



Издательство
"Лучшее Решение"



Сайт публикаций научных,
педагогических и творческих
материалов www.publ-online.ru

**Автор: Куликова Марина Михайловна
ГБДОУ «Детский сад № 80
Красносельского района Санкт-Петербурга»**

**Безопасность на воде и обучение
прикладному плаванию в старших
и подготовительных группах в ДОУ**

Это должен знать каждый!

«Формирование у детей навыков безопасного поведения на воде»



Правилами поведения на воде запрещается:

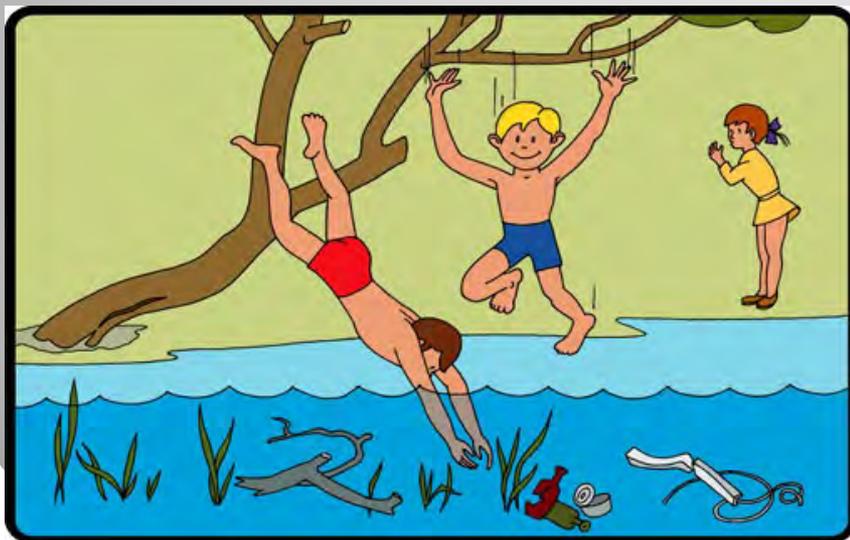
- 1.Купаться в одиночку.**
- 2.Нырять и прыгать в воду в незнакомых местах.**
- 3.Заплывать за буйки.**
- 4.Плывать в местах, где проходят суда, и приближаться к судам.**
- 5.Устраивать в воде игры, связанные с захватами.**
- 6.Далеко заплывать на надувных матрасах или камерах.**
- 7.Купаться в тех местах, где это запрещено.**



Следуй правилам!

