

Министерство образования и науки Российской Федерации  
ФГБОУ ВО «Уральский государственный педагогический университет»  
Факультет физической культуры, спорта и безопасности  
Кафедра безопасности жизнедеятельности

## ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ НА ВОДОЕМАХ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ

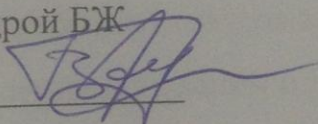
Выпускная квалификационная работа

Квалификационная работа

допущена к защите

Зав. кафедрой БЖ

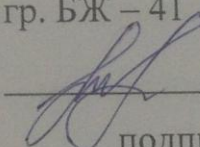
\_\_\_\_\_  
дата

  
подпись

Исполнитель:

Подъяблонская Алена Юрьевна,  
обучающаяся 4 курса

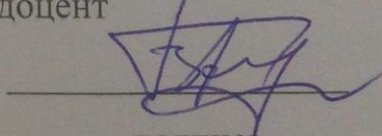
гр. БЖ – 41

  
подпись

Научный руководитель:

Гафнер Василий Викторович,  
кандидат педагогических наук,

доцент

  
подпись

Екатеринбург 2018

## **СОДЕРЖАНИЕ**

|                                                                                                                                                                                                        |           |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>ВВЕДЕНИЕ.....</b>                                                                                                                                                                                   | <b>3</b>  |
| <b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ОБУЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ВОДОЕМАХ И ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ.....</b>                                                           | <b>6</b>  |
| 1.1. Опасные ситуации на водоемах и причины их возникновения .....                                                                                                                                     | 6         |
| 1.2. Правила безопасного поведения на водоемах.....                                                                                                                                                    | 11        |
| 1.3. Основы оказания первой помощи тонущему .....                                                                                                                                                      | 15        |
| 1.4. Анализ учебных программ по ОБЖ по темам безопасное поведение в случае возникновения опасных ситуаций на водоемах и оказание первой помощи тонущему.....                                           | 18        |
| <b>ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ОБУЧЕНИЮ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ .....</b>                                                                                                 | <b>25</b> |
| 2.1. Требования к уровню знаний и умений обучающихся по теме безопасное поведение в случае возникновения опасных ситуаций на водоемах и оказание первой помощи тонущему и критерии их оценивания ..... | 25        |
| 2.2. Разработка и содержание методических рекомендаций по формированию у обучающихся знаний и умений оказания первой помощи тонущему.....                                                              | 29        |
| 2.3. Диагностика знаний и умений обучающихся по теме безопасное поведение в случае возникновения опасных ситуаций на водоемах и оказание первой помощи тонущему.....                                   | 37        |
| <b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....</b>                                                                                                                                                                                | <b>51</b> |
| <b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>                                                                                                                                                           | <b>54</b> |
| <b>ПРИЛОЖЕНИЕ.....</b>                                                                                                                                                                                 | <b>57</b> |

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования** определяется высокими показателями смертности населения России на водных объектах. Согласно статистике МЧС России в период с 2007 по 2016 год количество происшествий на водных объектах сократилось с 10806 при числе погибших 7697 до 4951 происшествий, при которых погибло 4473 человека. Положительная динамика видна, но число опасных происшествий на водных объектах и количество погибших на территории РФ все равно остается высоким [2 - 11]. В Уральском федеральном округе за 2016 год произошло 321 происшествие на водных объектах, погибло 324 человека [11].

Ранняя весна и летний сезон вносят большой вклад в смертность на водных объектах. Основными причинами гибели людей на водных объектах во время поздней зимы и начала весны является незнание или нарушение правил безопасного поведения на льду, в сезон летнего купания к причинам гибели людей можно отнести: купание в состоянии алкогольного опьянения, купание в запрещенных местах, отсутствие должного контроля со стороны взрослых за детьми и другие. Помимо вышеизложенных причин возникновения опасных ситуаций на водоемах можно выделить: аварии на плавательных средствах, незнание и нарушение правил безопасности при занятиях дайвингом, неумение плавать, а также наводнения и половодья.

Исходя из вышесказанного, возникает необходимость формирования у населения Российской Федерации знаний и умений безопасного поведения на водоемах, а также оказания первой помощи тонущему. Так, для предотвращения угрозы возникновения рисков для жизни и здоровья, как самого человека, так и других людей на водных объектах необходимо не только знать теоретическую основу безопасного поведения у водоема и оказания первой помощи тонущему, но и уметь применить их на практике в случае возникновения опасной ситуации. В решении данного вопроса важная роль отводится учителю безопасности жизнедеятельности, который не только передает необходимые знания и умения при возникновении опасной ситуации

на водоемах, но и создает условия для выработки обучающимися навыков безопасного поведения. Так, согласно Федеральным государственным образовательным стандартам обучающиеся должны уметь применять полученные знания и умения по безопасному поведению в условиях возникновения опасной ситуации и при оказании первой помощи пострадавшим, в том числе и на водных объектах [20, 21].

Исследуя литературные источники, мы пришли к выводу, что на данный момент существует достаточное количество методических рекомендаций для учителей безопасности жизнедеятельности, по организации учебно – воспитательного процесса для обучающихся, направленных на приобретение знаний и умений безопасного поведения на водоеме и оказанию первой помощи тонущему. Но, методические рекомендации, главной целью которых является закрепление знаний и умений безопасного поведения на водоеме и оказанию первой помощи тонущему, существуют неполные и недостаточно эффективные. Следовательно, методические рекомендации нуждаются в корректировке и дополнении. Именно поэтому возникает необходимость в разработке методики проведения уроков и внеурочных мероприятий по формированию у обучающихся знаний и умений безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоеме и оказанию первой помощи тонущему.

**Проблема** нашего исследования заключается в том, как эффективно сформировать у обучающихся безопасное поведение при возникновении опасных ситуаций на водоеме и готовности оказания грамотной первой помощи тонущему, посредством урочной и внеурочной деятельности по предмету основы безопасности жизнедеятельности.

**Объектом исследования** станет учебно-воспитательный процесс в образовательной организации в рамках предмета основы безопасности жизнедеятельности.

**Предметом исследования** является методика обучения безопасному поведению на водоеме и оказанию первой помощи тонущему.

**Цель исследования:** разработать методические рекомендации, направленные на обучение и закрепление знаний и умений у обучающихся по безопасному поведению при возникновении опасных ситуаций на водоеме и оказанию первой помощи тонущему, а также проверить ее эффективность.

В соответствии с целью определены следующие **задачи исследования:**

- 1) Изучить и проанализировать литературу по проблеме формирования у обучающихся безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоемах и оказанию первой помощи тонущему;
- 2) Разработать методические рекомендации по формированию у обучающихся безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоемах и умений оказания первой помощи тонущему.

**Методы исследования:**

1. Теоретические – изучение и анализ информационных источников по исследуемой проблеме (нормативно-правовые документы, учебная литература, базовые понятия).
2. Практические – анкетирование, обработка и обобщение полученного материала, контрольные испытания.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ ПО ОБУЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ВОДОЕМАХ И ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ**

## **1.1. Опасные ситуации на водоемах и причины их возникновения**

Ежегодно по статистике МЧС России на водных объектах в летний сезон, в конце зимы начале весны погибают тысячи людей. Так, за 2016 год при различных происшествиях на водных объектах в РФ погибло 4473 человека [11]. Государственная инспекция по маломерным судам МЧС России ведет надзор и контроль за водными объектами, за пользованием маломерными судами и безопасностью населения на водоемах. Но, несмотря на контроль со стороны органов государственной власти, активной рекламной пропаганды МЧС о правилах безопасного поведения на водных объектах, уровень смертности населения в случае возникновения опасной ситуации на водоемах значительно не сокращается.

**Опасные ситуации на водоемах** – это стечение обстоятельств на водном объекте, при которых появляется угроза для жизни и здоровья человека, его имущества. Существует широкий спектр причин возникновения опасных ситуаций на воде (смотреть Рисунок 1). Каждая причина характерна для людей определенного возраста, образа жизни и поведения. Для детей и подростков характерны основные причины получения травм или даже смерти на водных объектах, в число которых входят: незнание и несоблюдение правил безопасности на водоеме и при купании (например, опасные игры в воде, купание более 30 минут, нахождение на берегу водоема без головного убора и прочие), неумение плавать, незнание и несоблюдение безопасного поведения на льду (переход в запрещенных местах, игры на льду и другие). Есть причины, которые могут нанести ущерб здоровью и жизни взрослого человека, ключевой из которых является купание в состоянии алкогольного опьянения,

несоблюдение правил безопасного поведения на водоемах в летний период и на льду. В возникновении, исходя из вышеизложенных причин, опасных ситуаций на водоемах виноват сам человек, который не знает или осознанно идет на риск, а также родители, которые не несут должного контроля за детьми на водных объектах. Но, существуют и иные причины опасных ситуаций, которые происходят по вине стороннего человека (например, экипаж плавательного средства), силы природы или аварии на гидродинамически опасных объектах (наводнения и половодье), а также недостаточность пропаганды знаний в области безопасного поведения на водных объектах через СМИ, образовательные организации дошкольного, общего, среднего профессионального, высшего и дополнительного образования.



Рисунок 1. Причины возникновения опасных ситуаций на водных объектах

Рассмотрим вышеизложенные причины более подробно:

1. Купание в состоянии алкогольного опьянения. По статистике МЧС РФ в состоянии алкогольного опьянения на водных объектах за 2016 год погибло 1570 человек [11]. Опасность купания в нетрезвом виде заключается в том, что такой человек теряет над собой контроль, у него отсутствует чувство

страха и инстинкт самосохранения, а также ухудшается ориентация в пространстве. Согласно народной мудрости «Пьяный в воде – наполовину утопленник», так как угроза для жизни и здоровья человека, находящегося в состоянии алкогольного опьянения, повышается в несколько раз;

2. Купание в незнакомых, запрещенных местах. Если на берегу водоема присутствует знак «Купаться запрещено», следовательно, данный водный объект не предназначен для отдыха населения и купания. Дно таких водоемов может оказаться каменистым, с наличием торчащих ветвей, металлолома, бытового и иного мусора, при нырянии в таком месте человек может лишиться не только своего здоровья, но и жизни. Также, опасность купания в незнакомом и запрещенном месте заключается в наличии сильного течения, водоворотов, которые могут унести человека или утянуть его на дно. Важно отметить, что опасность данных водоемов для купания человека заключается и в их предназначении для передвижения плавательных средств (катеров, лодок, барж, теплоходов и прочих плавательных средств);

3. Несоблюдение правил безопасного поведения на воде. Многие люди гибнут на водных объектах по причине отсутствия самоконтроля, они заплывают за буйки (границу заплыва), подплывают к катерам, гидроциклам и лодкам, всплывают на волны, идущие от данных плавсредств. Такое поведение чревато попаданием человека под лопасти винта или самого плавательного средства, в поток сильного течения или водоворота, а также потерей сил или появлением судорог на большом расстоянии от берега. Так, при несоблюдении правил безопасного поведения при купании за 2016 год в РФ погибло 2363 человека [11];

4. Несоблюдение правил безопасности на льду. За 2016 год в России по причине незнания или нарушения правил безопасного поведения на льду погибло 125 человек [11]. В сезон рыбалки, активного передвижения людей по льду водоемов, а также поздней осенью и ранней весной резко возрастает число пострадавших, так как не все знают и соблюдают правила безопасного поведения на льду. Запрещается выходить на лед при первом образовании льда,

так как он еще недостаточно прочный; перемещаться по льду водоема, где висит знак «Выход на лед запрещен», так как здесь может быть тонкий лед из-за быстрого течения либо полное отсутствие льда в некоторых местах (например, промышленные стоки); ходить по льду, где имеется толстый слой снега или сугробы, а также, где растут кусты, камыши и прочая растительность (в данных местах лед тонкий, пористый). При нарушении правил безопасности приводит к повышению риска провалиться под лед, получить обморожение, травму или утонуть;

5. Отсутствие должного контроля за детьми со стороны взрослых. За период 2016 года по данным МЧС России на водных объектах погибло 367 детей [11]. Родители несут ответственность за жизнь и здоровье подрастающего поколения, в их обязанности входит передача знаний и умений по правилам безопасного поведения на водоемах, воспитание осознанного понимания значимости их выполнения, а также контроль за детьми. Запрещено отпускать детей в воду без сопровождения взрослых, допускать нырять с причалов и мостов; играть и игры, связанные с захватом в воде. Каждый взрослый должен понимать свою роль в сохранении жизни и здоровья детей;

6. Недостаточность пропаганды знаний о безопасном поведении на водных объектах через средства массовой информации, в образовательных организациях дошкольного, общего, высшего и дополнительного образования. Важно систематически проводить пропаганду знаний и умений безопасного поведения на водоемах, особенно в летний и зимне – весенний сезоны, на которые приходится наибольшее количество опасных ситуаций и жертв;

7. Отсутствие умения плавать. В случае, если человек не умеет плавать, а, следовательно, в воде чувствует себя неуверенно, должен находиться на небольшой глубине, недалеко от берега. Запрещается заходить в воду одному и уходить на большую глубину, так как может возникнуть чувство страха, паники, что чревато гибелью человека. Так, по причине неумения плавать в России за 2016 год погибло 379 человек [11];

8. Аварии на водных транспортных средствах. Основными причинами аварий на судах можно отнести невнимательное отношение экипажа к проверке состояния водного транспортного средства, целостности и работоспособности механизмов; столкновения с природными объектами или иными транспортными средствами; пожар; поломка механизмов. За январь – сентябрь 2017 года в России произошло 2 аварии на грузовых и пассажирских судах, при которых погибло 10 человек [19].

