САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ЦЕНТР ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЕЙ»

Рассмотрено и одобрено на заседании
педагогического совета

Протокол № 1 от 29.08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказ № 033ОД от 04.09.2023г.
Директор Санкт-Петербургского
Пожарно-спасательного колледжа
С.В. Шарапов
.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 2BF93C26F57CE98FE85B3411EA369A01
Владелец: Шарапов Сергей Владимирович
Действителен: с 15.11.2023 до 07.02.2025

Дополнительная общеразвивающая программа «Пожарно-прикладной спорт»

Срок освоения: 1 год
Возраст обучающихся: 15-22 года

Разработчик:
Орлов Алексей Николаевич,
педагог дополнительного образования;
методист:
Какунина Галина Владимировна

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Пожарно-прикладной спорт» разработана в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 (с изменениями) и иными действующими нормативно-правовыми актами, документами, регулирующими реализацию дополнительных общеразвивающих программ.

Дополнительная общеразвивающая программа «Пожарно-прикладной спорт» физкультурно-спортивной направленности.

Адресат программы

Программа предназначена для обучающихся в возрасте от 15 до 22 лет, проявляющих интерес к занятиям пожарно-прикладным спортом, не имеющих медицинских противопоказаний.

Актуальность программы

Пожарно-прикладной спорт – служебно-прикладной вид спорта, в который входят комплексы разнообразных приемов, используемых в практике тушения пожаров. Это спорт мужественных и отважных людей, готовых в любую секунду прийти на помощь людям, оказавшимся в беде. Он требует хорошей физической подготовки, формирует такие важные качества, как самоотверженность, профессионализм и выносливость, так необходимые тем, чья работа – спасение людей в условиях чрезвычайных ситуаций.

Пожарно-прикладной спорт основан на преодолении препятствий на быстроту с применением специального пожарно-технического вооружения, развивает в людях силу, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость, устойчивость к стрессовым ситуациям, умение слажено взаимодействовать в коллективе при решении поставленной задачи.

Отличительные особенности

Для занимающихся пожарно-прикладным спортом характерной чертой является трудолюбие, смелость, решимость, честность, совесть, благородство становятся нормой поведения. Эти качества и черты необходимы человеку в повседневной жизни, в учебе, творчестве, труде, при исполнении воинского долга. В наше время все чаще происходят чрезвычайные ситуации как природного, так и техногенного характера. Программа «Пожарно-прикладной спорт» не только дает необходимые теоретически знания в области безопасности жизнедеятельности, но и готовит обучающихся действовать в нестандартных чрезвычайных ситуациях, вырабатывает у них необходимые волевые и морально-психологические качества.

Новизна

Построение образовательного процесса происходит с учётом полученных знаний по программам профессиональной подготовки, а также с учетом физических, психологических, индивидуальных и возрастных особенностей обучающихся, оттачиваются отдельные элементы и техника выполнения различных дисциплин.

Уровень освоения – общекультурный.

Объем и срок освоения программы

Дополнительная общеразвивающая программа «Пожарно-прикладной спорт» рассчитана на 216 часов на 1 год обучения. Режим занятий: 2 раза в неделю по 3 часа.

Цель

Обеспечение разностороннего физического развития, создание условий для развития социально-активной личности, творческого подхода к осознанию своего выбора в жизни через занятия пожарно-прикладным спортом посредством создания устойчивого интереса к овладению профессии пожарного.

Задачи

Обучающие:

− ознакомить обучающихся с правилами соревнований по пожарно-прикладному спорту, историей МЧС России, основами тренировки, основами знаний в области гигиены, медицины, анатомии, профилактики травматизма, оказания первой доврачебной помощи;

− способствовать приобретению навыков правильно действовать в условиях пожара и других чрезвычайных ситуациях, безопасно пользоваться первичными средствами пожаротушения и пожарно-техническим вооружением;

− получат опыт отработки навыков пожарного дела.

Развивающие:

− способствовать развитию основных физических качеств и двигательных способностей, сохранению и укреплению здоровья;

− способствовать развитию потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом;

− способствовать стремлению к участию в соревнованиях по пожарно-прикладному спорту муниципального и масштаба.

Воспитательные:

− способствовать воспитанию трудолюбия, целеустремленности, готовности к добровольному, осознанному совершенствованию профессиональных навыков;

− способствовать воспитанию чувства ответственности, долга, совести, чести, взаимопомощи.

