

ВИКОРИСТАННЯ БАЗОВИХ РУХІВ ШКОЛИ «ЧОЙ» ПРИ ПРОВЕДЕННІ ЗАНЯТЬ З ГАСІННЯ ПАЛАЮЧОЇ ЛЮДИНИ

Одним з перших видів запалювальної зброї, відомих ще з часів античності, є грецький вогонь. Запалювальні боеприпаси широко застосовувалися під час Першої і особливо Другої світових воєн. У війнах проти Кореї і В'єтнаму використовувалася велика кількість запалювальної зброї (з 1965 по 1971 р.р. ВПС США скинули в Індокитай близько 1 700 000 тонн запалювальних боеприпасів). У деяких операціях, спрямованих на створення масованих пожеж, запалювальні боеприпаси становили до 70% загального бомбового навантаження літаків.

При попаданні палаючої запалювальної суміші на військовослужбовця потерпілого необхідно щільно накрити курткою, плащем-наметом, загальновійськовим захисним плащем і поливати водою. Однак загасити палаючого військовослужбовця буває істотно складно: в разі паніки і болю палаючий військовослужбовець може повести себе непередбачувано. Все вищезазначене стосується і цивільного населення, яке опинилося в зоні бойових дій, і, як наслідок, потерпає від пожеж, що виникають внаслідок авіаційних, ракетних та артилерійських ударів.

Використання пляшок з легкозаймистою сумішшю було зафіксовано під час подій у Таїланді (2010 р.), під час заворушень в Афінах (2011 р.), у найбільших містах Бразилії – Сан-Паулу, Ріо-де-Жанейро та Белу-Орізонті під час масових протестів, що переросли у масові заворушення (2014 р.), на Євромайдані в Києві (2014 р.). На жаль, використання пляшок з легкозаймистою сумішшю часто спрямоване проти правоохоронців (рис. 1).



Рисунок 1 - Грецькі поліцейські палають під час заворушень в Афінах

Таким чином, завдання навчання рятувальника навичкам практичного самогасіння при попаданні легкозаймистих речовин на одяг, а також гасіння палаючої в паніці людини є актуальним на сьогоднішній день.

В даний час теорія і методика підготовки рятувальників і найважливіший її розділ - спеціальна підготовка - знаходяться на стадії

подальшого розвитку і розширення наукових концепцій [1]. На наш погляд, велику позитивну роль у спеціальній підготовці може зіграти інтеграція різних стилів і напрямків східних єдиноборств і вітчизняних шкіл рукопашного бою. Прийоми, методи і способи підготовки бійців можуть бути успішно використані при підготовці рятувальників. Наприклад, у [2] розглядається апробована методика гасіння панічно палаючої людини за допомогою базових рухів однієї з радянських шкіл рукопашного бою (школа Г.В. Попова «ЧОЙ»).

Серед найважливіших професійних якостей рятувальника особливе місце займає вміння швидко оцінити ситуацію, що склалася і прийняти адекватне рішення. В ході занять з дисципліни «Спеціальна підготовка», модуль «Радіаційний, хімічний та біологічний захист» з курсантами першого курсу Національного університету цивільного захисту України в рамках однієї з тем проводяться заняття з практичного відпрацювання самогасіння при попаданні горючих речовин на одяг, а також відпрацьовується гасіння палаючої людини. Метою занять є прищеплення навичок та вмінь у вирішенні питань самогасіння та гасіння палаючої людини, психологічної підготовки та вироблення стійких дій залежно від ситуації.

Велика увага завжди приділялася проблемі гасіння одягу, яке палає на людях [3]. Тому вкрай важливо відпрацьовувати дії за встановленою схемою, коли навички та вміння рятувальника відпрацьовуються до автоматизму. Розглянемо ситуацію запалення в процесі попадання горючих сумішей на одяг людини. Як показує практика, найбільш ефективними діями для гасіння палаючої людини є:

1) будь-якими способами збити і повалити на землю палаючу людину. Людина, що стоїть вертикально, може отримати максимальні та найболючіші опіки обличчя і всього тіла. Особливо небезпечна людина, що біжить, тому що при бігу поліпшується «контакт» палаючого одягу киснем, отже, одяг починає горіти швидше і з більшою тепловіддачею;

2) катати палаючу людину по землі (закинути землею, снігом, накрити щільним матеріалом).

