

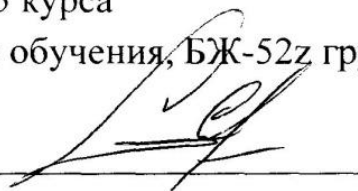
Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное
бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Уральский государственный педагогический университет»
Факультет физической культуры, спорта и безопасности
Кафедра безопасности жизнедеятельности

**ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ НА ВОДОЕМАХ И
МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ
ТОНУЩЕМУ**

выпускная квалификационная работа

Исполнитель:

Сергеев Станислав Сергеевич,
студент 5 курса
заочного обучения, БЖ-52z группы


подпись

Допущена к защите
Зав. кафедрой БЖ

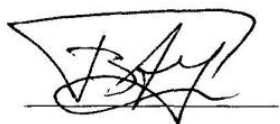
Научный руководитель:

Мельникова Наталья Федоровна
доцент


подпись

9.12.2017

дата


подпись

Екатеринбург
2017

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА I. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ НА ВОДОЕМАХ	5
1.1 Понятие и сущность опасных ситуаций на водоемах	5
1.2 Виды опасных ситуаций на водоемах.....	7
1.3 Правила безопасного поведения на водоемах и алгоритм.....	8
оказания первой помощи тонущему	8
ГЛАВА II. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ	22
2.1 Анализ содержания рабочих программ по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»	22
2.2 Методика обучения оказанию первой помощи тонущему	26
2.3 Методические рекомендации по организации обучения оказанию первой помощи тонущему	30
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	51
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	53
ПРИЛОЖЕНИЕ №1	56
ПРИЛОЖЕНИЕ №2	56
ПРИЛОЖЕНИЕ №3	59

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования: Летом у большинства людей появляется желание искупаться в озере, речке, пруду, зимой выйти на лед порыбачить, или просто «срезать» путь. Независимо от вида водоема необходимо знать и обязательно соблюдать правила поведения и меры безопасности на воде, обучение которым проводится в основном в образовательных организациях в рамках изучения основ безопасности жизнедеятельности, однако количество несчастных случаев все равно находится на высоком уровне. Поэтому очень важно обучить население простейшим умениям оказания первой помощи пострадавшим, ведь, как правило, население в первую очередь приходит на помощь еще до прибытия «карыеты скорой помощи».

Постоянно мы слышим и видим от средств массовой информации тревожную информацию о несчастных случаях, повлекших за собой гибель людей на водных объектах. Согласно данным Главного управления МЧС России по Свердловской области, с начала 2017 года в Свердловской области утонуло 17(из них 4 несовершеннолетних) человек, что в 3 раза меньше чем за аналогичный период 2016 года. [25]

Каждый из нас может оказаться в чрезвычайной ситуации и зачастую исход этой ситуации зависит только от нас самих, нашего поведения, умений и знаний.

С развитием науки и техники, с постоянно увеличивающимся загрязнением окружающей среды, хочется вырваться из «лап каменных джунглей». Окунутся в уральскую природу, отдохнуть на берегу водоема вместе с семьей, друзьями. Но природа ошибок не принимает, поэтому актуальность и востребованность в умениях оказания первой помощи высока.

Проблема исследования: заключается в том, что в результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в рамках образовательной программы учащиеся должны обрести простейшие умения по оказанию первой помощи тонущему, что накладывает ряд условий на организацию образовательного процесса. Если не учитывать данные условия и требования, то невозможно

говорить об эффективной организации образовательного процесса. То есть в ходе исследования предстоит ответить на вопрос: «Какие методы обучения оказания первой помощи пострадавшим в опасных ситуациях на водоемах необходимо использовать для повышения эффективности образовательного процесса?»

Противоречие заключается в том что, если проанализировать учебные программы для 5 - 11-х классов общеобразовательных учреждений (авторы: А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников.) [24], то можно прийти к выводу что у учащегося слабо или совсем не сформирована готовность к оказанию первой помощи терпящим бедствие на водных объектах, так как этой теме всего отведено 2 часа в 8 классе, соответственно эта задача не в полной мере реализуется в образовательных организациях.

Объект исследования: учебно-воспитательный процесс в образовательной организации.

Предмет исследования: методика обучения оказанию первой помощи тонущему.

Цель исследования: разработать методические рекомендации по организации образовательного процесса эффективного обучения оказания первой помощи тонущим.

Задачи исследования:

1. Рассмотреть методическую и педагогическую литературу по теме исследования.
2. Раскрыть сущность опасных ситуаций на водоемах и безопасного поведения населения.
3. Разработать рекомендации по организации образовательного процесса по обучению оказанию первой помощи тонущему.

База исследования: Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Свердловской области «Уральский техникум «Рифей».

ГЛАВА I. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ НА ВОДОЕМАХ

1.1 Понятие и сущность опасных ситуаций на водоемах

Любая опасная ситуация на воде предполагает изолированность людей, нехватку спасательных средств и сил медицинской помощи, возможность появления паники среди тех кто терпит бедствие. В большинстве случаев, последствия катастроф оценивают по числу погибших и количеству пострадавших, хотя в число пострадавших входят также люди, перенесшие тяжелую психическую травму, и люди, на которых самым неблагоприятным образом сказались экстремальные условия внешней среды в опасной ситуации (низкая или высокая температура, ветер и др.).

«Негативное воздействие в системе «человек - среда обитания» называют опасностью или опасной ситуацией. Этим понятием именуют свойство живой и неживой материи причинять ущерб самой материи: людям, природной среде, материальным ценностям. Главным является то, что от этого страдает в первую очередь сам человек. Опасности не обладают избирательным свойством. При своем возникновении они негативно воздействуют на все, что их окружает.» [9]

«Опасная ситуация - это стечение обстоятельств, которое при определённом развитии событий может привести к несчастью». [15]

«Опасная ситуация для человека - это воздействие, способное вызывать негативные нарушения в самочувствии и здоровье людей». [14]

Все опасные ситуации делят на антропогенные и естественные. В нашем случае, опасные ситуации на водоемах тоже могут быть как естественными, так и антропогенными.

«Естественные опасности - это разновидность опасностей, которые возникают при стихийных явлениях в биосфере. Это: наводнения, цунами, паводки». [12]

Характерная особенность естественных опасностей - это внезапность их возникновения, но некоторые человек научился предсказывать, например,

наводнения, цунами. Естественные опасности более менее стабильны по силе воздействия и времени.

«Антропогенные опасности - вид опасностей, возникающих в результате активной техногенной деятельности человека». [16]

«Люди являются источниками антропогенных опасностей, а также все, что создано человеком. Ущерб от антропогенных опасностей тем выше, чем больше плотность и энергетический уровень используемых техногенных средств.» Это - аварии на гидроэлектростанциях, крушение кораблей, розлив нефтепродуктов.

Среди вещей, которые должен уметь каждый человек, есть одна, совершенно необходимая - на несколько минут «заменить» врача. Умение - это может никогда не пригодиться в жизни, но надеяться на это не стоит. Вы никогда не простите себе легкомысленного невежества, если на ваших руках будет умирать человек без самой элементарной помощи.

«Первая помощь - комплекс мероприятий, направленных на восстановление или сохранение жизни и здоровья пострадавшего. Первая помощь может быть оказана как посторонними людьми, так и самим пострадавшим. Часто оказывается, что вовремя оказанная первая помощь помогает спасти жизнь». [7]

Первая помощь должна быть оказана немедленно и должна продолжаться до тех пор, пока пострадавший не будет передан врачу или другому лицу, отвечающему за медицинскую помощь с целью: [7]

- спасти человеку жизнь;
- не допустить ухудшения его состояния;
- создать условия для его дальнейшего лечения и выздоровления.

С целью правильного оказания первой помощи следует придерживаться определенной методики.

«Методика - фиксированная совокупность приемов практической деятельности, приводящей к заранее определенному результату». [19]

В нашем случае мы рассматриваем методику оказания первой помощи тонущему.

«**Тонуций** - это человек, который оказался в воде и по каким-либо обстоятельствам не может держаться на плаву». [21]

«**Водоем** - постоянное или временное скопление бессточных или с замедленным стоком вод в естественных или искусственных впадинах (озера, водохранилища, пруды, копани и т.д.). В широком смысле, также - обозначение морей и океанов». [4]

«**Утопление** - терминальное состояние или наступление смерти вследствие аспирации (проникновения) жидкости в дыхательные пути, рефлекторной остановки сердца в холодной воде либо спазма голосовой щели, что в результате приводит к снижению или прекращению газообмена в легких». [17]

Поэтому нам необходимо рассмотреть правила безопасного поведения на воде и алгоритм оказания первой помощи тонущему.

1.2 Виды опасных ситуаций на водоемах

Опасные ситуации на водоемах бывают различного характера: [31]

- Гидрологические

«Эти ситуации напрямую связаны с водой. Это наводнения (затопление водой, образовавшейся из-за длительных ливней, сильного таяния снегов, снегопадов, которое причиняет не только материальный ущерб, но и наносит урон людскому здоровью и приводит к их гибели); цунами (огромные морские волны, которые возникают из-за сдвига вниз или вверх морского дна во время землетрясений), подтопления, раннее появление льда на реках, по которым ходят суда, снижение и подъем уровня воды.»

Гидрологические опасные ситуации так же подразделяются еще на морские гидрологические и гидрогеологические.

Морские гидрологические. Это тайфуны, сильный шторм, цунами, дрейф льда, сильное волнение (5 баллов и более), сильный тягун в портах, ранний

ледяной покров и припай, непроходимый (труднопроходимый) лед, обледенение судов и портовых сооружений, отрыв прибрежных льдов. Почему корабли обледеневают? Основная причина так называемое «забрызгивание» судна. Морская вода из-за ветра или ударов волны о борт некоторое время находится в воздухе, быстро охлаждается на морозе, поэтому со временем на обшивке возникает ледяная корка, которая растет и растет, затем покрывает все больше площади. Это очень мешает передвижению: ухудшается управляемость, возникает крен, снижается скорость.

Гидрогеологические опасные явления. Низкие уровни грунтовых вод; высокие уровни грунтовых вод; аварии речных и морских грузовых судов, а так же аварии (катастрофы) речных и морских пассажирских судов:

гидродинамические аварии:

прорывы плотин с образованием волн прорыва и катастрофических затоплений;

прорывы плотин с образованием прорывного паводка;

прорывы плотин, повлекшие смыв плодородных почв или отложение наносов на обширных территориях.

- Метеорологические и Гидрометеорологические опасные явления:

«бури (9-11 баллов); ураганы (12-15 баллов); смерчи, торнадо; шквалы; вертикальные вихри; крупный град и сильный дождь (ливень).»

