

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ УКРАЇНИ  
МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ**

**МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ  
З ПІДГОТОВКИ НАЧАЛЬНИКА ВАРТИ ТА  
КОМАНДИРА ВІДДІЛЕННЯ ДО ЗАНЯТЬ З  
ПОЖЕЖНО-СТРОЙОВОЇ ПІДГОТОВКИ  
ТА МЕТОДИКА ЇХ ПРОВЕДЕННЯ**

**ХАРКІВ 1999**

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ УКРАЇНИ  
МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ ІНСТИТУТ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ

МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ

З ПІДГОТОВКИ НАЧАЛЬНИКА ВАРТИ ТА  
КОМАНДИРА ВІДДІЛЕННЯ ДО ЗАНЯТЬ З  
ПОЖЕЖНО-СТРОЙОВОЇ ПІДГОТОВКИ  
ТА МЕТОДИКА ЇХ ПРОВЕДЕННЯ

для курсантів спеціальності 7.092107  
“Пожежна безпека”

Друкується за рішенням  
методичної ради інституту  
Протокол № 2 від 21.10.99

**ХАРКІВ 1999**

Методичні вказівки з підготовки начальника варты та командира відділення до занять з пожежно-стройової підготовки та методика їх проведення для курсантів спеціальності 7.092107 “Пожежна безпека” / Укладачі: М.В. Акілов, С.М. Босенко, В.М.Ішук, В.П. Мамон. – Харків: ХІПБ, 1999. - 28 с. – Укр. мовою.

Методичні вказівки містять рекомендації з організації підготовки до проведення практичних занять з дисципліни “Пожежно-стройова підготовка”, методики їх проведення, а також зразки методичних розробок для проведення цих занять за темами, що зустрічаються найбільш часто.

Рецензенти:

В.В. Сировий, начальник оперативно-тактичної кафедри Харківського інституту пожежної безпеки.

В.В. Бутівченко, помічник начальника штабу пожежогасіння УДПО УМВС в Харківській області.

Редактор Філіна Т.О.

План 1999 р.

Підп. до друку 9.12.99р.	Формат 60 x 84 1/16
Друк ризограф.	Умовн. - друк. арк 1,7
Тираж 300 прим	Вид. №. 33                      Зам. №

---

ХІПБ МВС України, 310023, Харків, вул. Чернишевського, 94.

# 1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

## 1.1. Основні задачі пожежно-стройової підготовки.

Заняття з дисципліни “Пожежно-стройова підготовка” (ПСП) проводяться викладачами кафедри “Організація служби та підготовки”, відповідально до навчальної програми.

Основними завданнями дисципліни “Пожежно-стройова підготовка” є:

- вивчення прийомів роботи з пожежною технікою та пожежним обладнанням;
- навчання курсантів та вироблення в них навиків рятування людей на пожежі;
- відпрацювання навиків злагодженої роботи у складі відділення та варту при гасінні пожеж та ліквідуванні наслідків стихійних лих;
- вироблення у курсантів вміння подолати великі фізичні навантаження;
- психологічна підготовка курсантів до роботи в умовах високих температур, сильного задимлення, обмеженої видимості, можливого обрушення конструкцій, погрози вибуху та інше;
- формування та вдосконалення навиків організації та проведення змагань з пожежно-прикладного спорту.

Практичні заняття з ПСП проводяться в обстановці, максимально наближеній до реальної пожежі, що вимагає від курсантів напруження усіх вольових та фізичних якостей. Вправи, що відпрацьовуються, сприяють розвитку спритності, витривалості, швидкості, сміливості, необхідних в практичній діяльності. Закріплення та удосконалення прийомів виконання вправ у різноманітних умовах і сполученнях виробляється протягом всього терміну навчання шляхом систематичного повторення вправ, що вивчалися раніше.

При відпрацюванні вправ необхідно додержуватися правил і умов їх виконання, визначених “Настановою з ПСП”. Курсанти повинні укладатися в норми часу, що передбачених “Нормативами з ПСП”.

За вивченням матеріалом курсу ПСП складаються заліки на 2, 3 та 5 курсах та іспит на 4 курсі. Перелік вправ, що виносяться на заліки та іспит, визначається предметно-методичною комісією ПСП.

Заняття з ПСП можуть переслідувати три різні мети: навчити, тренувати, прийняти залік.

1. Навчання проводиться тільки викладачем. Заняття, що переслідують цю мету, відрізняються, як правило, складністю та мають велике значення. Техніка виконання вправ, що закладена в початковій

стадії навчання, грає велику роль для подальшого удосконалювання професійної майстерності курсанта.

Найбільш складні вправи (робота з ручними пожежними драбинами, саморятуння, рятування потерпілого та інші) розбивають на етапи, виконують багаторазове їх повторення з поступовим збільшенням швидкості виконання.

На заняттях працюють над усуненням найбільш грубих помилок у виконанні вправи, прищеплюють правила техніки безпеки. Викладач особисто або за допомогою досвідчених курсантів показує техніку виконання вправи.

2. Тренування. На заняттях, які переслідують цю мету, перед виконанням вправи необхідно перевірити знання курсантами правил виконання вправи, техніки безпеки.

Заняття проводяться з поступовим збільшенням фізичного та психологічного навантаження. При досягненні достатніх навиків у виконанні вправ доцільно застосовувати змагальний метод тренування, який збільшує активність курсантів та інтенсивність навантаження.

3. Прийняття заліку. Перед заняттям начальник варту оголошує вимоги виконання вправи, нормативи, черговість та порядок прийняття заліку. Місце заняття повинно відповідати вимогам нормативів при складанні заліку.

