

ЛЕНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ  
ЛУЖСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН  
Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Толмачевская средняя общеобразовательная школа  
им. Героя Советского Союза И.И. Прохорова»

РАССМОТРЕНО  
на заседании педагогического  
совета № 1 от 28.08.2023

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом № 67 от 28.08.2023

Согласованно  
с Управляющим советом  
протокол № 1 от 28.08.2023

**Рабочая программа учебного курса**  
**«Пожарно-прикладное искусство»**  
**(пожарное и спасательное дело)**  
**для учащихся кадетского класса МЧС**  
**ФГОС ООО 2021 (5-9 класс)**

Преподаватель Субботина М.Ю.

пгт. Толмачево  
2023 г.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа «Пожарно-прикладное искусство» разработана в соответствии с *основными нормативными документами:*

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, утвержденная указом Президента Российской Федерации от 29 мая 2015 года №996-р, и план по её реализации, утвержденный распоряжением Правительства Российской Федерации от 12 ноября 2020 г. №2945-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);
- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 18.12.2020 № 61573 «Об утверждении СанПиН СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
- Программа составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленных ФГОС ОО (Приказ Министерства просвещения № 287 от 31.05.2021), с учетом рабочей программы воспитания МОУ «Толмачевская средняя школа».

Направленность программы «Пожарно-прикладное искусство» - физкультурно-спортивная, спортивно-техническая, здоровье-укрепляющая, профориентационная.

Целевая аудитория – обучающиеся кадетских классов, профиль предпрофессиональной подготовки – МЧС России.

Место программы в учебном плане: курс ведется из вариативной части, срок реализации программы – 5 лет, количество часов в год – 34 часа, 1 раз в неделю, всего 170 часов.

Материально-техническое обеспечение

Спортивная база: спортивный зал, стадион, площадка п/ч № 135 г. Луги, учебный класс, раздевалка.

Спортивные снаряды: спортивный бум; спортивный забор.

Пожарно-техническое вооружение: боевая одежда и снаряжение пожарного – не менее 2 комплектов; спортивная каска – 10 шт.

спортивные пожарные рукава и соединительная арматура – 3 комплекта; спортивные пожарные стволы - 3 шт.; огнетушитель ОП – 5 (ОП -4) - не менее 2 шт.; пожарные ручные лестницы – по 1 шт.; спасательная веревка – 1 шт.; разветвление трехходовое РТ-80 – 1 шт.

Вспомогательный инвентарь и оборудование:

секундомер;

наглядные учебные пособия и литература; футбольный, баскетбольный и волейбольный мяч; столы и стулья для проведения теоретических занятий; проектор, фотоаппарат; флаги.

Социальное партнерство

- Муниципальное казенное учреждение «Лужский информационно-методический центр»;
- Филиал государственного казенного учреждения «Ленинградская областная противопожарная служба» отряд государственной противопожарной службы Лужского района;
- Отдел надзорной деятельности и профилактической работы Лужского района управления надзорной деятельности и профилактической работы Главного управления МЧС России по Ленинградской области;

- Лужское местное отделение Ленинградского областного отделения общероссийской общественной организации «Всероссийское добровольное пожарное общество».

Цели реализации программы: пропаганда противопожарной безопасности и здорового образа жизни; подготовка к соревнованиям по пожарно-прикладному спорту, предпрофессиональная подготовка.

### **Планируемые результаты освоения курса**

#### ***Личностные результаты:***

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### ***Метапредметные результаты:***

