**Учет условий, выполнение нормируемых упражнений**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Условия | Поправочные значения |
| 1 | Местность:  - для горной местности | 1,3 |
| - грунтовый участок местности | 1,1 |
| - пустынно – песчаная местность | 1,2 |
| - грунты крайнего севера | 1,15 |
| - в условиях бездорожья (распутица, метель, гололед, сильный туман) | 1,2 |
| 2 | В ночное время суток без освещения | 1,6 |
| В ночное время суток при лунном (уличном) освещении | 1,1 |
| 3 | Метеорологические условия:  - утрамбованный снег, гололедица | 1,2 |
| - в зимнее время твердый (асфальтированный) участок местности | 1,1 |
| - при низких температурах более -20°С | 1,1 |
| - при скорости ветра от 10 до 20 м/с | 1,2 |
| - при скорости ветра свыше 20 м/с | 1,3 |
| 4 | Возраст и срок службы:  - для исполнителей первого года службы | 1,1 |
| - для исполнителей возрастом до 30 лет  31-35  36-40  41-45  46-50  51 и более | 1,0  1,1  1,3  1,4  1,5  1,8 |
| - при действиях в составе группы, состоящей из исполнителей разных возрастов, коэффициент принимается для среднего возраста всех исполнителей |  |
| 5 | Другие условия:  - при действиях в СИЗОД (кроме упражнений, выполнение которых предусмотрено в СИЗОД) | 1,5 |
| - при выполнении упражнений в общевойсковом защитном комплекте (специальной защитной одежде) | 1,25 |
| - при выполнении упражнений в фильтрующих противогазах (кроме упражнений, выполнение которых предусмотрено в противогазах) | 1,1 |
| - при выполнении упражнений с пуском воды, на каждый рукав одной магистральной и одной рабочей линии к нормативному времени добавляется - 5 сек |  |
| - при выполнении упражнения при установке мобильного средства пожаротушения на водоем с заполнением полости насоса водой, нормативное время увеличивается:  - для норматива «отлично» - на 60 сек  - для норматива «хорошо» - на 70 сек  - для норматива «удовлетворительно» - на 80 сек |  |
| - при выполнении упражнения с установкой мобильного средства пожаротушения с передним и боковым расположением всасывающего патрубка на водоисточник, нормативное время увеличивается:  - без забора воды – на 2 сек  - с забором воды – на 5 сек |  |

1. **Надевание боевой и специальной одежды и снаряжения.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Вид боевой и специальной одежды и снаряжения | Время, сек. | | | Условия выполнения |
| отлично | хорошо | удовлетворительно |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| **1.1** | Надевание боевой одежды и снаряжения  - индивидуально  - в составе отделения | **21**  23 | **24**  26 | **27**  29 | 1. Боевая одежда и снаряжение уложены любым способом. Пояс с закрепленным на нем карабином и пожарным топором в кобуре лежит под одеждой. Подкасник может находиться рядом с уложенной боевой одеждой или внутри каски. Рукавицы (краги) кладутся в карманы куртки, при отсутствии карманов - под пояс.  2. Исполнитель стоит в положении "смирно" в одном метре от боевой одежды и снаряжения лицом к ним.  3. Окончание: боевая одежда и снаряжение одеты, куртка застегнута на все пуговицы (крючки), пояс застегнут и заправлен под пряжку, подбородочный ремень каски подтянут. |
| 1.2 | Надевание теплоотражательного костюма | 70 | 75 | 80 | 1. Костюм вынут из мешка и уложен на столе (полке).  2. Исполнитель в положении "смирно" в боевой одежде и снаряжении стоит в одном метре от костюма лицом к нему.  3. Окончание: полукомбинезон одет и закреплен с помощью плечевых лямок. Куртка из метализированной ткани одета и застегнута на все пуговицы. Шлем-маска с пелериной одета поверх каски и застегнута, рукавицы одеты. |