## 1.2. Вимоги, що пред'являються до керівника занять з ПСП.

Важливою умовою досягнення мети заняття з ПСП є правильна його організація, вибір відповідного методу навчання, висока військова дисципліна, підготовленість та особисті якості керівника занять з ПСП. У зв'язку з цим він зобов'язаний знати:

- вимоги та основні положення статутів, настанов, наказів, нормативи з ПСП та пожежно-прикладного спорту;
- роль і місце ПСП у системі бойової підготовки особового складу пожежної охорони;
- значення ПСП для підвищення боєздатності підрозділів пожежної охорони;
- організацію та методику проведення занять з ПСП з підпорядкованим підрозділом;
- правила суддівства та техніку виконання вправ з пожежно-прикладного спорту.

Керівник заняття з ПСП зобов'язаний вміти:

- виконувати вправи відповідно до "Нормативів з ПСП";

- правильно використовувати на практиці пожежну техніку, обладнання та засоби зв'язку;
- планувати, організовувати, методично правильно проводити заняття з ПСП, підводити підсумки навчання;
- забезпечувати виконання правил техніки безпеки на заняттях з ПСП;
- організовувати та проводити змагання з пожежно-прикладного спорту;
- добиватися правильного та чіткого виконання стройових прийомів, відпрацьовувати їх на заняттях, вимагати від, тих хто займається, додержування форми одягу, встановленої для занять;
- подавати команди для виконання вправи, що відпрацьовується;
- надати першу медичну допомогу при ушибах, переломах, кровотечах і т.і.

Відповідно до другого розділу навчальної програми (Інструкторсько-методична підготовка), починаючи з п'ятого семестру та маючи вже достатній навик роботи з пожежно-технічним обладнанням, курсанти залучаються до проведення занять з ПСП у своїх навчальних групах у ролі керівника заняття (начальника варту та командира відділення).

Таким чином, підвищується відповідальність курсантів під час підготовки до заняття та при вивченні методичної літератури.

## 2. ПІДГОТОВКА ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ КОМАНДИРОМ ВІДДІЛЕННЯ ТА НАЧАЛЬНИКОМ ВАРТИ

### 2.1. Порядок підготовки до занять

Під час підготовки до занять з ПСП командир відділення та начальник варту повинні:

- з'ясувати зміст і мету вправи. Викладач по черзі призначає командирів відділення та начальників варту з числа курсантів групи на кожну вправу, винесену на заняття з вказанням мети його відпрацювання;
- повторити порядок виконання вправи за методичною літературою [1,3,4,6] та практично відпрацювати під час самопідготовки;
- повторити правила техніки безпеки (додаток 1);
- одержати інструктаж у викладача ПСП. Командири відділення та начальник варту повинні прибути до викладача ПСП за три доби до початку заняття для одержання інструктажу;
- визначити місце проведення заняття, шикування варту та відділення, виконати розрахунок часу з викладачем ПСП;
- скласти методичну розробку на проведення заняття та за добу до заняття представити її на затвердження викладачу ПСП.

Методична розробка складається в зошиті з ПСП за формою, наведеною у додатку 2.

## 2.2. Методика проведення заняття

Начальник варти як керівник заняття відповідає за своєчасне прибуття варти до місця проведення занять, дисципліну на заняттях, виконання командирами відділень та курсантами вимог статутів, порядок в роздягальні після закінчення заняття.

Начальник варти шикує варту та приводить її до місця шиккування, яке визначається заздалегідь з викладачем. Доповідає викладачу про готовність варти до проведення занять. Викладач провадить перевірку зовнішнього виду курсантів, підгонку спорядження пожежного, перевіряє наявність курсантів на занятті за навчальним журналом.

Після необхідних оголошень, зроблених викладачем, начальник варти приступає до проведення занять.

Заняття починається з оголошення теми, назви вправ, винесених на заняття, мети. Далі начальник варти скорочено нагадує основні положення техніки безпеки при виконанні вправ. Виводить командирів відділень зі строю для підготовки місць проведення заняття, а сам проводить інтенсивну розминку з вартою. Потім варта поділяється на відділення, начальник варти дає команду командирам відділень розвести особовий склад до місць проведення занять.

Командири відділень прибувають до місця шиккування групи в загальному строї. За командою начальника варти приступають до підготовки заняття: виконують огляд ПТО, перевіряють стан запобіжної подушки, вибирають напрям прокладки рукавних ліній та інше.

Командир шикує відділення, оголошує назву вправи, скорочено нагадує порядок його виконання, загостривши увагу на техніці безпеки. Командир відділення повинен вміти показати особисто правильне виконання вправи, надати необхідні коментарі своїм діям. Далі ним призначається бойовий розрахунок або черговість відпрацювання вправи. Якщо вправа пов'язана з роботою на висоті, необхідно надати інструктаж страхувачам та випробувати страхувальний пристрій. Віддавши команду до виконання вправи, командир відділення слідкує за діями підлеглих. У випадку порушення правил виконання вправи або техніки безпеки він зобов'язаний зупинити тих, хто навчається, повернути їх на вихідну позицію та після додаткового інструктажу знову подати команду для виконання вправи. Усі помічені недоліки повинні бути розглянуті при підведенні підсумків з відділенням.

Причинами помилок можуть бути неправильне поняття тими, хто навчається, основ техніки виконання вправ, відсутність відповідної фізичної підготовки, порушення правил техніки безпеки та особиста недисциплінованість курсантів.

Після того, як командири відділень приступили до виконання своїх обов'язків, начальник варти здійснює контроль за загальним ходом заняття, перевіряє правильність організації заняття командирами

відділень, слідкує за часом, відведеним на відпрацювання вправ, додержуванням правил техніки безпеки, дає команду на зміну місць проведення занять. На якість проведення занять впливає правильний вибір начальником варти свого місцезнаходження. Він повинен знаходитись, в основному, там, де заняття проводить менш досвідчений командир відділення, де відпрацьовується найбільш складна вправа або вправа, пов'язана з роботою на висоті. У випадку необхідності надає допомогу командирам відділень, дає команду на прибирання ПТО та за 15 хвилин до закінчення заняття шикуює варту для підведення підсумків, дає оцінку дій особового складу варти та командирів відділень.