Якщо реалізація першого пункту не викликає ніяких труднощів, то реалізація другого пункту може бути істотно утруднена, а в деяких випадках і неможлива. У разі паніки і болю палаюча людина може спробувати встати і побігти. При цьому практично завжди проміжним положенням при спробі піднятися на ноги є положення «на четвереньках». Відбувається ситуація суттєвого ускладнення дій рятувальника з наступних причин:

1) коли потерпілий перекочується, він знову стає в положення «на четвереньках» і продовжує горіти, не маючи тісного контакту з землею;

2) накидання на потерпілого щільної ковдри або брезенту не дає позитивного ефекту через хороший доступ кисню до палаючого одягу;

3) щільно притиснути потерпілого до землі дуже складно – він має чотири точки опори і знаходиться в стані страху і паніки.

Несприятлива ситуація, що виникає, цілком може бути вирішена за допомогою базово-кущевого методу пересування рятувальників [2]. Ідея

інтеграції елементів єдиноборств у спеціальну підготовку рятувальника прийшла до автора статті під час багаторічного навчання самогасінню та гасінню палаючої людини. Потрібні були такі способи гасіння палаючої панікуючої людини, які могли б певною мірою захистити рятувальника від загоряння, дозволити рятувальнику працювати на «певній відстані» від потерпілого, виключити додаткове травмування потерпілого під час гасіння. Апробація деяких прийомів єдиноборств для порятунку палаючої в паніці людини показала свою послідовність, своєчасність і ефективність.

Розглянемо деякі основні елементи бази школи «ЧОЙ», які були визначені як необхідні з існуючої практики занять з гасіння палаючої панікуючої людини (ці практичні заняття в університеті проводилися автором протягом 2008-2016 рр.). На рисунку 2 показані основні стійки, які використовувалися автором при розробці методики гасіння палаючої людини.

Слід зазначити, що для стійкості в стійках і з метою мінімізації енерговитрат при переміщенні необхідно дотримуватися наступних правил. У передній стійці носок передньої ноги знаходиться на одній лінії з п'ятою задньої ноги, коліно передньої ноги звисає над великим пальцем, задня нога випрямлена, а п'ята не відривається від землі. У задній стійці п'ята задньої ноги і носок передньої ноги знаходяться на одній лінії. У схрещеному положенні підошви ніг знаходяться під кутом 90° . Спина пряма, таз «скручений в замок» (рис. 2).



Рисунок 2 - Основні стійки (зліва направо: передня стійка; задня стійка; схрещене положення)

Комплекси базових рухів побудовані на загальних універсальних принципах: два рухи, об'єднавшись, утворюють третій; серія рухів виконується симетрично, немов у дзеркальному відображенні; рух в одному напрямку обов'язково відповідає руху в протилежному або

перпендикулярному напрямку; у наступному русі використовується попереднє плюс деякі доповнення; кінець одного руху є початком наступного; всі рухи мають спільні риси.

Виходячи з цих принципів, базові рухи мають універсальність і високу варіативність: якщо один базовий рух «не працює», за ним безперервно слідує інший і так далі. В арсеналі школи «ЧОЙ» є 12 базових рухів руками, 12 рухів корпусом і 6 рухів ногами, які розділені на групи по три рухи в кожній.

На початковому етапі навчання курсантів-рятувальників доцільно ознайомити з двома групами базових рухів корпусу (БРК) та однією групою базових рухів ніг (БРН).