1.3 Правила безопасного поведения на водоемах и алгоритм

оказания первой помощи тонущему

Умение хорошо плавать - это важная гарантия безопасного отдыха на водоеме, но важно помнить, что хороший пловец обязан соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго настрого соблюдать правила поведения на воде. Перед тем как купаться нужно отдохнуть. Не стоит входить в воду разгоряченным. Не следует отплывать далеко от берега, заплывать за предупредительные буйки. Купаться нужно в специально отведенных и оборудованных для этого местах. Так же перед купанием в незнакомых местах

необходимо обследовать дно. Входить в воду надо осторожно и медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановиться и быстро окунуться. Не следует плавать одному, особенно, если не уверены в своих силах. Опасно переоценивать свои силы. Всем известно, что чаще всего тонут те кто думает что плавает хорошо. Они чувствуют себя в воде очень уверенно и из-за этой ложной уверенности, и тонут.

На пляжах и в местах массового отдыха запрещается: [5]

- купаться в не отведенных для этого местах;
- купание в местах с выставленными щитами, на которых изображены предупреждающие и запрещающие знаки и надписи;
- заплывание за буйки, которые обозначают отведенный для купания участок акватории водного объекта;
- подплывание к судам и иным плавучим средствам;
- нырять с не предназначенных для этих целей сооружений в воду;
- распитие алкогольных напитков, купание в состоянии алкогольного опьянения;
- хватать других отдыхающих за руки и ноги во время игр на воде;
- людям, не умеющим плавать, следует купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1 метра;
- привод на пляж с целью купания собак и других животных;
- плавание на не приспособленных для этого средствах (предметах);
- ловля рыбы на пляжах;
- засорять(загрязнять) поверхность и берега водоемов общего пользования, а также территорию пляжа;
- игры с мячом и другие спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также допуск на воде непреемлимых действий, связанных с нырянием и захватом купающихся;
- прыгание в лодку и ныряние с лодки;
- долгое нахождение в холодной воде.»

Правила поведения во время весеннего паводка.

- Нельзя выходить на лед во время весеннего паводка.
- Нельзя кататься на самодельных плотках, досках, бревнах, плавающих льдинах и других предметах.
- Нельзя прыгать с одной льдины на другую.
- Нельзя стоять на обрывистых и подмытых берегах, потому что они могут обвалиться.
- При наблюдении за ледоходом с моста, набережной причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.
- Нельзя подходить близко к заторам, плотам, запрудам, нельзя устраивать игры в этих местах.
- Нельзя подходить близко к ямам, котловинам, канализационным люкам и колодцам.

Правила поведения на водоемах в зимний период

- Нельзя выходить на лед ночью и при плохой видимости (туман, дождь, снегопад).
- Используйте ледовые переправы при переходе через водоем.
- Не проверяйте прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара подручным средством покажется немного воды, - это значит, что лед тонкий, по нему нельзя ходить. В этом случае немедленно развернитесь по своим же следам вернуть к берегу, не отрывая ног от льда и расставив их широко. Точно так же делают при потрескивании льда и образовании в нем трещин.
- При вынужденном переходе водоема безопаснее всего идти по проложенной тропе. Но если их нет, то перед тем, как выйти на лед, необходимо внимательно осмотреться и обдумать предстоящий переход.
- При переходе водоема в составе группы, нужно держать расстояние друг от друга, примерно 5-6 метров

- Замерзший водоем лучше переходить на лыжах(крепления лыж расстегнуть, для чтобы при необходимости быстро сбросить); лыжные палки в руках, петли на руки не накидывать.
- Если есть портфель, повесьте его на одно плечо.
- Родителям не отпускать детей на лед без присмотра.
- Нельзя выходить на лед в алкогольном опьянении. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

Основные алгоритмы оказания первой помощи [7]

Первый вопрос, который встает перед врачом - диагноз. Поэтому нечто подобное должны решить и вы, оказывая первую помощь.

Что случилось? От этого зависят ваши действия в ближайшие секунды. Человек потерял сознание. Возможно, это болевой шок (например, при переломах), возможно - утопление, не исключено - солнечный удар. Беглый осмотр пострадавшего и места происшествия подскажет вам причину несчастия, а значит - и ваши дальнейшие действия. Но сразу же необходимо вызвать «Скорую помощь», а если это невозможно - подготовить пострадавшего к транспортировке в ближайший медицинский пункт.

Для начала важно понимать, что не каждый тонущий будет звать на помощь или барахтаться в воде. Судороги голосового аппарата, нарушение дыхания, паника могут мешать утопающему привлечь внимания тех, кто на берегу.

На то, что человеку нужна помощь, может указать его бултыхание на одном месте, периодичный уход под воду и паника в движениях и мимике лица. Если вы не уверены, что тонущий действительно тонет, постарайтесь позвать его или привлечь внимание окружающих. Если подтвердилось что человеку необходима помощь, для начала надо вспомнить как нужно оказывать помощь тонущему.

Бросаться в воду на помощь не должно быть первым, что придет вам в голову в данной ситуации, особенно если вы - не очень опытный пловец. Лучше сделать следующие шаги:

1. Попросите помощи у других.
2. Разведайте, нужно ли для спасения утопающего прыгать в воду или можно оказать помощь с берега.
3. Найдите предметы, которые возможно могут помочь в спасении.

Если расстояние до утопающего позволяет вытащить его на берег без необходимости погружаться в воду, вам необходимо громко и четко объяснить утопающему, что ему нужно крепко обхватить вашу руку. Старайтесь говорить спокойно, но уверенно, чтобы не усилить панику утопающего. Для того чтобы вам не оказаться в воде, примите позу лежа, с широко расставленными руками и ногами и попросите кого-нибудь вас держать. Сделайте все необходимое, чтобы спасение утопающего не стало для вас смертельным.

Если дотянуться рукой до пострадавшего не представляется возможным, найдите крепкую палку или любой рядом надежный предмет и, протяните его тонущему. Объясните, что он должен крепко за него держаться. Если у утопающего нет сил за что-то держаться, то придется все-таки погрузиться в воду, чтобы помочь ему (этот вариант подходит если вы не одни оказываете помощь).

Находящийся под рукой любой нетонущий предмет поможет удержать человека на плаву. Если есть возможность, привяжите веревку к этому предмету, что будете использовать. С ее помощью вытащить пострадавшего из воды будет гораздо проще. [23]

Однако будьте осторожны и аккуратны при бросании предмета утопающему. Не попадите в него самого. Рассчитайте бросок так, чтобы предмет донесло течением к тонущему. Если тонущий ослаб и не может схватиться за предмет, нужно подплыть к нему и помочь это сделать.

Что делать, если вы увидели тонущего далеко от берега? Если вы хорошо плаваете и обладаете хорошей физической подготовкой, можете смело прыгать

в воду. Но будет лучше, если попросите кого-нибудь поплыть с вами для страховки.

Не стоит рисковать если вы не уверены что сможете справиться с этой задачей. Лучшее, что вы можете сделать в этой ситуации, это звать на помощь. Если вы находитесь в общественном месте, то скорее всего найдется тот кто знает что необходимо делать. Пока организуется операция по спасению, вызовите скорую помощь.

Спасение тонущего охваченного паникой, довольно опасно. Борясь за жизнь, он может вести себя не адекватно. В состоянии шока он может совершать действия угрожающие жизни не только его, но спасающего. Тонущий может хвататься за того, кто оказывает ему помощь, погружая их под воду.

Лучше подплывать к утопающему сзади, чтобы оставаться незамеченным. По возможности берите с собой спасательный круг или любой предмет (нетонущий), чтобы легче было держаться на поверхности воды. Не прыгайте в воду в одежде, так как при ее намокании это усложнит ваше передвижение, а тонущему будет легче за вас зацепиться.

Транспортировка утопающего зависит от его состояния. Если он адекватен и спокоен, вы с легкостью сможете транспортировать его.

Если человек в панике хватается за вас, для начала расслабьтесь и погрузитесь с ним в воду, он отпустит вас и устремится к поверхности, и у вас будет возможность правильно его схватить. Хороший вариант обхвата - со стороны спины завести вашу руку под руку утопающего и схватиться за его противоположное плечо.

Если человек ведет себя спокойно, то его можно транспортировать различными способами (Приложение 1).

Спасение утопающего, провалившегося под лед, совсем иное. Не теряя ни секунды, необходимо вызвать спасателей и бригаду скорой помощи. Затем аккуратно необходимо помочь утопающему выбраться из воды. Для этого

нужно снарядиться палкой, шарфом, поясом или другим предметом, за который может ухватиться утопающий.

Подбираться к утопающему следует со стороны самого толстого льда. Делать это необходимо только ползком, широко расставив руки и ноги. После того как утопающий схватит край используемого вами предмета, медленно, плавными движениями отодвигайтесь назад, таща его за собой. Добираясь по льду до берега, старайтесь держаться друг от друга на расстоянии, медленно ползти, избегая резких движений.

Существует две формы пострадавших на водоемах - легкая и тяжелая.

Первая помощь людям, пострадавшим на воде в легкой форме: если в дыхательные пути попало незначительное количество жидкости, то достаточно успокоить и обогреть пострадавшего. [9]

Первая помощь людям, пострадавшим на воде в тяжелых случаях: делят на два типа: «синий» и «бледный». В первом случае утопающий не сразу тонет, а бултыхается и на поверхности пытается удержаться. При вдохе он глатает много воды, которая переполняет желудок и попадает в легкие. Развивается резкое кислородное голодание, что обуславливает синюшный цвет кожи. Пострадавшего извлекают из воды без сознания, необходимо срочно начать проведение мероприятий по возвращению к жизни пострадавшего. [8] Пусть пострадавший не подает признаков жизни, это не должно вас останавливать. Запомните: любые сомнения должны толковаться в пользу жизни! До тех пор, пока есть малейший шанс спасти человека, надо проводить мероприятия по его оживлению.

Если у пострадавшего отсутствует сердцебиение, дыхание, сознание и реакция зрачков на свет, это еще не значит, что он погиб. Это явления клинической смерти. Человека еще можно вернуть к жизни. Без дыхания и сердцебиения у пострадавшего клетки мозга начинают гибнуть через 4 - 5 минут. Но если человеку оказывают помощь (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца), наступление биологической смерти можно

предотвратить. Итак, ваши действия должны быть решительными и умелыми. Главное - собраться!