9. Наводнение и половодье. Данные опасные ситуации представляют серьезную угрозу для многих регионов России (Дальний Восток, Северный Кавказ – Краснодарский и Ставропольский край и многие другие). Наводнения и половодья на территории РФ являются причинами гибели сотен и тысяч людей. Население, особенно жители территорий, подверженных возникновению наводнений и половодья, необходимо знать правила безопасного поведения, которые позволят сохранить жизнь, здоровье и материальные ценности.

Для учителя безопасности жизнедеятельности (Далее – учитель ОБЖ) является важным аспектом ориентация в практической деятельности на основные причины, возникновения опасных ситуаций на водоеме. При работе с обучающимися и их родителями учитель ОБЖ должен выстраивать процесс взаимодействия, с целью профилактики опасных ситуаций на водных объектах, ориентированный на адресную работу по исключению возникновения причин, несущих угрозу для жизни и здоровья подрастающего поколения. Так, при работе с обучающимися в урочное и внеурочное время учитель безопасности жизнедеятельности должен обратить особое внимание на формирование знаний и умений безопасного поведения на воде и на льду (как необходимо себя вести в воде на берегу водоема; где купаться можно, а где нет; в каких местах можно пересекать водный объект по льду, а в каких нельзя и так далее), обучающиеся узнают и смогут реализовать на практике действия по защите своей жизни, спасению утопающего. Следующим важным аспектом, который может привести к возникновению печальных последствий – неумение плавать.

Данную проблему можно решить посредством организации практических занятий с учителем физической культуры в бассейне, где обучающиеся не только научатся плавать, приобретут уверенность в воде, но и смогут спасти утопающего.

Для учителя ОБЖ важно, с целью решения проблемы по формированию у обучающихся знаний и умений безопасного поведения на воде, параллельно вести работу и с родителями учеников. На родительских собраниях, мастер – классах учитель безопасности жизнедеятельности раскроет роль родителей в обеспечении безопасности детей на водоеме, значимость передачи и закрепления знаний и умений у подрастающего поколения по безопасному поведению на водоеме.

Водоем является объектом повышенной опасности для жизни и здоровья человека. Ежегодно в России на водных объектах погибают тысячи людей, по незнанию или несоблюдению правил безопасности. Но, число опасных ситуаций на водоемах, травм и смертей при их возникновении можно сократить путем формирования у населения знаний и умений безопасного поведения на водных объектах. Знание правил безопасности и умение применить их на практике позволит сохранить человеку его жизнь и здоровье, а также оказать грамотную своевременную помощь и другим людям.

## **1.2. Правила безопасного поведения на водоемах**

Возникновение опасных ситуаций на водных объектах ежегодно на территории Российской Федерации уносят тысячи жизней. Основными причинами высокой смертности и непосредственного возникновения опасных ситуаций на водоемах является незнание или несоблюдение людьми правил безопасного поведения. Так, возникает необходимость формирования у населения, начиная с раннего возраста, знаний и умений безопасного поведения на водоемах, с целью исключения риска возникновения опасной ситуации, угрозы для жизни и здоровья человека (смотреть Рисунок 2, 3, 4).

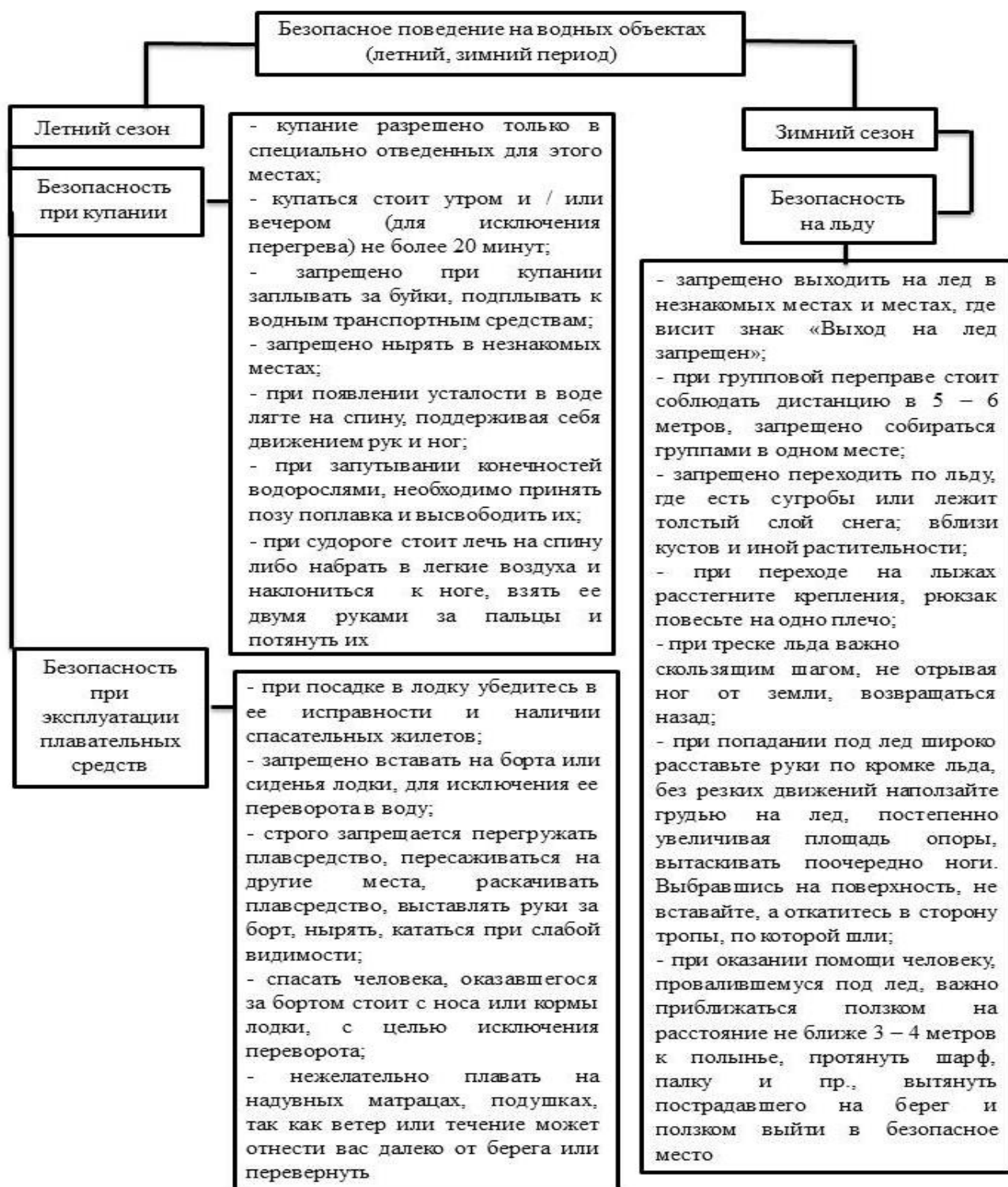


Рисунок 2. Безопасное поведение на водных объектах в летний и зимний сезон  
[12, с. 72 – 74, 16, с. 18 – 21]

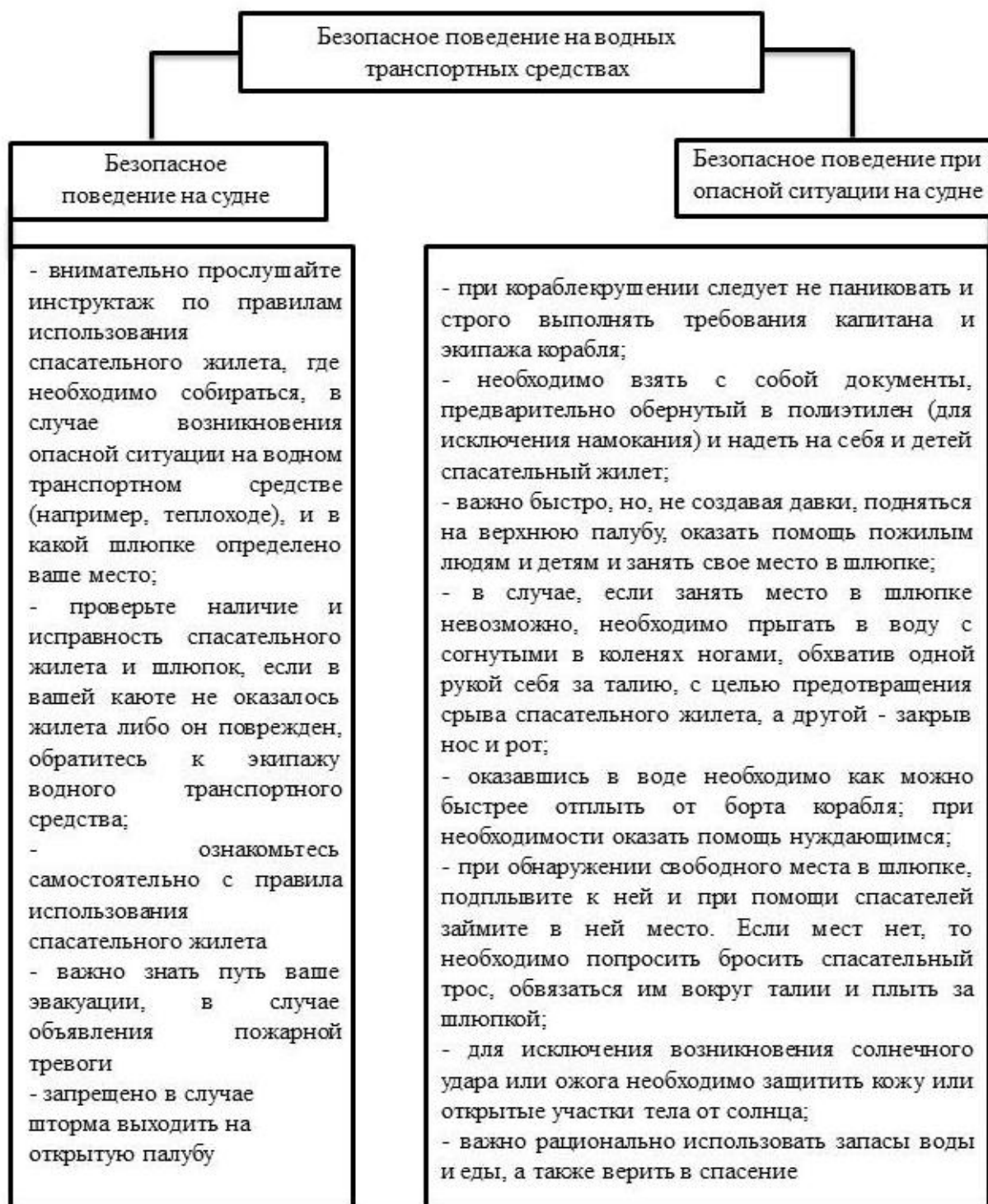


Рисунок 3. Безопасное поведение при передвижении на водных транспортных средствах [13, с. 84 - 85]

