции, передвигаться необходимо осторожно; * при выполнении работ, связанных с тушением пожара, работающему в комплекте звену необходимо следить за тем, чтобы позади него не оставалось недотушенных участков, и был обеспечен путь для вынужденного отхода; * в случае механических, химических или термических повреждений наружной оболочки или стекла иллюминатора, а также ухудшения самочувствия хотя бы у одного из членов звена все звено в полном составе обязано доложить на пост безопасности и немедленно покинуть опасную зону.   **Запрещается использование ТК-800** без средств защиты органов дыхания (дыхательного аппарата со сжатым воздухом), а также работать в комплекте, детали которого имеют механические или термические повреждения.  **Запрещается использовать специальную защитную одежду**:   * несертифицированную; * поврежденную, ветхую, рваную; * при воздействии веществ, составов, излучений, для защиты от которых она не предназначена и (или) если это воздействие превышает ее защитные свойства и время защитного действия; * не соответствующую технической документации завода-изготовителя; * с истекшим сроком хранения и эксплуатации; * без теплозащитного слоя; * не очищенную и не просушенную после предыдущего использования; * если не была проведена проверка после последнего использования и отсутствует запись в журнале проверок или карточке эксплуатации; * изолирующего типа после наработки регламентируемого технической документацией числа часов работы. |
| 2. | **Подготовительная часть**  Разминка:  - Разминочный бег  - Суставная разминка  - Восстановление дыхания | 10 мин. | **Разминочный бег**   * бег по кругу в колонне по одному трусцой и боком с приставным шагом – 2 мин.   **Суставная разминка** (л/с построен в одну шеренгу на интервал вытянутых рук)   * поворачивание головы вправо-вперед-влево-вперед, стараясь не делать резких движений. Вращение головы полумесяцем. Назад голову не запрокидывать. – по 10 раз; * вращательные движения плечами по кругу в разные стороны (руки опущены вдоль туловища) – по 10 раз; * вращательные движения предплечьями по и против часовой стрелки (руки вытянуты в стороны параллельно полу) – по 10 раз; * круговые вращения руками в разные стороны и махи руками в бок и вверх попеременно (разминка плечевых суставов) - по 10 раз; * вращение запястьями рук по кругу в разные стороны (руки согнуты в локте) – по 10 раз; * вращение тазом по кругу в разные стороны (руки на талии, ноги на ширине плеч, стопы не отрываются от пола) – по 10 раз; * вращение ногами по и против часовой стрелки, отрывая по одной от земли, разминая тазобедренный сустав (руки на талии, ноги ближе друг к другу, туловище остается стабильным) - по 10 раз; * вращение коленями по и против часовой стрелки (корпус наклонен, колени слегка согнуты, ладони на коленях, пятки не отрываются от пола) – по 10 раз; * вращение стопой по и против часовой стрелки попеременно каждой ногой (втать прямо, руки на талии, колено приподнято вверх, голень и бедро неподвижны) – по 10 раз; * приседания на месте с вытягиванием рук вперед – 10 раз.   **Восстановление дыхания**   * поднятие прямых рук над головой с глубоким вдохом и опускание корпуса и рук вниз с глубоким выдохом – 10 раз. |
| 3. | **Основная часть**  Отработка норматтива №1.3:  - условия выполнения;  - временные показатели;  - порядок выполнения. | 25 мин. | **Условия выполнения норматива № 1.3**  **«Надевание теплоотражательного костюма ТК-800»**  **1**. **Начальное положение**:  Исполнитель в повседневной одежде с двумя ассистентами стоит в одном метре от приготовленного костюма.  **2**. **Последовательность выполнения**:  - надеть брюки комбинезона и сапоги;  - надеть дыхательный аппарат со сжатым воздухом или ДАСК;  - надеть верхнюю часть комбинезона, застегнуть стягивающие ремни, закрыть защитный клапан, оставить незастегнутым один верхний стягивающий ремень и одну верхнюю кнопку защитного клапана;  - произвести боевую проверку ДАСК или открыть вентиль баллона ДАСВ до отказа. Включиться в СИЗОД. Надеть пожарную каску.  **3**. **Окончание**: костюм, капюшон и рукавицы надеты, стягивающий ремень застегнут.  **Время выполнения норматива № 1.3**  **«Надевание теплоотражательного костюма ТК-800»**   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Вид боевой и специальной одежды и снаряжения | Оценка | | | | Отлично | Хорошо | Удовлетво рительно | | Надевание теплоотражательного костюма ТК-800: | на правильность | | |   **Порядок надевания комплекта ТК-800**  **Комплект ТК-800 надевается** поверх форменной одежды, с помощью ассистентов в два этапа (подготовка к надеванию и собственно надевание).  По команде: **«Комплект ТК-800 - надеть!»** ассистенты вынимают из сумки уложенный комплект и совместно с работающим осуществляет подготовку комплекта к надеванию.  **Подготовка комплекта к надеванию.**  Убедиться в готовности комплекта к использованию (отсутствие видимых повреждений, застежки-молнии промазаны стеарином или силиконовой смазкой, аварийный выход закрыт, а верхняя петля его шнуровки закреплена карабином).  Если шнуровка аварийного выхода расстегнута, то необходимо привести ее в рабочее положение. Для этого петли застежки застегивают, начиная с нижней, «петля в петлю» попарно, при этом верхняя петля должна быть закреплена карабином.  