1. Первым делом, нужно освободить рот пострадавшего от песка или ила с помощью куска ткани, а так же дыхательные пути и внутренние органы от воды. Для этого тело пострадавшего кладут вниз лицом, так чтобы голова оказалась ниже уровня тела.
2. При отсутствии дыхания сразу проводится дыхательная реанимация. Самым простым, не требующим оборудования, является способ вентиляции легких по способу «изо рта в рот» или «изо рта в нос» (Приложение 3). Прежде всего надо правильно уложить пострадавшего, чтобы обеспечить свободную проходимость дыхательных путей. Положите пострадавшего на спину и встаньте рядом с ним на колени. Расстегните его одежду. Поддерживая одной рукой шею человека, другую положите на лоб и запрокиньте его голову назад (дыхательные пути откроются полнее). Челюсть необходимо выдвинуть вперед. Сделайте глубокий вдох, плотно прижмите свой рот к рту пострадавшего и с силой выдохните воздух (свободной рукой зажав нос пострадавшего). Выдох осуществится сам собой, пассивно. Число дыханий в минуту должно быть 12 - 16. Вдувание надо производить быстро и резко (у детей менее резко), объем вдуваемого воздуха должен быть максимальным. Чтобы избежать гигиенических неудобств, вдувание можно делать через марлевую салфетку или платок. Если челюсти пострадавшего не удастся раздвинуть, то дыхание проводят через нос, закрыв при этом рот больного рукой. При оказании помощи ребенку, вдувание производится одновременно и в рот, и в нос. Частота 18 - 20 в минуту, менее резко, чем взрослым.
3. Если же еще отсутствует пульс на шее, одновременно делают непрямой массаж сердца. Смысл ваших действий - ритмично сжимать сердце человека между грудиной и позвоночником, а значит «работать» вместо него, создавая искусственное кровообращение. При проведении непрямого массажа сердца необходимо следить за дыханием и осуществлять ИВЛ, ибо одно восстановление сердечной деятельности при отсутствии дыхания не

эффективно. Дело в том, что при прохождении крови через легкие в случае отсутствия дыхания не происходит обогащения крови необходимым для нормальной деятельности организма кислородом. Поэтому проведение непрямого массажа сердца без одновременной ИВЛ не имеет смысла. Необходимо проводить как массаж сердца, так и ИВЛ. Положите пострадавшего спиной на твердую поверхность (чтобы спина ни в коем случае не прогибалась). Положите скрещенные ладони на нижнюю треть грудины и, используя вес своего тела, резко энергично надавливайте на нее: грудина должна прогибаться на 4 - 5 сантиметров. Частота сжатий 50 - 70 в минуту. У детей не прямой массаж сердца проводится одной рукой и несколько слабее. Массаж требует немалых сил, будьте к этому готовы. Кроме того, одновременно приходится делать искусственное дыхание. На один вдох 5 надавливаний на грудину. Естественно, когда есть возможность, мероприятие по оживлению лучше делать вдвоем, разделив функции. Действовать надо активно и не теряя надежды на успех. Если оживление идет эффективно, появляется слабый пульс и дыхание, кожа немного порозовеет, зрачки сузятся. Но даже отсутствие этих признаков не должно останавливать вас. Помните! Человек не умер, пока в клетки мозга поступает кислород и кровь.

4. Нужно находиться в готовности к возникновению рвоты, так как в желудок попадает большое количество воды. При рвотных позывах голову пострадавшего поворачивают набок, затем очищают ротовую полость.

При «бледном» типе утопления пострадавший не борется за жизнь и очень быстро идет ко дну. Это часто происходит, когда человек погружается в воду в состоянии паники. Под действием холодной воды может наступить неожиданная остановка сердца и дыхания. Вода в легкие при этом не попадает.

Во втором случае утопления, на берегу следует немедленно приступить к сердечно-легочной реанимации:

В случае отсутствия дыхания приступают к искусственному дыханию по способу (рот в рот или рот в нос).

1. Тело пострадавшего должно лежать на твердой ровной поверхности, а голова должна быть максимально отклонена назад (чтобы воздух попадал в легкие, а не в желудок).
2. Искусственное дыхание проводится через марлю или платок.
3. В случае остановки сердца делают непрямой массаж сердца и искусственное дыхание одновременно, нажимая на грудь несколько раз между вдохами.
4. Лучше это делать вдвоем.
5. Попросить присутствующих немедленно вызвать «скорую помощь».
6. Помнить, что интенсивность сердечно-легочной реанимации зависит от возраста пострадавшего.

Реанимацию надо проводить долго, возможно даже несколько часов, не прекращая ее при транспортировке. Вы должны делать это или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения или же до явных признаков биологической смерти (окоченение, помутнение роговицы, появления трупных пятен). В любом случае пострадавшего надо доставить в лечебное учреждение. Если у него повреждены шейные позвонки или голова, по бокам головы надо положить два валика из свернутой одежды или одеял так, чтобы голова не двигалась. При перекладывании надо придерживать голову пострадавшего, чтобы не было движений в шейном отделе позвоночника. Переносить пострадавшего надо очень бережно на носилках или жестком щите.

Таблица 1

Интенсивность сердечно-легочной реанимации

Возраст	Взрослый (старше 10 лет)	Ребенок (1-10 лет)	Младенец (до года)
Положение рук	Две руки, 2 поперечных пальца вверх от прикрепления мечевидного	Одна рука 2 поперечных пальца вверх от прикрепления мечевидного	Два пальца на нижней половине грудины (на ширине одного пальца ниже сосков)

	отростка	отростка	
Глубина нажатия	Примерно 4-5 см	Примерно 3 см	Примерно 1,5- 2 см
Вдох	Медленно, до поднятия грудной клетки, в течение 1,5-2 сек	Медленно, до поднятия грудной клетки, в течение 1-1,5 сек	Медленно, до поднятия грудной клетки, в течение 1-1,5 сек
Цикличность	15 толчков - 2 вдувания	5 толчков - 1 вдувание	5 толчков - 1 вдувание
Частота	80-100	100-120	>120

По статистике, в кораблекрушениях умирает меньше людей, чем во время купания. Умение плавать - не дает гарантии безопасного отдыха на воде. Можно не умея плавать оказаться в воде; можно уплыть далеко от берега и при этом устать. Так же может унести сильным течением или можно запутаться в водорослях. Замерзший водоем также представляет опасность - проваливание под лед. Соблюдая меры безопасности, можно избежать этих непредвиденных ситуаций.

Несколько мер предосторожности помогут избежать несчастного случая:
[12]

- учитесь плавать с раннего детства;
- если плаваете плохо, не доверяйте надувным предметам;
- помните, что паника - основная причина трагедий на воде;
- обращайте внимание на признаки усталости во время пребывания в воде;
- не купайтесь и не ныряйте в незнакомых местах, не заплывайте за буйки;
- не приближайтесь к судам и не выплывайте на судовой путь;
- не купайтесь в нетрезвом виде и в шторм.

Перед тем как купаться, задайте себе вопрос:

- Какая глубина?
- Какая температура воды?
- Есть ли под водой опасные предметы?
- Есть ли течения?

Также, посмотрите наличие спасательных средств. Лодка, спасательный круг, веревка или длинный шест могут спасти жизнь тонущего и избавить неподготовленного человека от опасных для него попыток оказать помощь в воде.

Особенно важно получить ответы на вопросы, если место купания незнакомо.

Отдыхая на берегу водоема человека подстерегают опасности не только непосредственно в воде. В солнечный жаркий день можно не только понежиться на солнышке, но и получить солнечный удар.

Солнечный удар - это перегрев головного мозга, который наступает обычно в жаркие дни под воздействием прямых солнечных лучей. Как правило - это результат долгого пребывания на солнце без защиты одежды. Опасность солнечного и теплового удара увеличивается при физической нагрузке и недостатке воды. Дело в том, что организм не успевает удалить чрезмерное тепло и быстро перегревается.

На первых порах человек ощущает усталость, головную боль, головокружение, боли в ногах. Возможна рвота. Позднее - шум в ушах, одышка, учащенное сердцебиение. Если в это время принять необходимые меры, заболевание не развивается. Но в случае, если пострадавший продолжает оставаться на солнце и в тепле, развивается процесс, обусловленный поражением центральной нервной системы: тяжелая одышка, частый и слабый пульс, галлюцинации, температура до 41 С, судороги, бред. Такое состояние все ухудшается, дыхание становится неровным, возможен паралич дыхания и остановка сердца.

Помощь: Пострадавшего необходимо уложить (приподняв голову) в тень или прохладное помещение, снять одежду. Необходимы холодные компрессы

на голову, шею, грудь, можно обернуть тело мокрой простыней. Однако охлаждение не должно быть резким и быстрым. Если человек не потерял сознание, его надо напоить холодной водой (алкоголь исключается!). При нарушении дыхания немедленно начинайте проводить искусственное дыхание. Избежать солнечного удара очень просто: ваша одежда должна быть легкой и светлой, обязательно надо носить головной убор. Не отказывать себе в питье, не засиживаться на солнце и вообще не злоупотреблять выносливостью своего организма, чаще охлаждаться и быть в тени. Особенно опасно долго сидеть на солнце!

Выводы по I главе

В ходе данной работы была изучена психолого-педагогическая литература и программные материалы по курсу ОБЖ. Мы пришли к выводу, что в литературных источниках на данный момент указано недостаточно перечней навыков оказания первой помощи.

Несмотря на достаточно высокий уровень информированности учащихся о травматизме в силу огромного ряда причин не снижается количество людей, попадающих в чрезвычайные ситуации, которым нужна своевременная помощь. В первую очередь пострадавшими могут оказаться друзья школьника, потому как их свободный отдых, как правило, более опасный, чем у взрослых, они представлены сами себе и порой ради интереса лезут туда, куда не следовало бы. Так сказать, притуплено чувство самосохранения. Получают травмы и им порой просто необходима первая помощь.

Многие дети не обладают достаточным багажом знаний для оказания первой помощи, не умеют предусмотреть опасные последствия своих действий. Часто дети не знают, как и не умеют правильно действовать в опасной ситуации.

Поэтому в школах следует больше уделять внимания формированию у учеников умений оказания первой помощи. Формирование умений должно проводиться на практических занятиях. В рамках нашего исследования мы

рассматриваем этапы формирования умений по оказанию первой помощи тонущему.

Учитывая изучение литературы по психологии и педагогике, необходимо отметить, что умение формируется в течении серии занятий и не может быть сформирован только в ходе теоретического изучения материала. Важным и необходимым условием является практическое применение знаний, что возможно только в ходе практических занятий. Что говорит о том, что необходимо применять активные методы обучения как в ходе изучения теоретического блока (что обусловлено необходимостью личностного отношения учащихся к материалу, высокого уровня мотивации и вовлеченности учащихся в процесс обучения), так и в ходе практических занятий (учащиеся должны самостоятельно выполнять действия и уметь проектировать различные экстремальные ситуации). При этом необходимо добиться того, чтобы ряд действий был доведен до автоматизма, а это возможно только при неоднократном повторении действий.

ГЛАВА II. МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ

2.1 Анализ содержания рабочих программ по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

Общие положения.

«Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в общем образовании - это единая, непрерывная система целенаправленной педагогической работы, обеспечивающая надлежащий уровень подготовленности обучающегося в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, сохранения и укрепления своего здоровья.»[10]

Самая важная цель в подготовке обучающихся по ОБЖ - это подготовка гражданина к четким, осознанным и правильным действиям по обеспечению личной безопасности, безопасности товарища, общества и государства в целом.

