

«РАССМОТРЕНО»
на заседании МО учителей
физической культуры и ДО
Протокол №1
от 29.08.2018

«ПРИНЯТО»
на заседании
педагогического совета
Протокол №1
от 30.08.2018

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБОУ СОШ №128
_____ Н.Ю.Шпирина
Приказ № _____
от 31.08.2018

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 128
Калининского района Санкт-Петербурга

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

к дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе

«Пожарно-прикладной спорт»

Год обучения-3

Группа №3

Возраст учащихся 11-16 лет

Составитель:

Громова Анастасия Юрьевна,

педагог дополнительного
образования

Санкт-Петербург
2018-2019 учебный год

Пояснительная записка

Программа относится к **физкультурно-спортивной направленности**.

По уровню освоения программа является **базовой**.

Полная **новизна** программы заключается в том, что это не олимпийский вид спорта, а конкретно профессиональный, несущий в себе выработку навыков из различных видов спорта, поэтому занятия проводятся на специально подготовленном манеже учебного центра МЧС.

Актуальность. Физическая культура и спорт занимают важное место в жизни каждого человека, и при правильном их использовании служат важнейшим, если не единственным, условием для укрепления здоровья людей и достижения ими физического совершенства. Природа дает человеку огромную потенциальную жизненную силу, активность, энергию. При правильном физическом воспитании, постоянных гимнастических занятиях и закалывающих процедурах этого запаса должно хватить на долгую жизнь. Поэтому необходимо с раннего детства воспитывать привычку к систематическим занятиям физической подготовкой. Пожарно-прикладной спорт один из прикладных видов спорта основанный на преодолении препятствий на быстроту с применением специального пожарно-технического вооружения. ППС развивает в людях силу, быстроту, выносливость, гибкость, ловкость, устойчивость к стрессовым ситуациям, умение слажено взаимодействовать в коллективе при решении поставленной задачи. Для занимающихся пожарно-прикладным спортом характерной чертой является трудолюбие, а 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, являются составной частью его культуры. В наше время все чаще происходят ЧС как природного, так и техногенного характера. Нередко жертвами ЧС становятся дети и подростки. Довольно часто они травмируются и погибают по собственной неосторожности, невнимательности, по причине недооценки степени риска и незнания опасности. Программа «Пожарно-спасательный спорт» не только дает необходимые теоретические знания в области безопасности жизнедеятельности, но и готовит обучаемых действовать в нестандартных и чрезвычайных ситуациях, вырабатывает у них необходимые волевые и морально-психологические качества. Физическое воспитание – это вид воспитания, специфическим содержанием которого являются обучение движениям, воспитание двигательных способностей, овладение специальными физкультурными знаниями и формирование осознанной потребности в физкультурных занятиях. Программа «Пожарно-спасательный спорт» позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников, дает им необходимое представление о физической подготовке, ее возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья. Данная программа готовит занимающихся к добросовестному труду, будь то труд умственный или физический; развивает инициативу и творчество в труде; готовность к свободному и сознательному выбору профессии.

Адресат программы: Данная программа рассчитана на юношей и девушек **11 -16** и направлена на воспитание у них социально значимых личностных качеств. Она систематизирует имеющиеся данные о методике подготовки в пожарно-спасательном спорте применительно к обычным неподготовленным детям. Кроме этого программа направлена на создание условий для социализации и профориентации подростков, получения ими навыков действий в экстремальных ситуациях.

Цель и задачи программы

Цель: укрепление и сохранение здоровья учащихся, обеспечение разностороннего физического развития, создание условий для развития социально-активной личности, творчески подходить к осознанию своего выбора в жизни через занятия пожарно-спасательным спортом.

Задачи:

Обучающие:

- ✓ обучение учащихся действиям ,которые будут использоваться как«подводящие»

- упражнения, либо как средства избирательного воздействия на развитие отдельных физических качеств, способностей;
- ✓ обучение навыкам оказания первой доврачебной помощи;
- ✓ совершенствование двигательных умений и навыков прикладного характера, развитие двигательных качеств на основе общей физической подготовленности.
- ✓ пропаганда и изучение правил пожарной безопасности.

