

ФАЄРФАЙТИНГ У СИСТЕМІ ПОЖЕЖНО-РЯТУВАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ РЯТУВАЛЬНИКІВ: МЕТОДИЧНІ АСПЕКТИ ВПРОВАДЖЕННЯ В НАВЧАЛЬНИЙ ПРОЦЕС

Калашник Наталія

старший викладач,
кафедра пожежно-рятувальної та фізичної підготовки,
навчально-науковий інститут оперативно – рятувальних сил,
Національний університет цивільного захисту України,
м. Черкаси

У роботі розглянуто можливості використання фаєрфайтингу як сучасного засобу вдосконалення пожежно-рятувальної підготовки майбутніх фахівців служби цивільного захисту. Проаналізовано наукові підходи до професійно-прикладної фізичної підготовки рятувальників та визначено роль прикладних видів спорту у формуванні професійної готовності. Обґрунтовано доцільність впровадження елементів фаєрфайтингу у навчальний процес закладів вищої освіти сектору безпеки і оборони. Запропоновано методичні підходи до організації занять, що сприяють розвитку професійно важливих фізичних якостей, формуванню спеціальних рухових навичок та підвищенню мотивації здобувачів освіти до майбутньої професійної діяльності.

Постановка проблеми. Професійна діяльність рятувальників Державної служби України з надзвичайних ситуацій пов'язана з виконанням складних завдань у небезпечних та екстремальних умовах. Ліквідація пожеж, аварій і наслідків надзвичайних ситуацій потребує від фахівців високого рівня фізичної підготовленості, витривалості, сили, координації рухів та психологічної стійкості. Під час виконання службових завдань рятувальники здійснюють підйом по висотних конструкціях, транспортування потерпілих, переміщення пожежного обладнання, роботу в апаратах захисту органів дихання та виконання складних технічних операцій. Саме тому система підготовки майбутніх рятувальників повинна забезпечувати формування високого рівня професійної готовності до виконання службових обов'язків.

Важливу роль у цьому процесі відіграє професійно-прикладна фізична підготовка, яка спрямована на розвиток фізичних якостей та рухових навичок, необхідних для ефективної діяльності у сфері цивільного захисту.

Одним із перспективних напрямів удосконалення системи підготовки є використання прикладних видів спорту, які моделюють елементи реальної діяльності пожежно-рятувальних підрозділів. У цьому контексті особливого значення набуває фаєрфайтинг, який поєднує фізичні вправи з елементами пожежно-рятувальної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблеми фізичної та професійно-прикладної підготовки фахівців сектору безпеки і оборони розглядалися у

працях багатьох українських науковців. Зокрема, Ю. Таймасов у своїх дослідженнях підкреслює, що фізична підготовка є важливим чинником професійної готовності рятувальників, оскільки забезпечує розвиток функціональних можливостей організму та сприяє формуванню психологічної стійкості під час виконання завдань за призначенням [4, с. 158]. У працях І. Ковалю зазначається, що професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх рятувальників повинна враховувати специфіку службової діяльності та бути спрямованою на розвиток спеціальної витривалості, сили та координаційних здібностей [1, с. 72–74]. Дослідники В. Платонов та М. Булатова наголошують, що ефективність фізичної підготовки значною мірою залежить від використання інноваційних підходів та моделювання умов майбутньої професійної діяльності [3, с. 45–47]. У наукових працях також підкреслюється, що професійно-прикладна фізична підготовка курсантів повинна бути максимально наближеною до умов майбутньої професійної діяльності та включати вправи, які моделюють реальні дії рятувальників [1, с. 73]. У межах професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх офіцерів, П. Хоменко та Р. Феніч показують, що моделювання реальних умов служби (наприклад, бойового середовища) є суттєвим фактором для формування фізичних і практичних навичок майбутніх фахівців [5, с. 17]. Дослідження С. Лапшина та В. Романчука свідчить, що чинні програми фізичної підготовки військовослужбовців пожежно-рятувальних підрозділів недостатньо ефективні для розвитку спеціальних фізичних якостей, необхідних для виконання завдань в екстремальних умовах, і потребують удосконалення [2, с. 120].