Общие задачи по подготовке: [24]

- Обеспечение обучающихся психолого-педагогическими знаниями, которые в свою очередь обеспечат понимание ими проблем собственной, социальной безопасности и безопасности государства, и способов подготовки к их решению;
- Совершенствование разумной осмотрительности, осторожности, бдительности на обнаружение и принятие во внимание негативных факторов в оценивании угроз и опасностей, и трудностей при их преодолении;
- Повышение уровня навыков и знаний в обеспечении безопасности жизнедеятельности, уверенности в максимально успешном преодолении трудностей, вера в свой успех при встрече с неадекватными и опасными ситуациями в состоянии «разрыва шаблона»;
- Развитие полезных привычек, умений и навыков, которые обеспечивают результативные действия при решении вопросов безопасности, умение систематизировать знания по вопросам безопасности жизнедеятельности и их эффективное применение в повседневной жизни;

- Формирование установок на согласованные, совместные действия в составе группы при возникновении опасной ситуации, а также умений оказания само- и взаимопомощи сообща.

Содержание общего образования по основам безопасности жизнедеятельности определяется за счет времени вариативной части базисного учебного плана.

1. Распределение тематики основ безопасности жизнедеятельности должно соответствовать возможностям обучающихся, их возрастным особенностям по освоению материала с учетом особенностей региона, а также особенностей уровней безопасности:

- а. первый уровень (начальные классы) - безопасность школьника;
- б. второй уровень (основные классы) - безопасность личности;
- в. третий уровень (старшие классы) - безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

2. Федеральный компонент государственного стандарта начального общего образования предусматривает изучение отдельных элементов основ безопасности жизнедеятельности в интегрированном учебном предмете «Окружающий мир». В этом случае на изучение основных вопросов безопасности жизнедеятельности в курсе «Зеленый дом» автора А. А. Плешакова отведено более 25 часов, в курсе «Природа и люди» автора З.А. Клепиной - более 20 часов, в курсе «Окружающий мир» автора Н.Ф. Виноградовой - более 25 часов, в курсе «Мир и человек» автора А.А. Вахрушевой - более 15 часов. [1]

На формирование у обучающихся младшего школьного возраста системных знаний о здоровом образе жизни и личной гигиене, приемах и правилах самозащиты и поиска своевременной помощи со стороны взрослых (в том числе по телефону), об угрозах и опасностях в сфере жизнедеятельности школьника, об обеспечении безопасности собственных действий и предотвращения опасных ситуаций и конфликтов дома, в школе, на улице, в общественных местах, на водоемах, при пожаре, а также умений оказания

первой помощи рекомендуется осуществлять за счет времени компонента образовательного учреждения из расчета не менее пол часа в неделю (17 часов в год).

Для этой цели лучше всего подходит авторская программа по курсу ОБЖ для 1-4 классов общеобразовательных учреждений автора А.Т. Смирнова и др., альбомы с задачами «Жизнь без опасности» автора Л.П. Анастасовой и др., серия рабочих тетрадей «Безопасное поведение» автора А.В. Гостюшина, дополнительные пособия из серии «Азбука безопасности» автора А. Иванова.

3. Федеральный компонент государственного стандарта основного общего образования устанавливает обязательное изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 8 классе по 1 часу в неделю и определяет самостоятельные образовательные линии (обеспечение личной безопасности в повседневной жизни; оказание первой помощи; основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях), которые дают обобщенное представление об обязательном минимуме содержания основных образовательных программ. [2]

Сформированность у обучающихся системных знаний, умений и навыков обеспечивать свое здоровье и безопасность, оценивать и строить свою жизнедеятельность с позиций собственной безопасности в среде обитания, возможна за счет вариативного подхода к образованию по ОБЖ, адаптированного к специфике образовательной деятельности и формирования содержания тематических направлений.

Вследствие этого в основной школе дополнительное время на изучение основ безопасности жизнедеятельности рекомендуется отводить за счет времени регионального компонента из расчета не менее 1 часа в неделю (34 часа в год) в 5, 6, 7, 9-х классах.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) за период своего существования накопил огромный опыт преподавания этого предмета. Произошли некоторые изменения в содержании общего образования в сторону более подробного изучения вопросов, связанных с обеспечением

безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, а так же повседневной жизни человека. Была разработана учебно-методическая литература и комплекты. В большом количестве ВУЗов страны была открыта новая специальность «Безопасность жизнедеятельности», квалификация - учитель безопасности жизнедеятельности. Так же, были подготовлены научные и педагогические кадры. Во многих образовательных учреждениях предмет ОБЖ преподается за счет вариативной части базисного учебного плана, как региональный компонент. По факту, происходит закладывание углубленности содержания и психолого-педагогических технологий ОБЖ, формируют личность обучающегося, который должен ответственно относиться к личной безопасности, безопасности сверстников, общества и государства в целом.

Но при этом доступность к организации учебного процесса предмета ОБЖ на должном уровне не происходит.

Причинами для этого служат:

- недостаток четкого прогноза работы, опирающегося на анализ текущего состояния и содержания безопасности жизнедеятельности как научной и учебной дисциплины;
- частичность подхода к преподаванию ОБЖ в общеобразовательных учреждениях на субъектовом уровне, нехватка четкого тематического планирования образования обучающихся в области безопасности жизнедеятельности;
- отсутствие четких требований к уровню подготовки обучающихся на субъектовом уровне, конкретизирующих результаты освоения учебного предмета ОБЖ и показывающих их умения обеспечить свою безопасность в быту, в опасных и чрезвычайных ситуациях различного характера, постоянном пополнении и улучшении своих знаний и умений в этой области.

Таблица 2

Тематическое планирование уроков ОБЖ по безопасности на водоемах и
правилам оказания первой помощи тонущему

Класс	Уроки	Кол-во часов
5	Безопасность на водоёмах. Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.	2
6	Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.	1
7	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1
8	Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Безопасный отдых на водоемах. Оказание помощи терпящим бедствие на воде.	3
	Оказание первой помощи утопающему	1
9	Нет	

2.2 Методика обучения оказанию первой помощи тонущему

План-конспект внеклассного занятия

8 класс

Учитель Сергеев Станислав Сергеевич

ГБПОУ СО «Уральский техникум «Рифей»

Тема: «Безопасное поведение на водоемах и оказание первой помощи тонущему»

Цели урока:

Знать - основные виды потенциальных опасностей на водоемах и их последствия, принципы снижения вероятности их возникновения.

Уметь - оказывать первую помощь утопающему.

Оборудование: презентация «Первая помощь утопающему», компьютер, проектор, тренажер для спасения утопающего (манекен) «Степа».

Ход урока:

Организационный момент.

- Здравствуйте, дорогие ребята! Сегодня у нас необычное занятие. Необычно оно тем что будет проводится не в стандартной обстановке.

Сегодня на уроке будет присутствовать спасатель МЧС России. Он вам расскажет о правилах безопасного поведения на воде, как в летний, так и в зимний период. Затем мы с вами будем учиться оказывать первую помощь утопающему.

Слово предоставляется спасателю МЧС России...

Изучение новой темы.

- Ребята! В человеческой жизни бывают такие моменты, когда происходят несчастные случаи на улице, на учебе, работе, во время купания. Вы можете оказаться рядом и ничего не сможете предпринять при этом. Почему? Да просто потому, что вы не знаете что делать, как поступить в той или иной ситуации. А время, отведенное для сохранения жизни пострадавшего, неумолимо уменьшается. Чтобы не потерять этот возможно последний шанс в таких экстренных ситуациях, мы должны знать об оказании первой помощи при несчастных случаях.

- Посмотрите на это изображение (показ изображения утопающего человека)

- Что же произошло? (Ответы детей)

- Приходилось ли вам спасти утопающего? (Ответы детей)

- Умеете ли вы это делать? (Ответы детей)

Сегодня нам необходимо научиться оказывать помощь утопающему. Итак, сегодняшняя тема урока: **«Безопасное поведение на водоемах и оказание первой помощи тонущему»**

- Когда чаще всего бывают случаи утопления?

Ответ: «Во время купания».

- Почему, как вы думаете?

Ответ: «Не соблюдают правила безопасного купания».

- Давайте вспомним эти правила...

Во избежание несчастных случаев на воде, запрещается:

- Купаться в не отведенном для этого месте.
- Прыгать с обрывов и случайных вышек.
- Заплывать за буйки и знаки ограждения мест купания.
- Устраивать в воде опасные игры.
- Долго купаться в холодной воде.
- Далеко отплывать от берега на надувных матрацах и кругах, если вы не умеете хорошо плавать.
- Резко входить в воду или нырять после длительного пребывания на солнце, сразу после приема пищи, в состоянии утомления.
- Купаться в темное время суток.
- Купаться в состоянии алкогольного опьянения.

Транспортировка пострадавшего к берегу:

Учитель рассказывает о способах транспортировки пострадавшего, а также способах освобождения от захватов. Параллельно идет показ слайдов (способы транспортировки).

На следующем занятии проведем практическое занятие по транспортировке пострадавшего и способах освобождения от захватов в плавательном бассейне.

Первая помощь утопающему на берегу:

Если пострадавший находится в бессознательном состоянии необходимо сделать следующее:

1. Уложить пострадавшего животом на свое бедро так, чтобы его голова свисала вниз, энергично нажимая на грудь и спину, вода выйдет;
2. Положить пострадавшего на спину и быстро очистить ему рот от ила и песка (30 – 40 секунд).
3. Если пострадавший не дышит, немедленно начать выполнять искусственное дыхание методом «изо рта в рот», «изо рта в нос».

НЕ забываем о личной гигиене!!! Искусственное дыхание делайте через любой хорошо продуваемый кусок тряпки.

- запрокинь голову пострадавшего, это необходимо для того чтобы открылись дыхательные пути.
 - зажми нос пострадавшего двумя пальцами.
 - сделай глубокий вдох.
 - плотно прижми свой рот к его открытому рту, вдувай воздух.
 - вдувать воздух следует резко и до тех пор, пока грудная клетка пострадавшего не расправится, то есть станет заметно подниматься.
 - Сделай подряд 3 вдувания.
 - Проверь дыхание. Если дыхание не появилось продолжай делать искусственное дыхание.
4. Когда у пострадавшего появилось дыхание:
- переверни пострадавшего в устойчивое боковое положение,
 - укрой его чем-нибудь тёплым, вызови скорую помощь.

Практическая часть.

Учитель показывает порядок оказания помощи на манекене. Не забыть сказать, что такое реанимация.

Реанимация - совокупность мероприятий по оживлению человека, находящегося в состоянии клинической смерти.

Предлагаю разбиться на две группы: 1 ряд – 1 группа, 2 ряд – 2 группа. Каждая группа на манекенах будет тренироваться в соответствии с алгоритмом, который на экране.