Развивающие:

- ✓ всестороннее совершенствование личностных качеств: психологическая устойчивость, физическая сила, выносливость, быстрота принятия решений, наличие необходимых знаний и навыков, позволяющих успешно действовать в экстремальных ситуациях;
- ✓ развитие памяти, логического мышления и мотивации личности к познанию; развитие внимательности и осторожности.

Воспитательные:

- ✓ ориентация на труд, собственные усилия; удовлетворение потребности обучающихся в общении; воспитание приоритета общественных ценностей; организация содержательного досуга.

Срок реализации программы- на реализацию данной программы отводится 72 часа в год.

Учебная группа состоит из 15 человек.

Количество занятий:

- 3 год обучения: 1 раз в неделю по 2 часа

Занятия проводятся по 45 минут с 5-минутным перерывом.

Формы обучения и организации занятий

Форма обучения очная. Форма занятий – групповая. Комплекуются разновозрастные группы постоянного состава. Это способствует становлению таких важных качеств личности как: коммуникабельность, взаимопомощь и взаимовыручка, ответственное отношение к общему делу, стремление быть первым, соревновательность.

Нагрузка и виды деятельности на занятиях определяются индивидуально в зависимости от физической подготовки, и способностей обучающихся.

В силу специфики данного вида спорта, обусловленного правилами соревнований (длина полосы препятствий, упражнения на башне и с пожарными рукавами), занятия в сентябре-октябре и апреле-мае проводятся на открытом воздухе. В другие месяцы специальные упражнения выполняются в спортивном зале челночным способом.

Основными формами учебно-тренировочного процесса являются: групповые учебно-тренировочные и теоретические занятия; участие в соревнованиях различного уровня; учебно-тренировочных сборах.

Занятия проводятся на:

Спортивная база: учебная башня пожарно-спасательной части №34(ул.Гжатская д.20),пожарно-спасательной части №52(ул.Чудновского д.17); манеж университета МЧС(ул.Фучика д.10) спортивный зал, стадион, площадка, тренажёрный зал, учебный класс, раздевалка (ГБОУ СОШ №128).

Учебный план 3-й год обучения

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы контроля
		теория	практика	Всего	
1	Вводное занятие. Техника безопасности	2	-	2	
2	Основы медицинских знаний	2	4	6	
3	Общие требования по ПБ	2	2	4	
4	Техническая и тактическая подготовка	2	4	6	
5	ОФП	-	12	12	
6	Специальная (пожарно-строевая) подготовка	2	20	22	
7	Участие в соревнованиях	-	10	10	
8	Заключительное занятие	2	-	2	

Итого:	12	60	72	
---------------	-----------	-----------	-----------	--

Приложение к таблице «учебный план»

Раздел	Форма занятия	Форма подведения итогов
Основы знаний	Опрос, беседа, практическое занятие	Опрос, тестирование
Двигательные умения и навыки. Развитие двигательных способностей, в том числе силовых способностей	Беседа, практическое занятие. Показательные выступления	Контрольные тесты и упражнения
Лично-командное мероприятие «Готов к труду и обороне»	Игровая форма, соревновательная форма	Контрольные тесты и упражнения. Обсуждение результатов мероприятия

Содержание программы 3-го года обучения

1. Вводное занятие

Теория: Общее собрание обучающихся. Решение организационных вопросов. Правила техники безопасности при проведении занятий.

2. Основы медицинских знаний

Теория: Профилактика Травматизма. Медицинские препараты и правила их использования.

Практика: Правила оказания доврачебной помощи при растяжениях, вывихах и переломах.

3. Общие требования по ПБ

Теория: Противопожарная пропаганда. Профессия пожарного.

Практика: Спасение и самоспасение при пожаре. Тушении горящей жидкости на противне. Экскурсия.

4. Техническая и тактическая подготовка

Теория: Технические характеристики снарядов и ПТВ во всех дисциплинах ППС.