**4. Действия со средствами спасения**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Вид действия | Время выполнения, сек. | | | Условия выполнения |
| отлично | хорошо | удовлетворительно |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4.1 | Вязка двойной спасательной петли без надевания ее на спасаемого | 6 | 7 | 8 | 1. Спасательная веревка, смотанная в клубок, находится в чехле с лямкой, надето через плечо исполнителем. Конец веревки длиной 50 сантиметров находится в руке у исполнителя.  2.Окончание: спасательная петля связана |
| **4.2** | Вязка двойной спасательной петли с надеванием ее на спасаемого | **21** | **25** | **29** | 1. Исполнитель стоит в одном метре от спасаемого, лежащего на спине, со спасательной веревкой в чехле, надетом на плечо. Конец веревки длиной 50 сантиметров находится в руке у исполнителя.  2. Окончание: спасательная петля надета на спасаемого. Длинный конец веревки намотан на карабин |
| **4.3** | Закрепление спасательной веревки за конструкцию здания (одним из четырех способов) | **4** | **5** | **6** | 1. Исполнитель стоит в одном метре от места закрепления веревки (конструкции). Веревка в чехле, надетом на плечо. Конец веревки длиной 50 сантиметров находится в руке у исполнителя.  2. Веревка закреплена за конструкцию, узел надежно завязан |

**7. Развертывание насосно-рукавных систем.**

| №  п/п | Количество рукавов n, диаметром d | | | Боевой  расчет, чел. | Оценка по времени, с | | | | | | | Схема боевого развертывания и условия выполнения норматива | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| отлично | | хорошо | | удовлетворительно | | |
| nм/dм | n1/d1 | n2/d2 |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | | 7 | | 8 | | | 9 | |
| 7.1 | Установка автоцистерны на пожарный гидрант | | | | | | | | | | | 1. Автоцистерна установлена у гидранта.  2. Окончание: колонка навернута до отказа на стояк гидранта, всасывающие рукава присоединены. В скобках указано время с пуском воды из напорного патрубка. | |
| АЦ 40 (130) 63Б-ЗИЛ | | | 2 | 26(40) | 29(43) | | | | 32(46) | |
| Для других АЦ на шасси автомобиля ЗИЛ | | | 2 | 28(42) | 31(45) | | | | 34(48) | |
| Для АЦ на шасси автомобиля Камаз | | | 2 | 48(62) | 51(65) | | | | 54(68) | |
| Для АЦ на шасси автомобиля Урал | | | 2 | 32(36) | 35(39) | | | | 38(42) | |
| Для АЦ на шасси автомобилей иностранного производства | | | 2 | 32(36) | 35(39) | | | | 38(42) | |
| 7.2 | Установка автомобиля первой помощи на пожарный гидрант | | | | | | | | | | | 1. АПП установлен у гидранта.  2. Окончание: колонка навернута до отказа на стояк гидранта, всасывающие рукава присоединены. В скобках указано время с пуском воды из напорного патрубка. | |
| - | - | - | 2 | 30(35) | 35(40) | | 40(45) | | |  | |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 7.8 | Боевое развертывание от автоцистерны с подачей одного ствола «Б» | | | | | | | | 1. Автоцистерна установлена на площадке.  2. Окончание: двигатель переключен на насос, рукавная линия проложена, соединительные головки соединены, пожарный со стволом находится на позиции, водитель у насоса. В скобках указано время с пуском воды. | |
| АЦ 40 (130) 63Б-ЗИЛ | | | | | | | |
| - | 2/51 | - | 2 | 11(17) | 12(19) | 13(21) |  | |
| - | 3/51 | - | 17(21) | 19(23) | 21(25) |
| Для других АЦ на шасси автомобилей ЗИЛ, КАМАЗ, УРАЛ, автомобилей иностранного производства | | | | | | | |  | |
| - | 2/51 | - | 2 | 12(18) | 13(20) | 14(22) |  | |
| - | 3/51 | - | 18(22) | 20(24) | 16(25) |
|  | | | | | | | |  | |
| 7.9 | Боевое развертывание от автоцистерны с установкой ее на водоем (гидрант) и подачей одного ствола «Б» от одной магистральной линии | | | | | | | | 1. Автоцистерна установлена у водоема (гидранта).  2. Окончание: автоцистерна установлена на водоем (гидрант), рукавные линии проложены и соединены, пожарный со стволом находится на позиции, водитель у насоса. В скобках указано время с заполнением насоса водой. | |