Спасение утопленника на берегу

1. Вызов «03» или «112».
2. Искусственное дыхание.
3. Продолжить реанимацию до прибытия «скорой помощи».
4. При появлении дыхания устойчивое боковое положение.
5. Наблюдение до приезда «скорой помощи».

- Кто желает показать на манекене всю последовательность реанимации?

Остальные будут оценивать каждое действие, а за правильное действие давать один балл. Максимальное количество баллов - 10.

Один из желающих ребят выходит и выполняет реанимацию.

- Спасибо, садитесь на места.

- Какое максимальное количество баллов набрал (имя ученика) ...?

Итог занятия

Давайте подведем итоги занятия. Мне интересно было с вами сегодня работать. А вам ребята? Что нового вы узнали на уроке?

Ребята, помните, необходимо знать правила оказания первой помощи при несчастных случаях. Многим людям они спасают жизнь.

Домашнее задание:

Сделать памятку алгоритм оказания первой помощи на берегу при отсутствии дыхания. (Карточка)

2.3 Методические рекомендации по организации обучения оказанию первой помощи тонущему

Предмет ОБЖ, предназначенный для изучения в 5-9 классах включает в себя нужных нам два раздела: «Основы комплексной безопасности» - 72 часа; «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» - 4 часа.

В каждом разделе мы выделили темы уроков, при изучении которых целесообразно будет использовать методы активного обучения, направленные на создание условий для изменения ценностных ориентации школьников, формирования и отработки умений для применения на последующей практике, предоставления информации, вовлечения опыта и знаний учащихся, активной познавательной деятельности. Ниже приводится фрагмент планирования использования методов активного обучения в процессе обучения ОБЖ 5-9 классах.

Таблица 3

Поурочное планирование программы ОБЖ 5 класс 1 час в неделю

№ урока	№ раздела темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов		5 класс	Примечание
			Раздел	Тема		
		Основы комплексной безопасности	15			
		Безопасность на водоёмах. Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность		2		

		водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде				
--	--	---	--	--	--	--

Таблица 4

Поурочное планирование учебной программы ОБЖ 6 класс 1 час в неделю

№ урока	№ раздела темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов		6 класс	Примечание
			Разд ел	Тема		
		Основы комплексной безопасности	25			
		Водные походы и обеспечение безопасности на воде Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов		1		

Таблица 5

Поурочное планирование учебной программы ОБЖ 7 класс 1 час в неделю

№ урока	№ раздела темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов		7 класс	
			Раздел	Тема		
		Основы комплексной безопасности	16			
		Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения		1		

Таблица 6

Поурочное планирование учебной программы ОБЖ 8 класс 1 час в неделю

№ урока	№ раздела темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов		8 класс	
			Раздел	Тема		
		Основы комплексной безопасности.	16			
		Оказание помощи терпящим бедствие на воде.		1		

		Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	4			
		Оказание первой помощи при утоплении		1		

Во время процесса обучения обучающихся безопасности жизнедеятельности следует принимать во внимание их индивидуальные и возрастные особенности.

Для подросткового возраста (11-15 лет) присущи радикальные изменения в организме, то есть ускорение физического и физиологического становления. Душевный мир у подростков характеризуется психологией полурбенка - полувзрослого, в своем развитии он уже «ушел от детей, но еще не присоединился к взрослым». Этот период является трудным как для самого подростка, так и для окружающих его людей. [6]

Можно охарактеризовать средний школьный возраст дальнейшим ростом и укреплением опорно-двигательного аппарата, а также глубокой перестройкой функционирования внутренних органов и систем организма. В это время происходит половое созревание и интенсивное формирование личности. Значимое влияние на интеллектуальное развитие подростков оказывают как характер обучения и воспитания, так и методы, средства, используемые в них. У подростков очень резко выражается стремление к самостоятельности, требующее разумного удовлетворения. Так же ярко выражено стремление самоутверждения среди сверстников и в связи с этим может проявляться «неразумный героизм». Деятельность подростка (учебная, трудовая, спортивная) становится целеустремленной. Когда происходит начало функционирования половых желез и появляется повышенная возбудимость у подростков, очень важное значение имеет правильно организованное половое

воспитание, здоровый режим дня, правильное планирование разумной деятельности, регулярные занятия физическими упражнениями и тому подобное. Учебная работа в этом возрасте значительно усложняется, она требует от подростка максимального напряжения сил, новых приемов умственного труда, значительных волевых усилий. Колоссальное расходование энергии должно быть восполнено хорошо регулируемым режимом, сменой труда и отдыха, своевременным и полноценным питанием. Подросток хочет самоутвердиться, он использует любую возможность показать свою взрослость. Часто у подростков происходит проявление неприятия требований взрослых, отсутствие мотивации в поступках, грубость, болезненная недоверчивость, игнорирование собственных недостатков. Подростки очень чувствительны к поведению окружающих, особенно товарищей. Главным мотивом поведения является цель занять среди товарищей достойное место, поэтому их в большинстве случаев привлекает общественная деятельность, в том числе спортивная. К учителям и старшему поколению происходит проявление критического отношения. Подростками очень ценится высокая квалификация учителя, справедливая требовательность, внимание к его интересам, переживаниям. Нередко у обучающихся в этом возрасте проявляются неприятие требований взрослых, немотивированные поступки, грубость, болезненная мнительность. Пренебрежение собственными недостатками.

Очень часто положение подростка в коллективе влияет на его отношения с учителями и взрослыми. Замечено, что в тех случаях, когда создается конфликтная ситуация и нужно сделать выбор между мнением учителя и мнением класса, подросток чаще всего придерживается мнения сверстников. Поэтому при разрешении острых вопросов учителю следует быть весьма осмотрительным и стремиться опираться на мнение коллектива учащихся. [11]

Следует рассматривать природу опасностей, в том числе их физико-химическую, причинно-следственные связи. На данном этапе присутствует и линейность образования, то есть расширение круга рассматриваемых опасностей, с которым сталкивается ребенок. В частности, вопросы, которые

связаны с безопасностью работы за компьютером, с обращением с электроприборами, обеспечением комфортных условий для жизни и деятельности (климат, освещение). В 9-ых классах уже следует знакомить обучающихся с основными негативными факторами некоторых видов деятельности, так как после окончания неполной средней школы некоторые учащиеся начинают трудиться и им предстоит выбор вида трудовой деятельности. В 8-9-м классах следует гораздо шире использовать самостоятельные формы работы в виде домашних заданий. Задания можно посвятить знакомству и описанию негативных факторов, связанных с трудовой деятельностью родителей, организацией рабочего места ученика дома, описанием негативных факторов места проживания и т.д.

Таким образом, при обучении умениям оказания первой помощи на уроках ОБЖ необходимо опираться на знания преподавателем психологических особенностей подростков. Учитель должен строить занятия так, чтобы ученикам было интересно заниматься, чтобы они были готовы при необходимости на практике применить знания, полученные на уроках ОБЖ.

В результате изучения учебной дисциплины в области безопасности жизнедеятельности обучающийся должен знать: [24]

- основные виды потенциальных опасностей на водоемах и их последствия, принципы снижения вероятности их реализации;

Уметь:

- оказывать первую помощь пострадавшим;

Исходя из этого, региональный базисный учебный план рассматривает в общеобразовательных классах организацию преподавания предмета ОБЖ следующим образом: [28]

- на первой стадии обучения (5 - 9 классы) преподавание осуществляется в объеме одного часа в неделю (35 часов год);
- на второй стадии обучения (10 - 11 классы) изучение ОБЖ выполняется в объеме одного часа в неделю в течение двух лет с проведением учебно-

полевых сборов на базе воинских частей по окончании 10 класса объемом не менее 40 часов.

В образовательных учреждениях содержательное обеспечение курса ОБЖ должно быть достигнуто за счет межпредметной интеграции при организации учебных сборов. В этом случае обозначаются темы, входящие в содержание других учебных предметов (физическая культура, физика, химия, биология, история, литература и др.), соприкасающиеся с тематикой курса ОБЖ. Учебное время, выделяемое на данные темы в каждом из интегрируемых предметов, суммируется и передается для реализации в рамках учебного курса ОБЖ. При этом сроки и последовательность реализации тем соотносятся с системой их реализации в интегрируемых предметах.

Любые изменения в содержании учебного плана за счет отсечения учебного времени из ресурса других предметов (например, физической культуры) в пользу курса ОБЖ, не являются межпредметной интеграцией, а являются противоправным изменением нормативного документа «Федеральный базисный учебный план».

На профильном уровне (оборонно-спортивный профиль) объем учебных часов в неделю 10 классе – 2 часа, в 11 классе – 2 часа.

В основной и средней (полной) школе рекомендуется к реализации программа А.Т. Смирнова, последнее издание 2014 года.

Эта учебная программа предмета ОБЖ предполагает совместное изучение учебного курса юношами и девушками, но при этом необходимо учитывать, что разделы программы «Учебные сборы» (10 класс), «Особенности военной службы» (11 класс) являются необязательными для девушек.

Это учебное время с девушками организуется по специальной программе «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», которая направлена на формирование нравственного, физического и репродуктивного здоровья женщин, изучение вопросов, связанных с созданием семьи. Особенности данного учебного материала программы следует помнить и при подготовке экзаменационных билетов. Вопрос о введении отдельного обучения решается

педсоветом совместно с учредителем в зависимости от наличия или отсутствия заявлений от девушек об отказе заниматься разделами ОВС указанными выше.

В общеобразовательных организациях представлены две линии учебно-методических комплектов (УМК) на которые могут ориентироваться образовательные учреждения: линия учебно-методических комплектов (под редакцией А.Т. Смирнова); линия учебно-методических комплектов (авторов С.Н. Вангородского, М.И. Кузнецова, В.Н. Латчука, В.В. Маркова, С.К. Миронова, В.В. Полякова).

Учебно-методические комплекты под редакцией А.Т. Смирнова - это разработки в соответствии с основными положениями концепции национальной безопасности Российской Федерации и обязательным минимумом содержания предмета ОБЖ основного общего образования. Они наиболее полно обеспечены дидактическими материалами, включают полный комплект мультимедийных учебников и компьютеризированных тестов для 5 – 11 классов, что дает основания рекомендовать их к использованию. Рекомендуются при определении содержания деятельности ориентироваться на программу по ОБЖ под редакцией А.Т. Смирнова для 5 – 6 класса, знакомить обучающихся с региональными особенностями и традициями, формируя навыки обеспечения безопасности в природной среде и эмоционально-положительное отношение к родному краю.

В настоящее время идет совершенствование Государственного образовательного стандарта нового поколения. Данный проект базового учебного плана каждой ступени общего образования предусматривает три раздела: инвариантная часть, вариативная часть, а также внеурочная деятельность, осуществляемая во второй половине дня. В концепции стандартов нового поколения указывается, что: «усвоению обучающимися ключевых навыков (ключевых компетентностей), имеющих универсальное значение для различных видов деятельности, - навыков решения проблем, принятия решений, поиска, анализа и обработки информации, коммуникативных навыков, навыков измерений, ... способствуют все учебные

предметы, и в большей степени русский язык, родной язык, иностранные языки, информационные технологии и основы безопасности жизнедеятельности».