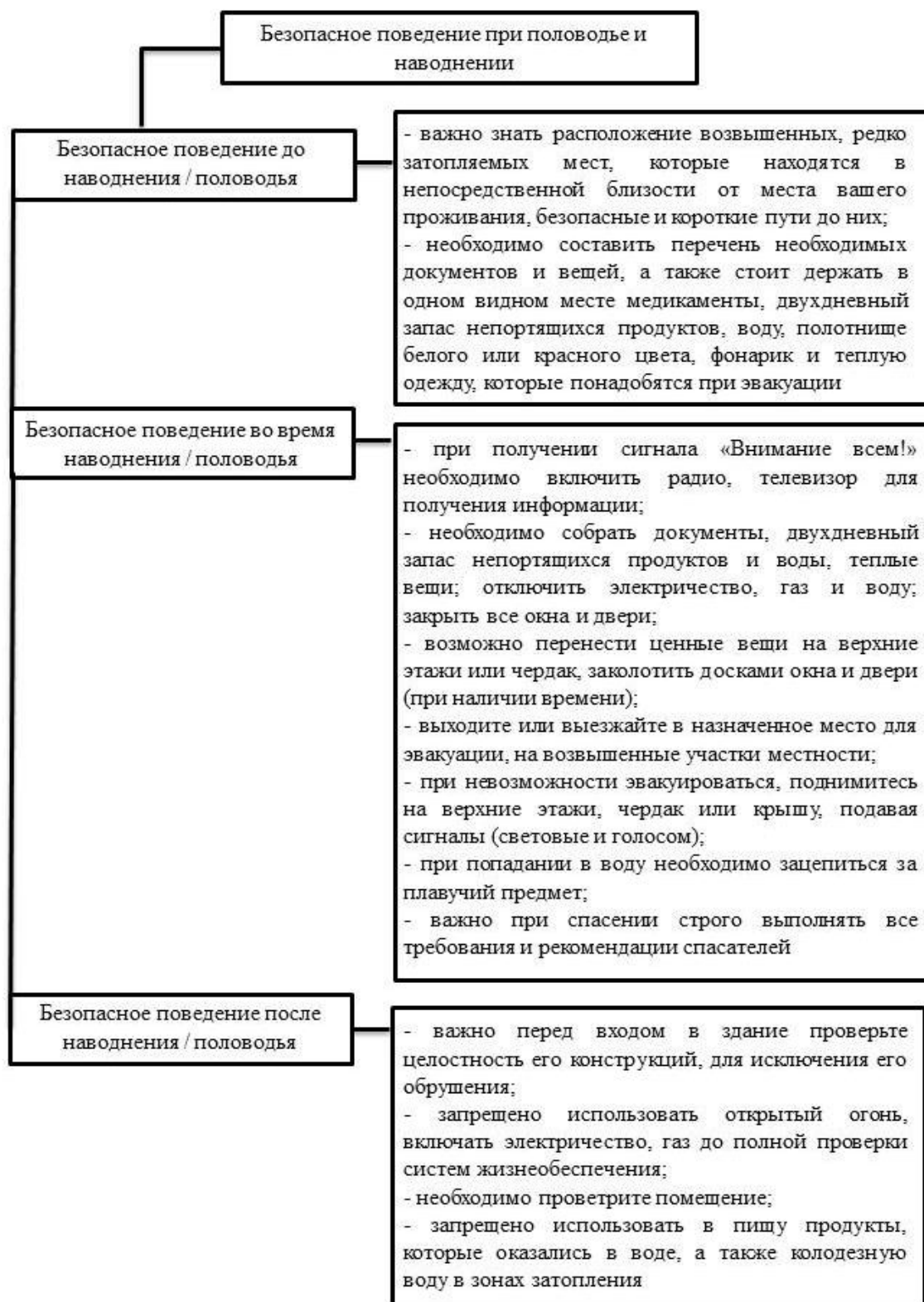


Рисунок 4. Безопасное поведение при половодье и наводнении [14, с. 94 - 97]

Знание и соблюдение правил безопасного поведения позволит исключить риск возникновения опасной ситуации на водном объекте, а также угрозу для жизни и здоровья человека. Формирование знаний, умений безопасного

поведения на водоеме необходимо начинать с раннего возраста и проводить данную работу систематически, с целью выработки устойчивых навыков, которые позволят сохранить жизнь и здоровье не только себе, но и другим людям. Важным аспектом в защите жизни и здоровья человека в случае возникновения опасной ситуации на водном объекте является и обучение оказанию первой помощи.

### **1.3. Основы оказания первой помощи тонущему**

Ежегодно в России погибают тысячи людей в результате возникновения опасной ситуации на водном объекте. Незнание или несоблюдение человеком правил безопасности на водоеме несет прямую угрозу как для его жизни и здоровья, так и других людей. Но, во многих случаях жизнь человека возможно сохранить путем своевременно и грамотно оказанной первой помощи.

Каждый человек должен обладать основами оказания первой помощи, в том числе, первой помощи тонущему человеку. Важную роль в передаче знаний и умений, отработки навыков оказания первой помощи тонущему, а также безопасного поведения на водных объектах играет учитель безопасности жизнедеятельности (Далее – учитель ОБЖ). Так, в урочное и внеурочное время посредством теоретических и практических занятий обучающиеся приобретают новые и закрепляют имеющиеся знания и умения безопасного поведения на водоеме и оказания первой помощи.

Если на ваших глазах тонет человек, первым правилом становится – не впадать в панику и быть готовым прийти на помощь. Важно помнить, что тонущий человек несет опасность для вас, так как чувство страха лишает потерпевшего осознанного восприятия действительности, исходя из инстинкта самосохранения он пытается спастись любым способом. Именно поэтому, стоит осторожно подплывать к тонущему, чтобы не пострадать самому, стоит помнить, что ваша цель – спасти жизнь.

Если вы подплываете к тонущему человеку на лодке, то стоит подплыть носом или кармой, так как, в случае приближения бортом плавательного средства, пострадавший может перевернуть лодку. При спасении тонущего

самостоятельно вплавь, безопаснее будет подплыть со спины, где обхватив пострадавшего, вы поплывете на спинах. Прекрасным способом защитить свою жизнь и жизнь тонущего человека – использовать при спасении специальное оборудование, такое как спасательный жилет и круг [1, с. 46].

Когда вы вытащили пострадавшего на берег, необходимо произвести комплекс мероприятий, направленных на защиту здоровья и жизни человека (смотреть Рисунок 5).



Рисунок 5. Первая помощь пострадавшему при утоплении [15, с. 216 - 218]

Стоит понимать, что в легкие тонущего человека попадает вода, которая может привести к кислородному голоданию и впоследствии к остановке сердца. Именно поэтому, необходимо вначале освободить грудную клетку пострадавшего от одежды, ремней и другой стягивающей одежды. Следующим шагом будет размещение пострадавшего на вашем колене животом вниз, что позволит сдавить грудную клетку пострадавшего для удаления воды из легких и желудка.

После полного удаления из легких и желудка пострадавшего важно уложить его на спину на прямую, твердую поверхность, прочистить ротовую полость (стерильной салфеткой или чистой тканью) от водорослей, тины, грязи; проверить наличие дыхания и пульса у пострадавшего.

В случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса необходимо провести искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца по разработанной технологии.

Техника выполнения искусственной вентиляции легких способом «из рта в рот» заключается в:

- максимально запрокидывается назад голову пострадавшего, одной рукой зажать нос, другой раскрыть рот и зажать щеки;
  - наложить на рот в один слой стерильную салфетку или чистый носовой платок;
  - сделать глубокий вдох и резко выдохнуть воздух в рот пострадавшего.
- Необходимо вдвухать воздух 16 – 18 раз в минуту с интервалом 3 – 4 секунды.

Проводить искусственную вентиляцию легких необходимо до полного восстановления дыхания у пострадавшего.

Если у пострадавшего помимо дыхания отсутствует и пульс, то необходимо одновременно реализовывать непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких.

Непрямой массаж сердца выполняется следующим образом:

- встать на колени рядом с пострадавшим;
- поместите руки ладонь на ладонь на область третьей части грудины, на расстоянии двух пальцев от мечевидного отростка, где большой палец одной руки смотрит в сторону подбородка, а другой в сторону живота;
- надавливание производится прямыми руками. Взрослому человеку непрямой массаж сердца производится двумя руками, ребенку – одной, а младенцу – двумя пальцами;

- необходимо осуществлять 50 – 60 надавливаний в минуту, после каждого надавливания необходимо отпускать руки, чтобы грудная клетка могла принять свое прежнее состояние.

При единовременном выполнении искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца необходимо выполнить, в случае если оказывает первую помощь один спасатель, то на каждые 2 вдоха выполняется 15 надавливаний; если спасают два человека, то на 1 вдох приходится 4 – 5 надавливаний.

При восстановлении у пострадавшего дыхания и сердцебиения необходимо его переодеть, согреть и напоить чаем, доставить в медицинское учреждение или вызвать скорую помощь. Во время дороги или ожидания скорой помощи необходимо контролировать пульс, с целью исключения повторной остановки сердца.

Жизнь и здоровье тонущего находятся в руках человека, идущего на помощь, его знаний и умений оказания первой помощи. На сохранение жизни и здоровья пострадавшего есть 15 минут, так как установлено, что в течение 4 – 6 минут после погружения под воду наступает паралич дыхательных путей, а через 15 минут прекращается и деятельность сердца. Спасателю необходимо помнить, что от грамотности и своевременности действий зависит благополучие утопающего человека.

#### **1.4. Анализ учебных программ по ОБЖ по темам безопасное поведение в случае возникновения опасных ситуаций на водоемах и оказание первой помощи тонущему**

Население необходимо обучать правилам безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоемах, а также оказанию первой помощи систематически на всех ступенях развития личности. Приобретению населением знаний в данной области способствует семейное воспитание по безопасному поведению, средства массовой информации, а также обучение в образовательных организациях дошкольного, общего, высшего и дополнительного образования.

Формирование у обучающихся знаний и умений безопасного поведения на водных объектах должно осуществляться как в урочное, так и внеурочное время. Так, основной вклад в формирование у подрастающего поколения знаний, умений и устойчивых навыков безопасного поведения на водоемах и оказанию первой помощи тонущему вносит учитель безопасности жизнедеятельности.

В урочное время происходит передача обучающимся основных знаний и умений, которые позволят обезопасить и сохранить жизнь и здоровье как личное, так и других людей на водоеме. Учитель ОБЖ, посредством показа обучающих кинофильмов (безопасное поведение на льду, на плавательном средстве, на воде в случае возникновения опасных ситуаций), путем использования активных форм и методов обучения (практические занятия, ролевые игры и другие), способен положить начало формированию у обучающихся знаний и умений безопасного поведения на водоеме и оказания первой помощи пострадавшим.

Во внеурочное время происходит закрепление и расширение знаний и умений. Внеурочную деятельность по формированию у обучающихся знаний и умений безопасного поведения на водоеме и оказания первой помощи пострадавшим необходимо организовывать в активной и интересной форме, с целью привлечения большего круга учеников. Возможна организация внеурочных мероприятий в форме игр, где обучающихся смогут оказаться в опасной ситуации на водоеме, закрепить и применить знания и умения и спасти не только свою жизнь, но и жизнь другого человека (например, ролевые игры, квесты, викторины).

Для организации учебно – воспитательного процесса по данным темам в урочное время по предмету ОБЖ учителю необходимо разработать рабочую программу, соответствующую требованиям ФГОС второго поколения, основанную на примерных рабочих программах. Темы, посвященные формированию у обучающихся безопасного поведения на водных объектах, в том числе на водных транспортных средствах, а также оказанию первой

помощи тонущему, изучаются на предмете Основы безопасности жизнедеятельности. Результаты анализа основных рабочих программ по предмету ОБЖ авторов Латчука В.Н., Миронова С.К., Вангородского С.Н., Ульяновой М.А. – первая программа и Смирнова А.Т., Хренникова Б.О. – вторая примерная рабочая программа (смотреть Таблица 1).

Таблица 1

Анализ примерных рабочих программ по ОБЖ, на предмет изучения тем, посвященных безопасному поведению в случае возникновения опасных ситуаций на водоемах и оказанию первой помощи тонущему [17, 18]

| Рабочая программа Латчука В.Н.                                                         |                                  | Рабочая программа Смирнова А.Т.                                                                                                                                                             |                                                |
|----------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Раздел / Название темы                                                                 | Количество часов                 | Название темы                                                                                                                                                                               | Количество часов                               |
| <b>5 класс</b>                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                             |                                                |
| Раздел «Безопасность на дорогах и на транспорте»,<br>Тема «Морской и речной транспорт» | 7 часов /<br>1 час               | Модуль «Безопасность личности, общества и государства»,<br>Раздел «Основы комплексной безопасности»,<br>Тема «Опасные ситуации природного характера»,<br>Подтема «Безопасность на водоемах» | 22 часа /<br>15 часов /<br>2 часа /<br>1 час   |
| <b>6 класс</b>                                                                         |                                  |                                                                                                                                                                                             |                                                |
| Модуль «Основы безопасности личности, общества и государства»;                         | 23 часа /<br>18 часов /<br>1 час | Модуль «Безопасность личности, общества и государства»,<br>Раздел «Основы комплексной безопасности»,                                                                                        | 25 часов /<br>25 часов /<br>6 часов /<br>1 час |
| Раздел «Экстремальные ситуации в природных условиях»;                                  |                                  | Тема «Активный отдых на природе и безопасность»                                                                                                                                             |                                                |

Продолжение Таблица 1

|                                                                                                                                                                 |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Тема «Безопасность на водоемах»                                                                                                                                 |                                  | Подтема «Водные походы и обеспечение безопасности на воде»                                                                                                                                                                                                 |                                                |
| Модуль «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни»,<br>Раздел «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»,<br>Тема «Беда на воде»                  | 12 часов /<br>8 часов /<br>1 час | Тема «Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности»,<br>Подтема «Обеспечение личной безопасности на водном транспорте»                                                                                                                        | 6 часов /<br>1 час                             |
| <b>7 класс</b>                                                                                                                                                  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |
| Модуль «Основы безопасности личности, общества и государства»,<br>Раздел «Наводнения»,<br>Тема «Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений» | 31 час/<br>3 часа /<br>1 час     | Модуль «Безопасность личности, общества и государства»,<br>Раздел «Основы комплексной безопасности»,<br>Тема «Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения»,<br>Подтема «Рекомендации населению при по действиям при угрозе и во время наводнения» | 28 часов /<br>16 часов /<br>5 часов /<br>1 час |
| <b>8 класс</b>                                                                                                                                                  |                                  |                                                                                                                                                                                                                                                            |                                                |
| Отсутствуют данные темы                                                                                                                                         |                                  | Модуль «Безопасность личности, общества и государства», Раздел «Основы комплексной безопасности»,<br>Тема «Безопасность на водоемах»,                                                                                                                      | 23 часа /<br>16 часов /<br>3 часа              |

## Окончание Таблица 1

|                         |                                                                                                                                                                                                                          |                                             |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
|                         | Подтемы: «Безопасное поведение на водоемах в различных условиях», «Безопасный отдых на водоемах», «Оказание помощи терпящим бедствие на воде»                                                                            |                                             |
| Отсутствуют данные темы | Модуль «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»,<br>Раздел «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»,<br>Тема «Первая помощь при неотложных состояниях»,<br>Подтема «Первая помощь при утоплении» | 12 часов /<br>4 часа /<br>4 часа /<br>1 час |

В рабочих программах двух коллективов авторов по предмету основы безопасности жизнедеятельности в 9 – 11 классах отсутствуют темы, направленные на изучение безопасного поведения на водоемах и оказания первой помощи тонущему.