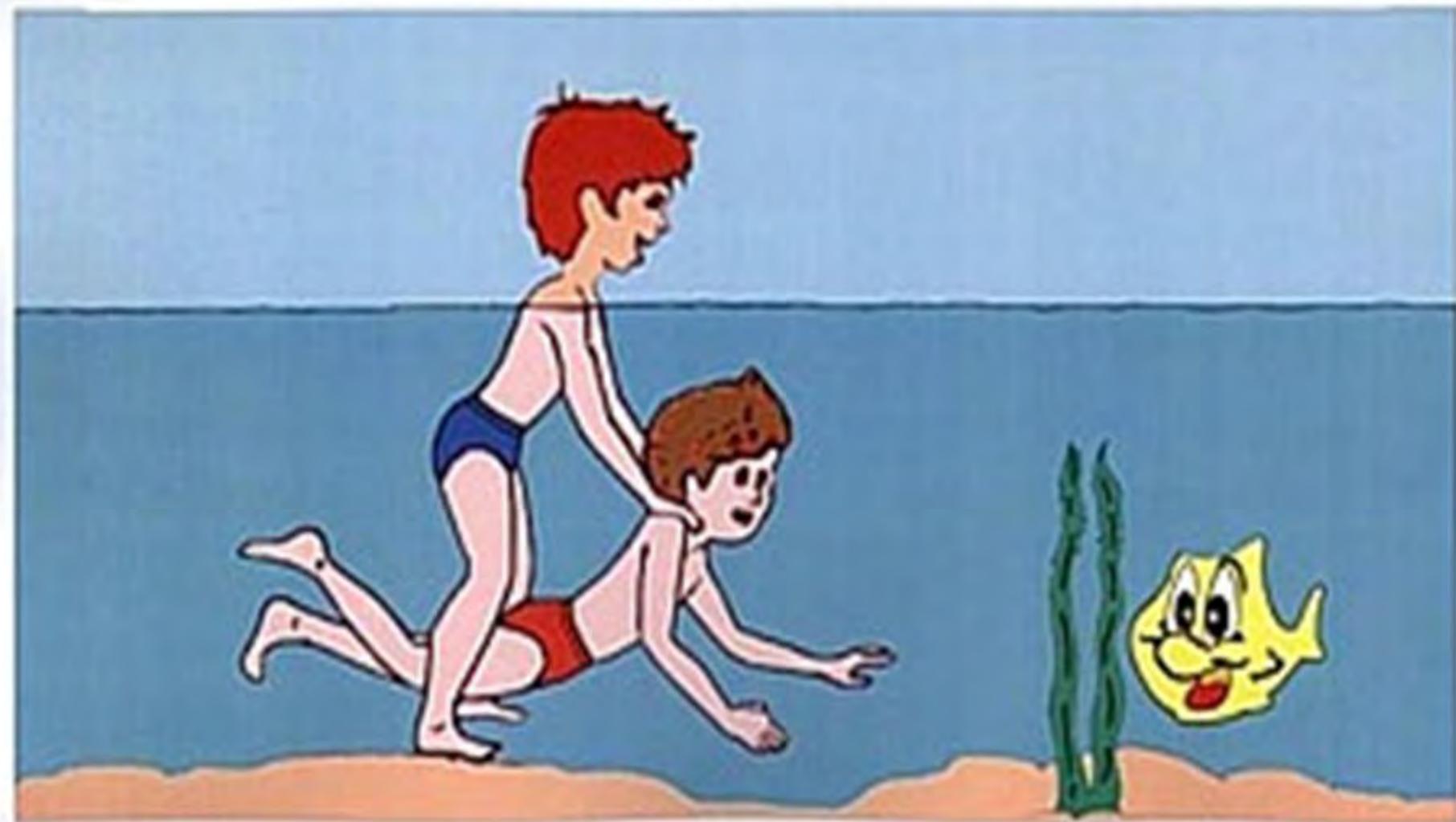


НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ МАТРАСАХ И АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ !



Правило 7. Не устраивай игр в воде, связанных с захватами

- нельзя, даже играя, "топить" человека - он может захлебнуться и погибнуть



«Основы прикладного плавания»

Плавание в экстремальных
условиях.

Спасение тонущих.

Преодоление водных преград.

Техника прикладного плавания.

Знать правила безопасного
поведения на воде, у воды.

Длительность безопасного пребывания в воде

- учащение дыхания и сердцебиения,
- появление озноба,
- «гусиная кожа»,
- лёгкая дрожь,
- посинение кожи.
- рекорд длительного пребывания в воде составляет 79ч 30мин.

- на спине
- в вертикальном положении
- чередование положений

**Способы отдыха во время
пребывания в воде**



FIG. 59



Плавание в ночное время

- определить направление движения в воде по видимым на берегу ориентирам;