Протереть стекла маски дыхательного аппарата и комплекта смазкой от запотевания (смазка прилагается к дыхательному аппарату).  Проверить давление воздуха в дыхательном аппарате. Показание манометра должно соответствовать максимальной заправке соответственно типу данного аппарата.  Комплект обуви в сборе ставится на пол затяжными ремнями наружу.  Наружная теплоотражательная оболочка с раскрытым входным отверстием (застежка-молния раскрыта, спинка оболочки отогнута влево) раскладывается на полу впереди бахил иллюминатором вниз.  Обувь в сборе вставляется в низки брюк наружной теплоотражательной оболочки. Брючины расправляются по голенищу бахил вниз.  **Надевание комплекта**  Пожарный, одетый в форменную одежду, надевает предварительно проверенный дыхательный аппарат, проводит подгонку лямок и осуществляет контрольную подачу воздуха в маску. Маска посредством ремня вешается на шею, надевается на лицо и подгоняется индивидуально. Проверяется устойчивость работы дыхательного аппарата. После проверки маска снимается и остается висеть на шейном ремне. Шланг от баллона к маске должен лежать на правом плече.  Надевается теплозащитный комбинезон, при этом большие пальцы рук продеваются в специальные отверстия напульсников. Радиостанция укладывается в специальные отсеки, и проверяется ее работоспособность. При одевании ассистенты производят равномерное распределение отсека комбинезона на дыхательном аппарате. Надевается маска дыхательного аппарата, капюшон комбинезона с каской типа «Труд», застегивается застежка-молния и закрывается клапан на текстильную застежку.  Надеваются теплоизолирующие рукавицы. Их манжетная часть расправляется по напульснику комбинезона.  Пожарный подходит к подготовленной ранее ассистентами наружной тепло-отражательной оболочке и надевает обувь. Низ брюк комбинезона оправляется таким образом, чтобы внутренняя манжетная часть была расположена внутри сапога, а наружная - поверх голенища бахил. Допускается заправка нижней части комбинезона в сапог.  Теплоотражательная оболочка с помощью ассистентов поднимается вверх, при этом расправляется низ брюк оболочки.  Сначала надевают левый рукав оболочки, а затем, расправляя оболочку на отсеке дыхательного аппарата, надевают правый рукав. При этом ассистенты должны следить за тем, чтобы оболочка равномерно распределялась на комбинезоне.  Ассистенты застегивают молнию, закрепляет затяжник на горловине (для предотвращения самопроизвольного расстегивания застежки-молнии), застегивает клапан, защищающий молнию, на кнопки.  Закрывается откидной капюшон теплоотражательной оболочки, при этом его нижняя часть вертикальным движением направляется вдоль оболочки таким образом, чтобы были совмещены клапаны капюшона и оболочки. Убедившись в правильном совмещении клапанов по всему периметру, ремень-фиксатор пропускают через шлевки и фиксируют с помощью карабина.  Надеваются рукавицы наружные, при этом их манжетная часть располагается поверх манжетной части теплоотражательной оболочки. Соединение рукавиц с наружной оболочкой осуществляется ассистентами при помощи кнопок.  Одетый в комплект пожарный несколько раз приседает, чтобы убедиться в том, что нигде не давит и движения его не стеснены, и проверяет достаточность обзора сквозь иллюминатор.  При необходимости производится дополнительная подгонка.  **Снятие комплекта**  Снятие ТК-800 осуществляется также при помощи ассистентов в последовательности, обратной надеванию. В случае экстренной необходимости может производиться аварийное раскрытие костюма. Для этого снимается откидной капюшон и расстегивается карабин шнуровки аварийного выхода.  **После работы комплект аккуратно складывается в следующей последовательности**:   * теплоизолирующий комбинезон разложить на столе спинкой вниз, на его передней части уложить сначала рукава, а затем капюшон с каской, весь комбинезон сложить три раза; * рукавицы теплоизолирующие и наружные сложить вместе и положить внутрь сложенного комбинезона; * наружную оболочку разложить на столе спинкой вниз, расправляя отсек дыхательного аппарата вдоль наружной оболочки; * рукава уложить поверх оболочки, поперек нее, а сверху капюшон с пелериной, уложенный иллюминатором вниз; * наружную оболочку перегнуть спинкой вниз три раза; * в бахилы вставить стельки из кремнеземной ткани с металлизированным покрытием, союзки резиновые и валяные сапоги со вставленными теплоизолирующими стельками.   **Комплект должен быть уложен в специальную сумку в следующем порядке**: комплект обуви, комбинезон теплоизолирующий с каской и рукавицами, наружная оболочка. |
| 4. | **Заключительная часть** | 5 мин. | **Завершение занятия**   * активизация восстановительных процессов в организме обучаемых; * приведение в порядок учебных объектов; * построение личного состава; * подведение итогов; * постановка задач для самостоятельной работы. |

Пособия и оборудование, используемые на занятии: специальная одежда пожарного (теплоотражательный костюм ТК-800), СИЗОД, стелаж для укладки комплекта ТК-800. .

Задания для самостоятельной работы слушателей и подготовка к следующему занятию: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Руководитель занятия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
 (фамилия, и.о.) (дата, подпись)