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

***Предметные результаты:***

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения при возникновении пожара. В результате освоения программы учащиеся должны: знать:
  - основные положения нормативных документов по организации тушения пожаров и ведения аварийно-спасательных работ;
  - принципы организации и порядок тушения пожаров;
  - особенности применения специальных средств пожаротушения, оборудования, приборов, инструментов, приспособлений;
  - научиться применять и эффективно использовать спасательную технику, средства пожаротушения, приборы, оборудование и средства связи;
  - контролировать личное морально-психологическое состояние при пожарах и других чрезвычайных ситуациях;
  - научиться основам спасательно-прикладного спорта: техники преодоления 100 метровой полосы с препятствиями (на малых снарядах), работы с пожарными рукавами во время бега по дистанции, бега по подвешенной штурмовой лестнице и т.п.;
  - научиться оказывать первую помощь пострадавшим;
 иметь представление:
  - об истории развитии пожарного дела;
  - об основах исследовательской и проектной деятельности;
  - о первой доврачебной помощи;
  - об отечественном и зарубежном опыте тушения пожаров;
  - о перспективах развития отечественных аварийно-спасательных средств и средств пожаротушения;
  - о природных явлениях региона;
  - о процессе горения, пожаре и его развитии, особенностях тушения пожаров различных категорий на различных объектах.

## Содержание курса

### Основы пожарного дела

#### **Раздел 1. История организации пожарной охраны.**

### **Тема 1.** История развития пожарной охраны.

Огонь — легенды древнего мира. Добывание огня древними людьми. Созидательная и разрушительная сила огня. История развития пожарной охраны. Пожарный — профессия героическая (знакомство с профессиональной деятельностью пожарных; примеры мужества и героизма во время тушения пожаров).

### **Тема 2.** Основы управления противопожарной службы

Система управления, цели и задачи. Основы системы управления деятельностью системы управления в советский период. Структура системы пожарной охраны. Общественные добровольные пожарные организации. Изменения в структуре управления пожарной охраны в современный период.

### **Тема 3.** Пожарная профилактика

Организация пожарной профилактики: мероприятия, цели и задачи, организация системы обучения детей правилам противопожарной безопасности.

### **Тема 4.** Проектная деятельность.

Сбор теоретического материала об истории пожарного дела и развитии движения юных пожарных в России, Ленинградской области, в Лужском районе, систематизация, выполнение проектных и исследовательских работ.

## **Раздел 2. Пожарная техника и оборудование.**

### **Тема 1.** Из истории развития пожарной техники.

Изобретение насоса в древней Греции Ктесибием. Изобретения и устройства пожарной техники в средневековой Европе. Изобретение первых паровых пожарных машин в Европе в XIX веке. Изобретатели XX века. Создание промышленного производства по выпуску пожарной техники и оборудования.

### **Тема 2.** Общие сведения о пожарных автомобилях.

Классификация пожарных автомобилей по назначению (основные, специальные, вспомогательные). Назначение и тактико-технические характеристики пожарных автонасосов, автоцистерн и специальных пожарных автомобилей. Назначение и тактико-технические характеристики мотопомп.

### **Тема 3.** Пожарное оборудование, вывозимое на пожарных автомобилях.

Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов. Ручной немеханизированный и механизированный инструмент. Назначение, устройство и краткая характеристика, область и порядок применения пожарного инструмента. Гидроинструмент и пневмоинструмент, назначение, устройство и область применения. Дымососы: назначение, устройство и принцип действия. Средства и способы защиты от высоких температур и теплового излучения: теплозащиты и теплоотражательные костюмы и их порядок эксплуатации. Пожарное снаряжение, боевая одежда пожарного.

### **Тема 4.** Средства и оборудование газового, пенного и порошкового тушения

Физические и огнетушительные свойства газовых составов, пены и порошка. Применение на пожарах газовых составов, пены различной кратности, смачивателей и порошка, их эффективность. Назначение, устройство, принцип работы, порядок использования воздушно-пенных и порошковых стволов, генераторов пены средней и высокой кратности, переносных пеносмесителей, подъемников, пеносливов. Порядок заправки автомобилей. Подача воздушно-механической пены и порошка.

### **Тема 5.** Изолирующие противогазы.

Классификация противогазов. Назначение, устройство и принцип действия, и область применения изолирующих противогазов. Правила эксплуатации изолирующих противогазов.

### **Тема 6.** Огнетушители.

Общие сведения: назначение, виды, область применения, состав огнетушащего вещества, маркировки огнетушителей. Приведение в действие огнетушителей, техника безопасности при их использовании.