- двигаться по направлению волн;
- использовать способы плавания брасс и на боку;
- постоянно контролировать направление движения

Плавание в одежде и раздевание в воде

- используются способы плавания без выноса рук из воды
- попытаться снять обувь в положении «поплавок»
- верхнюю одежду - в положении на спине



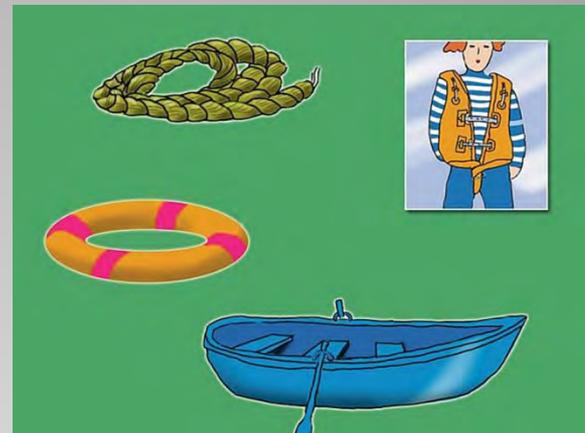
Плавание при сильном течении и водоворотах

- подняться по берегу выше по течению
- выбрать ориентир на противоположном берегу
- плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу под углом 45 град.
- поднырнуть в воронку и выплыть брассом

- максимально приблизиться к месту происшествия по берегу
- плыть хорошо освоенным способом, не упуская тонущего из виду
- подплыть к нему сзади
- применить соответствующий приём освобождения от захвата, болевой приём или погрузиться под воду, чтобы тонущий отпустил
- транспортировать тонущего любым, удобным для спасателя способом.

