

Утверждаю
Начальник ПСО ФПС ГПС
Главного управления МЧС России
по Краснодарскому краю

« ___ » _____ 2020 г.

МЕТОДИЧЕСКИЙ ПЛАН

проведения занятий с газодымозащитниками по дисциплине «ПОДГОТОВКА
ГАЗОДЫМОЗАЩИТНИКОВ» с 25.10. по 28.10.2020 г.

Тема: «Упражнения по работе в СИЗОД» (Дымокамера). Задача № 4. Разгрузка помещения от имущества: вынос ящиков массой 30-40, 60-80 кг.

Вид занятия: практическое

Отводимое время: 90 мин. (2ч)

Цель занятия:

Тренировать газодымозащитников:

- 1) правилам работы в ДАСВ «Омега» на свежем воздухе - для выработки устойчивости при выполнении физической работы;
- 2) тренировать газодымозащитников в дымокамере – для формирования психологической устойчивости газодымозащитников к действиям в зоне с непригодной для дыхания средой отработка задач ГДЗС № 4.

Литература, используемая при проведении занятия:

1. Грачев В.А., Поповский Д.В. Газодымозащитная служба. Учебник. -М., 2001 -384 с
2. Приказ МЧС РФ № 3 «Об утверждении правил проведения личным составом федеральной противопожарной службы Государственной противопожарной службы аварийно- спасательных работ при тушении пожаров с использованием средств индивидуальной защиты органов дыхания и зрения в непригодной для дыхания среде» от 09.01.2013 года
3. «Методическое руководство по организации деятельности газодымозащитной службы» утвержденное Методическим советом ЮРЦ МЧС России от 03.06.2013 №11-1/3.
4. Руководство по проведению спасательных работ звеньями газодымозащитной службы. Краснодар, 2017
5. Приказ Минтруда России от 23.12.2014 N 1100н "Об утверждении Правил по охране труда в подразделениях федеральной противопожарной службы Государственной противопожарной службы"

Развёрнутый план занятия:

№ п/п	Учебные вопросы (включая контроль занятий)	Время (мин)	Содержание учебного вопроса, метод отработки и материальное обеспечение (в том числе технические средства обучения) учебного вопроса.
1.	Подготовительная часть	10 мин.	1) Построить личный состав в одну шеренгу; 2) Проверка состава обучаемых согласно списку «Журнала учёта занятий, успеваемости и посещаемости»; 3) Опросить 1 – 2 газодымозащитников на знание требований правил по охране труда. Напомнить требования правил охраны труда при отработке учебных вопросов;

			<p>влево;</p> <p>упражнения для мышц ног – сгибание и разгибание ног, выпады, выпрыгивание из упора «присев», пружинящие движения в приседе, прыжки на месте и с продвижением вперед на одной или двух ногах;</p> <p>упражнения для мышц спины – движение руками с одновременным наклоном туловища (назад, в сторону), круговые движения туловищем с подниманием рук вперед, упоры «присев» и «лежа», различные повороты, с помощью партнера и самостоятельно, поднимание и опускание гимнастической скамейки с поочередным наклоном туловища вперед и назад в составе группы.</p> <p><u>БЕЗ ВКЛЮЧЕНИЯ В ДЫХАТЕЛЬНЫЕ АППАРАТЫ.</u></p>
3.	<p>Задача №4</p> <p>Разгрузка помещения от имущества: вынос ящиков массой 30-40, 60-80 кг. (Цель: совершенствовать физические и волевые качества, воспитание товарищеской взаимопомощи)</p>	30 мин.	<p>В дымокамере необходимо создать обстановку, соответствующую замыслу задачи. Для тренирующихся обстановка должна быть неизвестной, с элементами опасности, риска, максимальных физических и эмоциональных нагрузок. Продолжительность выполнения задач составляет 15-20 мин. Задачи допускается объединять или усложнять: сменять звенья, оказывать помощь звену, работать одновременно двум звеньям, заменять или наращивать рукавные линии и др.</p> <p>При выполнении учебной задачи № 4 ящики не только выносят, но также и вносят обратно в целях повышения интенсивности тренировки и объемов нагрузки. Работают все одновременно. Ящики массой 60-80 кг. выносят вдвоем, а массой 30-40 кг - один чел.</p>
4.	Отдых.	10 мин.	Медленная ходьба с плавной остановкой, расслабляющие упражнения.
5.	Разбор занятия	5 мин.	провести детальный анализ допущенных л/с ошибок и отметить положительные моменты при выполнении упражнений и задач.
6.	Теоретическая часть	15 мин.	<p>При заступлении на дежурство дыхательные аппараты (ОМЕГА) газодымозащитников, в том числе резервные должны иметь давление не менее 260 ат.</p> <p>При работе в непригодной для дыхания среде звено ГДЗС должно состоять не менее чем из 3-х человек, включая командира звена. В исключительных случаях при проведении спасательных работ решением РТП или начальника боевого участка состав звена может быть уменьшен до 2-х человек. Командиром звена назначается наиболее подготовленный газодымозащитник из числа лиц младшего и среднего нач. состава.</p> <p>Для обеспечения безопасности работы звена ГДЗС в непригодной для дыхания среде</p>

