

МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА
проведення практичного заняття зі спеціальної підготовки
з особовим складом навчальної групи №12
Національного університету цивільного захисту

Тема: Навчальні вправи з рятувальною мотузкою

Відпрацьовані вправи: 3.1 Закріплення рятувальної мотузки за конструкцію.

Навчальна мета: Формування та вдосконалення в особового складу, який залучається до оперативних дій, навичок роботи із спорядженням, спеціальним обладнанням та технікою шляхом відпрацювання індивідуальних та/або групових навчальних вправ.

Час проведення: 90 хвилин.

Місце проведення: приміщення частини.

Навчально – матеріальне забезпечення: Захисний одяг та спорядження пожежного-рятувальника, рятувальна мотузка.

Нормативно-правові акти та література:

1. Наказ МВС України від 15.06.2017 № 511 “Про затвердження Порядку організації службової підготовки осіб рядового і начальницького складу служби цивільного захисту ” (із змінами);
2. Наказ № 312 від 7.05.2007 “Правила безпеки праці в органах та підрозділах МНС України”.
3. <https://dsns.gov.ua/osvita-i-nauka/metodichni-materiali-z-profesiynoyi-pidgotovki/metodichini-rekomendaciyi>

Порядок проведення заняття.

Питання що відпрацьовуються	Короткий зміст	Методичні вказівки
1 Організаційні заходи	Шикування, прийом рапорту, перевірка зовнішнього вигляду. Оголошення теми і мети заняття. Нагадування правил безпеки праці.	Час-5 хв.
2 Основні вимоги правил безпеки праці при виконанні вправи	<p style="text-align: center;">Безпека праці при роботі</p> <p>Вправу виконувати в захисному одязі та спорядженні. При зав'язуванні вузла слідкувати за коушем, щоб виключити травмування ним.</p>	Час-10 хв.
3 Перевірка знань	1. Скільки способів закріплення рятувальної мотузки	Час-5 хв.
4 Відпрацювання вправи	<p>Вихідне положення: пожежний-рятувальник стоїть у захисному одязі та спорядженні в одному метрі від конструкції. Рятувальна мотузка змотана у чохлі з лялкою, 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>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, затує вузол .</p> <p>Другий спосіб. За командою: «Рятувальну мотузку за конструкцію закріпити!» пожежний-рятувальник обмотує зверху одним-двома витками мотузки конструкцію, чотирма пальцями лівої</p>	Час -60 хв.

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.

Третій спосіб. За командою: «Рятувальну мотузку за конструкцію 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 затягує 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 затуляє вузол.

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

Оцінка виконання вправи:

пожежний-рятувальник	3 с	4 с	5 с
Примітка. Нормативний час збільшується на 1 с під час виконання навчальної вправи пожежним-рятувальником з включенням у засіб індивідуального захисту органів дихання (далі — ЗІЗОД).			

Примітка. Дану вправу можна виконувати і без рукавиць, так як це не регламентується.

5 Підведення підсумків

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

Час: - 10 хв.
 Організувати прибирання місця заняття