**Тема 7. Пожарная связь и сигнализация.**

Пожарная связь: Связь извещения, диспетчерская связь, связь на пожаре, общие понятия и назначение. Пожарная и пожарно-охранная сигнализация: основные элементы, принципы действия, систему установки.

**Раздел 3. Пожарная тактика.**

**Тема 1. Пожарная тактика и ее задачи.**

Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии. Пожарная тактика и ее задачи. Роль и общие обязанности пожарных при выполнении основной боевой задачи на пожаре. Общие сведения о процессе горения, пожаре и его развитии. Горение общие сведения. Способы, приемы прекращения горения.

Пожар и его развитие: основные понятия и определения, динамика пожаров и принцип их классификации.

**Тема 2. Разведка пожара. Тушение пожара.**

Разведка пожара: общие понятия, цели и задачи. Этапы тушения пожара: понятие о локализации и ликвидации пожара, характер боевых действий на каждом этапе. Определение боевых действий на пожаре, порядок подачи огнетушащих средств (водяных, пенных и порошковых стволов) и работа с ними. Спасение людей на пожаре.

**Тема 3. Тактика тушения пожаров в различных условиях.**

Особенности при тушении пожаров: на промышленных предприятиях; в жилых домах. Особенности при тушении пожаров: в больницах; детских учреждениях; школах; культурно зрелищных учреждениях; музеях; архивах; Особенности при тушении пожаров: выставках; на транспорте; в метрополитене. Особенности при тушении пожаров: в сельских населенных пунктах; в лесах.

**Раздел 4. Противопожарная профилактическая и агитационная работа.**

Подготовка творческих номеров, выпуск информационных листков и газет, подготовка творческих номеров по профилактике пожарной безопасности, выступления на мероприятиях различного уровня.

**Основы спасательного дела.**

**Раздел 1. Введение**

**Тема 1. История образования и развития МЧС России. Герои спорта — герои - спасатели. Боеготовность наша в спорте — девиз современных спасателей.**

**Тема 2. Современный спасательно-прикладной спорт.**

Современный спасательно-прикладной спорт и спасательное дело: его значение, основные задачи в физическом воспитании. Формирование физического совершенства, дисциплинированности, организованности, высоких волевых и нравственных качеств. Классификация видов пожарно-прикладного спорта и спасательного дела.

**Тема 3. Основы спортивной гигиены. Самоконтроль. Врачебный контроль.**

Основные требования к спортивной одежде и снаряжению. Распорядок дня. Личная гигиена спортсмена. Методы самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, вес, пульс, спирометрия, дыхание, потоотделение и т.д. диспансеризация спортсменов. Врачебный контроль. Методы тренировок. Физические нагрузки. Режим.

**Тема 4. Основа медицинских знаний.**

Травма. Цели, порядок и время оказания первой помощи. Средства оказания первой помощи. Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала. Правила и техника бинтования. Десмургия. Виды и правила наложения повязок. Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях. Травматический шок. Кровотечения, их виды, признаки, способы остановки. Переломы, их признаки. Правила наложения шин.

**Раздел 2. Основы техники преодоления 100 метровой полосы с препятствиями (на малых снарядах).**

**Тема 1.** Техника преодоления забора разными способами.

Техника преодоления забора разными стилями: «козлом», классическим, перекидным. Система преодоления забора: наскок на забор, положение в упоре, соскок.

**Тема 2.** Техника пробегания по буму.

Освоение техники пробега по буму, лежащему на земле. Выработка равновесия. Упражнения: ходьба в полуприседе, боком с поворотами, высоко поднимая колени, поскоки, пролезание через веревочную петлю, обруч; расхождение вдвоем, втроем, ходьба и бег с различными грузом. Техника бега по буму — вбегание, пробег по полотну бума, сбегание. Отработка упражнения на лежащем на земле буме.

**Тема 3.** Техника работы с рукавами во время бега по дистанции (буму).

Работа с пожарными рукавами: взятие рукавов, разгон, вбегание с рукавами на бум, пробегание по полотну бума, бросок рукавов (размотка), сбегание с бума. Соединение рукавов между собой, соединение правого с «краком». Разгон и соединение левого пожарного рукава со стволом. Финиширование.

