УТВЕРЖДАЮ

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

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

**МЕТОДИЧЕСКИЙ ПЛАН**

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

**Тема**:Норматив № 4.2 «Вязка двойной спасательной петли с надеванием ее на спасаемого».

**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 работе с веревками пожарными спасательными.

**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. | **Веревка пожарная спасательная (ВПС)** — это веревка предназначенная для спасения людей, самоспасения и страховки пожарных и спасателей при тушении пожаров и проведении аварийно-спасательных работ, а также при проведении тренировочных занятий. Дополнительно пожарная веревка может использоваться для подъема пожарно-технического вооружения и оборудования на этажи зданий.**Требования охраны труда к веревкам пожарным спасательным (ВПС).**Веревки спасательные пожарные (ВПС), находящие­ся на вооружении, должны соответствовать требованиям норматив­ных документов в области пожарной безопасности, храниться в чех­лах и быть смотанными в клубок.Один из концов веревки у обвязки петли обшивается белой тесь­мой (2-5 см ширины), на которой указываются инвентарный номер и дата последнего испытания.Запрещается нанесение инвентарного номера на металлические кольца крепления концов веревки стирающимися, выцветающими средствами (краска, маркер, фломастер).**При использовании веревки соблюдаются следующие требования:*** веревка проверяется наружным осмотром командирами отделе­ний подразделений ФПС не реже одного раза в 10 дней с занесе­нием результатов осмотра в журнал испытаний пожарного обо­рудования, а начальниками караулов (смен) — перед каждым использованием на занятиях и после каждого применения на по­жаре;
* перед проведением занятий и после каждого использования ве­ревки проводится под руководством начальника караула (сме­ны) практическая проверка ее прочности. Для проверки на раз­мотанной и закрепленной на всю длину (допускается через блок) веревке подтягиваются и зависают на 1-2 секунды три человека.

Веревка снимается с расчета, если в процессе работы она подвер­глась воздействиям, вызвавшим разрушение оплетки, и не прошла (не выдержала) испытания. |
| 2. | **Подготовительная часть**Разминка:- Суставная разминка- Восстановление дыхания | 10 мин. | **Проведение разминки****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 норматива №4.2:- условия выполнения; - временные показатели;- порядок выполнения.  | 25 мин. | **Условия выполнения норматива № 4.2****«Вязка двойной спасательной петли с надеванием ее на спасаемого»****1**. **Начальное положение**: Исполнитель стоит в одном метре от спасаемого, лежащего на спине, со спасательной веревкой в чехле, надетом на плечо. Конец веревки длиной 50 сантиметров находится в руке у исполнителя.**2**. **Окончание**.спасательная петля надета на спасаемого. Длинный конец веревки намотан на карабин.**Время выполнения норматива № 4.2****«Вязка двойной спасательной петли с надеванием ее на спасаемого»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Вид норматива** | **Оценка** |
| **Отлично** | **Хорошо** | **Удовлетворительно** |
| Вязка двойной спасательной петли с надеванием ее на спасаемого: | 21 | 25 | 29 |

**Порядок выполнения норматива № 4.2**Пожарные выполняют команды «**Спасательную петлю на спасаемом — связать!**» и «**Спасательную петлю — развязать!**».**Первый способ**Исполнитель стоит с правой стороны от спасаемого, вынимает из середины клубка конец веревки и делает вправо три отмера на длину разведенных в стороны рук. При этом отмеренная веревка остается в левой руке. Правой рукой складывает веревку вдвое, образуя петлю, одевает ее через голову на шею спасаемого. Взяв в правую руку длинный и короткий концы веревки, доводит ее до колен спасаемого, определив необходимое количество веревки для вязки петли (рис. 1а). Обратным движением левой руки складывает веревку вчетверо и доводит ее до верхней части груди (рис. 1б). Вращает левой рукой против часовой стрелки, при этом обведя вчетверо сложенную веревку сверху вниз. Из правой руки перекладывает удерживаемые две петли в левую (рис. 1в) и завязывает их на груди спасаемого (рис. 1г). Связанные две петли надевает на каждую ногу. Коротким концом веревки обвязывает спасаемого по талии (рис. 1д) и надежно его закрепляет на двойной спасательной петле (рис. 1е).

|  |
| --- |
|  |
| а б |
|  |
|  в г |
|  |
| д е |
|  |
| ж |

Рис. 1. Вязка двойной спасательной петли с надеванием ее на спасаемого первым способом.Затем пожарный берет в левую руку длинный конец веревки и прикладывает его к карабину с внешней стороны, открывает замок карабина, а правой рукой вращательным движением от себя делает два витка. Закрывает замок карабина. После чего веревку, идущую от спасаемого, берет в левую руку, а длинный конец проводит за спиной и удерживает его в правой руке (рис. 1ж).**Второй способ**Исполнитель стоит с правой стороны от спасаемого, вынимает из середины клубка конец веревки и делает три отмера в правую сторону на длину разведенных рук, складывает отмеренную веревку, создавая петлю. Затем заводит ее под пояс лежащего спасаемого. Взяв в правую руку петлю с противоположной стороны спасаемого, а в левую руку — длинный и короткий концы веревки (рис. 2а), поднимает их до определенного уровня (в зависимости от роста, спасаемого). Перекладывает образовавшиеся три петли в левую руку (рис. 2б). На получившемся пучке веревки пожарный завязывает узел (рис. 2в), затягивая его ближе к корпусу спасаемого (рис. 2г). Петли нужно распределить на части тела так: одну через голову на шею и две на ноги. Затем исполнитель берет в левую руку длинный конец веревки и прикладывает его к карабину с внешней стороны, открывает замок карабина, а правой рукой вращательным движением от себя делает два витка. Закрывает замок карабина. После чего веревку, идущую от спасаемого, берет в левую руку, а длинный конец проводит за спиной и удерживает ее в правой руке.

|  |
| --- |
| C:\Users\Dima\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\2аб.jpg |
|  а б |
| C:\Users\Dima\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\2вг.jpg |
|  в г |

Рис. 2. Вязка двойной спасательной петли с надеванием ее на спасаемого вторым способом.Данный способ удобен при практической отработке упражнения с отделением (караулом). По окончании выполнения спасания пострадавшего спасательная петля не развязывается, а снимается и после поданной команды «Готово!» поднимается наверх и одевается исполнителем на следующего пострадавшего. |
| 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: боевая одежда и снаряжение пожарного, веревки пожарные спасательные. . .

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

«\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

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