СПАСЕНИЕ ТОНУЩИХ!

- спасательные круги,
- шесты,
- метательные концы,
- спасательные багры,
- нагрудники, пояса, жилеты



Спасательные средства

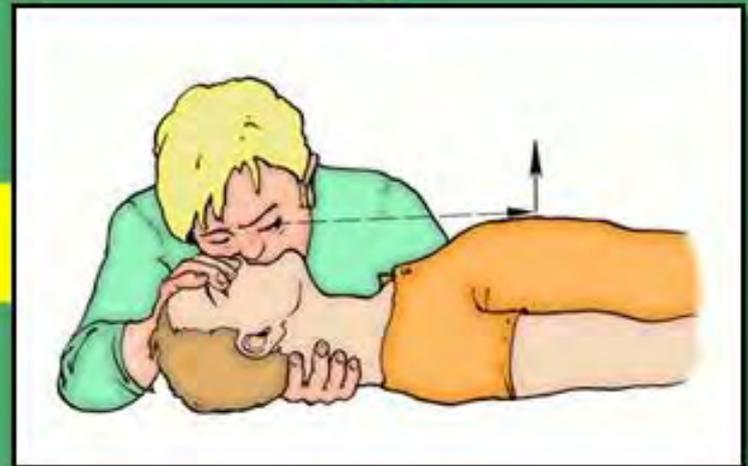


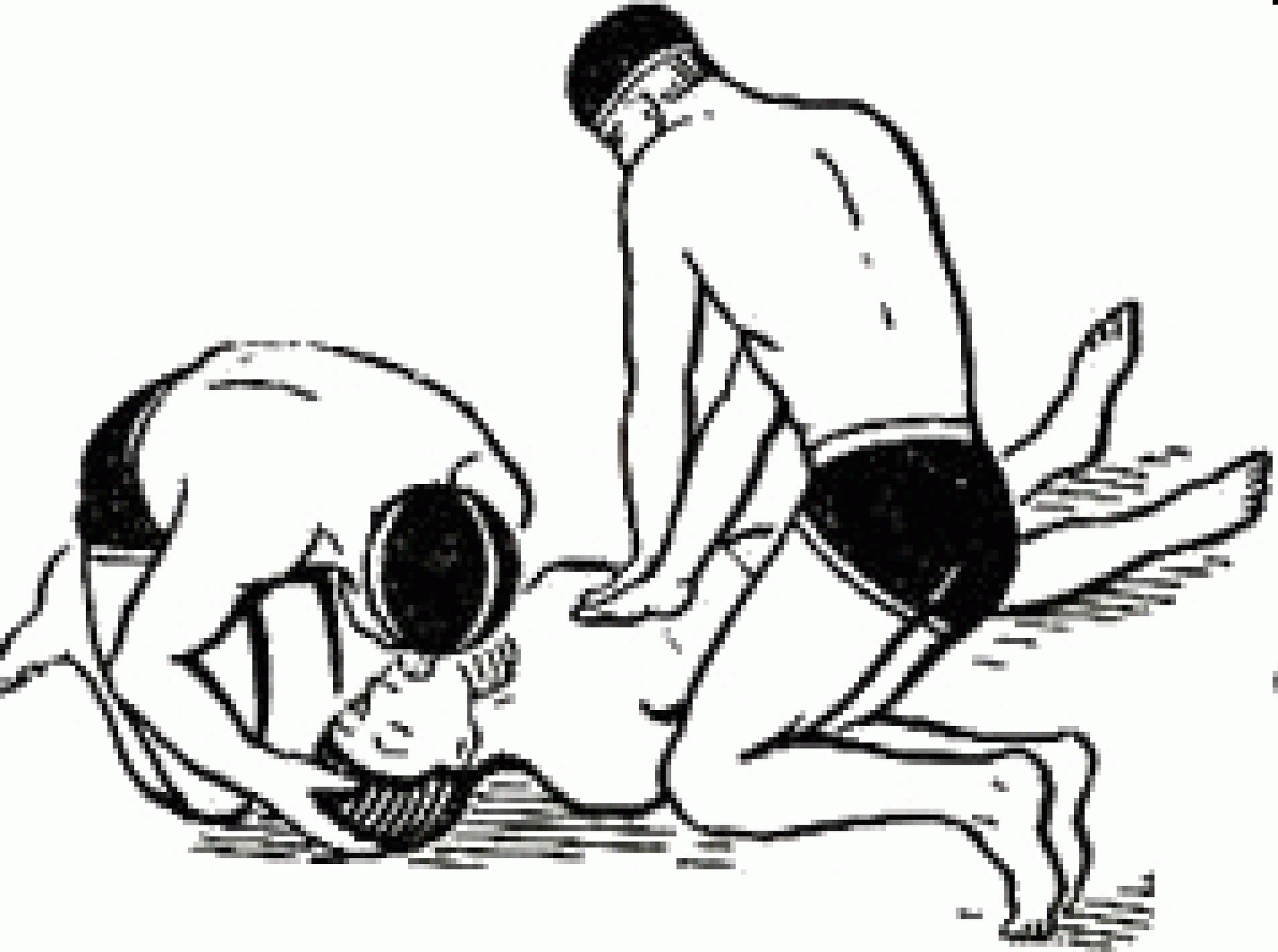


Оказание первой помощи при утоплении

- оценить состояние пострадавшего, характер утопления по внешнему виду
- обеспечить проходимость дыхательных путей
- искусственное дыхание
- непрямой массаж сердца

ВЫПОЛНЕНИЕ ИСКУССТВЕННОЙ ВЕНТИЛЯЦИИ ЛЕГКИХ





Техника прикладных способов плавания

- *Брасс на спине* - одновременные гребки руками до бёдер после их проноса по воздуху с чередованием одновременных толчковых движений ногами
- *На боку* - ассиметричные поочерёдные движения руками со встречными движениями ногами