**Тема 4.** Сдача контрольных нормативов.

**Раздел 3. Основы техники подъема по штурмовой лестнице в окно 2-го этажа учебной башни (по подвешенной лестнице).**

**Тема 1.** Техника бега по подвешенной штурмовой лестнице в окно 2-го этажа учебной башни. Основы техники штурмования: техника старта, разгона и переноски лестницы. Финиширование.

**Тема 2.** Техника набегания на лестницу. Способы бега по лестнице. Способы подъема по лестнице. движение рук и ног во время передвижения. Набегание на лестницу — переход от горизонтального движения по дорожке в вертикальное движение по лестнице.

**Тема 3.** Старт и бег по дистанции с вбеганием на лестницу.

Техника низкого старта. Расположение лестницы. Техника движений при командах «на старт!», «внимание!», стартовый сигнал. Стартовый разгон, наращивание скорости. Техника переноски штурмовой лестницы. Вбегание на лестницу.

**Тема 4.** Техника финиширования. Способы финиширования. Обработка техники финиширования разными способами.

**Тема 5.** Сдача контрольных нормативов.

**Тематическое планирование**

| Наименование темы                                | Кол-во часов |
|--|--------------|
| Основы пожарного дела - 70                       |              |
| Раздел 1. История организации пожарной охраны    | 20           |
| Тема 1. История развития пожарной охраны.        | 5            |
| Тема 2. Основы управления противопожарной службы | 4            |
| Тема 3. Пожарная профилактика                    | 1            |
| Тема 4. Проектная деятельность                   | 10           |
| Раздел 2. Пожарная техника и оборудование        | 23           |
| Тема 1. Из истории развития пожарной техники.    | 3            |

|  |    |
|--|----|
| Тема 2. Общие сведения о пожарных автомобилях.   | 4  |
| Тема 3. Пожарное оборудование, вывозимое на пожарных автомобилях.  | 7  |
| Тема 4. Средства и оборудование газового, пенного и порошкового тушения.   | 3  |
| Тема 5. Изолирующие противогазы.   | 2  |
| Тема 6. Огнетушители.  | 2  |
| Тема 7. Пожарная связь и сигнализация.   | 2  |
| Раздел 3. Пожарная тактика.  | 15 |
| Тема 1. Пожарная тактика и ее задачи.  | 6  |
| Тема 2. Разведка пожара. Тушение пожара.   | 5  |
| Тема 3. Тактика тушения пожаров в различных условиях.  | 4  |
| Раздел 4. Противопожарная профилактическая и агитационная работа.  | 12 |
| Основы спасательного дела - 100  |    |
| Раздел 1. Введение   | 17 |
| Тема 1. История образования и развития МЧС России.   | 2  |
| Тема 2. Современный спасательно-прикладной спорт.  | 3  |
| Тема 3. Основы спортивной гигиены. Самоконтроль. Врачебный контроль.   | 4  |
| Тема 4. Основа медицинских знаний  | 8  |
| Раздел 2. Основы техники преодоления 100 метровой полосы с препятствиями (на малых снарядах).                    | 48 |
| Тема 1. Техника преодоления забора разными способами.  | 8  |
| Тема 2. Техника пробегания по буму.  | 20 |
| Тема 3. Техника работы с рукавами во время бега по дистанции (буму)  | 16 |
| Тема 4. Сдача контрольных нормативов   | 5  |
| Раздел 3. Основы техники подъема по штурмовой лестнице в окно 2-го этажа учебной башни (по подвешенной лестнице) | 35 |
| Тема 1. Техника бега по подвешенной штурмовой лестнице в окно 2-го этажа учебной башни                           | 8  |
| Тема 2. Техника набегания на лестницу  | 12 |
| Тема 3. Старт и бег по дистанции с вбеганием на лестницу   | 11 |
| Тема 4. Техника финиширования  | 3  |
| Тема 5. Сдача контрольных нормативов   | 5  |