Давайте розглянемо деякі основні рухи корпусу. Наприклад, другий БРК. Повільно вдихаючи, з'єднуємо руки тильною стороною кистей, притискаючи їх до тулуба, піднімаємо по середній лінії тулуба, при цьому тулуб злегка прогинається в талії, а м'язи сідниць напружуються. Піднімаємо до верхньої частини грудей, відводячи лікті якомога вище, прикриваючи ними голову. При цьому повертаємося на носки вліво, згинаючи праву ногу, переносити на неї основну вагу тіла. Ліва нога повертає носок вліво на 90° і торкається підлоги вбік, зовнішнім краєм. На видиху виконуємо поворот, не вигинаючи спину, відсуємо таз назад, одночасно зводимо лікті, витягуємо руки, розкривши кисті долонями вгору. В кінці руху тримаємо передпліччя майже горизонтально, лікті максимально зближені.

Роблячи повільний вдих, опускаємо руки, не роз'єднуючи руки, які перекочуються одна на іншу і в кінці руху знову торкаються тильними сторонами долонь. Одночасно виводимо корпус вперед, випрямляючи праву ногу, а потім виконуємо вправо з поворотом на 180° (рис. 3).



Рисунок 3 - Виконання другого БРК

Третій БРК виконується наступним чином. На вдиху зробіть крок правою ногою вперед, коліно злегка зігнуте. Згинаючи руки, підніміть їх перед собою до рівня голови, долоні дивляться вперед. Ліва рука торкається зап'ястя правої, правий лікоть тримається трохи вище лівої. Корпус злегка нахилиється вперед, плечі знаходяться на місці.

На видиху поверніться (вліво) на 180° , виводячи таз вперед, а верхню частину тіла назад (щодо вихідного положення). Руки, праворуч знизу, ліворуч зверху, роблять кругові рухи спочатку вниз, а потім вгору, зупиняючись на рівні голови. Права нога зігнута і вага тіла в основному припадає на неї. Ліва зігнута лише злегка, підшва торкається підлоги, носок

спрямований вперед. Повернувши носки вправо, поверніться у вихідне положення (рис. 4).



Рисунок 4 - Виконання третього БРК

Четвертий БРК починається з кроку правою ногою вперед і одночасного руху правої руки вперед і вгору. На видиху зігніть праву ногу, витягніть зігнуту ліву ногу за нею: її коліно притиснете до правої ікри, носок торкається підлоги, п'ята спрямована вгору. Корпус при цьому повертаємо на 90° вліво, права сторона спрямована вперед, дивимось в напрямку руху. Права рука при цьому опущена, долоня паралельна підлозі, а ліва піднята, кисть зігнута в зап'ясті, суглоб і задня частина суглоба, звернена вгору.

На вдиху випряміть ноги і поверніться на 90° вправо, поверніться у вихідне положення, зробивши крок назад лівою, а потім правою ногою. Руки також повертаються у вихідне положення широкими круговими рухами (рис. 5).



Рисунок 5 - Виконання четвертого БРК

П'ятий БРК нагадує змію, яка згортається в кільце. На видиху, згинаючи ноги, поверніть корпус «до правого кола», тобто на 180°. При цьому ліве коліно притискається до Ахіллового сухожилля правої ноги, супінатор лівої ноги лежить на підлозі. Перемістіть корпус вперед, таз назад. На вдиху поверніться на 180° вліво, випряміться і прийміть вихідне положення (рис. 6).

Слід зазначити, що основні рухи вищевказаної школи можуть бути успішно використані при вирішенні різноманітних тактичних завдань при порятунку потерпілих. Культура базових рухів не вимагає спеціальної підготовки і може бути освоєна за досить короткий термін.



Рисунок 6 - Виконання п'ятого БРК

Наприклад, охоплена панікою палаюча людина знаходиться в положенні «рачки». Можливе відведення ніг потерпілого назад, що призведе до того, що він втратить опору рук і притиснеться до землі. Після цього можна продовжити гасіння за допомогою підручних засобів: ковдр, щільного верхнього одягу і т.п. У деяких ситуаціях можливе використання базово-кущового методу школи єдиноборств «ЧОЙ».