Из-за сокращения учебных часов на предмет ОБЖ в 5-9 классах с 2 часов в неделю до 1 часа в неделю, количество часов в программах обучения по разделам и темам уменьшается пропорционально вдвое. Один час ОБЖ в 8-9 классах передан в компонент образовательного учреждения и региональный компонент для организации изучения обучающимися содержания краеведческой направленности и для организации предпрофильной подготовки обучающихся. Этот переданный час рекомендуется использовать на изучение ОБЖ, распространенных в регионе, с целью профессионального самоопределения учащихся. При этом региональные особенности местного социально-производственного окружения могут быть представлены в авторской программе для конкретного общеобразовательного учреждения соответствующими технологиями, видами и объектами труда.

Опираясь на Региональную учебную программу курса «Культура безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений Свердловской области (для обучающихся 5-9 классов), при изучении темы «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи» обучающиеся должны знать и уметь: [29]

Предметно-информационная составляющая образованности:

1. обучающийся имеет обоснованное представление о возможностях собственного здоровья, способах его сохранения;
2. знает основы здорового образа жизни: факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
3. знает основные причины возникновения и масштабы различных видов опасности;
4. знает правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, с учетом специфики Свердловской области;

5. имеет представление о нормах поведения в социальных ситуациях, создающих угрозу жизни;

Деятельностно-коммуникативная составляющая образованности:

1. обучающийся умеет использовать нормы, правила поведения, навыки защиты, позволяющие минимизировать возможный ущерб личности, обществу, среде в опасных и чрезвычайных ситуациях, прогнозирует последствия нарушения норм;
2. правильно действует в случаях терактов, при возникновении пожара в жилище и использует подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
3. оказывает первую помощь при травмах, ушибах, переломах, ранениях, ожогах, кровотечениях, обморожениях;
4. пользуется средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты.

Использует полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- анализа ситуаций, угрожающих жизнедеятельности;
- обеспечения жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного, социального характера, создающих угрозу жизнедеятельности;

Ценностно-ориентационная составляющая образованности:

1. уверенность в возможности развития и саморазвития;
2. принятие норм и правил, которые обеспечивают успешное регулирование собственного сознания и поведения;
3. ценность собственного психофизического и социального здоровья;
4. умелое самоопределение во взаимоотношениях с другими людьми, осознание ответственности за свои действия;
5. понимание личной ответственности за качество образования;
6. понимание противоречивости развития современного мира, прошлого и

настоящего в развитии социокультурного пространства, ответственность за происходящие в социально-территориальном пространстве процессы.

Обучение в образовательной организации по предмету ОБЖ в среднем возрасте (5-9 классы) построено в виде проблемных и игровых занятий с имитацией самых различных видов несчастных случаев. Главная цель данных занятий - отработать тактику и навыки правильного поведения, способы быстрого сбора информации о пострадавшем, изучить основные схемы оповещения спасательных служб и администрации школы, а главное - научить мобилизовать все наличные силы и резервы, быстро принимать рациональные решения в затруднительных условиях экстремальной ситуации (темнота, дождь, холод, отсутствие необходимых средств спасения). [30]

Поэтому, при проведении занятий необязательно использовать традиционные аудитории, парты и столы, а также - двор, улицу, спортзал, коридор. Достаточно просто условно имитировать площадку места происшествия, выбрать более типичную для данной темы урока ситуацию несчастного случая, чтобы включить в обсуждение весь класс, заставить каждого подростка принимать те или иные решения в выборе тактики поведения и действий.

Использовать следует только те методики оказания первой помощи, которые реально может применить подросток. Прежде всего, это методики формирования умений при остановке дыхания, сердца, наложение повязок при различных видах ранения и общие правила транспортировки пострадавшего.

На уроках используется применение кратких красочных и компактных инструкций по оказанию первой помощи при несчастных случаях на водоемах. Вот три основных назначения подобной инструкции:

1. Нормативно-рекомендательный документ, который дает уверенность в действиях при оказании первой помощи с четко обозначенным кругом компетентности и возможности оказывающего помощь, его прав и обязанностей, последовательностью принятия решений и алгоритмами действий;

2. Учебное пособие в качестве сжатого конспекта занятий, которые удобно изучать в любую минуту свободного времени;

3. Карманная памятка с элементами экстренного поиска информации.

В образовательной организации стоят задачи по приобретению современного манекена-тренажера для обучения навыкам оказания первой помощи. Ведь обучать езде на велосипеде без велосипеда - невозможно. Невозможно обучить первой помощи без тренажера. Перечень требований к тренажерам таков.

Вид манекена-тренажера: модель в виде девушки или подростка.

Длина не более 120-140 см (для удобства транспортировки и манипуляций с манекеном-тренажером).

Вес не более 15-20 кг.

Оболочка соответствует анатомическим ориентирам и физическим свойствам тела человека.

Имитация оживающего и умирающего организма в зависимости от правильных и ошибочных действий (сужение и расширение зрачков, подъем грудной клетки на вдохе, появление и исчезновение пульса на сонной артерии). Питание: автономное или от сети.

Именно данный тренажер, отвечающий всем требованиям наиболее эффективен при обучении умениям оказания сердечно-легочной реанимации. Он пригоден для использования при проведении уроков и соревнований. Он позволяет моделировать ситуации, приближенные к реальности.

Таким образом, решить назревшую проблему по научению обучающихся умениям оказания первой помощи можно оперативно и качественно.

Огромное внимание следует уделять качеству планирования учебного процесса, которое должно обеспечивать логическую последовательность и обоснованную связь при изучении тем, а также наращивание навыков, знаний и умений, обучаемых по всем годам обучения. От этого во многом зависит достижение хороших результатов в подготовке обучающихся по основам безопасности жизнедеятельности.

Качественное планирование учебного процесса обеспечивает: необходимое направление, структуру и качество обучения; рациональное распределение времени на темы учебного материала; логичную организацию формирования навыков и умений; продуманное использование учебной и учебно-методической литературы, технических средств обучения и оборудования.

При планировании учебного процесса анализируются действующие образовательные программы и учебные издания, изучаются методическая литература, наглядные и учебные пособия, различные справочные и статистические данные, а также ведомственные рекомендации по тематике ОБЖ. Вместе с традиционными источниками, предоставляющими информацию, следует активно использовать глобальную информационную сеть Интернет. В первую очередь нужно уделить внимание ее русскоязычным ресурсам: законодательным актам Российской Федерации и указам Президента Российской Федерации; законодательным актам органов государственного управления субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления; сайтам федеральных органов исполнительной власти Российской Федерации, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и местного самоуправления; правилам поведения в экстремальных и опасных ситуациях, данным о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера; рекомендациям и методическим разработкам учебных заведений.

Стоит отметить, что в своем Поручении № ПР-1650 от 23.08.2017 года Президент России Владимир Владимирович Путин определил органам государственной власти субъектов Российской Федерации уделить особое внимание вопросам воспитания культуры безопасности граждан.

В разработке комплексных календарных планов необходимо учитывать мероприятия по основным направлениям деятельности общеобразовательных учреждений и организации учебного процесса по ОБЖ:

- учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций, индивидуальные консультации, факультативные занятия по отдельным образовательным линиям ОБЖ,
- итоговая аттестация по ОБЖ обучающихся 9 классов;
- внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях), встречи с работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ обучающихся;
- работа по совершенствованию учебно-материальной базы (приобретение учебной и методической литературы, наглядных пособий, видео- и фотоматериалов, приборов, оборудования и имущества, оформление классов и методических уголков по ОБЖ, ремонт оборудования и инвентаря и т.п.).

В процессе планирования и организации занятий следует разработать региональные программы по основам безопасности жизнедеятельности, определяющие региональный компонент для основного общего образования, учитывающие особенности региона. При этом авторы учебных программ могут предложить собственный подход в части структурирования и определения последовательности изучения учебного материала, а также путей формирования системы знаний, умений и способов деятельности, развития и социализации учащихся. Помимо этого, рекомендуется использовать существующие примерные и авторские программы, которые конкретизируют содержание предметных тем образовательного стандарта, дают примерное распределение учебных часов по разделам и рекомендуемую последовательность изучения тем и разделов учебного предмета в основной школе за счет вариативной части базисного учебного плана.

Для получения результата, то есть, чтобы обучающийся приобрел навыки и смог применить их в любой сложной обстановке, необходимо использовать многоступенчатый метод обучения. Он позволит преподавателю-организатору ОБЖ вовлечь обучающихся, повысить их активность, что благотворно повлияет на освоение ими курса ОБЖ:

- теоретические знания;
- самостоятельная работа;
- практические занятия;
- контрольно-проверочные работы.

Таблица 7

Критерии оценки сформированности умений оказания
первой помощи тонущему

Критерий	Уровни сформированности навыков	
	Базовый	Повышенный
Самостоятельное приобретение знаний и решение проблем	Работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно с опорой на помощь учителя находить пути решения; продемонстрирована способность приобретать новые знания и/или осваивать новые способы действий, достигать более глубокого понимания изученного	Работа в целом свидетельствует о способности самостоятельно находить пути решения; продемонстрировано свободное владение логическими операциями, навыками критического мышления, умение самостоятельно мыслить; продемонстрирована способность на этой основе приобретать новые знания и/или осваивать новые способы действий, достигать более

		глубокого понимания проблемы
Знание алгоритмов действий	Продemonстрировано понимание в действиях по оказанию первой помощи. В оказании первой помощи и в ответах на вопросы по выполнению работы отсутствуют грубые ошибки	Продemonстрировано свободное владение умениями оказания первой помощи. Ошибки отсутствуют
Регулятивные действия	доведена до конца и представлена комиссии; некоторые этапы выполнялись под контролем и при поддержке руководителя. При этом проявляются отдельные элементы самооценки и самоконтроля обучающегося	Работа тщательно спланирована и последовательно реализована, своевременно пройдены все необходимые этапы обсуждения и представления. Контроль и коррекция осуществлялись самостоятельно

Для достижения требуемого уровня знаний обучающихся об оказании первой помощи тонущему, недостаточно выделенных на сегодняшний день на это часов. Необходимо задействовать внеурочную деятельность, т. к. за это мизерное количество часов можно дать только теоретическое представление по данной теме.

Например, можно использовать «Всероссийский урок по основам безопасности жизнедеятельности», проводимый ежегодно 4 октября, в рамках Дня ГО. Ведь это мероприятие выполняет отработку раздела общешкольного плана ГО по действию учащихся и взрослых в чрезвычайных ситуациях

мирного времени; формирует у учащихся сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих; приобретение ими способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных условиях; формирует и развивает у учащихся высокие морально-психологические качества, высокое чувство долга и ответственности за порученное дело, мужество, отвагу, выдержку и самообладание, инициативу и находчивость, взаимовыручку и физическую выносливость. Одной из главных задач «Всероссийского урока по основам безопасности жизнедеятельности» является совершенствование учащимися и постоянным педагогическим составом теоретических знаний и практических навыков правильного поведения и действий в чрезвычайных ситуациях.