## Поурочное планирование

|   | 1 год | 2 год | 3 год | 4 год | 5 год |
|---|-------|-------|-------|-------|-------|
| <b>Основы пожарного дела - 70</b>   |       |       |       |       |       |
| <b>Раздел 1. История организации пожарной охраны.</b>   | 20    |       |       |       |       |
| <b>Тема 1. История развития пожарной охраны.</b>  | 5     |       |       |       |       |
| 1. Огонь — легенды древнего мира. Добывание огня древними людьми.   | 1     |       |       |       |       |
| 2. Созидательная и разрушительная сила огня.  | 1     |       |       |       |       |
| 3. История развития пожарной охраны.  | 1     |       | 1     |       |       |
| 4. Пожарный — профессия героическая (знакомство с профессиональной деятельностью пожарных; примеры мужества и героизма во время тушения пожаров). | 1     |       |       |       |       |
| <b>Тема 2. Основы управления противопожарной службы.</b>  | 4     |       |       |       |       |
| 1. Система управления, цели и задачи. Основы системы управления деятельностью системы управления в советский период.                              |       | 1     |       |       |       |
| 2. Структура системы пожарной охраны.   |       | 1     |       |       |       |
| 3. Общественные добровольные пожарные организации.  |       |       | 1     |       |       |
| 4. Изменения в структуре управления пожарной охраны в современный период.   |       |       |       | 1     |       |
| <b>Тема 3. Пожарная профилактика.</b>   | 1     |       |       |       |       |
| 1. Организация пожарной профилактики:   | 1     |       | 1     |       |       |
| мероприятия, цели и задачи, организация системы обучения детей правилам противопожарной безопасности.   |       |       |       |       |       |
| <b>Тема 4. Проектная деятельность.</b>  | 0     | 2     | 2     | 3     | 2     |
| 1. Сбор и анализ информации   |       |       |       |       |       |
| 2. Цели, задачи проекта   |       |       |       |       |       |
| 3. Защита проекта   |       |       |       |       |       |
| <b>Раздел 2. Пожарная техника и оборудование.</b>   | 23    |       |       |       |       |
| <b>Тема 1. Из истории развития пожарной техники.</b>  | 3     |       |       |       |       |
| 1. Изобретение насоса в древней Греции Ктесибием. Изобретения и устройства пожарной техники в средневековой Европе.                               | 1     |       |       |       |       |
| 2. Изобретение первых паровых пожарных машин в Европе в XIX веке. Изобретатели XX века.   |       | 1     |       |       |       |
| 3. Создание промышленного производства по выпуску пожарной техники и оборудования.  |       |       | 1     |       |       |
| <b>Тема 2. Общие сведения о пожарных автомобилях.</b>   | 4     |       |       |       |       |

|  |          |   |   |   |   |
|--|----------|---|---|---|---|
| 1. Классификация пожарных автомобилей по назначению (основные, специальные, вспомогательные).  |          | 2 |   |   |   |
| 2. Назначение и тактико-технические характеристики пожарных автонасосов, автоцистерн и специальных пожарных автомобилей.   |          |   | 1 |   |   |
| 3. Назначение и тактико-технические характеристики мотопомп.   |          |   |   | 1 |   |
| <u>Тема 3.</u> Пожарное оборудование, вывозимое на пожарных автомобилях.   | <u>7</u> |   |   |   |   |
| 1. Назначение пожарных рукавов, рукавного оборудования и стволов. Ручной немеханизированный и механизированный инструмент.   | 1        |   |   |   |   |
| 2. Назначение, устройство и краткая характеристика, область и порядок применения пожарного инструмента.  |          | 1 |   |   |   |
| 3. Гидроинструмент и пневмоинструмент, назначение, устройство и область применения. Дымососы: назначение, устройство и принцип действия.   |          |   | 2 |   |   |
| 4. Средства и способы защиты от высоких температур и теплового излучения: теплозащиты и теплоотражательные костюмы и их порядок эксплуатации.  |          |   |   | 1 |   |
| 5. Пожарное снаряжение, боевая одежда пожарного.   |          |   |   |   | 2 |
| <u>Тема 4.</u> Средства и оборудование газового, пенного и порошкового тушения.  | <u>3</u> |   |   |   |   |
| 1. Физические и огнетушительные свойства газовых составов, пены и порошка. Применение на пожарах газовых составов, пены различной кратности, смачивателей и порошка, их эффективность.                   |          | 1 |   |   |   |
| 2. Назначение, устройство, принцип работы, порядок использования воздушно-пенных и порошковых стволов, генераторов пены средней и высокой кратности, переносных пеносмесителей, подъемников, пеносливов. |          |   | 1 |   |   |
| 3. Порядок заправки автомобилей. Подача воздушно-механической пены и порошка.  |          |   |   | 1 |   |
| <u>Тема 5.</u> Изолирующие противогазы.  | <u>2</u> |   |   |   |   |
| 1. Классификация противогазов. Назначение, устройство и принцип действия, и область применения изолирующих противогазов.   | 1        |   |   |   |   |
| 2. Правила эксплуатации изолирующих противогазов.  |          | 1 |   |   |   |
| <u>Тема 6.</u> Огнетушители.   | <u>2</u> |   |   |   |   |
| 1. Общие сведения: назначение, виды, область применения, состав огнетушащего вещества, маркировки огнетушителей.   | 1        |   |   |   |   |