**Нормативы по физической подготовке спасателей и граждан, приобретающих статус спасателя**

**(ПРИКАЗ МЧС РФ от 27 октября 2015 года N 569)**

Настоящие нормативы по физической подготовке спасателей и граждан, приобретающих статус спасателя, применяются с учетом следующих возрастных групп: от 18 до 24 лет - **1** группа; от 25 до 29 лет - **2** группа;

от 30 до 34 лет - **3** группа; от 35 до 39 лет - **4** группа;

от 40 до 44 лет - **5** группа; от 45 до 49 лет - **6** группа;

от 50 лет и выше - **7** группа.

**I. Мужчины**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование  упражнения | | Условия (порядок) выполнения упражнения | | Возрастные группы | | | | | | | | | | | | | |
| (единица измерения) | |  | | 1 | 2 | | | 3 | | 4 | | 5 | | 6 | | 7 | |
| **Норматив 1. Скоростные возможности** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1.1. Челночный бег 10 х 10 м (с) | | Выполняется на ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Ширина линии старта и поворота входит в отрезок 10 м | | 28.0 | 29.0 | | | 32.0 | | 35.0 | | 37.0 | | 40.0 | | 42.0 | |
| 1.2. Бег на 100 м (с) | | Выполняется на беговой дорожке стадиона или на ровной площадке с любым покрытием | | 15.1 | 15.3 | | | 16.1 | | 16.3 | | 17.2 | | 17.5 | | 18.0 | |
| **Норматив 2. Сила** | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2.1. Подтягивание на перекладине (количество раз) | Выполняется из виса хватом сверху. Сгибая руки - подтянуться, разгибая руки - опуститься в вис. Положение виса фиксируется; подбородок должен быть выше уровня перекладины | | | 10 | 9 | | | 6 | | 4 | | 3 | | 2 | | 1 | |
| 2.2. Отжимание от пола (количество раз) | Сгибание и разгибание рук из положения "упор лежа" | | | 55 | 50 | | | 42 | | 35 | | 30 | | 28 | | 25 | |
| **Норматив 3. Выносливость** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3.1. Бег (кросс)  на 1 км (мин, с) | | Выполняется на беговой дорожке стадиона или на ровной площадке с любым покрытием | 3.50 | | | 4.10 | 4.30 | | 4.40 | | 5.40 | | 5.50 | | 6.10 | |
| 3.2. Плавание  на 100 м (мин, с) | | Выполняется любым способом плавания. Проводится в бассейнах или специально оборудованных местах на водоемах | 2.30 | | | 2.35 | 2.55 | | 3.10 | | 3.55 | | 4.10 | | 4.30 | |
| 3.3. Бег на лыжах 5 км (мин, с) \* | | Выполняется на местности вне дорог по заранее подготовленной трассе свободным стилем. Старт и финиш оборудуются в одном месте | 26.30 | | | 27.30 | 31.30 | | 33.30 | | 36.30 | | 39.30 | | 41.30 | |

Упражнения выполняются в следующей последовательности: упражнение на скоростные возможности, упражнение на силу, упражнение на выносливость. Спасатели и граждане, приобретающие статус спасателя, выполняют по одному упражнению из каждого норматива, определяемому аттестационной комиссией исходя из погодных условий и места проведения проверки выполнения нормативов.