Так же необходимо в качестве одного из мероприятий рассматривать командно-штабную тренировку образовательной организации по гражданской обороне. Она формирует у обучающихся способность быстро ориентироваться в меняющейся обстановке и незамедлительно действовать в чрезвычайной ситуации, когда ему самому и окружающим угрожает опасность.

Помимо этого, каждую четверть учитель в рамках классного часа проводит инструктажи с обучающимися по правилам безопасного поведения во внеучебное время. Особое внимание следует уделить правилам безопасности на водоемах.

На базе Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Свердловской области «Уральский техникум «Рифей» был проведен эксперимент. Перед началом работы с обучающимися мы провели входное тестирование на определение уровня знаний по алгоритму оказания первой помощи тонущему. Тест проводился в 9 «Б» классе, его прошли 25 обучающихся, он содержал 10 заданий, при решении которых необходимо было ответить на тестовые вопросы с предложенными вариантами ответа, среди которых только один верный и вопросы где нужно вписать слово, и две ситуационные задачи.

По результатам проведенного тестирования сложилась следующая картина (см. рисунок 1):

- 4 обучающихся справились с входным тестированием на отметку «отлично»;
- 13 обучающихся показали хорошие результаты, но при этом только 8 из них мы поставили уверенную отметку «четыре»;
- 8 обучающихся показали низкие результаты и выполнили задания на отметку «удовлетворительно».

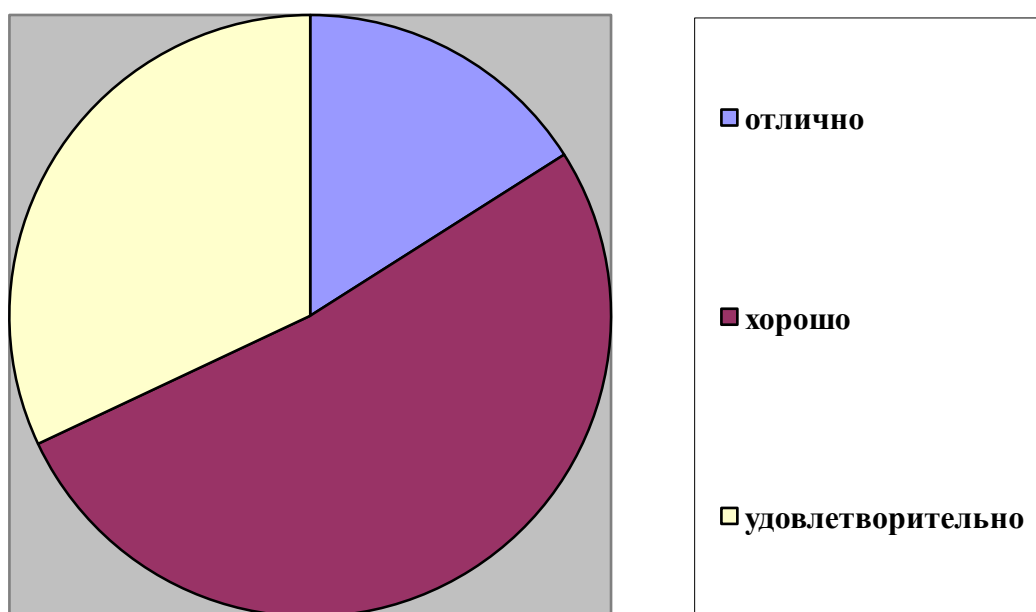


Рисунок 1. Результаты первичного тестирования

После проведенного тестирования мы приступили к работе с обучающимися. Совместно с инспектором ГИМС МЧС России провели внеклассный урок на тему «Безопасное поведение на водоемах и оказание первой помощи тонущему». В нем мы рассмотрели теоретическую составляющую, разобрали ситуационные задачи, а также изучили и отработали практические действия по оказанию первой помощи тонущему: проводили сердечно-легочную реанимацию на манекене; обучающиеся пробовали выполнить захват пострадавшего друг на друге. Так же провели инструктаж о правилах безопасности на водоемах.

По окончании нашей совместной деятельности мы провели повторное тестирование. Его результаты оказались таковы (см Рисунок 2):

- 12 обучающихся справились с входным тестированием на отметку «отлично»;
- 8 обучающихся показали хорошие результаты, но при этом только 5 из них мы поставили уверенную отметку «четыре»;
- 2 обучающихся показали низкие результаты и выполнили задания на отметку «удовлетворительно».

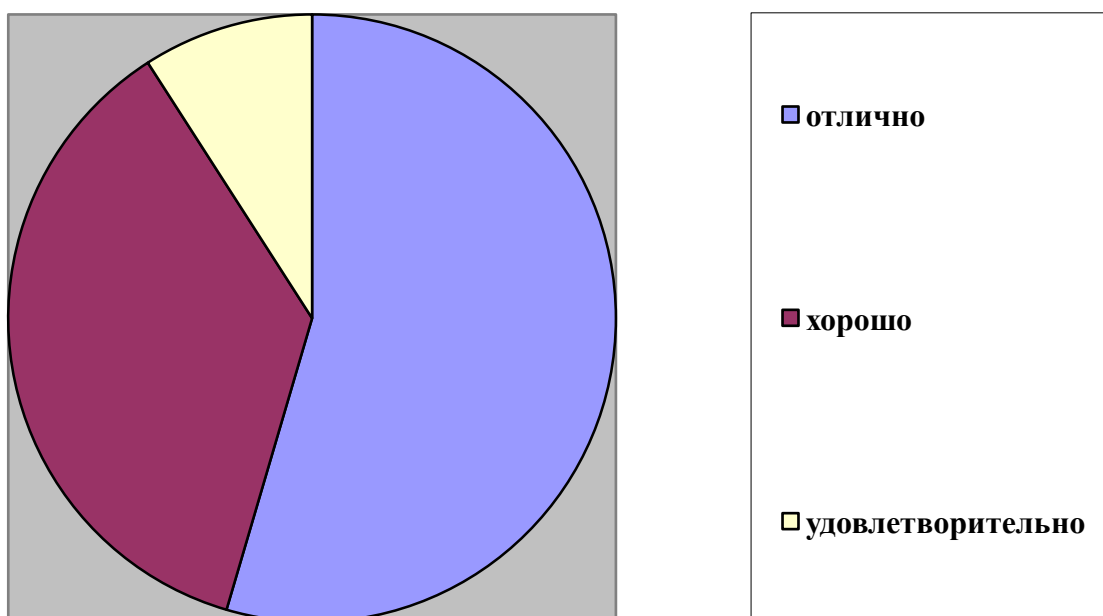


Рисунок 1. Результаты повторного тестирования

Далее мы проверили практические отработки умения обучающихся, для этого использовался бассейн.

Итак, на основании проведенного эксперимента и анализа его первичных результатов мы предлагаем следующие рекомендации по формированию умений оказания первой помощи тонущему:

- во-первых, включение данной темы в тематическое планирование на протяжении всего процесса изучения предмета ОБЖ на ступени основного общего и среднего общего образования;

- во-вторых, проведение занятий по отработке алгоритмов оказания первой помощи с применением активных методов обучения, в первую очередь, решения ситуационных задач (с целью обучения умению принимать решения в нестандартных ситуациях) и практических заданий с манекеном;
- в-третьих, в обучении задействовать внеклассные и внеурочные мероприятия (командно-штабные тренировки, «Всероссийский урок по основам безопасности жизнедеятельности»);
- в-четвертых, наладить взаимодействие учителя ОБЖ с классными руководителями по вопросам обеспечения безопасности обучающихся на территории ОУ и за его пределами (например, на водоемах).

ВЫВОДЫ ПО II ГЛАВЕ

Мы определили перечень умений оказания первой помощи и критерии их сформированности. Рассмотрели алгоритм формирования умений у обучающихся. Выделенные умения оказания первой помощи мы разбили на этапы их формирования и подробно их рассмотрели. Определили первостепенную роль учителя основ безопасности жизнедеятельности по формированию у учащихся умений оказания первой помощи тонущему.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав педагогическую, методическую литературу по теме исследования «Формирование умений по оказанию первой помощи тонущим у обучающихся основного общего образования в процессе изучения курса ОБЖ», можно сделать следующие выводы:

1. Основная задача первой помощи - спасение жизни пострадавшего, а также предупреждение тяжелых осложнений до прибытия квалифицированного медицинского персонала.

Ежегодно статистика показывает рост смертности в стране от травм и происшествий всех видов, поэтому первую помощь должен уметь оказать каждый человек, особенно выпускник среднего образовательного учреждения.

2. Разработанная нами структура и методика, которую мы предложили, будет способствовать эффективному формированию умений оказания первой помощи тонущим.

3. Основными причинами неэффективности других методик является плохое оснащение класса, недостаточное внимание выработке практических навыков и мотивирование установки на непременно оказание помощи.

Жизнь человека - бесценна. Мы должны усвоить одну простую истину: от каждого из нас зависят жизнь и здоровье наших близких, друзей и людей в целом.

Террористические акты, стихийные бедствия, техногенные катастрофы уносят тысячи человеческих жизней, поэтому, сегодня любой человек должен владеть умениями по оказанию первой помощи, ведь иногда минуты и даже секунды становятся решающими в вопросе жизни или смерти.

По мнению специалистов по вопросам безопасности жизнедеятельности (спасатели, врачи, полиция и ученые в области безопасности), одной из причин создавшейся ситуации является низкий уровень школьного образования в области безопасности жизнедеятельности человека. Общественная практика дает все основания утверждать, что между школьными уроками и всеми

большими и малыми, нынешними и прошлыми бедами есть не выдуманная, а настоящая, зачастую трагическая связь. Ведь люди поступают так, как они были научены, в полном соответствии с теми нравственными ориентирами и ценностями, которые усвоили еще в юные годы. А признав это, мы должны признать и то, что нас еще долго будут сопровождать аварии и катастрофы, тяжелые последствия стихийных бедствий, различного рода конфликты, массовый бытовой и дорожно-транспортный травматизм, если из школы будут продолжать выходить в самостоятельную жизнь молодые люди, столь же обделенные духовно, с ослабленным «социальным иммунитетом», неспособные учиться на чужих, а иногда и собственных горьких ошибках, функционально неграмотные, как и те, что выходили вчера. Еще в 18 веке французский сатирик Лабрюйер писал, «Мы живем недостаточно долго, чтобы пользоваться уроками своих ошибок».

