



**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР  
КРАЕВОГО КАЗЁННОГО УЧРЕЖДЕНИЯ  
«УПРАВЛЕНИЕ АЛТАЙСКОГО КРАЯ ПО ДЕЛАМ  
ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ  
И ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ»  
(УМЦ ККУ «УГОЧС и ПБ Алтайского края»)**

**Модуль 7. Пожарно-строевая подготовка**

**Тема №3. Упражнения по укладке и надеванию специальной защитной  
одежды пожарного и снаряжения. Сбор и выезд по тревоге**

г. Барнаул  
2023

## **ЛИТЕРАТУРА:**

1. Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 11.12.2020 №881н «Об утверждении правил по охране труда в подразделениях пожарной охраны».

2. Распоряжение МЧС России от 09.12.2022 №1357 «Об утверждении Сборника упражнений по профессиональной подготовке личного состава федеральной противопожарной службы Государственной противопожарной службы».

3. Техника выполнения нормативов по пожарно-строевой и тактико-специальной подготовке: учебное пособие / сост.: В. А. Шемятихин, А.А. Юсупов, 2017.

**ПЕРВЫЙ УЧЕБНЫЙ ВОПРОС: Отработка нормативов «Надевание боевой одежды пожарного и снаряжения пожарного (индивидуально)», «Надевание боевой одежды пожарного и снаряжения пожарного (в составе отделения)»**

**Проведение разминки:**

**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 (встать 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.

**Отработка нормативов** 1.1 «Надевание боевой одежды пожарного и снаряжения пожарного (индивидуально)», 1.2 «Надевание боевой одежды пожарного и снаряжения пожарного (в составе отделения)».

**Условия выполнения:** куртка боевой одежды пожарного (перчатки (рукавицы) в карманах куртки или пристегнуты к шлевке куртки, карабину), пояс пожарный спасательный с закрепленным на нем карабином и пожарным топором в кобуре, подшлемник и каска располагаются на стеллаже (полке). Брюки боевой одежды пожарного надеты на сапоги, которые располагаются под стеллажом (полкой) или уложены любым способом на стеллаже. Исполнитель в повседневной обуви, стоит в одном метре от стеллажа (полки) с боевой одеждой пожарного, лицом к нему. (Повседневная обувь снимается перед надеванием брюк боевой одежды пожарного).

**Упражнение считается выполненным, если:** боевая одежда пожарного, подшлемник, пояс пожарный спасательный, сапоги и каска надеты. Подбородочный ремень каски отрегулирован по размеру и застегнут. Помочи брюк надеты и отрегулированы по размеру, куртка полностью застегнута на молнию (карабины). Подшлемник надевается перед курткой боевой одежды пожарного.

Время выполнения норматива №1.1; 1.2  
«Надевание боевой одежды и снаряжения»

Упражнение	Оценка		
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно
Надевание боевой одежды и снаряжения:	21	24	27
• индивидуально	23	26	29
• в составе отделения			

## **ВТОРОЙ УЧЕБНЫЙ ВОПРОС: Сбор и выезд по сигналу «Тревога»**

### **Требования охраны труда и техники безопасности при проведении сбора и выезда по тревоге**

Сбор и выезд по тревоге дежурного караула (смены) обеспечивается в установленном порядке. По сигналу «**Тревога!**» личный состав дежурного караула (смены) прибывает к пожарному автомобилю, при этом автоматически включается освещение в караульном помещении и гараже.

При использовании спускового столба личный состав подразделения ФПС выдерживает необходимый интервал, следит за спускающимся впереди для исключения нанесения травм. При спуске по столбу запрещается касаться незащищенными частями рук его поверхности, а по окончании спуска следует немедленно освободить место для проведения следующего спуска.

При посадке запрещается пробегать перед пожарными автомобилями, выезжающими по тревоге, а также находиться под рольставнями ворот (в момент подъема, опускания и нахождения рольставней ворот в открытом состоянии), начинать движение на пожарном автомобиле из гаража до полного открывания ворот. При посадке вне здания гаража выход личного состава караула (смены) на площадку разрешается только после выезда пожарного автомобиля из гаража.

Движение пожарного автомобиля осуществляется при закрытых дверях кабин и дверцах кузова. Посадка считается законченной после занятия личным составом караула (смены) своих мест в кабине автомобиля и закрытия всех дверей.

Ответственность за безопасное движение пожарного автомобиля возлагается на водителя.

Личный состав отделения, караула (смены), выходит из пожарного автомобиля только по распоряжению командира отделения или старшего должностного лица, после полной остановки пожарного автомобиля.

**Отработка норматива № 1.3 «Сбор и выезд по сигналу «Тревога!» за ворота пожарного депо (в составе отделения и караула)**

**Условия выполнения:** боевая одежда пожарного и снаряжение пожарного уложены так, как определено условием выполнения упражнения № 1.1. Пожарный автомобиль находится в боевом расчете и располагается в гараже пожарного депо. Личный состав отделения, караула (смены) находится в помещении гаража пожарного депо и располагается в одном метре от стеллажа (полки) с боевой одеждой пожарного лицом к нему.

**Упражнение считается выполненным, если:** личный состав отделения, караула (смены) находится в пожарном автомобиле. Двери закрыты.

**Примечание:** посадка личного состава проводится:

1. В гараже пожарного депо. Результат фиксируется в момент закрытия последней двери пожарного автомобиля в гараже пожарного депо.

2. На фасаде пожарного депо. Результат фиксируется в момент закрытия последней двери пожарного автомобиля, находящегося за воротами гаража пожарного депо.

Допускается надевать каску, поправлять элементы боевой одежды пожарного и застегивать устройства фиксации пояса пожарного спасательного в кабине пожарного автомобиля.

**Время выполнения норматива № 1.3**

**«Сбор и выезд по тревоге в составе отделения и караула»**

**(с посадкой в автомобиль за воротами гаража)**

	Уд.	Хор.	Отл.
посадка личного состава в гараже пожарного депо	38	34	30
посадка личного состава на фасаде пожарного депо	40	36	32