Викладач оцінює проведення занять начальником варти, відмічає недоліки при проведенні заняття та позитивні сторони. Дає завдання на самопідготовку.

Викладач дає команду на закінчення заняття. Начальник варти за цією командою веде групу в приміщення для зберігання бойового одягу.



## ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ТЕХНІКИ БЕЗПЕКИ ПРИ ВИКОНАННІ ВПРАВ З ПСП

Організація роботи по забезпеченню техніки безпеки, керівництво та відповідальність за правильну постановку цієї роботи у гарнізонах пожежної охорони, навчальних закладах покладається на керівників підрозділів.

При проведенні занять з особовим складом підрозділів пожежної охорони відповідальність за виконання правил техніки безпеки покладається на керівника заняття.

Весь особовий склад, присутній на заняттях з ПСП, повинен бути одягнений в бойову одягу та мати спорядження.

### **Правила техніки безпеки при відпрацюванні вправ з бойового розгортання на заняттях з ПСП**

1. Вибрати та вказати особовому складу найбільш безпечні та коротші шляхи прокладки рукавних ліній.
2. Приступати до бойового розгортання тільки після повної зупинки пожежного автомобіля.
3. Додержуватись обережності при відкриванні кришки колодязя пожежного гідранта.
4. Додержуватись обережності при відкриванні відсіків пожежного автомобіля.
5. Додержуватись правил відкріплення та переносу шанцевого інструменту: забороняється переносити інструмент, повернутий робочими поверхнями по ходу руху.
6. Не стояти під вантажем при його підйомі або спуску на рятувальній мотузці.

### **Правила техніки безпеки при відпрацюванні вправ з рятувальною мотузкою (рятування, саморятування)**

Оглянути рятувальні мотузки та спорядження пожежного.

1. Перевірити рятувальну мотузку на міцність (шляхом завішування на ній трьох чоловік на 2-3 секунди).
2. Спушити верхній шар запобіжної подушки.
3. Використовувати другу рятувальну мотузку для страхування.
4. Призначити та провести інструктаж із страхувальниками.
5. Починати виконання вправи тільки після команди командира відділення.

## **Правила техніки безпеки при відпрацюванні вправ з ручними пожежними драбинами**

1. Перевірити справність ручних пожежних драбин зовнішнім оглядом.
2. Спушити верхній шар запобіжної подушки.
3. Призначити та провести інструктаж із страхувальниками.
4. При відпрацюванні вправи з висувною драбиною необхідно:
  - приймати драбину з автомобіля на підняті догори руки;
  - встановлювати драбину у запобіжну подушку не ближче 1,5-2 м від основи навчальної башти;
  - починати підйом по драбині тільки після надійного її закріплення;
  - притискувати драбину, приставлену до будови, за неробочі поверхні тятів першого коліна;
  - висувати драбину рівномірно, без ривків, не розкачувати її при підйомі.
5. При відпрацюванні вправ зі штурмовою драбиною необхідно:
  - перевірити справність страхуючого приладдя;
  - перевірити рятувальну мотузку на міцність (шляхом завішування на ній трьох чоловік на 2-3 секунди);
  - надати інструктаж страхувальникам;
  - завішувати драбину на підвіконня на повний гак;
  - не допускати підйому і спуску більше одного чоловіка по штурмовій драбині.
6. При підйомі по штурмових драбинах, підвішеним “ланцюгом”, необхідно:
  - забезпечити страхування пожежного № 1;
  - виконати закріплення карабіном за 13-й щабель.

Правила техніки безпеки при подоланні 100-метрової смуги з перешкодами

1. Вправу виконувати в бойовому одязі та спорядженні або у спортивній формі.
2. Відхилити плечі злегка назад при підході до паркану для запобігання удару об нього.
3. При зіскоку з деревини необхідно випустити рукава з рук для пом'якшення удару об землю.
4. Розкатувати рукава тільки по своїй доріжці, паралельно деревині.

ЗРАЗКИ МЕТОДИЧНИХ РОЗРОБОК ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ З ПСП

“Затверджую”  
Викладач ПСП  
(для командирів відділень начальник  
варти)  
майор внутрішньої служби

---

**МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА**

для проведення занять з ПСП з особовим складом \_\_\_\_ варти (відділення)

ТЕМА: Робота з ручними пожежними драбинами.

ВПРАВА: Зняття з автомобіля, перенесення, установлення та підйом по висувній драбині на 3-й поверх навчальної башти .

МЕТА: 1.Тренувати курсантів виконанню обов’язків при відпрацюванні цієї вправи.  
2. Відпрацьовувати навички в виконанні вправи при роботі на висоті.

ЧАС ПРОВЕДЕННЯ: 80 хвилин.

МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ: навчальна башта.

МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ: висувні драбини, рятівні мотузки, карабіни, бойовий одяг та спорядження пожежного.

ЛІТЕРАТУРА: 1. Настанова з ПСП, стор.38-47.  
2. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України, стор. 31-32.  
3. Нормативи з ПСП.

### Порядок проведення заняття

1. Прийняття викладачем рапорту від командира групи, перевірка наявності особового складу, перевірка зовнішнього вигляду курсантів, підгонки бойового одягу та спорядження - 5 хвилин.
2. Оголошення теми, мети заняття, місця, порядку проведення, основних вимог правил техніки безпеки - 5 хвилин.
3. Проведення розминки - 5 хвилин.
4. Відпрацювання вправи - 55 хвилин.
5. Прибирання ПТО, підведення підсумків заняття, завдання на самопідготовку - 10 хвилин.