необходимо иметь:

1. Средства связи.
2. Средства освещения.
3. Средства страховки.
4. Средства тушения.
5. Шанцевый инструмент.
6. Путьевой шпигат

Время работы звена в непригодной для дыхания среде определяется по дыхательному аппарату, имеющему меньшее давление воздуха в баллоне.

Работу звеньев ГДЗС на пожаре возглавляет:

- При работе 1-караула - начальник караула.
- При работе нескольких звеньев РТП, или начальник УТП.
- При работе специального отделения ГДЗС - командир отделения или РТП.

Для обеспечения контроля за работой звеньев ГДЗС у места их входа в непригодную для дыхания среду выставляется пост безопасности.

На посту безопасности необходимо вести журнал учёта работы звеньев ГДЗС в котором фиксируется состав звена давление воздуха, время включения, ожидаемое время возвращения звена, передаваемая информация и распоряжения.

При работе на пожаре на каждое работающее звено ГДЗС должен выставляться свой пост безопасности. При работе на пожаре в резерве РТП должно находиться одно звено ГДЗС.

При пожарах в зданиях со сложной планировкой, трюмах кораблей, метрополитене, РТП направляет не менее двух звеньев состоящих каждое не менее пяти человек при чём один из командиров назначается старшим.

При массовом спасении людей, при проведении работ в небольшом по объёму помещении с не сложной планировкой и расположенным рядом выходом допускается направление в непригодную для дыхания среду одновременно всех газодымозащитников.

При получении сообщения о происшествии со звеном или потерей с ним связи РТП, начальник БУ, начальник КПП обязан немедленно послать резервное звено для оказания помощи.

Пред входом в непригодную для дыхания среду звена ГДЗС карабином закрепляют путьевой трос у поста безопасности, а за тем, продвигаясь в связке, прокладывают его до помещения где работают ствольщики и закрепляют трос, в дальнейшем он используется как ориентир для возвращения звена. Звено ГДЗС должно возвращаться в полном составе. Разбивка на группы или оставление в