Таким образом, в рамках предмета ОБЖ необходимо прививать детям и подросткам умения оказания первой помощи. Недостаточно давать только теоретические знания. Для того, чтобы подросток не растерялся в трудной ситуации и смог оказать доврачебную помощь, необходимо на уроках отрабатывать необходимые действия до автоматизма. Подросток должен знать какую первую помощь он сможет оказать пострадавшему.

Уроки по отработке умений оказания первой помощи должны быть построены с учетом возрастных особенностей учащихся подросткового возраста. Они должны быть интересными, информативными, запоминающимися. Для этого необходимо использовать современные педагогические технологии, такие как модульное обучение, метод проектов, групповую и индивидуальную работу. Уроки, посвященные первой помощи пострадавшим, позволяют заинтересовать подростков, повысить их активность, что благотворно влияет на освоение ими курса ОБЖ.

Формирование готовности оказать помощь, является необходимым условием формирования личности безопасного типа, что в свою очередь

является целью деятельности учителя ОБЖ и соответствует личностным результатам федерального государственного образовательного стандарта.

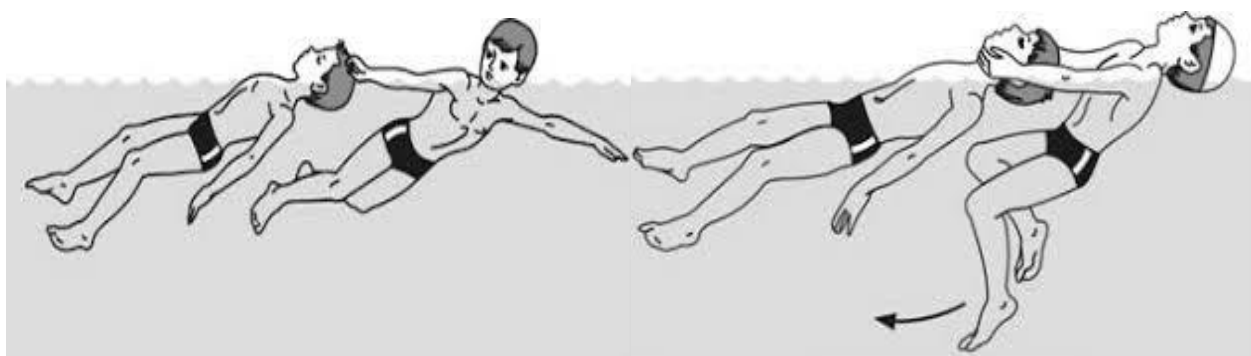
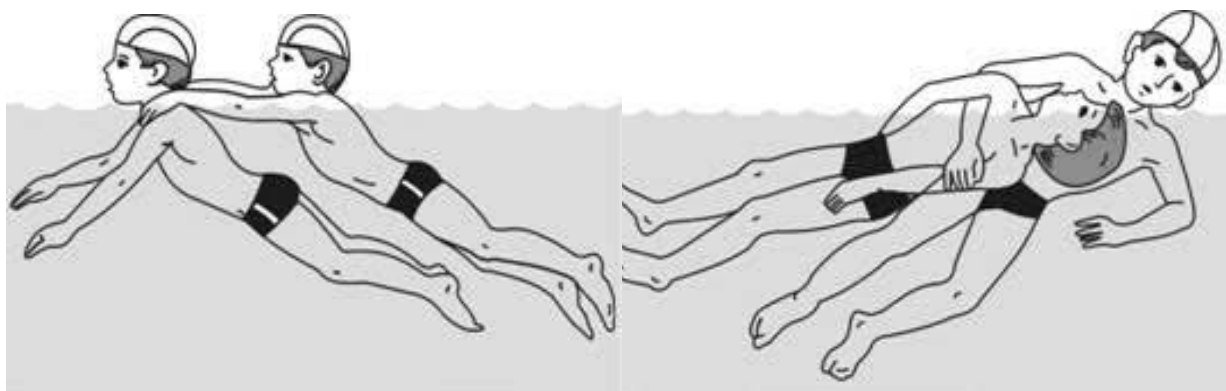
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Об утверждении и введении в действие Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования: Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 06.10.2009 года № 373 (в редакции Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 №1643)
2. Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования: Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 года № 1897 (в редакции Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 №1644)
3. Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации: Федеральный закон Российской Федерации от 21.11.2011 № 323-ФЗ (ред. от 29.07.2017): принят Государственной Думой 01.11.2011, одобрен Советом Федерации 09.11.2011 // Рос. газ. 23.11.2011г.
4. Водный кодекс Российской Федерации: от 03.06.2006 года № 74-ФЗ (ред. от 29.07.2017): принят Государственной Думой 12.04.2006, одобрен Советом Федерации 26.05.2006 // Рос. газ. 08.06.2006г.
5. О порядке утверждения правил охраны жизни людей на водных объектах: Постановление Правительства Российской Федерации от 14.12.2006 № 769 // Рос. газ. 20.12.2006г.
6. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учебное пособие для вузов / Г.С.Абрамова. - М.: Юрайт, 2014. - 624 с.
7. Айзман Р.И. Основы медицинских знаний: учебное пособие / Р.И. Айзман, И.В. Омельченко. - М.: Кнорус, 2013. - 102с.
8. Бубнов В.Г. Очевидец происшествия становится спасателем: пособие по гражданской защите / В.Г.Бубнов. - СПб: МПСУ, 2005. - 252 с.

9. Бубнов В.Г. Обучение навыкам оказания первой медицинской помощи: учебное пособие по ОБЖ / В.Г.Бубнов, С.Д.Петров. -М.:Просвещение, 2006. - 244 с.
10. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебная литература / С.Н. Вангородский. - М.: Просвещение, 2015. - 250 с.
11. Вердербер Р. Психология общения: теоретико-практическое пособие / Р. Вердербер. - СПб.: Мариам, 2003. - 269 с.
12. Видеоурок «Безопасное поведение на водоемах в различных условиях» [Электронный ресурс]: URL: <http://xn--b1aedk6a.xn--90akw.xn--p1ai/videouroki-obzh/videouroki-obzh-8-klass/> (дата обращения 23.09.2017)
13. Дубровина И.В. Возрастная и педагогическая психология: учебное пособие / И.В.Дубровина. - М.: Академия, 2008. - 330 с.
14. Киршин Н.М. Безопасность жизнедеятельности и медицина катастроф: учебное пособие [Электронный ресурс]: URL: <https://studfiles.net/preview/6234704/page:2/> (дата обращения 09.03.2017)
15. Обучение школьников основам безопасности жизнедеятельности: формирование умений оказания первой помощи пострадавшим: научный журнал [Электронный ресурс]: URL: <https://moluch.ru/archive/63/> (дата обращения 09.03.2017)
16. ОБЖ: Основы безопасности жизнедеятельности [Электронный ресурс]: URL: <http://xn--90akw.xn--p1ai/uchebnye-materialy-obzh/chs-prirodnogo-haraktera/opasnaya-i-chrezvychaynaya-situaciya/> (дата обращения 15.10.2016)
17. Основы оказания первой помощи утопающему [Электронный ресурс]: URL: <http://www.spas01.ru/book-1001/ter-4/> (дата обращения 10.08.2017)
18. Кузнецов В.С. Самостоятельная учебная работа учащихся при изучении курса ОБЖ: практическое пособие / В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий. - СПб.: Питер, 2009. - 188 с.
19. Кузнецова Э.А. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: пособие для преподавателей / Э.А. Кузнецова. - Нижневартовск: Нижневарт. гос. ун-т, 2015. - 29 с.

20. Просандеев А.Г. Педагогические условия эффективного обучения: методическое пособие / А.Г. Просандеев, А.А. Попков. - М.: Ариель, 2005. - 199 с.
21. Сазонова И.В. Прикладное плавание: учебно-методическое пособие / И.В.Сазонова. - Волгоград: ВГАФК, 2003. - 38 с.
22. Сластенин В.А. Педагогика: учебное пособие / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. - М.: Академия, 2002. - 198 с.
23. Средства оказания медицинской помощи [Электронный ресурс]: URL: <http://gr-obor.narod.ru/p321.htm> (дата обращения 13.10.2017)
24. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: комплексная учебная программа для 5-9 классов общеобразовательных учреждений / А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. - М.: Просвещение, 2014.
25. Статистика утонувших в Свердловской области за 2017 год [Электронный ресурс]: URL: <http://66.mchs.gov.ru/operationalpage/digest/2017/> (дата обращения: 01.11.2017).
26. Тарасова Л.Е. Общая психология: конспект лекций / Тарасова Л.Е. - М.: Юрайт, 2009. - 123 с.
27. Тронева Л.Ф. Использование современных технологий на уроках ОБЖ: методическое пособие / Л.Ф.Тронева. - М.:Владос-пресс, 2009. - 123 с.
28. Учебный план ГБПОУ Свердловской области «Уральский техникум «Рифей» «Юные спасатели» 2016-2017 учебный год.
29. Учебная программа курса «Культура безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений Свердловской области (для обучающихся 5-9 классов)
30. Чурсин А.В. Новые подходы к обучению школьников оказанию первой помощи: методическое пособие / А.В. Чурсин. - М.:Ариель, 2007. - 195 с.
31. Чрезвычайные ситуации и их классификация: [Электронный ресурс]: URL: <http://www.obzh.ru/pre/1-2.html> (дата обращения 17.10.2016)

ПРИЛОЖЕНИЕ №1



Тестирование по теме: «Оказание первой помощи тонущему»

1. Что такое утопление?

- А) долгое пребывание в воде
- Б) несчастный случай при купании
- В) смерть от попадания воды в легкие
- Г) нет правильного ответа

2. В результате чего наступает смерть при утоплении?

- А) удара головой о дно
- Б) от разрыва сердца
- В) от испуга и оцепенения
- Г) от недостатка кислорода

3. Что следует сделать, если вы заметили тонущего?

- А) пройти мимо
- Б) привлечь внимание окружающих
- В) побежать за помощью
- Г) успокоить утопающего

4. Как правильно транспортировать пострадавшего на берег?

- А) за подмышки, держа голову над водой
- Б) тянуть за ногу
- В) за волосы
- Г) не имеет значения

5. Что следует сделать если у пострадавшего в легких находится вода?

- А) потрясти вниз головой
- Б) положить животом на бедро, надавить на спину
- В) положить на живот
- Г) повернуть на бок

6. Какая помощь оказывается при отсутствии пульса и дыхания?

- А) использование электрического тока
- Б) прекардиальный удар
- В) искусственная вентиляция легких
- Г) наложение жгута

7. Средство, помогающее держаться на плаву называется:

8. Действия при остановке сердца называются:

9. Вы находитесь на пляже, предназначенном для общественного отдыха и вдруг замечаете, что среди купающихся тонет человек. Ваши действия?

10. Вы отдыхаете в лесу у водоема с друзьями, где кроме вас и ваших друзей больше никого нет. Что вы ответите на предложение искупаться в этом месте?