На основе анализа примерных рабочих программ по безопасности жизнедеятельности для обучающихся 5-9 классов из 170 часов, выделенных на изучение предмета, лишь 4 часа (по Латчуку В.Н.) и 8 часов (по Смирнову А.Т) посвящены вопросам безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоеме и оказанию первой помощи утопающему. Из данных часов, направленных на изучение данных тем, лишь 1 час урочного времени отведен на рассмотрение теоретических аспектов и отработки умений оказания первой помощи утопающему.

Выделенного времени на рассмотрение вопросов по теме безопасного поведения на водоеме и оказания первой помощи утопающему недостаточно для формирования устойчивых знаний и умений, которые впоследствии превратятся в навыки. Исходя из выявленной проблемы, можно предложить ряд рекомендаций:

1. Увеличение часов на изучение темы безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водных объектах и оказания первой помощи тонущему. Данная рекомендация актуальна, исходя из проблемы высокой смертности на водных объектах, что подтверждено статистическими данными МЧС России.

2. Максимальная направленность в построении занятий по ОБЖ, на которых изучаются аспекты безопасного поведения на водоеме и оказания первой помощи тонущему, на практику. Только посредством практических занятий обучающиеся смогут применить и закрепить полученные знания и умения, а также выработать устойчивые навыки.

3. Интеграция деятельности учителя ОБЖ с учителем физической культуры при изучении данных тем. Отработка знаний и умений обучающихся на практике, возможно, организовать в бассейне. Так, обучающиеся не только научатся плавать, уверенно чувствовать себя в воде, но и отработают умения оказания помощи пострадавшему.

4. Организация расширения и закрепления знаний и умений безопасного поведения на водном объекте и оказания первой помощи утопающему посредством внеурочной деятельности. Посредством проведения внеурочных мероприятий в форме игр, мастер – классов, консультаций и прочих смогут сформировать устойчивые навыки безопасного поведения на водоеме и оказания первой помощи пострадавшему.

Для достижения учителем безопасности жизнедеятельности высоких результатов в формировании у обучающихся знаний и умений безопасного поведения на водоеме и по оказанию первой помощи утопающему необходимо тщательно подходить к организации урочной и внеурочной деятельности.

Данный процесс должен основываться на принципах систематичности и последовательности, доступности, а также практического применения знаний и умений. Так, в процессе урочной деятельности учитель безопасности жизнедеятельности должен доступно донести до обучающихся знания и умения, которые позволят обеспечить безопасность на водном объекте и оказать первую помощь утопающему. На внеурочной необходимо осуществить закрепление знаний и умений, посредством организации ситуации, где обучающихся смогут применить их на практике.

**Вывод по Главе 1:** Возникновение опасных ситуаций на водных объектах в летний и зимний сезон несет ущерб для жизни и здоровья населения. Тысячи людей в России ежегодно умирают на водоемах по причине нарушения или незнания правил безопасного поведения, а также оказания первой помощи тонущему. Формирование у населения знаний и умений в области безопасного поведения на водных объектах и оказания первой помощи утопающему позволит сохранить жизнь и здоровье не только личное, но и других людей. Значимую роль в передаче, закреплении знаний и умений у обучающихся по данной теме отводится учителю безопасности жизнедеятельности, который посредством грамотно выстроенных уроков ОБЖ и внеурочной деятельности формирует безопасное поведение на водоемах у подрастающего поколения. Проведя анализ примерных рабочих программ по ОБЖ, мы выявили, что недостаточно часов выделяется на изучение тем, направленных на рассмотрение правил безопасного поведения на водных объектах и оказание первой помощи утопающим, что не позволяет за время урочной деятельности выработать у обучающихся устойчивые навыки по данным темам.

## **ГЛАВА 2. РАЗРАБОТКА МЕТОДИЧЕСКИХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО ОБУЧЕНИЮ ОКАЗАНИЮ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ**

### **2.1. Требования к уровню знаний и умений обучающихся по теме безопасное поведение в случае возникновения опасных ситуаций на водоемах и оказание первой помощи тонущему и критерии их оценивания**

Эффективность методических разработок по обучению оказанию первой помощи тонущему, а также организации безопасного поведения на водоеме определяется исходя из принятых требований к уровню знаний и умений обучающихся, а также критериев их оценивания. Требования к уровню знаний и умений обучающихся, а также критерии оценивания определяются федеральным государственным образовательным стандартом общего образования, на основе которого учитель безопасности жизнедеятельности выстраивает урочную и внеурочную деятельность. Так, в рамках разработанной методической рекомендации по обучению оказанию первой помощи тонущему, а также организации безопасного поведения на водоеме, мы выделили следующие требования.

В процессе внедрения методических рекомендаций, обучающиеся должны приобрести **знания** о:

- правилах безопасного поведения на водоеме;
- правилах безопасного поведения при перемещении по льду;
- способах само – и взаимоспасения при попадании под лед;
- правилах безопасного поведения на водном транспорте и при перемещении на плавсредствах;

- действиях, в случае возникновения опасной ситуации на водном транспорте (использование спасательного жилета, эвакуация, использование шлюпки, самоспасение);

- действиях, в случае угрозы наводнения, при возникновении наводнения и после него;

- технике спасения утопающего и его буксировки спасателем;
- последовательности оказания первой помощи при утоплении;
- проведении искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

У обучающихся должны быть сформированы **умения**:

- организации безопасного отдыха на водоеме;
- осуществлять передвижение по льду;
- осуществлять само и взаимопомощь при попадании под лед;
- организации безопасного поведения при перемещении на плавсредствах;

- использовать спасательных жилет, шлюпки, спасательные круги;
- безопасного поведения, в случае возникновения опасной ситуации на водном транспорте;

- действовать в случае получения сигнала «Внимание всем!» при наводнении и после него;

- выполнения спасения и буксировки пострадавшего;
- оказания первой помощи при утоплении.

В процессе реализации методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и организации безопасного поведения на водоеме необходимо определить ожидаемые результаты (предметные, метапредметные и личностные). Так, к **предметным результатам** можно отнести: применение знаний и умений по безопасному поведению в условиях возникновения опасной или чрезвычайной ситуации на водоеме; по оказанию первой помощи утопающему; умение принимать обоснованные решения в опасной ситуации на водоеме с учетом индивидуальных возможностей и

складывающейся обстановки. **Метапредметные результаты** включают: формирование умений определять цели и задачи своего обучения, оценивать уровень их достижения; самостоятельно планировать пути достижения защищенности; определять и корректировать способы организации безопасного поведения, а также освоение приемов безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций на водоеме. **Личностные результаты:** усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения при активном отдыхе на водоеме, при наводнении, перемещении по льду, на плавательных средствах или на водном транспорте, а также в условиях возникновения опасных ситуаций на водоеме [18].

Для удобства оценивания учителем безопасности жизнедеятельности уровня знаний и умений обучающихся по оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме нами были разработаны и предложены критерии оценивания. Обучающихся по уровню знаний и умений по данной теме возможно разделить на несколько уровней: высокий уровень знаний и умений; средний уровень; низкий уровень и уровень, где у обучающихся отсутствует знания и умения. Рассмотрим данные критерии более подробно:

1. *Высокий уровень знаний и умений.* Обучающиеся не только знают, но и умеют самостоятельно оказать первую помощь утопающему (провести буксировку пострадавшего, оказания грамотного и своевременного комплекса действий по первой помощи); организовать безопасное поведение на водоеме во время активного отдыха, в зимний период, во время и после наводнения, при перемещении на плавательных средствах и водном транспорте (обучающиеся знают и умеют пользоваться спасательным жилетом, спасательным кругом, знают этапы действий в случае возникновения опасной ситуации на судне). Немаловажным критерием являются данные о том, что для безопасности обучающимся во время отдыха у водоема не возникало угроз (например, не было случаев угрозы потопления, солнечного удара, перегрева или переохлаждения и другие).

2. *Средний уровень знаний и умений.* Обучающиеся знают и умеют оказывать первую помощь при утоплении, а также организовывать безопасное поведение на водоеме, но они нуждаются в поддержке, контроле со стороны учителя безопасности жизнедеятельности. То есть, обучающиеся, обладая качественными знаниями и умениями, затрудняются реализовать комплекс необходимых действий исходя из индивидуальных особенностей, они действуют по образцу, нуждаясь в поддержке со стороны учителя

3. *Низкий уровень знаний и умений.* Обучающиеся обладают лишь минимально необходимыми базовыми знаниями в области оказания первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме. Обучающиеся имеют затруднения в применении имеющихся знаний на практике, допускают серьезные ошибки в реализации необходимого комплекса действий, что может повлечь за собой угрозу для жизни и здоровья как самого обучающегося, так и других людей.

4. *Уровень знаний и умений, близкий к нулю.* Обучающиеся обладают крайне низким уровнем знаний, у них отсутствуют умения по оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме. Риск попадания таких обучающихся в опасную ситуацию на водоеме значительно выше остальных, так как они не только не знают правила оказания первой помощи при утоплении и безопасного поведения в случае возникновения опасной ситуации на водоеме, но и не умеют действовать как образцу, так и исходя из сложившейся ситуации.

При формировании у обучающихся, в процессе реализации методических рекомендаций, вышеперечисленных знаний и умений возможно посредством организации систематической и последовательной работы, основанной на закреплении знаний на практике. Достигнув поставленных результатов возможно говорить об эффективности методических рекомендаций и высоком уровне знаний и умений обучающихся, посредством которых будет максимально снижена угроза возникновения опасных ситуаций на водоеме, а

также оказана грамотная и своевременная первая помощь пострадавшему при утоплении.

## **2.2. Разработка и содержание методических рекомендаций по формированию у обучающихся знаний и умений оказания первой помощи тонущему**

В связи с высоким риском возникновения опасных ситуаций на водных объектах возникает необходимость формирования у населения знаний и умений организации безопасного поведения на водоеме, а также оказания первой помощи пострадавшим при утоплении. Важную роль в данном процессе играют образовательные организации общего образования, где в урочное и внеурочное время учитель безопасности жизнедеятельности передает обучающимся знания и умения по организации безопасного поведения на водоеме и оказании первой помощи тонущему. Так, возникает необходимость разработки методических рекомендаций для учителей безопасности жизнедеятельности, которые они смогли бы применить в практической деятельности при обучении обучающихся оказанию первой помощи при утоплении и организации безопасного поведения на водоеме.

**Исследовательская работа по теме «Опасные ситуации на водоемах и методика обучения первой помощи тонущему» включает в себя ряд этапов:**

1. анализ примерных рабочих программ по предмету основы безопасности жизнедеятельности, где нами было выделено количество часов, выделяемых на изучение тем по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении, а также организации безопасного поведения на водоеме. Были проанализированы две рабочие программы: Латчука В.Н., Миронова С.К., Вангородского С.Н., Ульяновой М.А. – первая программа и Смирнова А.Т., Хренникова Б.О. – вторая. В ходе анализа было выявлено, что те или иные аспекты в рамках нашей темы исследования, рассматриваются с 5 по 9 класс, в 10 – 11 данные темы отсутствуют. На основе анализа примерных рабочих

программ по безопасности жизнедеятельности для обучающихся 5-9 классов из 170 часов, выделенных на изучение предмета, лишь 4 часа (по Латчуку В.Н.) и 8 часов (по Смирнову А.Т) посвящены вопросам безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоеме и оказанию первой помощи утопающему. Из данных часов, направленных на изучение данных тем, лишь 1 час урочного времени отведен на рассмотрение теоретических аспектов и отработки умений оказания первой помощи утопающему, то есть остальные часы направлены на рассмотрение основ организации безопасного поведения на водоеме.

