

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: 3.2 Змотування рятувальної мотузки в клубок (30 м).

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	Шиккування, 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. Випробовування мотузок.	Час-5 хв.
4	Відпрацювання вправи	<p>Вихідне положення: пожежний-рятувальник стоїть в одному метрі від розмотаної мотузки, один кінець якої знаходиться у руці.</p> <p>Початок: подано команду «Рятувальну мотузку змотати».</p> <p>Виконання вправи: після команди «Рятувальну мотузку змотати» пожежний-рятувальник правою рукою бере кінець мотузки кладе його на долоню, щоб виток по обидва боки виступав за краї долоні на 2-3 см. Випрямляючи пальці лівої руки, розвертає витки мотузки уздовж пальців, потім правою рукою по напрямку від основи великого пальця лівої руки робить 5-6 витків мотузки навколо лівого кулака (від себе і знизу вгору). Потім від мізинця лівої руки до великого пальця прокладає діагональний виток мотузки. Діагональний виток перегинається й утримується на поперечному витку мотузки. Далі мотузку по тильній стороні долоні підводить до мізинця. Мотузка перегинається по краю витка, не виступаючи за останній поперечний, і пожежний-рятувальник робить наступний діагональний виток вперед, до великого пальця. Цей виток перегинає на попередньому і діагональний виток прокладає до мізинця і т. д. При цьому треба стежити щоб мотузка не виходила за вертикальні площини крайніх поперечних витків, з останніх 1-1,5 м мотузки робить кілька поперечних витків, і кінець мотузки закріплює під один із них. Правою рукою бере коуш мотузки з-під долоні, тягне його і витягає витки мотузки з клубка, знімає його з руки, кінець мотузки заправляє всередину клубка. Клубок укладає в чохол так, щоб коуш трохи виступав з його отвору.</p> <p>Закінчення: мотузка змотана в клубок, вільний</p>	Час -60 хв.

		<p>кінець мотузки заправлений всередину клубка, клубок покладений у чохол.</p> <p>Оцінка виконання вправи:</p> <table border="1"> <tr> <td>пожежний-рятувальник</td> <td>6 хв</td> <td>8 хв</td> <td>10 хв</td> </tr> </table>	пожежний-рятувальник	6 хв	8 хв	10 хв	
пожежний-рятувальник	6 хв	8 хв	10 хв				
5	Підведення підсумків	<p>Дати оцінку рівню підготовленості особового складу.</p> <p>Відзначити приклади правильного виконання вправи.</p> <p>Вказати на характерні помилки.</p> <p>Оголосити оцінки.</p> <p>Відповісти на запитання.</p>	<p>Час: - 10 хв.</p> <p>Організувати прибирання місця заняття</p>				