|  |          |   |   |   |   |
|--|----------|---|---|---|---|
| 2. Приведение в действие огнетушителей, техника безопасности при их использовании.   |          |   |   |   | 1 |
| <u>Тема 7. Пожарная связь и сигнализация.</u>  | <u>2</u> |   |   |   |   |
| 1. Пожарная связь: Связь извещения, диспетчерская связь, связь на пожаре, общие понятия и назначение.                                | 1        |   |   |   |   |
| 2. Пожарная и пожарно-охранная сигнализация: основные элементы, принципы действия, система установки.                                |          |   | 1 |   |   |
| <u>Раздел 3. Пожарная тактика.</u>   | 15       |   |   |   |   |
| <u>Тема 1. Пожарная тактика и ее задачи.</u>   | <u>6</u> |   |   |   |   |
| 1. Общие сведения о процессе горения и пожаре.   | 1        |   |   |   | 1 |
| 2. Пожар и его развитие: основные понятия и определения, динамика пожаров и принцип их классификации.                                | 1        |   | 1 |   |   |
| 3. Пожарная тактика и ее задачи. Роль и общие обязанности пожарных при выполнении основной боевой задачи на пожаре.                  |          | 1 |   |   |   |
| 4. Способы, приемы прекращения горения.  |          |   |   | 1 |   |
| <u>Тема 2. Разведка пожара. Тушение пожара.</u>  | <u>5</u> |   |   |   |   |
| 1. Разведка пожара: общие понятия, цели и задачи.  | 1        |   |   |   |   |
| 2. Этапы тушения пожара: понятие о локализации и ликвидации пожара, характер боевых действий на каждом этапе.                        |          | 1 |   |   |   |
| 3. Определение боевых действий на пожаре, порядок подачи огнетушащих средств (водяных, пенных и порошковых стволов) и работа с ними. |          |   | 1 |   |   |
| 4. Спасение людей на пожаре.   |          |   |   | 1 | 1 |
| <u>Тема 3. Тактика тушения пожаров в различных условиях.</u>   | <u>4</u> |   |   |   |   |
| 1. Особенности при тушении пожаров: на промышленных предприятиях; в жилых домах.   |          | 1 |   |   |   |
| 2. Особенности при тушении пожаров: в больницах; детских учреждениях; школах; культурно зрелищных учреждениях; музеях; архивах.      |          |   | 1 |   |   |
| 3. Особенности при тушении пожаров: выставках; на транспорте; в метрополитене.   |          |   |   | 1 |   |
| 4. Особенности при тушении пожаров: в сельских населенных пунктах; в лесах.  |          |   |   |   | 1 |