Практика: Преодоление 100-м полосы и подъем на 2-ой этаж учебной башни. Уход от разветвления.

5. ОФП

Практика: Развитие двигательных качеств- быстрота, сила, скорость, скоростно –силовые способности, взрывная сила. Понятие спортивное сердце. Составление плана тренировок.

6. Специальная (пожарно-строевая) подготовка

Теория: Правила ППС- боевое развёртывание и эстафета.

Практика: Вязка спасательных узлов на пострадавшем. Преодоление домика в эстафете. Упражнение- боевое развёртывание.

7. Участие в соревнованиях

Практика: Участив в соревнованиях районного, городского и регионального уровней в соответствии с планом соревнований ГУ МЧС России по СПб и комитета образования.

8. Заключительное занятие

Теория: Подведение итогов года, награждение, чаепитие.

Прогнозируемые результаты и способы их проверки

3 год обучения.

К концу 3 года обучения учащиеся смогут овладеть основными понятиями:

- ❖ Техника безопасности при проведении занятий по ППС;
- ❖ Правила соревнований. Планирование тренировки;
- ❖ Профилактика травматизма. Здоровый образ жизни;
- ❖ Основы медицины и анатомии. Порядок оказания первой доврачебной помощи;
- ❖ Спасение пострадавших;

- ❖ Пожарная профилактика;
- ❖ Пожарная техника и оборудование;
- ❖ Противопожарная пропаганда и обучение мерам пожарной безопасности;
- ❖ Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;

Приобретут умения:

- Стартовать, и переносить лестницу по дистанции;
- Преодолевать 100-м полосу с препятствиями;
- Тушить противень с горящей жидкостью;
- Подниматься в окно 2-го этажа учебной башни;
- Закреплять спасательную веревку за конструкцию и спасаемого;
- Работать с ручными стволами из положения, стоя, с колена, лежа;
- Пробежать пожарную эстафету 4*100 м
- Выполнять упражнение «Боевое развёртывание»;
- Выполнить спортивные нормативы.

Способы проверки результативности обучения

Формой оценки является выполнение зачетных упражнений по пожарно-строевой и физической подготовке. Итоговая форма оценки – участие в соревнованиях. По теоретической подготовке знания проверяются тестированием, собеседованием, участием в викторине и написанием контрольной работы.

Нагрузка и виды деятельности на занятиях определяются индивидуально в зависимости от физической подготовки, и способностей обучающихся. Так как, занятия строятся с учетом их возраста, то существуют нормативы группы.

Выполнение этих нормативов оценивается по трехбалльной системе.

№	Контрольные упражнения	3 балла	2 балла	1 балл
Общая физическая подготовка				
1	Прыжок в длину с места, см	205	190	175
2	Бег на дистанцию 60 м, сек	8.9	9.4	10.0
3	Бег на дистанцию 1500 м, мин	7.00	7.30	8.00
4	Подтягивание на перекладине, раз	8	6	4
Специальная физическая и техническая подготовка				
5	Бег 15 м с присоединением полугайки к разветвлению, сек	3.9	4.1	4.4
6	Бег 20 м с преодолением забора, сек	4.7	4.9	5.2
7	Полоса с препятствиями (100 м), сек	23.8	25.0	27.0
8	Подъем на второй этаж башни, сек	10.4	12.2	13.0

Требования к уровню подготовки обучающихся 15 - 16 лет

№	Контрольные упражнения	3 балла	2 балла	1 балл
Общая физическая подготовка				
1	Бег на дистанцию 100 м, сек	13.0	13.5	14.0
2	Бег на дистанцию 3000 м, мин	13.0	14.0	15.0
3	Подтягивание на перекладине, раз	14	12	10
4	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (ноги на скамейке), раз	30	25	20
Специальная физическая и техническая подготовка				
5	Бег 15 м с присоединением полугайки к разветвлению, сек	3.5	3.7	3.9
6	Бег 20 м с преодолением забора, сек	4.3	4.5	4.7
7	Полоса с препятствиями в зале, сек	21.0	22.0	23.0
8	Полоса с препятствиями на стадионе, сек	20.0	21.5	22.0
9	Подъем на второй этаж башни, сек	15.6	17.2	18.5