В рамках данной работы было выявлено, что урочных часов выделенных на изучении вопросов оказания первой помощи при утоплении и организации безопасного поведения у водоема недостаточно для формирования у обучающихся устойчивых знаний и умений в данной области. Следовательно, возникает необходимость повышения эффективности использования урочных часов по данным темам, с целью расширения и закрепления у обучающихся знаний и умений, а также проведения практических занятий, мастер – классов и иных мероприятий во внеурочное время;

2. рассмотрение форм и методов проведения занятий по темам оказания первой помощи при утоплении и безопасного поведения на водоеме, межпредметных связей, которые учитель безопасности жизнедеятельности может использовать в своей практической деятельности для повышения эффективности формирования у обучающихся знаний и умений в данной области. На основании изучения форм и методов обучения было выявлено, что для формирования у обучающихся устойчивых знаний и умений оказания первой помощи пострадавшему при утоплении и организации безопасного поведения на водоеме, необходимо выстраивать образовательный процесс в форме практических занятий и активных форм и методов. Практикоориентированность и использование активны форм и методов позволит обеспечить включение всех обучающихся в процесс приобретения новых и закрепления имеющихся знаний и умений в данной области. Значимую

роль в процессе обучения оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении, а также организации безопасного поведения на водоеме, играет реализация межпредметных связей, посредством организации бинарных уроков учителя безопасности жизнедеятельности и биологии, а также с учителем физической культуры;

3. проведение первичной оценки уровня знаний и умений обучающихся по теме оказание первой помощи пострадавшему при утоплении и безопасном поведении на водном объекте. Первичный контроль основан на предложении обучающимся восьмых классов девять тестовых вопросов и одно практическое задание, за которые можно набрать максимальную сумму баллов – 17 (14 баллов за теорию и 3 – за практику) (смотреть Приложение 1). Тестовые задания включают в себя вопросы, где необходимо вписать ответ, найти соответствия, вставить пропущенные слова, а также найти лишнее. Теоретические вопросы позволяют проверить знания обучающихся о: последовательности действий при оказании первой помощи при утоплении (необходимо вставить пропущенные слова); необходимом комплексе действий при оказании первой помощи пострадавшему на водоеме, исходя из симптомов, определение способов освобождения спасателя в воде от захвата утопающего (установление соответствия); средствах спасения в случае возникновения опасной ситуации на водоеме (исключить лишние варианты); способах осуществления буксировки пострадавшего, организации безопасного поведения при отдыхе у водоема, при перемещении по льду, при передвижении на водном транспорте (самостоятельное вписание ответа). А также, одно практическое задание, которое заключается в реализации на роботе – тренажере комплекса действий по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении, способствующее выявлению уровня умений обучающихся восьмых классов;

4. следующим шагом становится разделение обучающихся восьмых классов, на основании полученных результатов тестового и практического контроля, на экспериментальную и контрольную группы. На базе экспериментальной группы будут внедряться разработанные, в рамках

исследовательской работы, методические рекомендации по обучению оказанию первой помощи при утоплении и организации безопасного поведения на водоеме.

5. разработка и внедрение методических рекомендаций по формированию у обучающихся устойчивых знаний и умений по осуществлению безопасного поведения на водном объекте и оказанию первой помощи утопающему. Методические рекомендации включают в себя комплекс мероприятий, в которые входит, как проведение непосредственных занятий на уроке основы безопасности жизнедеятельности по учебным темам, так и реализация внеурочной деятельности, направленной на формирование у обучающихся знаний и умений оказания первой помощи пострадавшему при утоплении и организации безопасного поведения на водном объекте.

Для достижения поставленных результатов необходимо организовывать систематическую работу, в которую будут включены не только учитель безопасности жизнедеятельности и обучающиеся, но и другие учителя – предметники (учитель физической культуры, учитель биологии), родители обучающихся. Благодаря совместной работе возможно сформировать у обучающихся устойчивые знания и умения оказания первой помощи утопающему и по организации безопасного поведения на водоеме, что и является целью методических рекомендаций. В рамках разработанных методических рекомендаций предусмотрены следующие **направления**:

*А. Работа с родителями обучающихся.* Данное направление носит значимый характер, так как согласно статистике большое количество несчастных случаев на водоеме с подрастающим поколением происходит из – за недосмотра, невнимательности родителей, неумения своевременно отреагировать на угрозу и оказать помощь. Учитель безопасности жизнедеятельности при работе с родителями раскроет роль последних в обеспечении безопасности подрастающего поколения на водоеме; значимость приобретения знаний и умений по оказанию первой помощи утопающему и правилам безопасного поведения на водном объекте и способы их

формирования у ребенка, что позволит сохранить свою жизнь и жизнь ребенка. Достигнуть поставленных целей возможно путем проведения:

- *тематических родительских собраний и мастер-классов*, с привлечением сотрудника МЧС, где родители познакомятся со статистикой несчастных случаев на водном объекте; способах организации безопасного поведения на водоеме, спасения утопающего и оказания ему первой помощи. А также родителям представится возможность отработать знания и умения по оказанию первой помощи на практике;

- *совместных мероприятий* по безопасности для обучающихся и их родителей, где участники познакомятся с теорией и практикой оказания первой помощи пострадавшему при утоплении и организации безопасного поведения на водном объекте (отдых у водоема, при перемещении на плавательном средстве, на водном транспорте, по льду, при наводнении). Мероприятия целесообразно проводить как теоретического (для закрепления знаний), так и практического (для отработки и закрепления умений) характера. Так, к ним относятся: викторина «Тайны водных объектов или твоя безопасность на воде», дискуссия «Что мешает людям обеспечить безопасность на водном объекте?», ролевая ситуационная игра «Лето, солнце, пляж и угроза» (где необходимо вспомнить и применить в процессе игры не только правила безопасного поведения на водоеме, но и спасти утопающего, оказав необходимую первую помощь). Путем активного включения родителей в образовательно – воспитательный процесс возможно достижения большей эффективности в формировании у обучающихся навыков оказания первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водном объекте.

**Б. Работа с обучающимися.** Данная работа направлена на организацию в урочное и внеурочное время процесса приобретения и закрепления обучающимися знаний и умений оказания первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме. Данный процесс выстраивается системно, последовательно, где на первом этапе обучающиеся приобретают знания по данной теме, а на втором – обучающиеся применяют

имеющиеся знания и умения на практике. Так, в рамках методических рекомендаций, мы предлагаем следующие формы организации работы с обучающимися:

- построение урочной деятельности в форме проведения *бинарных уроков* учителя безопасности жизнедеятельности с учителями биологии и физической культуры. Так, изучение темы «Первая помощь при утоплении» целесообразно провести совместно учителям безопасности жизнедеятельности и биологии. Учитель биологии раскроет обучающимся как, попадая в организм человека, вода при утоплении влияет на основные процессы жизнедеятельности внутренних систем, к чему может привести несвоевременно оказанная помощь, а учитель безопасности жизнедеятельности изучит основные правила оказания первой помощи при утоплении. Проведение занятия по теме «Оказание помощи терпящим бедствие на воде» возможно провести учителю безопасности жизнедеятельности совместно с учителем физической культуры, где учитель физической культуры сможет отработать с обучающимися основные способы спасения людей, оказавшихся в воде, спасения утопающих, способы буксировки пострадавших, способы, благодаря которым спасатель сможет освободиться от захвата утопающего в воде. Бинарные уроки позволят не только реализовать межпредметные связи, но и расширить знания и умения обучающихся в разных областях науки;

- организация *практических занятий* при изучении тем по оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме. Практические занятия должны следовать после изучения теоретического блока по данной теме и способствовать отработке умений и их закреплению на практике. На практических занятиях обучающиеся смогут отработать на работе – тренажере комплекс действий по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении;

- *проведение внеурочных мероприятий* в форме ролевых игр, викторин, дискуссий, решения ситуационных задач, создание и защита проектов, или с использованием метода кейс – стадии. Благодаря данным мероприятиям

обучающиеся закрепят знания по оказанию первой помощи тонущему и обеспечения безопасного поведения на водном объекте, смогут предложить возможные способы сокращения числа опасных ситуаций на водных объектах и эффективные методы по распространению знаний и отработке умений по оказанию первой помощи утопающему при утоплении, а также пути решения и безопасного поведения в опасной ситуации на водоеме, согласно характерным особенностям и индивидуальным возможностям. К участию и проведению внеурочных мероприятий необходимо подключать и родителей обучающихся. Данные мероприятия описаны в пункте «Работа с родителями» (смотреть Пункт 1 «Работа с родителями обучающихся»);

- проведение *мастер – классов* с привлечением специалистов МЧС, где обучающиеся смогут расширить и закрепить имеющиеся знания и умения по оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме, приобрести новые в процессе теоретического и практического блока. Также, посредством проведения мастер – классов с привлечением сотрудников МЧС, происходит раскрытие обучающимся информации о деятельности спасателей, о проводимых мероприятиях, с целью сохранения жизни и здоровья людей на водных объектах, знакомства со способами организации спасения утопающего и оказания первой помощи. Данная форма организации внеурочной работы позволит сформировать у обучающихся образ героя – спасателя;

- поведение *внеурочной практической деятельности в бассейне* для отработки умений спасения утопающего и оказания ему первой помощи. В бассейне обучающиеся не только научатся плавать, приобретут уверенность в воде, что позволит снизить риск возникновения опасной ситуации на водоеме, но и смогут отработать непосредственные действия по спасению утопающего. Каждый обучающийся получит возможность отработать техники захвата и буксировки пострадавшего, с целью обеспечения безопасности спасателя.

Методические рекомендации направлены на организацию систематической работы с обучающимися в процессе урочной и внеурочной

деятельности, в ходе которой происходит приобретение комплекса знаний и умений по оказанию первой помощи при утоплении, а также по обеспечению личной безопасности на водном объекте. С целью закрепления у обучающихся знаний и умений, учитель безопасности жизнедеятельности организует работу и с родителями обучающихся, что позволит не только достичь поставленной цели, но и повысить уровень компетентности родителей в данной области;

6. заключительным этапом исследовательской работы является проведение повторного контроля знаний и умений обучающихся по спасению утопающего, оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении, а также обеспечения безопасного поведения на водном объекте. Знания обучающихся были проверены посредством тестового контроля, который использовался и для оценивания первичного уровня знаний у обучающихся по данным темам. Уровень умений обучающихся был оценен посредством предложения практических заданий: осуществление спасения утопающего (выполнения захвата и буксировки пострадавшего), а также оказание первой помощи при утоплении на работе – тренажере.

Максимальная сумма баллов, которые обучающиеся смогут получить при выполнении контрольных заданий – 20 баллов (14 баллов – теория, 6 баллов – практика). Проведение повторного тестового контроля и практических заданий позволяет сделать вывод об эффективности разработанных методических рекомендаций, направленных на формирование у обучающихся знаний и умений оказания первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме.

Разработанные методические рекомендации по обучению оказанию первой помощи и организации безопасного поведения на водном объекте основаны на использовании современных и активных форм, методов организации учебно – воспитательного процесса в рамках предмета основы безопасности жизнедеятельности, а также в ориентации на практическую деятельность обучающихся, в обязательной отработке полученных на теории знаний и умений на практике. Данные условия реализации методической

рекомендации основаны на требованиях современных учеников к построению образовательного процесса, а также требований федерального государственного образовательного стандарта.

Эффективность разработанных методических рекомендаций в достижении поставленной цели, а именно формирования у обучающихся устойчивых знаний и умений оказания первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме, возможно оценить путем проведения контроля знаний и умений обучающихся до и после реализации методических рекомендаций.

### **2.3. Диагностика знаний и умений обучающихся по теме безопасное поведение в случае возникновения опасных ситуаций на водоемах и оказание первой помощи тонущему**

Вывод об эффективности методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи тонущему и безопасному поведению в случае возникновения опасных ситуаций на водоеме возможно сделать посредством анализа знаний и умений обучающихся до внедрения методических рекомендаций и после, проследив их динамику. При определении уровня знаний и умений обучающихся по данной теме целесообразно применить методы тестового контроля и практических заданий. Благодаря использованию учителем безопасности жизнедеятельности тестовых и практических заданий возможно выявить имеющиеся у обучающихся знания и умения по оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме.

Так, с целью проверки эффективности разработанных методических рекомендаций, была осуществлена работа по ее внедрению в деятельность учителя безопасности жизнедеятельности на базе МАОУ СОШ № 68 города Екатеринбурга. Реализация методических рекомендаций осуществлялась за период производственной и преддипломной практик в 8 «Б» (экспериментальный) и 8 «В» - контрольном классах. В данных классах был проведен контроль знаний и умений по оказанию первой помощи утопающему

и организации безопасного поведения на водоеме посредством теста и практического задания (смотреть Приложение 1). Контрольное задание включает в себя девять теоретических и одно практическое задание. Максимальная сумма баллов – 17 (14 за теорию и 3 балла за практику). Всего в контроле приняло участие 52 обучающихся.

Тестовые задания включают в себя открытые вопросы, задания, где необходимо найти соответствия, вставить пропущенные слова, а также убрать лишнее. Обучающиеся при решении тестовых заданий описывают, по памяти, правила безопасного поведения на водоеме, при передвижении по льду, на водном транспорте; способы буксировки пострадавшего, а также умения, которым должен обладать спасатель, оказывающий первую помощь утопающему. Помимо вышеназванных заданий, обучающиеся устанавливают соответствие между состоянием пострадавшего на водоеме и необходимым комплексом оказания первой помощи; способами освобождения спасателя от захвата пострадавшим в воде и другие.