|   |          |   |   |   |   |
|---|----------|---|---|---|---|
| Раздел 4 Противопожарная профилактическая агитационная работа.<br>1. Подготовка творческих номеров<br>2. Выпуск информационных листков и газет<br>3. Подготовка творческих номеров по профилактике пожарной безопасности<br>4. Выступления на мероприятиях различного уровня. | 2        | 2 | 2 | 2 | 2 |
| Основы спасательного дела - 100   |          |   |   |   |   |
| Раздел I. Введение  | 9        |   |   |   |   |
| <u>Тема 1.</u> История образования и развития МЧС России.   | <u>2</u> |   |   |   |   |
| 1. Герои спорта — герои - спасатели.  |          |   |   | 1 |   |
| 2. Боеспособность наша в спорте — девиз современных спасателей.   |          |   |   |   | 1 |
| <u>Тема 2.</u> Современный спасательно-прикладной спорт.  | <u>3</u> |   |   |   |   |
| 1. Современный спасательно-прикладной спорт и спасательное дело: его значение, основные задачи в физическом воспитании.   |          | 1 |   |   |   |
| 2. Формирование физического совершенства, дисциплинированности, организованности, высоких волевых и нравственных качеств.   |          |   |   | 1 |   |
| 3. Классификация видов пожарно-прикладного спорта и спасательного дела.   |          |   |   |   | 1 |

|  |          |   |   |   |   |
|--|----------|---|---|---|---|
| <u>Тема 3.</u> Основы спортивной гигиены. Самоконтроль. Врачебный контроль.  | <u>4</u> |   |   |   |   |
| 1. Основные требования к спортивной одежде и снаряжению. 1<br>Распорядок дня. Личная гигиена спортсмена.   |          |   |   |   |   |
| 2. Методы самоконтроля: самочувствие, сон, аппетит, работоспособность, вес, пульс, спирометрия, дыхание, потоотделение и т.д. диспансеризация спортсменов. Врачебный контроль. |          |   |   | 1 |   |
| 3. Методы тренировок.  |          |   |   | 1 |   |
| 4. Физические нагрузки. Режим.   |          |   |   |   | 1 |
| <b>Тема 4.</b> Основа медицинских знаний.  |          |   |   |   |   |
| 1. Цели, порядок и время оказания первой помощи.   | 1        |   |   |   |   |
| 2. Средства оказания первой помощи. Асептика и антисептика. Виды перевязочного материала. Правила и техника бинтования. Десмургия.   |          | 2 |   |   |   |
| 3. Раны, их виды и признаки. Осложнения при ранениях. Травматический шок.  |          |   | 1 |   |   |

|   |    |   |   |   |   |
|---|----|---|---|---|---|
| 4. Кровотечения, их виды, признаки, способы остановки.  |    |   |   | 2 |   |
| 5. Переломы, их признаки. Правила наложения шин.  |    |   |   |   | 2 |
| Раздел 2. Основы техники преодоления 100 метровой полосы с препятствиями (на малых снарядах).   | 44 |   |   |   |   |
| <u>Тема 1.</u> Техника преодоления забора разными способами.  | 8  |   |   |   |   |
| 1. Техника преодоления забора разными стилями: «козлом», классическим, перекидным.  |    | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. Система преодоления забора: наскок на забор, положение в упоре, соскок.  |    | 1 | 1 | 1 | 1 |
| <u>Тема 2.</u> Техника пробегания по буму.  | 16 |   |   |   |   |
| 1. Освоение техники пробега по буму, лежащему на земле. Выработка равновесия.   | 1  | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. Упражнения: ходьба в полуприседе, боком с поворотами, высоко поднимая колени, поскоки, пролезание через веревочную петлю, обруч; расхождение вдвоем, втроем, ходьба и бег с различными грузом. |    | 1 | 1 | 2 | 2 |
| 3. Техника бега по буму — вбегание, пробег по полотну бума, сбегание.   | 1  | 1 | 1 | 1 | 1 |
| <u>Тема 3.</u> Техника работы с рукавами во время бега по дистанции (буму).   | 16 |   |   |   |   |
| 1. Работа с пожарными рукавами: взятие рукавов, разгон, вбегание с рукавами на бум, пробегание по полотну бума, бросок рукавов (размотка), сбегание с бума.                                       | 1  | 1 | 2 | 2 | 2 |
| 2. Соединение рукавов между собой, соединение правого с «раком».  |    | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 3. Разгон и соединение левого пожарного рукава со стволом.  |    | 1 | 1 | 1 | 1 |
| <u>Тема 4.</u> Сдача контрольных нормативов   | 5  |   |   |   |   |
| 1. Сдача контрольных нормативов   | 1  | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Раздел 3. Основы техники подъема по штурмовой лестнице в окно 2-го этажа учебной башни (по подвешенной лестнице)  | 38 |   |   |   |   |
| <u>Тема 1.</u> Техника бега по подвешенной штурмовой лестнице в окно 2-го этажа учебной башни.  | 8  |   |   |   |   |
| 1. Основы техники штурмования: техника старта, разгона и переноски лестницы.  |    | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. Финиширование.   |    | 1 | 1 | 1 | 1 |
| <u>Тема 2.</u> Техника набегания на лестницу.   | 12 |   |   |   |   |
| 1. Способы бега по лестнице.  |    | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. Способы подъема по лестнице. Движение рук и ног во время передвижения.   |    | 1 | 1 | 1 | 1 |