			<p>непригодной для дыхания среде <u>запрещается</u>.</p> <p>Для предотвращения падений л/с звена ГДЗС в прогары, тех. проёмы и т. д. Командир звена обязан простукивать впереди себя путь деревянной палкой.</p> <p>Продолжительность работы звена, а так же продолжительность отдыха перед повторным включением в ДАСВ определяет РТП или начальник УТП. Смена звеньев, как правило, происходит на свежем воздухе. Сменившиеся звенья поступают в резерв.</p> <p>Для обеспечения безотказной работы ДАСВ при низких температурах необходимо:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Транспортировать противогазы в ячейках с теплоизоляцией. - Выключение и повторное включение производится в тёплых помещениях или автомашинах. <p>После работы газодымозащитникам при низких температурах не рекомендуется дышать холодным воздухом и пить холодную воду.</p> <p>Надевание дыхательного аппарата производится по команде «дыхательные аппараты – надеть»</p> <p>Перед каждым включением в дыхательные аппараты производится «боевая» проверка дыхательного аппарата после команды «дыхательные аппараты - проверь»</p> <p>Включение в ДАСВ л/с производится после команды «В дыхательные аппараты включись»</p> <p>Выключение из дыхательных аппаратов производится только после команды «Из дыхательных аппаратов выключись»</p>
7.	Охрана труда	10 мин.	<p>1 Руководитель занятий и газодымозащитники обязаны строго соблюдать в ходе тренировки требования Наставления по газодымозащитной службе и Правил по охране труда в подразделениях ГПС МЧС России.</p> <p>2 Руководитель занятий несет ответственность за обеспечение мер безопасности при работе газодымозащитников в изолирующих дыхательных аппаратах. Он обязан изучить места проведения тренировок, проверить исправность используемых средств и устройств, разработать, при необходимости, дополнения к настоящей инструкции, организовать изучение мер безопасности с газодымозащитниками.</p> <p>3 Тренировочные занятия должны проводиться под контролем медицинского работника.</p> <p>4 К тренировке допускаются газодымозащитники, прошедшие соответствующий инструктаж по охране труда, о чем делается запись в журнале инструктажей по охране труда.</p> <p>5 Критерием предельной физической нагрузки</p>

принято считать частоту сердечных сокращений (ЧСС) до 170 уд/мин.

6 Запрещается пользоваться неисправными имитационными средствами, тренажерами, другими электротехническими средствами для проведения тренировок, а также нарушать правила их применения.

7 Применяемые пожарно-техническое оборудование и аварийно-спасательный инструмент должны быть испытаны.

8 Для обеспечения контроля над работой звеньев газодымозащитной службы у места входа в непригодную для дыхания среду на каждое звено выставляется пост безопасности. Место расположения поста безопасности определяется руководителем занятий в непосредственной близости от места входа звена в непригодную для дыхания среду (на свежем воздухе).

9 На посту безопасности должен вестись учет работы звена по установленной форме в журнале учета работающих звеньев газодымозащитной службы.

10 У входа в непригодную для дыхания среду выставить страхующее звено газодымозащитной службы.

11 Тренировка газодымозащитников должна быть прекращена, если:

- имеются жалобы газодымозащитников на плохое самочувствие (срыв дыхания, судороги, головокружение) или на неисправность изолирующего дыхательного аппарата;

- после выполнения нескольких упражнений ЧСС превышает 160 уд/ мин. и не становится ниже этого предела в течение 3-5 минут отдыха.

12 Звено (отделение) газодымозащитной службы должно продвигаться в непригодной для дыхания среде кратчайшим путём. Если планировка помещений неизвестна, то следует передвигаться вдоль капитальных стен или стен с окнами, аналогично передвижению по маршам лестничной клетки. Чтобы не потерять ориентир и лучше запомнить пройденный путь, необходимо, следуя вдоль стены, касаться ее локтем или внешней стороной кисти руки.

13. Продвигаться и работать необходимо в составе звена, постоянно поддерживать друг с другом связь, особенно внимательно следить за расходом кислорода (воздуха) в баллонах. Контроль осуществляется по показанию манометра того газодымозащитника, у которого запас кислорода (воздуха) в изолирующем дыхательном аппарате на момент ухода от поста безопасности был наименьшим.

			<p>14. Если при движении к очагу пожара (месту работы) газодымозащитники касались стены правой рукой, то при возвращении назад они должны ее касаться левой рукой.</p> <p>15. В случае отравления газодымозащитников продуктами горения и при получении теплового удара необходимо немедленно вызвать скорую медицинскую помощь, а до ее прибытия оказать доврачебную помощь.</p>
--	--	--	---

Пособия: и оборудование, используемые на занятии: СИЗОД, средства связи, средства освещения, боевая одежда, средства страховки, путевой шпагат.

Задания для самостоятельной работы слушателей и подготовка к следующему занятию: повторить обязанности газодымозащитника.

«_23_» ___10_____2020 г.

Руководитель занятия:

Начальник

майор внутренней службы _____