При проектуванні деяких базових рухів школи бойових мистецтв «ЧОЙ» на алгоритм дій рятувальника з'явилася можливість створити методику гасіння людини, що запанікувала. Цей спосіб, створений на основі симбіозу техніки самооборони і основних принципів гасіння палаючої людини - збивання і перекидання, дозволяє гасити при відсутності підручних засобів (мокрій рушник, ковдра, брезентовий чохол і т.п.).

Розглянемо запропоновану методику за етапами виконання. Рятувальник знаходиться праворуч від потерпілого. Ударом лівої ноги рятувальник зачіпає праву руку потерпілого і хапає його за руку (рис. 7).



Рисунок 7 - Захоплення рятувальником руки палаючої людини

Рухаючись по дузі до протилежного плеча потерпілого, рятувальник укладає палаючого на спину, що і гасить спину (рис. 8). На цьому перша фаза гасіння закінчується. Рухаючись назад, рятувальник автоматично перевертає палаючого на живіт, чим досягається гасіння передньої частини палаючого одягу (рис. 9).



Рисунок 8 - Процес закидання рятувальником палаючої людини на спину



Рисунок 9 - Рятувальник укладає потерпілого на живіт

При необхідності (при наявності залишків загорянь одягу) потерпілого накривають брезентом або товстою ковдрою, а при їх відсутності рятувальник може лягти на потерпілого і продовжити гасіння своїм тілом.

При відпрацюванні рухів особлива увага приділяється мінімізації кількості рухів корпусу і ніг, що досягається за рахунок використання схрещеного положення і четвертого БРК. Ці види рухів не складні в освоєнні і представляють великий інтерес для тих, хто навчається.

Таким чином, запропоновану техніку гасіння можна представити у вигляді послідовного руху по дузі перед головою потерпілого від одного плеча до протилежного і назад. При цьому для швидкого і стабільного пересування рятувальника використовується базово-кущовий метод побудови прийомів самооборони за школою «ЧОЙ». Запропонована методика дає можливість не контактувати з палаючим одягом охопленого панікою потерпілого, щільно укласти потерпілого до землі (снігу, підлоги будівлі) і досить ефективно гасити пожежу.

Універсальність переміщень і базових рухів дозволяє використовувати їх в різних комбінаціях в залежності від ситуації. Кількість комбінацій рухів практично необмежена. Особливістю переміщень є не висока, а середня швидкість виконання техніки, яка обумовлена фіксацією палаючої в паніці людини під час фаз виконання вправи з метою досягнення кращого ефекту щодо гасіння потерпілого.

А що робити, якщо палаюча в паніці людина біжить на рятувальника? Особливо ефективним у такій ситуації є використання базових рухів. Застосування п'ятого БРК в поєднанні з технікою «ножиці» дозволяє впевнено зупинити потерпілого і притиснути його до землі (рис. 10-13).



Рисунок 10 - Рятувальник встановлює контакт з потерпілим на базі п'ятого БРК



Рисунок 11 - Використання рятувальником прийому «ножиці»



Рисунок 12 - Кидок рятувальника за брезентом



Рисунок 13 - Гасіння палаючої людини за допомогою брезенту

Інтеграція в підготовку рятувальників елементів рукопашного бою вітчизняних шкіл (що дає можливість гасити швидше і ефективніше) пред'являє підвищені вимоги до дотримання правил охорони праці під час практичних занять. Глибокий аналіз можливих передумов виникнення небезпечних ситуацій дозволив розробити вимоги до підготовки заняття. Наприклад, перед початком практичного заняття курсант повинен:

- мати дві куртки з теплим коміром, теплі рукавички та теплу шапочку, засоби індивідуального захисту органів дихання та шкіри (протигаз та загальновійськовий захисний комплект);

- підготувати майданчик для самогасіння – рівну поверхню з розпушеним ґрунтом розміром 2х2 метри, перевірити ділянку на відсутність каменів і скла в землі;

- обгородити ділянку яскравою стрічкою з трьох сторін на відстані не менше 0,5 метра від краю ділянки;

- підготувати два брезентових полотна (плащ-намета) для страховки.