|   |           |   |   |   |   |
|---|-----------|---|---|---|---|
| 3. Набегание на лестницу — переход от горизонтального движения по дорожке в вертикальное движение по лестнице.              |           | 1 | 1 | 1 | 1 |
| <u>Тема 3.</u> Старт и бег по дистанции с вбеганием на лестницу.  | <u>10</u> |   |   |   |   |
| 1. Техника низкого старта. Расположение лестницы. Техника движений при командах «на старт!», «внимание!», стартовый сигнал. | 1         | 1 | 1 | 1 | 1 |
| 2. Стартовый разгон, наращивание скорости.  |           |   |   |   | 1 |
| 3. Вбегание на лестницу.  |           |   |   |   | 1 |
| 4. Техника переноски штурмовой лестницы.  |           |   | 1 | 1 | 1 |
| <u>Тема 4.</u> Техника финиширования.   | <u>4</u>  |   |   |   |   |
| 1. Способы финиширования. Обработка техники финиширования разными способами.  |           | 1 | 1 | 1 | 1 |
| <u>Тема 5.</u> Сдача контрольных нормативов.  | <u>4</u>  |   |   |   |   |
| 1. Сдача контрольных нормативов.  | 1         | 1 | 1 | 1 | 1 |

### ***СПИСОК МЕТОДИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ***

1. Настольная книга учителя физической культуры / Под редакцией проф. Л.Б. Кофмана. - М.: ФКиС, 1998.
2. Пособия для учителя. Физическое воспитания учащихся 5 – 7 классов, 8 – 9 классов / Под редакцией В.И. Ляха.
3. Методика физического воспитания учащихся 10 – 11 классов / Под редакцией В.И. Ляха.
4. Попова Е.Г. Общеразвивающие упражнения в гимнастике. – М.: Тера-Спорт, 2000.
5. Приложение "Программы подготовки личного состава подразделений ГПС МЧС России"
6. "Концепция развития детско-юношеского пожарно-спасательного спорта при Академии ГПС МЧС России" - М. АГПС МЧС РФ 2003 г., одобрено на заседании ученого совета 17 декабря 2003 г.
7. Педагогика. Учебное пособие для студентов педагогических вузов и педагогических колледжей / Под ред. Подкасистого П.И.. - М.: Педагогическое общество России, 2005.
8. Педагогика: Учебное пособие для студентов педагогических институтов / Бабанский Ю.К., Слостенин В.А., Сорокин Н.А. и др. / Под ред. Бабанского Ю.К.. – 2-е изд., доп. и перераб. - М.: Просвещение, 1988.
9. Теория и методика физической культуры. Учебник / Максименко А.М.–М.: Издательство «Физическая культура», 2005.
10. Василий Александрович Сухомлинский о воспитании / Сост. и авт. вступ. очерков Соловейчик С. - М.: Политиздат, 1982