10	Эстафета 4x100 м, мин	1.20	1.27	1.35
11	Боевое развертывание, сек	45.0	50.0	65.0

Календарно-тематический план 3-ий год обучения

Дата	№ занятия	Название раздела, темы	Количество часов	Формы организации
1. Вводное занятие.			2	
06.09	1	Вводное занятие. Техника безопасности на занятиях.	2	
2. Основы медицинских знаний			6	
13.09	2	Профилактика травматизма. Медицинские препараты и правила их использования.	2	
20.09	3	Правила оказания доврачебной помощи при растяжениях, вывихах. Иммобилизация.	2	
27.09	4	Правила оказания доврачебной помощи при переломах. Иммобилизация.	2	
3. Пожарная безопасность			8	
04.10	5	Противопожарная пропаганда. Профессия пожарного.	2	
11.10	6	Спасение и самоспасение при пожаре.	2	
18.10	7	Тушения горячей жидкости на противне.	2	
25.10	8	Экскурсия на выставку ПТВ им.Б.Н.Кончаева	2	
4. Техническая и тактическая подготовка			6	
01.11	9	Постановка снарядов на 100-м полосе.	2	
08.11	10	Преодоление бум, забора.	2	
15.11	11	Соединение рукавов, ствола.	2	
5. ОФП			12	
22.11	12	ОФП-развитие силы. Тренажерный зал.	2	
29.11	13	ОФП-прыгучесть. Марш на башне	2	
06.12	14	ОФП-скорость. Челночный бег	2	
13.12	15	ОФП-скоростно- силовые качества. Бег с сопротивлением. Подв.игры.	2	
20.12	16	ОФП-Силовая выносливость. Круговая тр.	2	
27.12	17	Кроссовый бег	2	
6. Специальная (пожарно-строевая) подготовка			26	
10.01	18	Эстафета, 1 этап -домик	2	
17.01	19	Эстафета, 2 этап-барьер	2	
24.01	20	Эстафета, 3 этап-бум и рукава	2	
31.01	21	Эстафета, 4 этап-тушение горячей жидкости	2	
07.02	22	Передача ствола. Эстафетный бег.	2	
14.02	23	Боевое развёртывание- заборная группа	2	
21.02	24	Боевое развёртывание-разветвление и прокладка рукавной линии	2	
28.02	25	Боевое развёртывание- ствольщики	2	
07.03	26	Боевое развёртывание-выполнение упражнения на рабочей помпе	2	
14.03	27	2-ой этаж учебной башни- отталкивание	2	
21.03	28	2-ой этаж учебной башни- марш	2	
28.03	29	2-ой этаж учебной башни- разгон	2	
04.04	30	2-ой этаж учебной башни- финиширование	2	
7. Участие в соревнованиях			10	
11.04	31	Соревнования по ОФП и штурмовой лестнице	2	
18.04	32	Боевое развёртывание	2	
25.04	33	Соревнования в беге по штурмовой лестнице	2	
02.05	34	Соревнования по преодолению 100-м полосы	2	
16.05	35	Соревнования в эстафетном беге 4*100 м	2	

Планируемые результаты.

Личность формируется и развивается в деятельности. И чем богаче и содержательнее будет организована наша деятельность, тем больше создается возможностей для целенаправленного воздействия на становление социально- ценностных отношений подростка к явлениям окружающей действительности, на формирование его самосознания, на самовоспитание духовных потребностей личности в труде и общении.

Поэтому, *по окончании курса обучения, воспитанники должны обладать* не только практическими умениями, но и сформированными качествами личности, такими, как коллективизм, патриотизм, чувства сопереживания и ответственности.

Формы подведения итогов.

1. Контрольные упражнения.
2. Контрольные опросы по теоретическим разделам программы.
3. Соревнования различного уровня.