После проверки теоретических знаний по вопросам оказания первой помощи утопающему, а также обеспечения безопасного поведения на водоеме, для оценивания уровня умений у обучающихся по реализации на практике комплекса действий оказания первой помощи пострадавшему при утоплении. Практическое задание заключается в реализации на роботе - тренажере Гоша комплекса действий по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении.

На основании оценивания полученных результатов по ключу, прилагаемому к контрольным заданиям, обучающиеся были разделены по уровню знаний и умений. Так, **по уровню знаний** выделяются: 15 – 14 баллов – *высокий уровень*, 11 – 13 баллов – *средний*, 7 – 10 баллов – *низкий*, 1 – 6 баллов – *опасно низкий*; **по уровню умений**: 3 балла – «спасатель», 2 балла – «ученик спасателя», 1 балл – «дилетант», 0 баллов – «угроза для жизни и здоровья пострадавшего». После проведения теста и практического задания по теме

нами были проанализированы результаты и сведены в таблицы (смотреть Таблица 2, 3, Рисунок 6, 7).

Таблица 2

Результаты анализа уровня знаний обучающихся до внедрения  
методических рекомендаций

| Уровень знаний | 8 «Б» класс (27 чел.) | 8 «В» класс (25 чел.) |
|----------------|-----------------------|-----------------------|
| Высокий        | 5                     | 4                     |
| Средний        | 11                    | 9                     |
| Низкий         | 10                    | 10                    |
| Опасно низкий  | 1                     | 2                     |

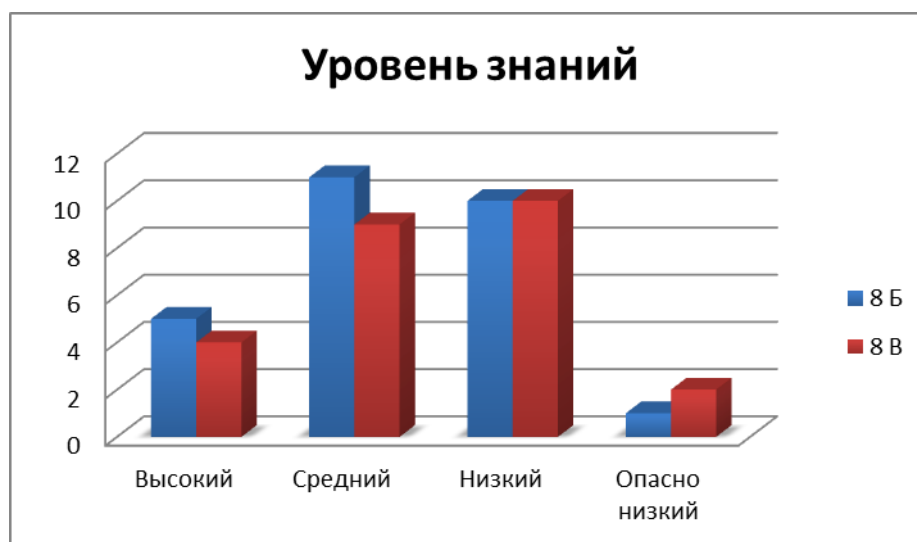


Рисунок 6. Сравнительный анализ уровня знаний в 8 «Б» и 8 «В» классах до применения методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водоеме

Таблица 3

Результаты анализа уровня умений обучающихся до внедрения  
методических рекомендаций

| Уровень умений     | 8 «Б» класс (27 чел.) | 8 «В» класс (25 чел.) |
|--------------------|-----------------------|-----------------------|
| «Спасатель»        | 4                     | 3                     |
| «Ученик спасателя» | 12                    | 10                    |

Окончание Таблица 3

|                               |    |    |
|-------------------------------|----|----|
| «Дилетант»                    | 11 | 11 |
| «Угроза для жизни и здоровья» | 0  | 1  |



Рисунок 7. Сравнительный анализ уровня умений в 8 «Б» и 8 «В» классах до применения методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водоеме

Также, мы разделили обучающихся по уровню знаний по направлениям: безопасное поведение на водном объекте, спасение утопающего и оказание первой помощи пострадавшему при утоплении (смотреть Рисунок 8). С целью выявления ключевых аспектов (затруднений), которым необходимо будет уделить большее внимание при разработке и внедрению методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и обеспечению безопасного поведения на водном объекте в практическую деятельность учителя безопасности жизнедеятельности. Анализ знаний обучающихся по отдельным аспектам также даст картину о возможности формирования у обучающихся знаний и умений оказания первой помощи и организации безопасного поведения на водном объекте в урочное время при изучении данных тем на предмете основы безопасности жизнедеятельности.



Рисунок 8. Уровень знаний по разделам: безопасное поведение на водоеме, спасение утопающего, оказание первой помощи при утоплении до применения методических рекомендаций

Исходя из полученных результатов, можно заключить, что:

- из числа обучающихся, принявших участие в контроле, большая часть имеет средний и низкий уровень знаний (примерно 80 %), а умения можно отнести к уровням «дилетанта» и «ученика спасателя», на которые приходится, также, примерно, 80 % всех результатов практического задания среди обучающихся;

- лучший уровень знаний обучающиеся показывают по теме безопасное поведение на водном объекте в летний период, при перемещении по льду и на водном транспорте, где из 52 человек (обучающихся восьмых классов) 10 человек продемонстрировало высокий уровень знаний и 36 – средний. То есть, можно заключить, что положить начало формированию у обучающихся знаний и умений по безопасному поведению на водоеме возможно в урочное время, посредством эффективного использования выделяемых часов на изучении данной темы;

- вопросы, относящиеся к теме оказание первой помощи пострадавшему при утоплении, вызвали у большей части обучающихся восьмых классов затруднения. Так, из 52 опрошенных, 22 обучающегося продемонстрировало

средний уровень знаний и 26 – низкий. Следовательно, в связи с малым количеством урочного времени по предмету основы безопасности жизнедеятельности, выделяемого на изучение вопросов по оказанию первой помощи утопающему, наблюдается низкий уровень знаний, а следовательно и умений у обучающихся по данной теме. Для решения данной проблемы, необходимо уделять внимание организации внеурочной деятельности, которая будет направлена на углубление и расширение знаний и умений у обучающихся по оказанию первой помощи при утоплении, а также по организации спасения утопающего (выполнения буксировки тонущего).

Полученные результаты, в процессе проведения первичного контроля знаний и умений обучающихся экспериментальной и контрольной группы, подтверждают необходимость внедрения методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи тонущему, а также организации безопасного поведения на водоеме. Методические рекомендации, построенные на принципах активного включения обучающихся в познавательный процесс, последовательной и систематической передачи знаний и умений по спасению утопающего, оказанию первой помощи при утоплении, а также обеспечения безопасного поведения на водоеме. В рамках разработанных методических рекомендаций, учитель безопасности жизнедеятельности организует работу не только с обучающимися, но и с их родителями.

В течение производственной и преддипломной практик происходило внедрение методических рекомендаций в урочную и внеурочную деятельность учителя безопасности жизнедеятельности на базе восьмых классов МАОУ СОШ № 68 города Екатеринбурга. За отведенный период для экспериментальной группы обучающихся 8 «Б» класса и их родителей было проведено:

- *ситуационная игра «Лето, солнце, пляж и угроза»*, где обучающиеся попадают в условия опасной ситуации на водном объекте в летний период и должны не только реализовать комплекс действий по защите своей жизни и здоровья, а также других людей, но и оказать первую помощь утопающему.

Данная игра реализуется во внеурочное время для обучающихся и их родителей. Обучающиеся и родители делятся на пять команд, каждая из которых получает свой сценарий опасной ситуации, которую им необходимо разыграть, совершив необходимый комплекс действий по защите жизни и здоровья, а также оказания первой помощи утопающему. Так, в листе заданий для каждой команды, первое посвящено безопасному поведению при перемещении на плавательном средстве (лодке) при его перевороте в воду; на водном транспортном средстве при пожаре; при купании в незнакомом запрещенном месте; при отсутствии контроля со стороны взрослых за опасными играми детей в воде; второе задание основано на оказании первой помощи пострадавшему при утоплении в ситуациях, когда у него отсутствует дыхание и пульс, а также в ситуации, когда отсутствует только дыхание.

Каждая команда обсуждает ситуацию, отвечает на вопросы и дает рекомендации по безопасному поведению, после чего происходит проверка результатов учителем безопасности жизнедеятельности, который, при необходимости, вносит поправки. Действия по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении реализует каждый член команды, с целью приобретения и закрепления знаний и умений в данной области (смотреть Приложение 2);

- практическое занятие экспериментальной группы в кабинете основы безопасности жизнедеятельности, где каждый обучающийся получит возможность реализовать на роботе – тренажере Гоша комплекс действий по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении (освобождение легких от воды; очистка полости рта от ила, песка и грязи; проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца). Также, обучающиеся смогут повторить на данном занятии последовательность и правила вызова скорой медицинской помощи. Учитель основ безопасности жизнедеятельности и остальные обучающиеся контролируют правильность и последовательность выполнения действий, исправляют;

- проведение учителями безопасности жизнедеятельности и физической культуры практического занятия для обучающихся экспериментальной группы в бассейне (смотреть Приложение 3). Данное занятие направлено на отработку обучающимися умений по спасению утопающего, выполнения буксировки пострадавшего, а также по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении. На данном внеурочном занятии учитель физической культуры обучает техникам плавания, захвата утопающего и выполнения его буксировки до берега на спине, на боку, а учитель безопасности жизнедеятельности отрабатывает умения по оказанию первой помощи при утоплении;

- проведение мастер – класса для обучающихся и их родителей совместно с сотрудником МЧС. Учитель безопасности жизнедеятельности и сотрудник МЧС не только знакомят со статистикой опасных ситуаций на водных объектах и смертности на них в Российской Федерации, раскрывают основные опасности на водных объектах и в процессе активного диалога выявляют способы защиты, но и на практике отрабатывают умения с родителями и обучающимися по оказанию первой помощи утопающему.

После реализации запланированных, в рамках разработанных методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме, нами был проведен повторный контроль знаний и умений. Контроль знаний обучающихся экспериментальной и контрольной групп был произведен посредством применения теста «Опасности на водных объектах» (из первичного контроля), а для оценивания уровня умений два практических задания (смотреть Приложение 4). Первое практическое задание реализуется в бассейне, где обучающиеся демонстрируют свои знания и умения по спасению утопающего, выполнения его буксировки до берега; второе задание реализуется в кабинете основ безопасности жизнедеятельности, где обучающимся необходимо оказать первую помощь пострадавшему при утоплении.

Полученные результаты в ходе анализа тестовых работ и выполнения обучающимися контрольной и экспериментальной группы практических

заданий были сведены в таблицы и диаграммы. Обучающиеся были разделены по уровню знаний на высокий, средний, низкий и опасно низкий; по уровню умений: на спасателя», «ученика спасателя», «дилетанта», «угрозу для жизни и здоровья пострадавшего» (смотреть Таблица 4, 5, Рисунок 9, 10).

Таблица 4

**Результаты анализа уровня знаний обучающихся после внедрения методических рекомендаций**

| <b>Уровень знаний</b> | <b>8 «Б» класс (27 чел.)</b> | <b>8 «В» класс (25 чел.)</b> |
|-----------------------|------------------------------|------------------------------|
| Высокий               | 11                           | 4                            |
| Средний               | 11                           | 11                           |
| Низкий                | 5                            | 9                            |
| Опасно низкий         | 0                            | 1                            |

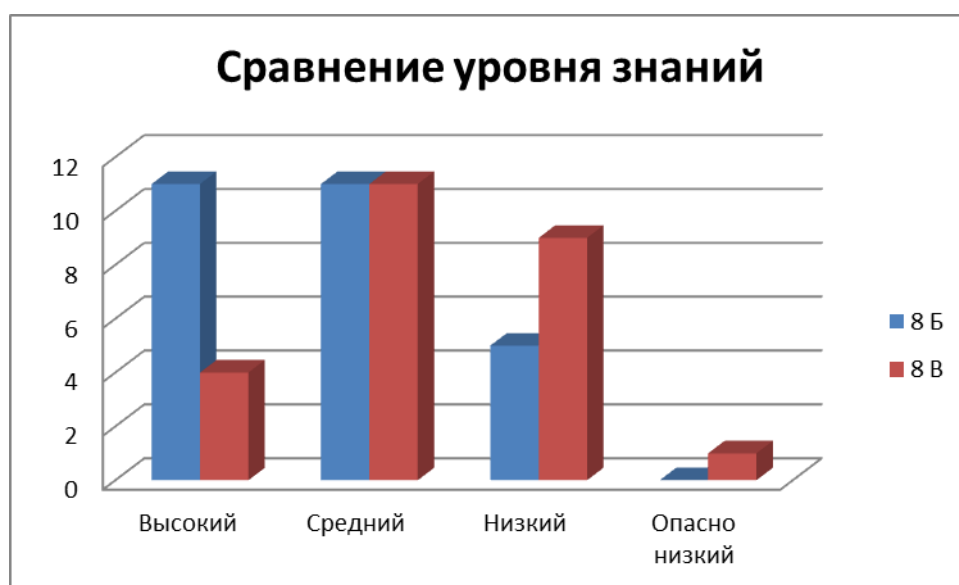


Рисунок 9. Сравнительный анализ уровня знаний обучающихся в 8 «Б» и 8 «В» классах после применения методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водоеме

Исходя из полученных данных можно заключить, что знания обучающихся контрольной группы остались на прежнем уровне, тогда как уровень знаний и умений обучающихся экспериментальной группы подвергся изменению. Так после внедрения разработок методической рекомендации по

обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водном объекте, отсутствуют обучающиеся экспериментальной группы, имеющие уровень знаний «опасно низкий», а большая часть обучающихся имеет уровни знаний «высокий» и «средний» - по 11 человек на каждом уровне.

