

**Макаров Константин Викторович**

студент

**Трусова Валентина Петровна**

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Омский государственный  
аграрный университет им. П.А. Столыпина»  
г. Омск, Омская область

## **ПОЖАРНО-ПРИКЛАДНОЙ СПОРТ**

*Аннотация: в данной статье авторами ставится цель раскрыть перспективы пожарно-прикладного вида спорта для студентов. В работе также приводятся спортивные дисциплины пожарно-прикладного спорта.*

*Ключевые слова: программа, пожарно-прикладной спорт, спортивные дисциплины.*

Поддержание здорового образа жизни очень важное дело в наше время. Физическая культура и спорт занимают одно из самых важных мест в поддержании здоровья, и при правильном занятие спорта помогает укрепить здоровье студентов и достичь ими физического совершенства. С самого раннего возраста природа даёт большую потенциальную физическую силу, энергию и постоянную сущность. Если правильно пользоваться физическим воспитанием, и постоянных гимнастических упражнений и производить закалку, то это даст возможность прожить на много дольше не только физически развитым, но и здоровым. Следует придерживаться этой системы и применять её с раннего возраста.

В наше время происходят ситуации, в которых нужна смелость, уверенность, решимость и все выше указанные черты характера, в которых нужно знать как себя вести, а также помочь ближнему. Обычно это чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Если уметь определять степень риска, быть более осторожным и внимательным то можно было бы предотвратить какие-то ситуации или выйти из этих ситуаций с наименьшими травмами или вовсе

без травм. Такую программу можно получить занимаясь ППС, так как это одно из важных подготовок, которые нужны нам для повседневной жизни.

Программа «Пожарно-прикладной спорт» готовит занимающихся к любому труду, который будет попадаться нам в нашей жизни. Программа «Пожарно-прикладной спорт» ориентирована на гражданственность; социальную активность; патриотическое сознание и поведение.

Цель программы заключается в правильном физическом развитии людей, так как именно ППС это не просто спорт, это занятие спортом в котором спортсмены выполняют то же самое, что делают и люди специального назначения, а именно сотрудники МЧС. Но это делается в более лёгких снаряжениях и на скорость.

Спортивные дисциплины пожарно-прикладного спорта:

1. Соревнования в подъёме по штурмовой лестнице на этажи учебной башни проводятся в последовательности:

Спортсмен становится перед линией старта проведённой 32 м. 25 см. от основания учебной башни, не наступая на неё. Разрешается браться рукой (руками) в удобном для себя положении за лестницу штурмовую. По сигналу стартера спортсмен стартует и поднимается на этажи учебной башни любым способом, не мешая спортсменам на других дорожках.

Запрещается производить выброс лестницы штурмовой из положения стоя на подоконнике. Финиш спортсмена фиксируется в тот момент когда спортсмен наступил на финишные площадки двумя ногами (на пол этажа) и замкнул контактное устройство.

2. Соревнования по преодолению 100-метровой полосы с препятствиями проводятся в последовательности:

а) спортсмен со стволов становится перед линией старта, не наступая на неё (ствол находится в любом положении);

б) при беге по дистанции преодолевает забор, берет рукава, преодолевает бревно (бум), соединяет рукава между собой, подбегает к разветвлению, присоединяет к нему рукавную линию и прокладывает её;

- в) после финиша все соединительные головки должны быть сомкнутыми;
- г) спортсмен на финише должен удерживать рукавную линию таким образом, чтобы судьи могли убедиться в правильности смыкания соединительных головок ствола и рукава, в противном случае результат может быть не засчитан;
- д) запрещается кому-либо касаться рукавов после команды стартера «Марш» или выстрела стартового пистолета.

Финиш спортсмена фиксируется в момент касания воображаемой плоскости финиша какой-либо частью туловища, исключая голову, шею, руки и ноги.

Двоеборье (подъём по штурмовой лестнице на 4-й этаж учебной башни и преодоление 100-метровой полосы с препятствиями)

Определение результата двоеборья производится по сумме времени, показанной спортсменами в двух спортивных дисциплинах на личное первенство. В общекомандном зачёте учитывается.

## *Список литературы*

1. Образовательная программа кружка «Пожарно-прикладной спорт» на 2014/2015 учебный год / Сост. А.А. Голованов – М., 2014. – 18 с.
    1. Пожарно-прикладной спорт [Электронный ресурс]. – Режим доступа:  
<https://ru.wikipedia.org/wiki/%D0%9F%D0%BE%D0%B6%D0%B0%D1%80%D0%BD%D0%BE-%D0%BF%D1%80%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%BD%D0%BE%D0%BF%D0%BE%D1%80%D1%82>
    2. Правила соревнований [Электронный ресурс]. – Режим доступа:  
<http://interfiresport.com/ru/about/docs/pravila-sorevnovaniy/>