Планируемые результаты освоения программы

В ходе освоения программы обучающиеся должны достичь следующих результатов:

Предметные:

− освоят правила соревнования по пожарно-прикладному спорту;

− познакомятся с правилами безопасного использования первичных средств пожаротушения и пожарно-технического вооружения;

− освоят технику преодоления полосы препятствий.

Метапредметные:

− получат возможность управлять своей деятельностью посредством активизации внимания, памяти, образного мышления;

− научатся планировать, анализировать и осуществлять подготовку по пожарно-прикладному спорту;

− научатся анализировать полученную информацию: делать выводы в результате совместной работы всей команды;

− совместно договариваться о правилах общения и поведения в дисциплине и следовать им.

Личностные:

− приобретут устойчивую мотивацию к занятиям пожарно-прикладным спортом;

− получат опыт способности к установлению связи между поставленной целью, мотивом и качеством тренировки.

Организационно-педагогические условия

Язык реализации: образовательная деятельность осуществляется на государственном языке Российской Федерации.

Форма обучения: очная.

Форма организации деятельности

Занятия могут быть групповыми, индивидуально-групповыми, индивидуальными.

Особенности реализации

Реализация программы направлена не только на развитие профессионального мастерства, но и на оздоровление обучающихся, позволяя посещать занятия с разной физической подготовкой и физическими способностями.

Условия набора

Для обучения по программе принимаются все желающие, не имеющие медицинских противопоказаний, отвечающие установленным требованиям физической и морально-психологической подготовки, что должно быть подтверждено медицинской справкой. В период формирования группы проводится собеседование для определения начальных навыков и умений.

Наполняемость групп: 1 год – 15 человек**.**

Форма организации и проведения занятий

В основной части занятия решаются его главные задачи: развитие психологических и физических качеств обучаемых; формирование и совершенствование новых двигательных навыков, приемов и способов работы с пожарно-техническим вооружением; овладение приемами и способами работы с пожарно-техническим вооружением в группы, дружины. На основную часть занятия, как правило, отводится большая часть времени учебного занятия. Эффективность занятия определяется успехом или неудачей именно этой главной части занятия. Заключительная часть предусматривается с целью активизации восстановительных процессов в организме обучаемых, приведения в порядок учебных объектов и заканчивается построением для подведения итогов и постановки задач для самостоятельной работы.

Материально-техническое обеспечение:

Для проведения занятий в учреждении используется:

− спортивный зал и учебно-тренажерный центр открытая площадка на стадионе (если позволяют погодные условия);

− также используется для проведения занятий следующее оборудование и инвентарь: *(учебно-тренировочная башня, лестница штурмовка, трехколенная лестница, пожарно-тактическое вооружение, пожарные стволы пожарные рукава, учебный манекен пожарная веревка).*

Кадровое обеспечение: обучение по данной программе может осуществлять один педагог.

Учебный план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1.	**Теоретическая подготовка (15 час).**				
	Вводное занятие. Правила техники безопасности. История развития. Пожарно-прикладного спорта	1	1		тест опрос
	Личная гигиена, закаливание. Режим питания. Режим дня.	1	1		
	Врачебный контроль.	1	1		опрос
	Правила пожарно- прикладного спорта.	6	6		тест
	Правила соревнований.	6	6		
2.	**Общая и специальная физическая подготовка (54 часов).**				
	Общая физическая подготовка (ОФП)	30		30	
	Специальная физическая подготовка (СФП)	24		24	
3.	**(ТТП) Технико-тактическая подготовка (141 ЧАСОВ).**				
	Техника владения штурмовой лестницей	18		18	соревнование
	Техника выдвижения пожарно-выдвижной трёхколеной лестницы	18		18	соревнование
	Техника выполнения боевого развертывания	18		18	соревнование
	Техника выполнения самоспосания по пожарной веревке из окна учебно - тренировочной башни с помощью пожарного узла	21		21	соревнование
	Отработка техники бега по полосе препятствий в пожарной экипировке	21		21	соревнование
	Отработка транспортировки пострадавшего с помощью пожарно-тактическое вооружения (в роли пострадавшего учебный манекен)	24		24	соревнование

	Техника вязания пожарных узлов	21		21	соревнование
4.	**Контрольно-оценочные испытания – 6 час.**				
	Контрольные испытания	**6**	**0**	**6**	**зачет**
ВСЕГО ЧАСОВ		**216**	**15**	**201**	