Таблица 5

**Результаты анализа уровня умений обучающихся после внедрения методических рекомендаций**

| <b>Уровень умений</b>         | <b>8 «Б» класс (27 чел.)</b> | <b>8 «В» класс (25 чел.)</b> |
|-------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| «Спасатель»                   | 8                            | 3                            |
| «Ученик спасателя»            | 14                           | 12                           |
| «Дилетант»                    | 5                            | 9                            |
| «Угроза для жизни и здоровья» | 0                            | 1                            |



Рисунок 10. Сравнительный анализ уровня умений обучающихся в 8 «Б» и 8 «В» классах после применения методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водоеме

Анализируя уровень умений можно сделать вывод о том, что наравне с возрастанием у обучающихся экспериментальной группы уровня знаний по оказанию первой помощи утопающему и безопасному поведению на водоеме, отсутствуют обучающиеся, обладающие уровнем умений близким к нулю

(«угроза для жизни и здоровья утопающего»), а большая часть обучающихся имеет уровень умений средний – «ученик спасателя» (14 человек). Следовательно, уровень умений обучающихся возрос.

Нами был произведен сравнительный анализ уровня знаний (смотреть Таблица 6, Рисунок 11) и умений (смотреть Таблица 7, Рисунок 12) обучающихся экспериментальной группы до и после применения методических рекомендаций, которые были сведены в таблицы и диаграммы. Сравнение уровня знаний и умений до и после применения разработанных методических рекомендаций позволяет констатировать о достижении поставленной цели, а именно формировании у обучающихся устойчивых знаний и умений оказания первой помощи пострадавшему при утоплении и организации безопасного поведения на водном объекте. Вывод о достижении поставленной цели возможно сделать исходя из полученных результатов, где отсутствуют обучающиеся с опасно низки уровнем знаний и умений и преобладанием обучающихся с высоким и средним уровнем знаний и умений. Также, на основании полученных результатов возможно заключить, что разработанные методические рекомендации по обучению оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении и обеспечению безопасного поведения на водном объекте в летнее и зимнее время, а также на водном транспортном средстве являются эффективными.

Таблица 6

**Результаты анализа уровня знаний обучающихся экспериментальной группы до и после внедрения методических рекомендаций**

| <b>Уровень знаний</b> | <b>До внедрения</b> | <b>После внедрения</b> |
|-----------------------|---------------------|------------------------|
| Высокий               | 11                  | 4                      |
| Средний               | 11                  | 11                     |
| Низкий                | 5                   | 9                      |
| Опасно низкий         | 0                   | 1                      |

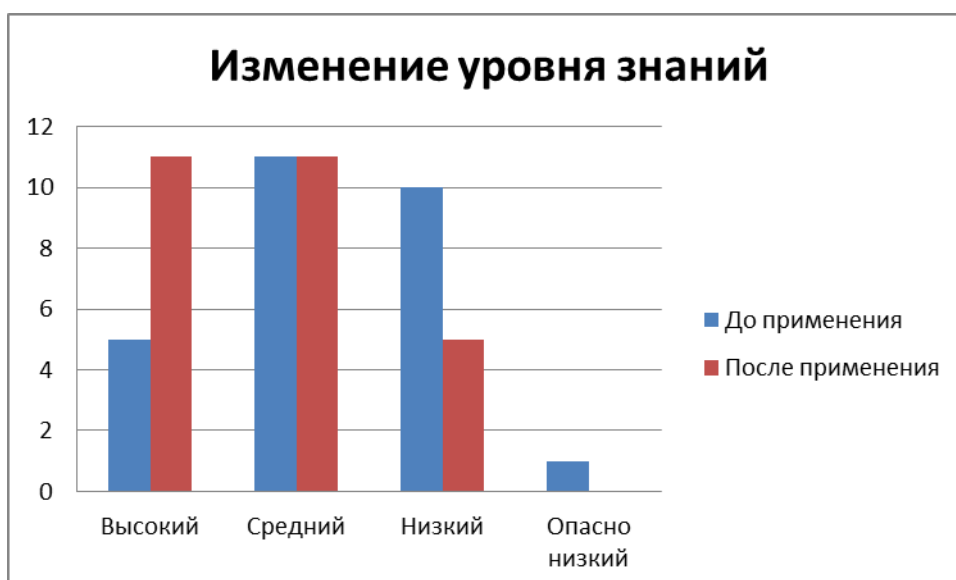


Рисунок 11. Сравнительный анализ уровня знаний обучающихся экспериментальной группы до и после применения методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водоеме

Анализируя полученные данные можно заключить, что после внедрения разработанных методических рекомендаций в процесс обучения, уровень знаний обучающихся экспериментальной группы имел положительную динамику. Так, 80 % обучающихся имеют высокий и средний уровни знаний по оказанию первой помощи утопающему и безопасному поведению на водоеме, оставшиеся 20 % приходится на низкий уровень, а обучающиеся с опасно низким уровнем отсутствуют.

Таблица 7

**Результаты анализа уровня умений обучающихся экспериментальной группы до и после внедрения методических рекомендаций**

| Уровень знаний | До внедрения | После внедрения |
|----------------|--------------|-----------------|
| Высокий        | 4            | 8               |
| Средний        | 12           | 14              |
| Низкий         | 11           | 5               |
| Опасно низкий  | 0            | 0               |

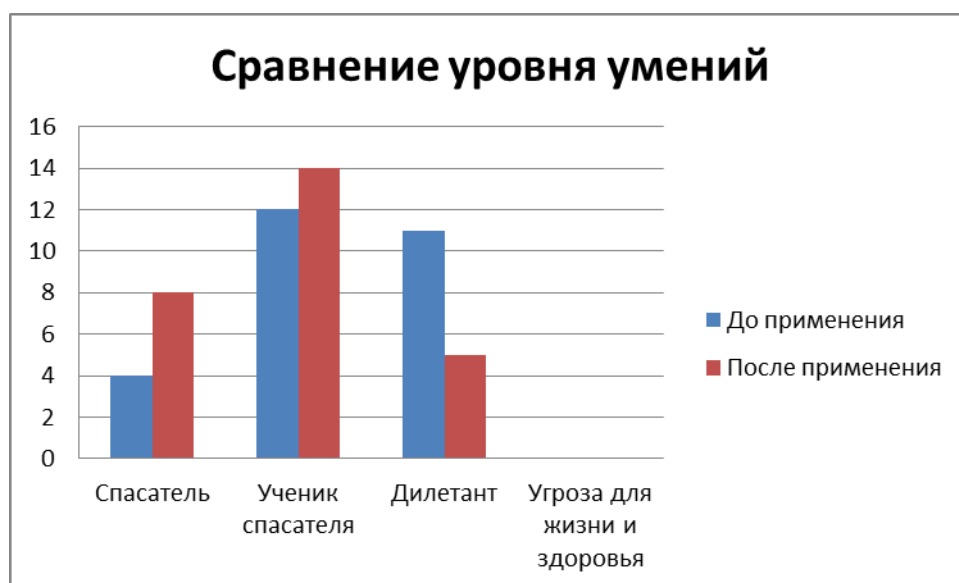


Рисунок 12. Сравнительный анализ уровня умений обучающихся экспериментальной группы до и после применения методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водоеме

Сравнивая уровни умения обучающихся экспериментальной группы до и после внедрения методических рекомендаций можно сделать вывод, что количество обучающихся, чей уровень умений приходился на низкий («дилетант») до применения методических рекомендаций составлял 40 %, а после применения – 20 %. После применения методических рекомендаций большая часть обучающихся, а именно 80 % имеют уровни умений высокий («спасатель») и средний («ученик спасателя»). Данные показатели говорят о том, что большая часть обучающихся смогут применить имеющиеся у них знания и умения при возникновении опасной ситуации на водном объекте, с целью защиты жизни и здоровья как личной, так и других людей, а также в случае необходимости спасения утопающего и оказания ему первой помощи.

Можно заключить, что разработанные методические рекомендации по обучению оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме, являются эффективными, так как видна положительная динамика в знаниях и умениях обучающихся по данной теме. Необходимо реализовывать методические рекомендации систематически, на всех ступенях

образования начиная с начальной школы и заканчивая старшими классами, с целью формирования у обучающихся устойчивых знаний и умений безопасного поведения на водоеме и оказания первой помощи утопающему, для исключения возникновения несчастных случаев.

**Вывод по Главе 2:** В связи с актуальностью угрозы возникновения опасных ситуаций на водном объекте для жизни и здоровья населения необходимо формировать знания и умения безопасного поведения на водоеме и оказании первой помощи утопающему. Так, в рамках практической части нами были разработаны методические рекомендации по обучению обучающихся оказанию первой помощи утопающему, а также организации безопасного поведения на водоеме, которые реализовались как в урочное время на предмете основы безопасности жизнедеятельности, так и во внеурочное. Эффективность методических рекомендаций была подтверждена в ходе осуществления контроля уровня знаний и умений обучающихся по теме в форме теста и практических упражнений.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Целью написания выпускной квалификационной работы является разработка методических рекомендаций, направленных на обучение и закрепление знаний и умений у обучающихся по безопасному поведению при возникновении опасных ситуаций на водоеме и оказанию первой помощи тонущему, а также проверка ее эффективность.

Результаты научного исследования соответствуют поставленным задачам: изучены и проанализированы литературные источники по проблеме формирования у обучающихся безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоемах и оказанию первой помощи тонущему, а также разработана и экспериментально проверена эффективность методических рекомендаций по формированию у обучающихся безопасного поведения при возникновении опасных ситуаций на водоемах и умений оказания первой помощи тонущему.

В России, согласно статистическим данным МЧС Российской Федерации, в период с 2007 по 2016 год происходит сокращение возникновения опасных ситуаций на водоеме с 10806 при числе погибших 7697 до 4951 происшествий, при которых погибло 4473 человека. Несмотря на положительную динамику уровень опасных ситуаций и смертности на водных объектах остается высоким. Но, значительную часть опасных ситуаций возможно предотвратить, путем формирования у населения безопасного поведения, основанного на приобретении устойчивых знаний, умений, навыков, которые помогут защитить не только свою жизнь и здоровье, но и других людей на водном объекте.

Исходя из вышесказанного, возникает необходимость формирования у населения Российской Федерации знаний и умений безопасного поведения на водоемах, а также оказания первой помощи тонущему. Так, для предотвращения угрозы возникновения рисков для жизни и здоровья, как самого человека, так и других людей на водных объектах необходимо не только знать теоретическую основу безопасного поведения у водоема и оказания первой помощи тонущему, но и уметь применить их на практике в случае

возникновения опасной ситуации. В решении данного вопроса важная роль отводится учителю безопасности жизнедеятельности, который не только передает необходимые знания и умения при возникновении опасной ситуации на водоемах, но и создает условия для выработки обучающимися навыков безопасного поведения.

В практической части научного исследования были разработаны методические рекомендации, направленные на приобретение обучающимися знаний и умений оказания первой помощи утопающему и обеспечения безопасного поведения на водоеме. Методические рекомендации основываются на принципах систематичности и последовательности, а также на практикоориентированности. В рамках разработанных методических рекомендаций, по обучению оказания первой помощи пострадавшему при утоплении и организации безопасного поведения на водном объекте, учителем безопасности жизнедеятельности производилась работа в урочное (изучение тем, направленных на приобретение и закрепление у обучающихся знаний и умений по оказанию первой помощи утопающему и безопасному поведению на водоеме) и внеурочное время, в процессе которого осуществлялась работа как с обучающимися, так и их родителями.

Акцент делается на реализации межпредметных связей, посредством проведения бинарных уроков учителей безопасности жизнедеятельности и биологии, а также физической культуры; на проведении практических занятий по реализации комплекса действий по оказанию первой помощи при утоплении, в бассейне, с целью отработки обучающимися умений по спасению утопающего и выполнения буксировки; на использовании активных форм и методов (ролевые игры, ситуационные задачи, дискуссии и викторины), а также на проведении мастер – классов, с привлечением сотрудников МЧС, где обучающиеся и родители смогут приобрести новые и закрепить имеющиеся знания и умения по оказанию первой помощи утопающему и безопасному поведению на водном объекте.