п/п	Назва вправи	Вкорочений зміст вправи	Методичні вказівки
	Зняття висувної драбини з пожежного автомобіля, її перенесення, встановлення та підйом по ній на 3-й поверх навчальної башти.	Вправи з висувною драбиною виконуються двома пожежними. Перший і другий номери шикуються з правого боку автомобіля біля осі заднього колеса. По команді "По висувній драбині у вікно 3-го поверху - РУШ!" перший номер береться правою рукою за поручень пожежного автомобіля, робить поворот направо (в бік закріплення драбини), бере лівою рукою ручку замка кріплення драбини, а правою - ударом низу-вверх відкріплює фіксатор. Другий номер береться правою рукою за поручень пожежного автомобіля на рівні голови, стає правою ногою на сходину автомобіля і береться лівою рукою зверху за праву тятіву на рівні першої сходини, а лівою ногою впирається в автомобіль. Після цього перший номер, взявшись обома руками за ручку замка і зробивши різкий рух вниз, надає драбині початкового руху, повертається кругом і розташовується спиною до автомобіля. Руки його підняті вверх над головою і готові до прийняття драбини, що рухається.	Керівник заняття нагадує послідовність виконання вправи та техніку безпеки. Перед виконанням вправи рятівна мотузка перевіряється на міцність, проводиться інструктаж зі страхувальниками з техніки безпеки. Курсанти послідовно виконують вправу. При порушенні порядку виконання вправи або техніки безпеки керівник заняття зупиняє виконання вправи, вказує на недоліки та вимагає їх усунення.
		В цей час другий номер, відштовхуючись лівою ногою від кузова автомобіля, сплигає на землю, підхоплює драбину лівою рукою за праву тятіву і на ходу просуває праву руку в друге (третє) вікно між сходинками. Перший номер приймає драбину на півзгнуті руки і, нахилиючи тулуб вперед, починає біг, розвертає драбину, кладе лівою тятивою на праве плече на рівні дев'ятої (десятої) сходини і бере правою рукою за верхню тятіву. В цьому положенні перший та другий номери наближаються до навчальної башти. За 6-8 м до навчальної башти пожежні розвертають і опускають драбину до землі так, щоб лінія башмаків була паралельною до основи башти. Другий номер береться	<u>Нормативи</u> Відмінно - 25 с; Добре - 29 с; Задовільно - 33 с.

		<p>лівою рукою посередині за третю (другу) сходину, щільно приймає ліву тятиву до правого стегна. Праву руку переносить на п'яту (четверту) сходину. В цей час перший номер зусиллям двох рук на рівні між дев'ятою і десятою сходинками підіймає драбину над головою на напівзігнутих руках. В місці установки драбини другий номер опускає башмаки в подушку і, не відриваючи правої руки від п'ятої (четвертої) сходини і з постановкою лівої ноги на другу сходину, розвертається спиною до башти з одночасним захватом лівою рукою мотузки на рівні сьомої (восьмої) сходини.</p> <p>Перший номер штовхає драбину вперед-вверх, перехвачує руками за тятиви на рівні між четвертою та п'ятою сходинками так, щоб великі пальці рук лежали на вузьких сторонах тятив першого коліна другим поштовхом доводить підйом драбини до 80-85° і удержує її. Тулуб його трохи зігнутий, ноги приймають стійке положення. З одночасним відштовхуванням лівою ногою від другої сходини другий номер підтягується на зігнутих руках вверх до положення рук на рівні грудей, розводить ноги в сторони за тятиви, робить різкий ривок за мотузку і тягне її вниз до посадки на землю.</p> <p>При висуванні драбини вверх другий номер слідкує за фіксуючим пристроєм, і як тільки пожежний перейшов сьому сходину, він різким ривком руки за мотузку знизу-вверх закріплює драбину. Потім береться обома руками за тятиви на рівні третьої (4) сходини і плавно нахилиє драбину до підвіконня, встановлює її в ліву (праву) половину віконного прорізу.</p> <p>Якщо драбина вийшла в сторону, направляє її в віконний проріз. В той час, коли драбину правильно встановлено, другий номер щільно притискує її руками до башти і утримує її. Упевнившись, що драбина надійно закріплена і висунута на 2-3 сходини вище підвіконня, перший номер з постановкою лівої</p>	
		<p>ноги на другу сходину починає по ній підйом. Піднявшись до рівня третього поверху, пожежний правою ногою стає на підвіконня, правою рукою береться за коробку віконного прорізу і переходить на поверх.</p> <p>При підйомі по висувній драбині перший номер ставить ноги на кожен сходину, руки - через одну. Другий номер виконує страховку.</p> <p>Техніка безпеки</p> <p>Скопати верхній шар запобіжної подушки.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вправу виконувати тільки в касках та бойовій одежі.</li> <li>2. Перевірити зовнішнім оглядом висувну драбину і впевнитись в її</li> </ol>	

		справності. 3. Драбину приймати на прями руки. 4. Драбину встановлювати за 1,5-2 м від навчальної башти. 5. Висувати драбину рівномірно, без ривків і надійно закріплювати. 6. Над нижнім зрізом підвіконня 3-го поверху повинно бути не менше, ніж 2-і сходини. 7. Здійснювати страховку пожежних. 8. Підйом виконувати тільки після надійного закріплення драбини. Відпрацювання вправи починати тільки за командою викладача.	
--	--	---	--

Після закінчення часу, відведеного на відпрацювання вправи, начальник варті (командир відділення) організує прибирання ПТО, шикує групу та підводить підсумок заняття, відмічаючи позитивні сторони загострюючи увагу на порушеннях техніки безпеки, дає завдання на самопідготовку.

#### Завдання на самопідготовку

1. Настанова з пожежно-стройової підготовки. с.38-47.
2. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України. с.31-32.
3. Бушмін В.А. Пожежно-стройова підготовка. с.49-59.

Начальник варті (командир відділення) - стажист  
курсант М.П. Сідоренко

“Затверджую”  
Викладач ПСП  
(для командирів відділень начальник  
варти)  
майор внутрішньої служби

### МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА

для проведення занять з ПСП з особовим складом \_\_\_\_ варти (відділення)

ТЕМА: Робота з ручними пожежними драбинами.

ВПРАВА: Перенесення, підвіска та підйом по штурмовій драбині на 4-й поверх навчальної башти.

МЕТА: Тренувати курсантів виконанню цієї вправи.