По окончании курса обучения обучающиеся должны знать:

- ❖ правила техники безопасности на тренировках;
- ❖ правила соревнований на полосе препятствий, эстафете и боевом развертывании;
- ❖ причины возникновения пожаров и последовательность действий при пожаре;
- ❖ перечень простейших средств пожаротушения, порядок их использования;

уметь:

- самостоятельно планировать свою тренировку (разминку, выбор скорости в беге, силовые упражнения) в зависимости от физического состояния на данный момент;
- правильно действовать при пожаре; соблюдать безопасный режим тренировок;
- выполнять общие и специальные физические упражнения в соответствии с нормативными требованиями

Оценочные материалы

Тестовые нормативы

<i>№</i>	<i>Элементы</i>	<i>Количество / врем я</i>
<i>1</i>	Одевание боевой одежды	29 сек.
<i>2</i>	Отжимания	30 раз
<i>3</i>	Подтягивания	9 раз
<i>4</i>	Работа на пресс	30 раз
<i>5</i>	100-м полоса	29 сек
<i>6</i>	Подъём на башню	9 сек.
<i>7</i>	СТИФ	49 сек.

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Организационно-методические требования к реализации программы.

Основной предмет обучения программы «Пожарно-прикладной спорт» пожарно-строевая подготовка. Она направлена на достижение высокого профессионального уровня подготовки занимающихся и готовности (слаженности) дружин юных пожарных, максимального развития физических, волевых и специальных качеств, обеспечивающих успешное выполнение задач в условиях соревнований по пожарно-прикладному спорту.

Пожарно-строевая подготовка включает в себя: организацию и планирование процесса обучения (составление календарного плана, расписания занятий, перечня отрабатываемых нормативов, плана проведения учебного занятия); проведение учебных занятий; контроль успеваемости и оценку знаний, умений и навыков; повышение педагогической и профессиональной компетентности руководителей занятий; контроль процесса обучения.

Специальные прикладные упражнения – основное средство пожарно-строевой подготовки. Они представляют собой различные приемы и действия с пожарной техникой, используемые для формирования и совершенствования специальных навыков и физического развития занимающихся.

Обучение проводится педагогами, тренерами-преподавателями по пожарно-прикладному спорту которые несут полную ответственность за качество подготовки и безопасность обучаемых.

Учебная база для обеспечения подготовки должна включать в себя: учебный класс, помещение для хранения пожарно-технического вооружения и оборудования, спортивную площадку с беговыми дорожками или зал (манеж) оборудованные спортивными заборами и бумами; необходимое количество пожарно-технического вооружения и защитной одежды, а также литературу и учебно-наглядные пособия.

Для обучения принимаются учащиеся, имеющие заключение медицинской комиссии о годности к занятиям по пожарно-прикладному спорту.

Педагогами, тренерами-преподавателями по пожарно-прикладному спорту обязаны ежегодно не менее двух раз проводить инструктажи по технике безопасности и правилам охраны труда.

Все снаряды (бумы, заборы), пожарно-техническое вооружение и защитная одежда, предназначенные для занятий пожарно-прикладным спортом, должны быть испытанными и исправными.

В целях предотвращения травматизма каждый занимающийся должен знать причины возникновения и меры предупреждения и уметь оказывать первую помощь пострадавшему и себе.

Распределение учащихся по группам производится в начале обучения и сохраняется до конца обучения (учебного цикла). За каждой группой (или несколькими группами) закрепляется педагог, который отвечает за качество обучения. Группы могут заниматься отдельно или в одном помещении.

По окончании курса обучения занимающиеся сдают зачет. Зачет принимается в объеме настоящей программы, согласно нормативам по пожарно-строевой подготовке.

Все обучение строится в соответствии с принципами наглядности, доступности и систематичности. При обучении используются методические приемы: облегчение или усложнение упражнений, элементы игры или соревнования.

2. Формы и методы обучения

К формам обучения относятся теоретические занятия, практические занятия, различные виды внеурочной работы.