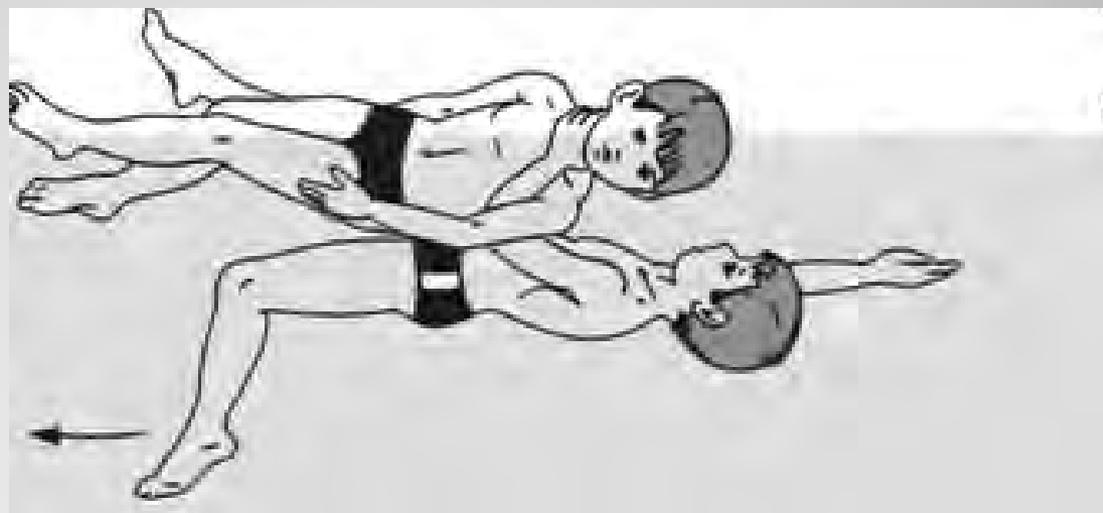
Приёмы транспортировки тонущего

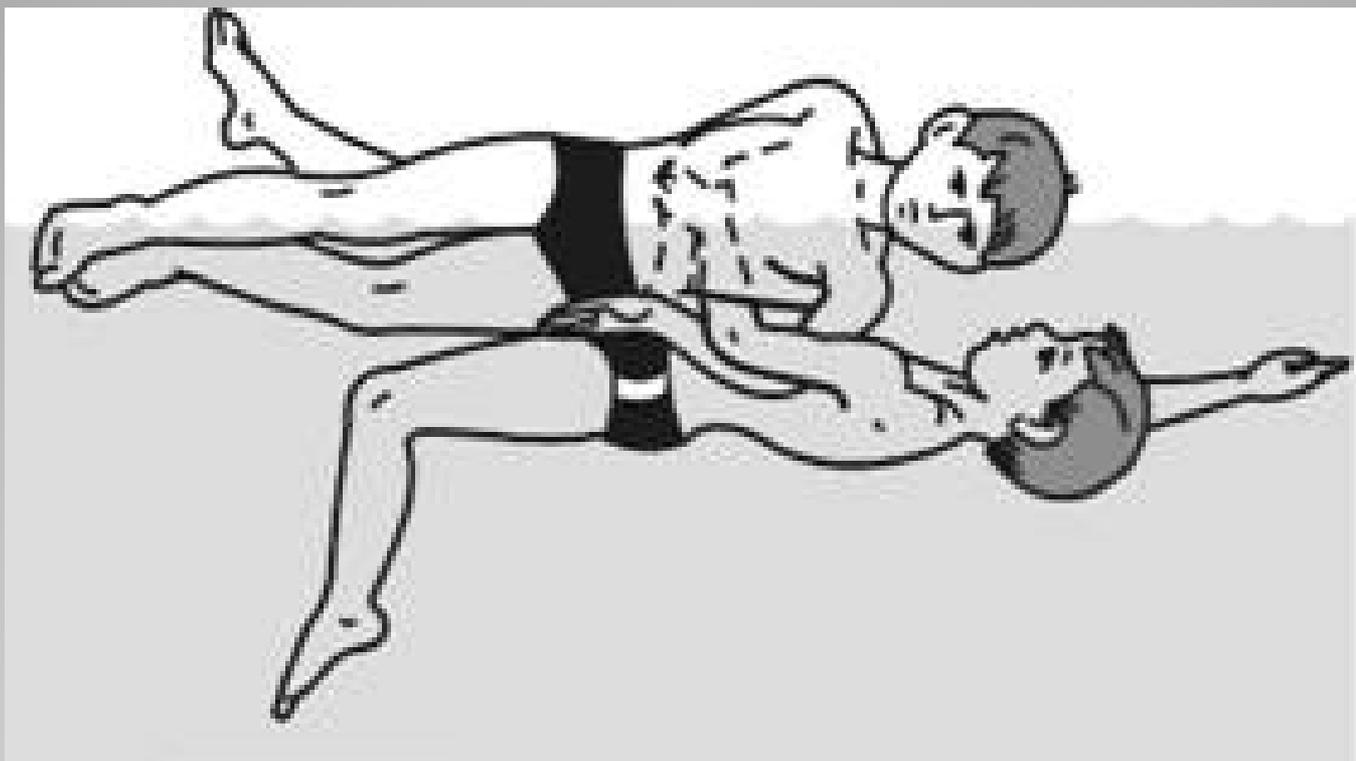
- на боку, держа пострадавшего за подбородок.
- на боку, держа пострадавшего за две руки за спиной.
- брасс на спине, держа пострадавшего за подбородок двумя руками
- на боку, держа пострадавшего за руку
- С вспомогательными средствами