ЧАС ПРОВЕДЕННЯ: 80 хвилин.

МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ: навчальна башта.

МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ: штурмові драбини, рятівні мотузки, карабіни, бойовий одяг та спорядження пожежного.

ЛІТЕРАТУРА: 1. Настанова з ПСП, ст..97-105.

2.Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України, стор. 31-32.

3.Нормативи з ПСП.

### Порядок проведення заняття

1. Прийняття викладачем рапорту від командира групи, перевірка наявності особового складу, перевірка зовнішнього вигляду курсантів, підгонки бойового одягу та спорядження - 5 хвилин.
2. Оголошення теми, мети заняття, місця, порядку проведення, основних вимог правил техніки безпеки - 5 хвилин.
3. Проведення розминки - 5 хвилин.
4. Відпрацювання вправи - 55 хвилин.
5. Прибирання ПТО, підведення підсумків заняття, завдання на самопідготовку - 10 хвилин.

п/п	Назва вправи	Вкорочений зміст вправи	Методичні вказівки
	Перенесення, підвіска та підйом по штурмовій драбині на 4-й поверх навчальної башти.	Перенесення, підвіска та підйом по штурмовій драбині у вікно 4-го поверху навчальної башти виконується по команді: "По штурмовій драбині у вікно 4-го поверху навчальної башти - РУШ!" Пожежний, утримуючи драбину за верхню тятиву правою рукою біля восьмої сходини, починає рух бігом. За 9-12 м до башти ривком правої руки вверх-вперед підіймає драбину над головою, береться лівою рукою за ліву тятиву на рівні восьмої сходини, а правою рукою перехоплює за праву тятиву на тому ж рівні. Наближаючись до башти, утримує драбину так, щоб її башмаки знаходились на відстані 25-30 см від поверхні землі. Опускає башмаки драбини до основи башти, робить руками перехват по тятивам до рівня 4-5 сходини, підіймає драбину та з одночасною постановою лівої ноги на 1 сходику виконує підвіс драбини у вікно 2-го поверху.	Керівник заняття нагадує послідовність виконання вправи та техніку безпеки. Перед виконанням вправи рятувальна мотузка перевіряється на міцність, проводиться інструктаж зі страхувальниками з техніки безпеки. Курсанти послідовно виконують вправу. При порушенні порядку виконання вправи або техніки безпеки керівник заняття зупиняє виконання вправи, вказує на недоліки та вимагає їх усунення.
		Підйом по штурмовій драбині здійснюється таким чином. Після підвіски драбини пожежний переводить праву руку з правої тятиви на сьому сходику, а лівою рукою обхвачує дев'яту сходику. Ноги ставить на кожен сходику до тих пір, доки ліва нога не дійде до сьомої сходини. В цю мить, водночас з постановкою правої ноги на	<b>Нормативи</b> Відмінно - 29 с; Добре - 32 с; Задовільно - 36 с.



	<p>дев'яту сходину, правою рукою захоплює хватом знизу за одинадцяту сходину, ближче до лівої тятиви, а лівою рукою за - тринадцяту сходину хватом зверху. Відштовхуючись правою ногою від дев'ятої сходини і підтягаючись руками, він здійснює посадку на підвіконня. Після посадки ліва нога притиснута до підвіконня з внутрішнього боку, а права нога, трохи зігнута в коліні, щільно притискається до зовнішнього боку стіни. Права рука залишається на одинадцятій сходині, а ліва - упирається в підвіконня.</p> <p>При підйомі на наступні поверхи пожежний, утримуючи драбину правою рукою за одинадцяту сходину, викидає її вгору і розвертає кріюк драбини над головою. Лівою рукою бере за тятиву драбини на рівні підвіконня і підіймає її на витягнуту руку вгору, перехватує драбину правою рукою, підіймає вгору, розвертає її кріюком у вікно і підвішує в праву частину підвіконня.</p> <p>Далі пожежний ставить праву ногу на першу сходину, підтягується на руках і, опираючись лівою ногою на підвіконня, захватує правою рукою сьому сходину, відштовхується правою ногою від четвертої сходини, лівою рукою береться за дев'яту сходину.</p> <p>Подальший підйом по штурмовій драбині здійснюється таким же чином, як і на другий поверх.</p> <p>В момент закінчення підйому на 4-ий поверх положення рук і ніг таке, як перед посадкою на підвіконня. При постановці правої ноги на дев'яту сходину необхідно ліву ногу підняти на рівень підвіконня і опертися внутрішнім краєм стопи о підвіконня, розвернути корпус на 180°, пронести праву ногу всередину вікна і поставити дві ноги на підлогу поверху.</p>	
	<p>Техніка безпеки</p> <p>Скопати верхній шар запобіжної подушки.</p> <p>Драбину підвішувати тільки на повний кріюк.</p> <p>Вправу виконувати тільки в касках та бойовій одежі.</p> <p>Здійснювати страховку пожежних.</p> <p>Перевірити зовнішнім оглядом штурмову драбину і впевнитися в її справності.</p> <p>Відпрацювання вправи починати тільки за командою викладача.</p>	

Після закінчення часу, відведеного на відпрацювання вправи, начальник варти організовує прибирання ПТО, шикує групу та підводить підсумок заняття, відмічаючи позитивні сторони загострюючи увагу на порушеннях техніки безпеки, дає завдання на самопідготовку.

Завдання на самопідготовку

1. Настанова з пожежно-стройової підготовки. ст. 97-105.
2. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України. с.31-32.
3. Бушмін В.А. Пожежно-стройова підготовка. с. 49-59.

Начальник варти (командир відділення) - стажист  
курсант І.В. Іваненко

“Затверджую”  
Викладач ПСП  
(для командирів відділень начальник варт)  
майор внутрішньої СЛУЖБИ

### **МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА**

для проведення занять з ПСП з особовим складом \_\_\_\_ варті (відділення)

ТЕМА: Пожежно-прикладний спорт.