Виконання розроблених вимог щодо охорони праці, правильна організація занять з самогасіння дозволяють уникнути травматизму і опіків.

Для викладачів можна дати наступні рекомендації:

- 1) не шкодувати часу на інструктаж з охорони праці, демонструвати всі способи і прийоми самогасіння і гасіння палаючої людини особисто, а потім відпрацьовувати методику «пішки на коні», тобто без застосування запальної суміші, контролювати роботу кожного курсанта (рис. 14);

- 2) домогайтеся точного виконання всіх елементів методики гасіння палаючої людини, коли курсанта «підпаллять», він забуде все, що йому казали, і буде виконувати тільки відпрацьовані прийоми, нічого нового під час виконання вправи він не вигадає;

3) супроводжуйте курсанта на всіх етапах самогасіння і гасіння палаючої людини, курсант повинен відчувати і знати, що він добре застрахований від невдалих дій (рис. 15);

4) бути впевненим у своїх діях, ваша впевненість передається тим, хто навчається (рис. 16);

5) не поспішайте виправляти помилки курсантів, дайте їм можливість їх виправити, адже головне завдання - навчити їх діяти самостійно (рис. 17);

6) пам'ятайте, що ви вкрай обмежені в часі на кожну вправу – вчитися потрібно, але без травм і опіків.



Рисунок 14 - Проведення інструктажів з охорони праці та контроль за виконанням курсантами вправ викладачем



Рисунок 15 - Супровід курсанта на всіх етапах самогасіння і гасіння палаючої людини



Рисунок 16 - Демонстрація викладачем впевненості в своїх діях



Рисунок 17 - Курсант має можливість самостійно виправити свої помилки

Таким чином, інтеграція в спеціальну підготовку рятувальника різних елементів єдиноборств і вітчизняних шкіл рукопашного бою дозволяє значно розширити можливості гасіння панічно палаючої людини. Прийоми, способи і методи гасіння палаючої людини, створені на основі симбіозу базово-кущового способу переміщення по школі «ЧОЙ» і основних принципів гасіння палаючої людини - збивання і перекочування, дозволяють гасити при відсутності підручних засобів (мокрого рушника, ковдри, брезенту і т.д.). Універсальність переміщень і базових рухів дозволяє використовувати їх в різних комбінаціях в залежності від ситуації.

Прийоми, методи і способи підготовки бійців можуть бути успішно використані не тільки при підготовці рятувальників, а й при підготовці правоохоронців та військовослужбовців Національної гвардії України в умовах застосування правопорушниками запалювальних сумішей [4].

Слід зазначити, що методика гасіння палаючої людини успішно апробована на кафедрі піротехнічної та спеціальної підготовки на протязі 7 років і може бути рекомендована для вивчення рятувальниками, правоохоронцями та військовослужбовцями Національної гвардії України.

ЛІТЕРАТУРА

1. Антошків Ю.М. Удосконалення професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МНС України // Спортивна наука України: 2006. – №6. – С. 22-29. – Режим доступу: <http://www.nbu.gov.ua/e-journals>.
2. Игнатъев А.М. Тушение горящего человека с применением спасателем техники базовых движений корпуса. Пожежна безпека – 2011: Матеріали X Міжнародної НПК, 17-18 листопада 2011р. – Х.: НУЦЗ України, 2011. – С. 355-356.
3. Єрмаков М. Пожежне покривало // Пожежна безпека. – 2008, №5 (104). - С. 24-25.
4. Игнатъев А.М., Букин Н.П. Повышение качества профессиональной подготовки правоохранителей в условиях применения правонарушителями зажигательных смесей. Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції «Шляхи покращення системи професійної підготовки правоохоронців до дій в екстремальних умовах». ХНУВС, 2015. – С. 42-45.