Брасс на спине, держа пострадавшего за подбородок двумя руками

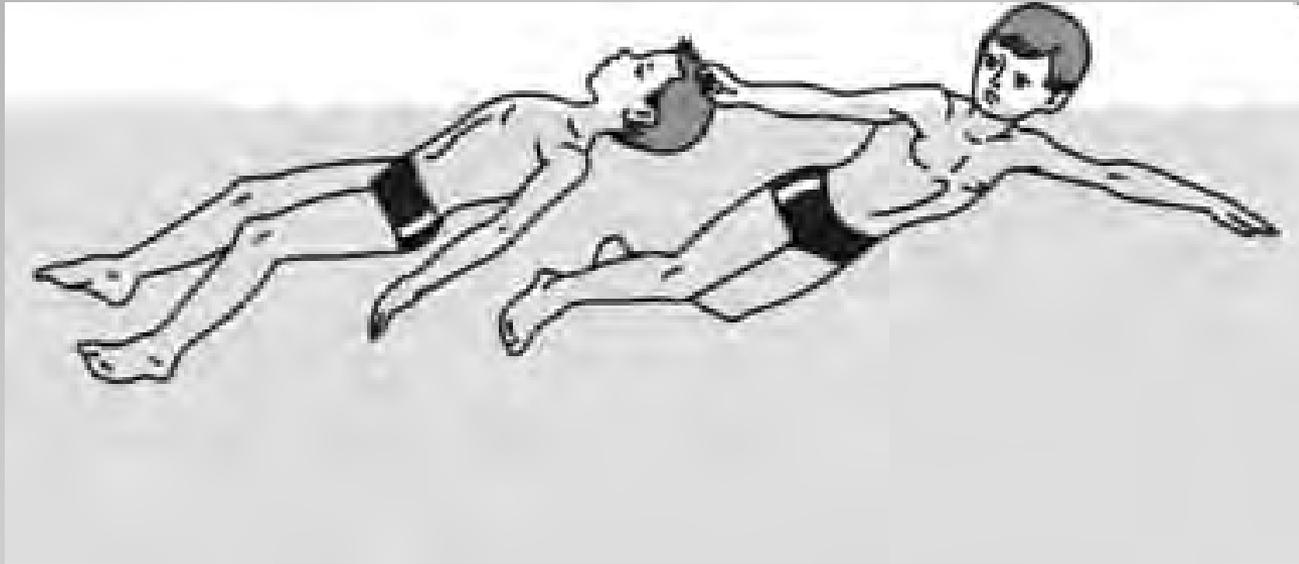


На боку, держа пострадавшего за подбородок





**На боку, держа пострадавшего
за две руки за спиной**



**На боку, держа пострадавшего
за руку или волосы**

- Необходимые навыки прикладного плавания: умение плавать одним из спортивных способов (кроль, на спине, брасс, баттерфляй), нырять и ориентироваться под водой, доставать со дна различные предметы. Овладев этими навыками, ребенок в более старшем возрасте сможет в случае необходимости оказать помощь терпящему бедствие на воде.



- **Практикуемые упражнения на воде:**
- 1. Транспортировка пострадавшего одним и двумя спасателями.
- 2. Захваты и приемы освобождения от них.
- 3. Плавание с помощью одних ног брассом (кролем) на спине, руки над водой (детям лучше взять предметы в руки).
- 4. Плавание избранным для транспортировки способом, удерживая в руках легкий предмет (резиновые и надувные игрушки).
- 6. Плавание избранным способом, транспортируя "пострадавшего" (проплываемое расстояние постепенно увеличивается).
- 7. Умение менять направление (вперед, назад, влево, вправо) при плавании по сигналу (свистку, хлопку) и умение переворачиваться со спины на грудь и наоборот.
- 8. Сбор предметов со дна (шайбы, шары, кольца), во время проплывания под водой (количество предметов постепенно увеличивается).
- 9. Плавание с бросовым материалом (пластиковые бутылки).
- 10. Плавание в одежде и умение ее снимать в воде, не вставая на ноги.

Дети должны знать!

Рисунки детей



Безопасность на воде

Во избежания несчастных случаев нельзя:



Прягать с обрывов и вышек, не проверяя дно

Заплывать за буйки или пытаться переплыть водоемы

Устраивать на воде опасные игры

Далеко отплывать от берега на надувных матрацах и кругах, если вы не умеете плавать

Купаться в неустановленных местах

Оставлять без присмотра детей, стоящих воле воды

Купаться в воде при температуре ниже +18°C

Поддавать ложные сигналы тревоги

Кататься на самодельных плотах

Подплывать к близко идущим судам, лодкам и катерам

Что предпринять если человек тонет:

- Воспользоваться плавсредствами (лодка, надувной матрац, автомобильная камера и т.д.)
- При отсутствии плавсредств к утопающему следует плыть вдвоем, строем
- Оставшись на берегу выкрикивать "Скорую помощь!"

Действия:



Приближаясь к тонущему, объясните ему, чтобы он ухватился за ваше плечо одной рукой и активно работал ногами



Если слова не помогают, схватите тонущего за волосы или обхватите одной рукой вокруг шеи, приподнимите над водой лицо и тащите на берег

© Инфографика БЕЛТА

Первая помощь:

- Пострадавший в сознании
 - Снять мокрую одежду и переодеть в сухое белье
 - Точно укутать
 - Напоить горячим чаем или кофе

Пострадавший в бессознательном состоянии



Очистить полость рта от ила и тины

Удалить из дыхательных путей и желудка воду. Необходимо стать на одно колено, пострадавшего положить животом на свое бедро, надавливая на спину пострадавшего - сжимать его грудь.