ВПРАВА: Подолання 100-метрової смуги з перешкодами.

МЕТА: Тренувати курсантів виконанню цієї вправи.

ЧАС ПРОВЕДЕННЯ: 80 хвилин.

МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ: 100-метрова смуга.

МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ: рукава, стволи, розгалуження, бойовий одяг та спорядження пожежного.

ЛІТЕРАТУРА: 1. Пожежно-прикладний спорт. Правила змагань.

2. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України.

3. Нормативи з ПСП.

#### **Порядок проведення заняття**

1. Прийняття викладачем рапорту від командира групи, перевірка наявності особового складу, перевірка зовнішнього вигляду курсантів, підгонки бойового одягу та спорядження - 5 хвилин.
2. Оголошення теми, мети заняття, місця, порядку проведення, основних вимог правил техніки безпеки - 5 хвилин.
3. Проведення розминки - 5 хвилин.
4. Відпрацювання вправи - 55 хвилин.
5. Прибирання ПТО, підведення підсумків заняття, завдання на самопідготовку - 10 хвилин.

№ п/п	Назва вправи	Вкорочений зміст вправи	Методичні вказівки
	Подолання 100-метрової смуги з перешкодами.	<p>По команді: "На старт. Увага. РУШ!" пожежні починають біг по дистанції, долають паркан, підхоплюють рукава, долають з ними бум. В кінці бума розкатують рукава вздовж своєї доріжки, залишаючи в руках з'єднувальні головки.</p> <p>Продовжуючи біг, з'єднують нижні з'єднувальні головки між собою та кидають їх поперед себе на доріжку, підбігають до розгалуження.</p> <p>Приєднують з'єднувальну головку, що знаходиться в правій руці, до розгалуження. Далі приєднують до з'єднувальної головки, що залишилась у лівій руці, ствол та перетинають лінію фінішу.</p> <p>Вправа вважається виконаною, якщо виконані усі з'єднання та ствол приєднаний до рукава до лінії фінішу.</p> <p>Техніка безпеки</p> <p>При підбіганні до паркану плечі відхилити назад для запобігання удару по забору.</p> <p>При передчасному сході з деревини рукава випустити з рук в боки.</p> <p>Рукава розкатувати в кінці деревини тільки по своїй доріжці по ходу руху.</p> <p>Для пом'якшення удару при сході з деревини треба інтенсивно відштовхнутись від сходні ногою.</p> <p>Відпрацювання вправи починати тільки по команді викладача або командира відділення чи начальника варті.</p>	<p>Керівник заняття нагадує послідовність виконання вправи та техніку безпеки.</p> <p>Перед виконанням вправи рятівна мотузка перевіряється на міцність, проводиться інструктаж зі страхувальниками техніки безпеки.</p> <p>Курсанти послідовно виконують вправу.</p> <p>При порушенні порядку виконання вправи або техніки безпеки викладач зупиняє виконання вправи, вказує на недоліки та вимагає їх усунення.</p> <p style="text-align: center;">Нормативи</p> <p>Відмінно - 27 с; Добре - 30 с; Задовільно - 34 с.</p>

Після закінчення часу, відведеного на відпрацювання вправи, начальник варті організовує прибирання ПТО, шикуює групу та підводить підсумок заняття, відмічаючи позитивні сторони, й заострюючи увагу на порушеннях техніки безпеки, дає завдання на самопідготовку.

#### Завдання на самопідготовку

1. Пожежно-прикладний спорт. Правила змагань.
2. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України.
3. Бушмін В.А. Пожежно-стройова підготовка.

Начальник варті (командир відділення) - стажист  
курсант В.І. Скоробагатько

“Затверджую”  
Викладач ПСП  
(для командирів відділень начальник варт)  
майор внутрішньої служби

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ р.

### **МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА**

для проведення занять з ПСП з особовим складом \_\_\_\_\_ варті (відділення)

ТЕМА: Робота з рятівними мотузками.

ВПРАВА: Закріплення рятувальної вірьовки за конструкції.

НАВЧАЛЬНА МЕТА: Удосконалення навичок роботи та вміле застосування ПТО при рятуванні людей, гасінні пожеж і ліквідації стихійного лиха.

ВПРАВИ, ЩО ВІДПРАЦЬОВУЮТЬСЯ: 1. Закріплення рятувальної вірьовки за конструкцію чотирма способами.  
2. В'язання подвійної рятівної петлі.

ЧАС: 80 хв.

МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ: Манеж НСК.

МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ: рятувальна вірьовка.

ЛІТЕРАТУРА: 1. “Пожежно-стройова підготовка” В.А. Бушмін 1985 р.  
2. Правила техніки безпеки в пожежній охороні.  
3. Нормативи з ПСП, 1995 р.