Теоретические занятия – форма изучения теоретических положений тем, согласно календарного плана.

В группу практических занятий входят: учебно-тренировочные, контрольно-проверочные, показательные, занятия в полосе психологической подготовки, в спортивном манеже, на полигоне (объекте). Они проводятся с целью поддержания и совершенствования общих и

специальных навыков, слаженности дружин юных пожарных, решения общих и специальных задач физической и психологической подготовки.

В группу внеурочных занятий входят разные состязательные формы совершенствования профессиональных навыков, физических и психологических качеств (конкурсы, соревнования, отработка нормативов, сдача зачетов).

На занятиях наиболее часто используются следующие методы практического обучения:

информационно-сообщающие методы (устное изложение, беседа, команды);

методы формирования навыков и умений (объяснение, демонстрация, упражнения);

методы закрепления и совершенствования навыков и умений (повторение упражнений, тренировка, соревнования, самостоятельная работа);

методы проверки и оценки знаний, навыков и умений (наблюдение, практические контрольные задания);

инструктивный метод (согласование потребностей обучаемых, достижение полной ясности относительно того, что от них требуется).

3. Последовательность обучения

Последовательность обучения упражнению (приему, действию) условно можно разделить на три тесно связанные между собой этапа:

создание предварительного представления об упражнении;

разучивание упражнения;

закрепление и совершенствование двигательных навыков.

Для создания предварительного представления об упражнении руководитель занятия применяет следующие приемы:

-знакомит занимающихся с названием упражнения и его элементами в соответствии с принятой терминологией;

-показывает наглядные пособия для создания двигательных представлений об упражнении;

-демонстрирует приемы и технику их выполнения;

-объясняет последовательность выполнения приемов и их технику, сообщая при этом пространственные и временные характеристики двигательных действий;

-разъясняет безопасные условия выполнения упражнения и его элементов;

разрешает пробные попытки;

-информирует обучаемых о допущенных ими технических ошибках;

-разрешает очередные попытки.

Разучивание упражнения производится с целью овладения занимающимися техникой выполнения упражнения и формирования у них новых двигательных навыков. Приемы и способы выполнения упражнений разучивают в условиях практических занятий. В зависимости от подготовленности групп и сложности упражнения разучивание проводится *в целом* или *по частям*.

При разучивании приемов в целом двигательная задача решается целостным способом, основные части и элементы приема воспринимаются в общем виде.

Целостный метод применяется, как правило, для разучивания простых упражнений или когда сложное действие трудно или нецелесообразно разделять на части.

Разучивание упражнений по частям обладает большим методическим преимуществом. Этот способ применяется в том случае, если упражнение состоит из разнородных по характеру частей и элементов, объединенных только общей тактико-технической задачей, а структура позволяет расчленить его на отдельные части. После освоения по частям упражнение выполняется в целом – слитно.

Задача третьего этапа обучения – добиться стабилизации приемов и способов выполнения упражнения, сделать их доступными для занимающихся в условиях соревнований по пожарно-прикладному спорту.

Под стабилизацией приемов и способов понимается умение выполнять упражнение каждый раз или совершенно одинаково, или в рамках допустимых отклонений.

После того как освоенное упражнение будет закреплено в стандартных условиях, постепенно переходят к совершенствованию упражнения, для чего выполняют его в условиях тренировки или с применением ряда методических приемов, например, многократного повторения, включения различных комбинаций двигательных действий, выполнения в непривычных условиях или на снарядах и учебных объектах различного качества, оценки качества и учета времени выполнения и др.

Контроль и исправление ошибок – один из важных методических приемов обучения, которому руководитель занятия должен уделять постоянное и предметное внимание. В случае обнаружения ошибок вначале исправляются главные, исходные, а затем второстепенные, незначительные ошибки с помощью объяснения, показа, наглядных пособий, подводящих упражнений и др.

Применение мер, предупреждающих травмы и обеспечивающих безопасные условия выполнения упражнений, является обязательным для руководителя занятий и обучаемых.