Разом з тим аналіз наукових джерел свідчить, що питання використання фаєрфайтингу як засобу пожежно-рятувальної підготовки досліджено недостатньо, що визначає актуальність даного дослідження.

Мета дослідження. Обґрунтувати доцільність використання елементів фаєрфайтингу у навчальному процесі підготовки майбутніх фахівців служби цивільного захисту та визначити методичні особливості організації занять.

Фаєрфайтинг (Firefighter Combat Challenge) є прикладним видом підготовки, який відтворює типові дії пожежно-рятувальних підрозділів під час ліквідації пожеж та надзвичайних ситуацій. До його змісту входять вправи, пов'язані з подоланням перешкод, транспортуванням обладнання, прокладанням пожежних рукавних ліній та евакуацією потерпілих.

До основних елементів фаєрфайтингу належать: підйом по пожежній драбині або сходах; переміщення пожежних рукавів; транспортування пожежного обладнання; прокладання рукавної лінії; евакуація умовного потерпілого; подолання спеціальної смуги перешкод.

Виконання таких вправ дозволяє розвивати силові якості, спеціальну витривалість, рухову координацію, спритність - комплекс фізичних якостей, необхідних для професійної діяльності рятувальників.

Методика впровадження фаєрфайтингу у навчальний процес передбачає поетапне включення спеціальних вправ у заняття з фізичної та пожежно-

рятувальної підготовки. На першому етапі курсанти оволодівають технікою виконання окремих вправ, що забезпечує формування базових рухових навичок.

На другому етапі застосовуються комплексні вправи, які поєднують кілька професійних дій з подолання перешкод із транспортуванням обладнання, прокладання рукавної лінії після підйому по сходах; евакуація потерпілого після виконання фізичних вправ.

Пропонуємо структуру заняття з елементами фаєрфайтингу. На нашу думку, в підготовчу частину (10–15 хв) слід включити загально-- розвиваючі вправи, вправи на мобілізацію опорно-рухового апарату та імітаційні вправи з пожежно-технічним обладнанням.

В основну частину (40–50 хв) пропонуємо включити подолання смуги перешкод, транспортування пожежного обладнання, прокладання рукавної лінії, евакуація умовного потерпілого, виконання вправ у засобах індивідуального захисту.

В заключній частині (5–10 хв) бажано застосовувати вправи на відновлення дихання, розтягування та зробити аналіз виконаних вправ.

Використання фаєрфайтингу у навчальному процесі підвищує інтерес курсантів до занять фізичною та професійною підготовкою, а також сприяє формуванню практичних навичок, необхідних для ефективного виконання службових завдань.

Висновки. Фаєрфайтинг є ефективним засобом професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх рятувальників. Використання його елементів у навчальному процесі сприяє розвитку професійно важливих фізичних якостей та формуванню спеціальних рухових навичок. Впровадження фаєрфайтингу дозволяє наблизити навчальний процес до реальних умов діяльності пожежно-рятувальних підрозділів і підвищити ефективність професійної підготовки майбутніх фахівців служби цивільного захисту.

Список літератури:

1. Коваль І. С. Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх рятувальників : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. – Київ, 2015. – 220 с.
2. Лапшин В. М., Романчук С. В. Вплив фізичної підготовки військовослужбовців пожежно - рятувальних підрозділів на військово - професійну діяльність // Фізична активність, здоров'я і спорт. – 2025. – № 2(38). – С. 118–123. DOI: 10.32782/2221-1217-2025-2-15.
3. Платонов В. М., Булатова М. М. Фізична підготовка спортсменів: навч. посіб. – Київ : Олімпійська література, 2013. – 480 с.
4. Таймасов Ю. Фізична підготовка фахівців служби цивільного захисту як складова самозбереження // Молодь і ринок. – 2018. – № 3 (158). – С. 158–162. DOI: 10.24919/2308-4634.2018.128977.
5. Хоменко П., Феніч Р. Професійно - прикладна фізична підготовка майбутніх офіцерів в умовах моделювання умов бойової діяльності // Педагогічні науки. – 2023. – Т. 82. – С. 14–20. DOI: 10.33989/2524-2474.2023.82.295086.