## Порядок проведення занять

№ п/п	Питання, що відпрацьовуються	Короткий зміст	Методичні вказівки
1.	Організаційний момент.	Шиккування, прийняття рапорту, перевірка зовнішнього вигляду, оголошення теми та мети занять.	Час: 1 хв.
2.	Нагадування правил техніки безпеки.	<p style="text-align: center;"><i>Техніка безпеки:</i></p> <p>Рятувальні вірьовки, які знаходяться на озброєнні, повинні зберігатися в чохлах, змотаними у клубок. На один з кінців вірьовки нашивається біла тканина (2-3 см. по ширині) з інвентарним номером. На чохлах кріпиться бирка з датою останнього випробування. Рятувальна вірьовка перевіряється зовнішнім оглядом командирами відділень не рідше одного разу в 10 днів, а начальниками варт - перед кожним використанням на заняттях і після кожного застосування на пожежі. Вірьовка не повинна мати місцевих стовщень і підвищеної вологості, пориви окремої ниті дозволяються не більше ніж 15x200 мм довжини вірьовки.</p> <p>Перед кожним використанням рятувальної вірьовки на пожежі (навчанні) під керівництвом начальника варті проводиться практична перевірка її на міцність. Для перевірки на закріпленій вірьовці підтягуються і зависають на 1-2 сек. три чоловіки. Якщо після зняття навантаження, здовження вірьовки збережеться, вона визнається непридатною для рятувальних робіт (занять) і з бойового розрахунку знімається.</p>	Час: 2 хв.
3.	Розминка.	Ходьба на місці, ходьба по колу, біг з прискоренням, ходьба напівприсядку, віджимання від полу, розтяжка м'язів.	Час: 6 хв.
4.	Відпрацювання вправи №1. Закріплення рятувальної мотузки за конструкцію. Відпрацювання першого способу.	Перший спосіб: Обмотати конструкцію одним, двома обертами від короткого кінця вірьовки, взяти довгий кінець в ліву руку, а короткий - в праву; правою рукою зробити петлю на довгому кінці вірьовки, коротким кінцем вірьовки обвести петлю один раз знизу доверху; просунути праву руку в петлю знизу, перенести праву руку з петлею через вірьовку, яка тримається лівою рукою, і взятися правою рукою за короткий кінець вірьовки витягнути праву руку з петлі, протягнув короткий кінець вірьовки петлею через першу петлю, і затягнути вузол.	Час: 7 хв. Команда: “Вірьовку (вказати за що) – закріпити!”
5.	Відпрацювання другого способу.	Другий спосіб: Обмотати конструкцію одним-двома обертами від короткого кінця вірьовки, взяти довгий кінець в праву руку, а короткий - в ліву. Накласти довгий кінець вірьовки на тильну частину лівої долоні, не змінюючи положення пальців на довгому кінці, опустити його донизу, вперед і вверх і накласти на тильну частину долоні. Потім потрібно випрямити пальці лівої руки і одночасно вказівним пальцем правої руки подати короткий	Час: 7 хв. Команда: “Вірьовку (вказати за що) – закріпити!”

		кінець пальцем лівої руки, після чого потрібно захопити вказівним і середнім пальцями лівої руки короткий кінець вірьовки, пропустити його через петлю, яка створилася на кінці кисті лівої руки і затягнути вузол правою рукою.	
6.	Відпрацювання третього способу	Третій спосіб: Обмотати конструкцію одним-двома обертами від короткого кінця вірьовки, взяти довгий кінець в праву руку, а короткий - в ліву. Правою рукою накласти і обмотати довгим кінцем вірьовки кисть лівої руки. Другий оберт накласти на великий палець лівої руки. Поворотом великого пальця наліво вивести довгий кінець вірьовки між вірьовками, які проходять від конструкцій, зробити петлю, в яку вказівним і великим пальцями правої руки подати петлю короткого кінця вірьовки і затягнути вузол.	Час: 7 хв. Команда: “Вірьовку (вказати за що) – закріпити!”
7.	Відпрацювання четвертого способу	Четвертий спосіб: Обмотати одним-двома обертами конструкцію. Обидва кінці вірьовки взяти у ліву так, щоб короткий кінець знаходився справа. Праву руку просунути знизу між обома кінцями і покласти її на довгий кінець тильною стороною кисті. Поворотом правої руки проти часової стрілки вниз, вправо-вверх вивести руку долонею донизу, зробивши на вірьовці петлю. Великим і вказівним пальцями правої руки взяти короткий кінець у руку, вийняти його з петлі і лівою рукою затягнути вузол.	Час: 7 хв. Команда: “Вірьовку (вказати за що) – закріпити!”
8.	Відкріплення вірьовки	По команді потрібно потягнути на себе за короткий кінець вірьовки.	Команда: “Вірьовку відкріпити!”
9.	Умови виконання вправи	Пожежний стоїть у бойовому одязі і спорядженні в одному метрі від конструкції. Рятувальна вірьовка замотана в клубок і знаходиться у чохла з лямкою, надітою через плече пожежного. Початок: подана команда. Закінчення: вірьовка закріплена за конструкцію, вузол надійно зав'язаний.	Команда: “Вірьовку (вказати за що) – закріпити!” Норма часу (сек.): відмінно - 4 добре - 6 задовільно - 8
10.	Відпрацювання вправи №2. В'язання подвійної рятівної петлі без одягання її на потерпілого.	По команді пожежний робить три відміри в праву сторону на довжину розведених в сторону рук, складає відмірену вірьовку вдвоє, а потім - вчетверо. Кінці вірьовки і одинарну петлю тримає в лівій, а подвійну петлю - в правій, кладе подвійну петлю на передпліччя лівої руки, пропускає праву руку через кінці мотузки, які утримує лівою рукою, бере правою рукою подвійну петлю, протягує її разом з правою рукою назад і затягує вузол.	Час: 28 хв. Команда: “Подвійну рятувальну петлю – зв'язати”. Норма часу (сек.) відмінно - 6 добре - 7 задовільно - 9

11.	Підбиття підсумків	Дати оцінку загальному рівню підготовленості курсантів. Визначити приклади правильного виконання вправ. Вказати характерні помилки. Відповісти на запитання. Дати завдання на самопідготовку. Організувати прибирання місця занять.	Час: 15 хв.
-----	--------------------	---	-------------

Завдання на самопідготовку

4. Пожежно-прикладний спорт. Правила змагань.
5. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України.
6. Бушмін В.А. Пожежно-стройова підготовка.

Начальник варті (командир відділення) - стажист  
курсант М.П. Сідоренко



“Затверджую”  
Викладач ПСП  
(для командирів відділень начальник варті)  
майор внутрішньої служби

“ \_\_\_\_\_ ” \_\_\_\_\_ р.

### **МЕТОДИЧНА РОЗРОБКА**

для проведення занять з ПСП з особовим складом \_\_\_\_\_ варті (відділення)

ТЕМА: Бойове розгортання.

ВИПРАВА: Бойове розгортання відділення на автоцистерні з встановленням її на пожежне водоймище та подачею одного ствола “Б”.