Тщательная разминка, подбор упражнений, соответствующих возможностям обучаемых, правильная методика обучения, соблюдение нормального физиологического и гигиенического режима занятий – важнейшие условия программы «Пожарно-спасательный спорт».

При обучении упражнению (приему, действию) место построения обучаемых и установки (укладки) пожарной техники определяется руководителем занятий.

4. Структура учебного занятия

Учебное занятие, носящее тренировочный характер, является основной формой организации обучения занимающихся, в рамках которого необходимо обеспечить реализацию средств, форм и методов обучения.

Для учебного занятия по пожарно-прикладному спорту характерно наличие четырех частей: *вводной, подготовительной, основной, заключительной.*

Вводная часть предусматривает подготовку учебной группы к решению задач подготовительной и основной частей занятия.

Подготовительная часть занятия проводится с целью подготовки обучаемых к выполнению задач основной части занятия с помощью общеразвивающих и специальных упражнений. В завершающей фазе подготовительной части обучаемые готовят материально-техническое обеспечение занятия, занимают соответствующие учебные места.

Основная часть представляет собой методическую подструктуру (как система приемов), элементами которой будут различные виды деятельности руководителя занятий и обучаемых. Число элементов в ней, их функциональное назначение и последовательность определяются руководителем занятия в соответствии с тематическим планом и программой обучения. Упражнения, которыми овладевают обучаемые, должны соответствовать уровню развития их специальных и физических качеств и условиям обучения.

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.

5. Методы организации занятия

- фронтальный: работа сразу со всеми обучаемыми; удобен при начальном обучении;
- групповой: ученики разделены на подгруппы, которые получают отдельные учебные задания; педагог, не выпуская из-под контроля всех учеников, работает преимущественно с одной группой или переходит от одной группы к другой;
- индивидуальный: каждый учащийся получает задание и выполняет его самостоятельно; педагог руководит работой учеников выборочно; используется при работе со спортсменами-разрядниками.

6. Педагогическая оценка занятия

Занятие считается успешным, если учебным материалом овладело абсолютное большинство учащихся.

- При оценке урока учитывается решение оздоровительных и воспитательных задач.
- Методическая подготовленность педагога оценивается путем анализа построения занятия, его плотности, методов дозирования нагрузки, организации занятий, обеспечения безопасности.
- Изучается подготовленность преподавателя к уроку (план-конспект), дисциплину, взаимодействия с учениками и т.д.
- На каждую группу ведется журнал учета занятий. Журнал является основным документом учета посещаемости, успеваемости и выполнения учебной программы.
- При изложении материала не следует усложнять его излишними формулами и доказательствами, а только теми, которые имеют практическое значение для данного случая и без знания которых курсанты не смогут качественно усвоить изучаемый материал.
- При изучении правил и инструкций, педагог кратко формулирует правило и объясняет смысл, а затем останавливается на практическом применении данного правила или инструкции.

7. Материально-техническое обеспечение

1. Спортивная база: манеж (зал, стадион, площадка), учебный класс, раздевалка.

2. Спортивные снаряды:

- ❖ спортивный бум;
- ❖ спортивный забор;

3. 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.

4. Вспомогательный инвентарь и оборудование:

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

Дидактические материалы.

1. Турнирные таблицы.
2. Информационные листовки по противопожарной безопасности.
3. Правила двигательных действий.
4. Последовательность действий при выполнении специальных физических и технических упражнений.

Список методических и наглядных пособий

1. Комплект плакатов "Первичные средства пожаротушения"
2. Комплект плакатов "Первая медицинская помощь при ЧС"
3. Комплект плакатов "Правила поведения в ЧС техногенного характера"
4. DVD "Первая помощь при переломах, кровотечениях, ожогах",
5. DVD Уроки ОБЖ в школе"
6. CD "Оказание первой доврачебной помощи"
7. CD "Учись защищать себя "
8. CD "Скорая помощь"

9. CD "Медицинская помощь"

10. CD "Безопасность дома"

11. CD "Анатомия человека"