После того как вода выпечет



Пострадавшего уложить на спину



Если нормальное дыхание не восстановилось, сделать искусственное дыхание

Внимательно ознакомьтесь!



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ПЛЯЖЕ

СХЕМА ТЕРРИТОРИИ И АКВАТОРИИ ПЛЯЖА



ПОВЕДЕНИЕ ПРИ КУПАНИИ

Купаться разрешено только в местах, оборудованных для купания, при этом:

- соблюдать правила безопасности при купании
- следить за количеством и поведением купающихся
- не допускать переохлаждения и перегрева тела
- выполнять распоряжения спасателей и старших
- оказывать помощь терпящему бедствие на воде
- повышенное внимание оказывать детям
- не умеющие плавать должны купаться в специально отведенных местах

при несчастных случаях звонить по телефонам

МЕТЕОУСЛОВИЯ

Волнение

Скорость ветра

Направление ветра

Температура воды

Температура воздуха

Лучшее время для загара

ВРЕМЯ РАБОТЫ ПЛЯЖА

С до

ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА ПЛЯЖЕ ЗАПРЕЩЕНО:



Играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этого местах



Приходить с собаками и другими животными



Распивать спиртные напитки, курить в сочетании с алкогольным опьянением



Подплывать к моторным, яхтенным судам, моторным лодкам



Загрязнять и засорять водоемы



Заплывать за буйки, обозначающие границы плавания

ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ ЗА БОРТОМ



Не делайте лишних движений, сохраняйте тепло



Машите рукой, чтобы привлечь к себе внимание



Сбросьте мешающую одежду, выбросьте из карманов ненужные предметы



Кричите, если есть шанс, что вас услышат



Не падайте, осмотритесь

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ СПАСАТЕЛЬНЫМ КРУГОМ



Подплыв к кругу, надавите на его край и поставьте в вертикальное положение



Обхватывайтесь им вокруг



Плавайте к берегу или судну

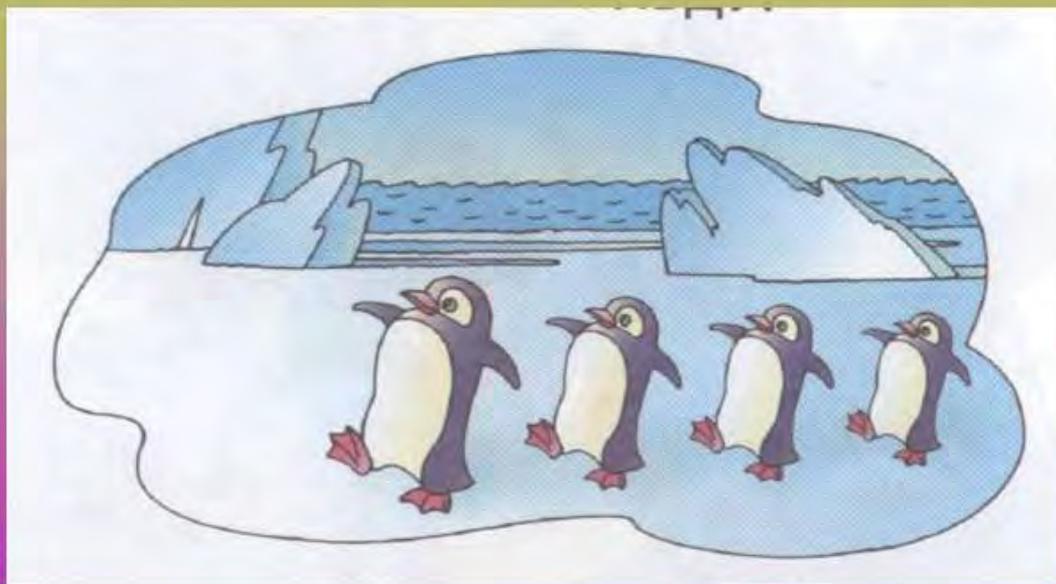


**Скоро зима!!!
Внимание на льду!**



Никогда не ходи по льду один!

Человек! Ты – не пингвин.
Не гуляй один среди льдин!



***Желаю, чтоб такого не
случалось никогда, соблюдайте
правила на воде всегда!***

Спасибо за
внимание!