МЕТА: Удосконалення навичок злагодженої роботи у складі відділення і варті та вмиле застосування пожежної техніки й обладнання при гасінні пожеж і ліквідації стихійного лиха.

ЧАС ПРОВЕДЕННЯ: 80 хвилин.

МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ: Спортивний майданчик НСК.

МАТЕРІАЛЬНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ: АЦ-40(130)63Б, пожежно-технічне обладнання.

ЛІТЕРАТУРА: 1. Настанова з пожежно-стройової підготовки.

2. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України.

3. Нормативи з ПСП.

#### **Порядок проведення заняття**

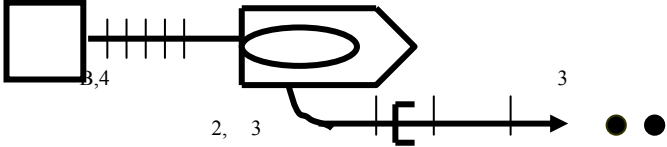
1. Прийняття викладачем рапорту від командира групи, перевірка наявності особового складу, перевірка зовнішнього вигляду курсантів, підгонки бойового одягу та спорядження. Оголошення теми, мети заняття, місця, порядку проведення, основних вимог правил техніки безпеки - 10 хвилин.

2. Проведення розминки - 10 хвилин.

3. Відпрацювання вправи - 50 хвилин.

4. Прибирання ПТО, підведення підсумків заняття, завдання на самопідготовку - 10 хвилин.

№ п/п	Питання, що відпрацьовуються	Короткий зміст	Методичні вказівки
1.	Організаційний момент.	Шиккування, прийняття рапорту, перевірка зовнішнього вигляду, оголошення теми та мети занять.	Час: 5 хв.
2.	Нагадування техніки безпеки.	<p style="text-align: center;"><u>Заходи техніки безпеки.</u></p> <p>Перед бойовим розгортанням необхідно:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- вибрати і вказати особовому складу найбільш безпечний шлях для прокладки рукавних ліній та перенесення ПТО;</li> <li>- постійно слідкувати за виконанням заходів з техніки безпеки проведення робіт при розгортанні на транспортних магістралях, встановити автомобілі та обладнання так, щоб вони не заважали розстановці сил та засобів, які прибувають, їх зосередженню на бойових ділянках і, по можливості, попередження нормальному дорожньому руху.</li> </ul> <p>При необхідності прийняти заходи до зупинки всіх видів транспортних засобів (окрім залізничного за межею підприємств народного господарства), а в випадку прокладки рукавних ліній під залізничними коліями, виставити пости безпеки з двох боків паралельно залізничній колії для нагляду за рухом потягів і своєчасного повідомлення особового складу про їх наближення;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- встановити єдині сигнали швидкого повідомлення людей про небезпеку і сповістити про них весь особовий склад, який працює на пожежі. При загрозі вибуху та іншій серйозній небезпеці вивести особовий склад в безпечне місце.</li> </ul> <p>При проведенні бойового розгортання забороняється:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- приступати до його проведення до повної зупинки пожежного автомобіля;</li> <li>- освітлювати колодязі пожежних гідрантів, газо- та теплокомунікацій відкритим вогнем;</li> <li>- опускатись в колодязь водокомунікацій без ізолюючого протигазу і рятувальної мотузки;</li> <li>- одягати на себе лямку приєднаного до рукавної лінії ствола при підйомі на висоту або при спуску на мотузках (ПТО та ін.);</li> <li>- переносити інструмент, обернений робочими поверхнями (ріжучими, колочими та ін.), по ходу руху, а поперечні пилки і ножівки - без чохлів;</li> <li>- подавати воду в незакріплені рукава, до виходу ствольщиків на позиції, або підйому на висоту (вертикальні рукавні лінії повинні кріпитись із розрахунку не менше одної рукавної затримки на кожний рукав)</li> </ul>	Час: 5 хв.
3.	Розминка.	Вправи для рук, ніг, біг по колу в середньому темпі.	Час: 10 хв.

4.	Відпрацювання вправи. Повне розгортання відділення на автоцистерні з установкою на пожежне водоймище і подачею 1-го ствола "Б".	<p style="text-align: center;"><u>СХЕМА БОЙОВОГО РОЗГОРТАННЯ:</u></p>  <p>Повне розгортання відділення на АЦ з установкою її на ПВ проводиться по команді: "Відділення, автоцистерну на водоймище, один ствол "Б" у бік навчальної башти - марш!" Пожежний №1 бере дві скатки рукавів "Б", ствол, прокладає робочу лінію від розгалуження до зазначеної позиції і працює зі стволом. Пожежні №2 і №3 прокладають магістральну лінію. Пожежний №3 працює на розгалуженні. Пожежний №4 і водій встановлюють автомобіль на водоймище.</p>	Час: 50 хв. Нормативи 47 с - відмінно 50 с - добре 57 с - задовільно Команда: "Автоцистерну встановити на пожежне водоймище, ствол "Б" на гасіння -РУШ!" Керівник заняття стежить за 1 правильною виконання вправи і при 1 необхідності виправляє помилки, по-стійно звертає увагу на дотримання правил ТБ.
5.	Підбиття підсумків.	Дати оцінку загальному рівню підготовленості курсантів. Визначити приклади правильного виконання вправ. Вказати характерні помилки. Відповісти на запитання. Дати завдання на самопідготовку. Організувати прибирання місця занять.	Час: 10 хв.

Після закінчення часу, відведеного на відпрацювання вправи, начальник варті організує прибирання ПТО, шикує групу та підводить підсумок заняття, відмічає позитивні сторони, загострює увагу на порушеннях техніки безпеки, дає завдання на самопідготовку.

Завдання на самопідготовку

7. Пожежно-прикладний спорт. Правила змагань.
8. Правила техніки безпеки в пожежній охороні МВС України.
9. Бушмін В.А. Пожежно-стройова підготовка.

Начальник варті (командир відділення) - стажист  
курсант  
М.П. Анісімов