С целью контроля знаний и умений обучающихся по оказанию первой помощи утопающему и организации безопасного поведения на водоеме проводится тестовый и практический контроль для обучающихся восьмых классов «Опасности на водных объектах». Тестовые и практические занятия были реализованы на базе 8 «Б» (экспериментальная группа) и 8 «В» (контрольная группа) класса МАОУ СОШ № 68 города Екатеринбурга и продемонстрировал, что из 52 обучающихся 23 имеют низкий и опасно низкий уровни знаний, а также, у 23 обучающихся выявлен низкий уровень умений по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении. Тестовый и практический контроль подтвердил значимость внедрения в деятельность учителя безопасности жизнедеятельности методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водном объекте.

На основании проведения повторного тестового и практического контроля знаний и умений обучающихся «Опасности на водных объектах» после внедрения методических рекомендаций продемонстрировало, что уровень знаний и умений обучающихся по спасению утопающего и выполнения буксировки, оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении, а также организации безопасного поведения на водоеме увеличился. Следовательно, полученные результаты обучающихся подтвердили эффективность методических рекомендаций по обучению оказанию первой помощи при утоплении и безопасному поведению на водном объекте.

Таким образом, считаем, что поставленные задачи выполнены, цель достигнута.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бубнов В. Г., Бубнова Н.В. Атлас добровольного спасателя. – М.: ГАЛО Бубнов, 2015. – с. 49.
2. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2007 год. – Москва, 2008 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).
3. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2008 год. – Москва, 2009 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).
4. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2009 год. – Москва, 2010 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).
5. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2010 год. – Москва, 2011 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).
6. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2011 год. – Москва, 2012 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).
7. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах

за 2012 год. – Москва, 2013 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).

8. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2013 год. – Москва, 2014 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).

9. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2014 год. – Москва, 2015 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).

10. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2015 год. – Москва, 2016 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).

11. МЧС России. Управление безопасности людей на водных объектах. Анализ деятельности по обеспечению безопасности людей на водных объектах за 2016 год. – Москва, 2017 [Электронный ресурс] – URL: [www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz\\_dejatelnosti\\_GIMS\\_po\\_obespechenij](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/Analiz_dejatelnosti_GIMS_po_obespechenij) (дата обращения: 18.09.2017).

12. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс. Учебник / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М.: Просвещение, 2016.

13. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс. Учебник / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М.: Просвещение, 2016.

14. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс. Учебник / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М.: Просвещение, 2016.

15. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс. Учебник / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М.: Просвещение, 2016.
16. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая программа. 5 – 9 классы / В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. – М.: Дрофа, 2017.
17. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая программа. 5 – 9 классы / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М.: Просвещение, 2017.
18. Сведения МЧС России о чрезвычайных ситуациях, происшедших на территории Российской Федерации за 9 месяцев 2017 года [Электронный ресурс] – URL: [http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/CHrezvichajnie\\_situacii/2017\\_god](http://www.mchs.gov.ru/activities/stats/CHrezvichajnie_situacii/2017_god) (дата обращения: 20.10.2017).
19. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897).
20. Федеральный государственный образовательный стандарт среднего (полного) общего образования (утв. приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413).

## ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

### Тест и практическое задание для обучающихся 8 класса «Опасности на водных объектах»

*Вашему вниманию предлагается тест по безопасности на водоеме и оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении и практическое задание по оказанию первой помощи при утоплении. Тест состоит из 9 вопросов, за который можно получить 14 баллов. Тестовое задание оценивается в 3 балла. Максимальная сумма баллов – 17.*

*На выполнение теста выделяется 15 минут.*

*Желаем вам успешного прохождения теста!*

Фамилия, имя \_\_\_\_\_ Класс: 8 «\_\_»

#### ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

1. Напишите, какими умениями должен обладать человек, оказывающий первую помощь утопающему. Оценивание: 2 балла.

---

---

---

2. Вставьте пропущенные слова в последовательность действий по оказанию ПП утопающему. Запишите пропущенные слова. Оценивание: 1 балл.

Вытащив пострадавшего из водоема, необходимо в первую очередь очистить пострадавшему \_\_\_\_\_ рта от тины, грязи и иных посторонних предметов, удалите воду и \_\_\_\_\_ путей. В случае необходимости, осуществить \_\_\_\_\_ вентиляцию легких и \_\_\_\_\_ массаж сердца.

**3. Установите соответствия между ситуацией с симптомами и способами оказания первой помощи утопающему. Ответ запишите в таблицу. Оценивание: 1 балл.**

|                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>А.</b> Пострадавший находится в сознании, дыхание не нарушено</p>    | <p><b>1.</b> - Освободить грудную клетку;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поместить пострадавшего на колени спасателя животом вниз, для удаления воды из легких;</li> <li>- Положить пострадавшего на прямую, твердую поверхность на спину;</li> <li>- Очистить полость рта от посторонних предметов;</li> <li>- Провести непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких</li> </ul> |
| <p><b>Б.</b> Пострадавший находится без сознания, дыхание затруднено</p>   | <p><b>2.</b> - Освободить грудную клетку;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поместить пострадавшего на колени спасателя животом вниз, для удаления воды из легких;</li> <li>- Положить пострадавшего на прямую, твердую поверхность на спину;</li> <li>- Очистить полость рта от посторонних предметов;</li> <li>- Провести искусственную вентиляцию легких</li> </ul>                          |
| <p><b>В.</b> У пострадавшего отсутствует дыхание</p>                       | <p><b>3.</b> Согреть пострадавшего, напоить горячим чаем и успокоить</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Г.</b> У пострадавшего отсутствует дыхание и остановилось сердце</p> | <p><b>4.</b> - Освободить грудную клетку;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поместить пострадавшего на колени спасателя животом вниз, для удаления воды из легких;</li> <li>- Положить пострадавшего на прямую, твердую поверхность на спину;</li> <li>- Очистить полость рта от посторонних предметов</li> </ul>                                                                               |

| А | Б | В | Г |
|---|---|---|---|
|   |   |   |   |

**4. Напишите, способы буксировки утопающего и их принцип.**  
Оценивание: 2 балла.

---

---

---

**5. Из перечисленного списка предметов выделите те, которые являются средством спасения при опасной ситуации на водоеме. Верные ответы обведите в круг. Оценивание: 1 балл.**

- А. автомобильные покрышки;
- Б. спасательные круги;
- В. поплавки;
- Г. обломки досок;
- Д. спасательные жилеты;
- Е. спасательные нагрудники;
- Ж. шары.

**6. Перечислите правила безопасного поведения у водоема в летний период. Ответ запишите. Оценивание: 2 балла.**

---

---

---

**7. Перечислите правила безопасного поведения при передвижении по льду. Ответ запишите. Оценивание: 2 балла.**

---

---

---

**8. Перечислите правила безопасного поведения на водном транспорте. Ответ запишите. Оценивание: 2 балла.**

---

---

---

**9. Найдите соответствия между опасной ситуации, в которую попал спасатели при спасении утопающего, и способом освобождения от захвата. Ответы запишите в таблицу. Оценивание: 1 балл.**

|                                                                          |                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>А.</b> Тонущий захватил спасателя за кисти                            | <b>1.</b> Захватить локти тонущего, подтолкнуть их вверх, а спасателю уйти под воду    |
| <b>Б.</b> Тонущий захватил спасателя спереди за шею                      | <b>2.</b> Упереться в подбородок тонущего и резко оттолкнуться от него руками и ногами |
| <b>В.</b> Тонущий захватил спасателя за туловище вместе с руками спереди | <b>3.</b> Освободиться за счет рывка внутрь или оттолкнуться от тонущего ногами        |
| <b>Г.</b> Тонущий захватил спасателя спереди за туловище                 | <b>4.</b> Спасателю резко развести руки в сторону и уйти под воду                      |

|          |          |          |          |
|----------|----------|----------|----------|
| <b>А</b> | <b>Б</b> | <b>В</b> | <b>Г</b> |
| 3        | 1        | 4        | 2        |

### **ПРАКТИЧЕСКОЕ ЗАДАНИЕ**

**10.** Выполните на работе - тренажере Гоша последовательный комплекс действий по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении.

## Ключ к тесту и практическому заданию «Опасности на водных объектах»

1. Выполнять прием буксировка, для спасения утопающего в воде, для доставки к берегу; очищать полость рта от тины, грязи песка; легкие от воды; проводить непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких. (1 балл).

2. Вытащив пострадавшего из водоема, необходимо в первую очередь очистить пострадавшему полость рта от тины, грязи и иных посторонних предметов, удалите воду и дыхательных путей. В случае необходимости, осуществить искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца. (1 балл).

3. Оценивание: 1 балл

| А | Б | В | Г |
|---|---|---|---|
| 3 | 4 | 2 | 1 |

4. 1. Буксировка с захватом под подмышки. Спасатель подплывает со спины, крепко обхватывает утопающего под подмышки, прижимает его к себе и плывет на спине при помощи движения ног.

2. Буксировка за волосы или воротник пострадавшего. Спасатель берет правой или левой прямой рукой пострадавшего за волосы / воротник и плывет на боку, работая свободной рукой и ногами. Важно удерживать голову пострадавшего над водой, с целью исключения попадания воды в легкие.

3. Буксировка с захватом за голову. Спасатель подплывает к утопающему со спины, берет руками пострадавшего под челюсть, захватывая щеки. Держа лицо пострадавшего над водой, спасатель плывет на спине, работая ногами. (2 балла – перечислено более двух способов буксировки пострадавшего и дана верная характеристика принципа действий при них, 1 балл – назван один способ буксировки пострадавшего с верным описанием принципов его реализации, 0 баллов – задание не выполнено или дан неверный способ буксировки пострадавшего).

5. Все ответы верны. Оценивание 1 балл

6. Правила безопасного поведения на водоеме в летний период: купаться только в специально оборудованных местах, запрещено нырять в незнакомых местах, подплывать к морскому транспорту (лодкам, катамаранам и пр.), не играть в воде (особенно в игры с захватом и потоплением), не купаться в состоянии алкогольного опьянения, находиться на берегу водоема можно только в головном уборе, купаться стоит не более 20 минут, нельзя после еды сразу заходить в воду (не ранее чем через 1,5 часа) и другие (**2 балла** – перечислено не менее 5 правил безопасного поведения, **1 балл** – перечислено 4 правила безопасности у водоема в летний период, **0 баллов** – перечислено менее 4 правил).

7. Правила безопасного поведения при передвижении по льду: запрещено перемещаться по льду в запрещенных местах, во время активного таяния, при групповой переправе соблюдать дистанцию в 5 – 6 метров, не переходить по льду в местах, где произрастает растительность, лежит толстый слой снега, при переходе на лыжах расстегнуть крепления, при треске льда скользящими движениями возвращаться назад, при попадании под лед необходимо широко расставить руки, наползая постепенно на лед грудью, постепенно вытаскивая ноги и другие (**2 балла** – перечислено не менее 5 правил безопасного поведения, **1 балл** – перечислено 4 правила безопасности на льду, **0 баллов** – перечислено менее 4 правил).

8. Правила безопасного поведения при передвижении на водном транспорте: внимательно прослушать инструктаж, знать и уметь пользоваться спасательным жилетом, знать место сбора в случае возникновения опасной ситуации, знать в какой шлюпке отведено ваше место, проверить наличие и исправность спасательного жилета и шлюпок, знать путь эвакуации в случае пожара, не выходить при шторме на палубу (**2 балла** – перечислено не менее 4 правил безопасного поведения, **1 балл** – перечислено 3 правила безопасности на водном транспорте, **0 баллов** – перечислено менее 3 правил).

**9. Оценивание: 1 балл**

| <b>А</b> | <b>Б</b> | <b>В</b> | <b>Г</b> |
|----------|----------|----------|----------|
| 3        | 1        | 4        | 2        |

**10. Комплекс действий по оказанию первой помощи при утоплении:**

1. Освободить грудную клетку от стягивания (одежды, ремней и прочего);
2. Разместить пострадавшего животом вниз на вашем колене, чтобы голова свисала вниз;
3. Уложить пострадавшего на спину на прямую, твердую поверхность;
4. Прочистить ротовую полость, проверить наличие пульса и дыхания;
5. При отсутствии дыхания провести искусственную вентиляцию легких (16 – 18 раз / минуту);
6. При отсутствии пульса провести непрямой массаж сердца (50 – 60 раз / минуту);
7. Переодеть пострадавшего в сухую одежду, согреть, напоить чаем;
8. Вызвать скорую помощь или доставить в больницу самостоятельно.

*Оценивание:* **3 балла** – обучающийся самостоятельно, без помощи учителя, смог реализовать комплекс действий по оказанию первой помощи утопающему; **2 балла** – обучающиеся оказали первую помощь пострадавшему при утоплении, но с подсказкой учителя безопасности жизнедеятельности; **1 балл** – обучающиеся только при помощи учителя смогли оказать первую помощь при утоплении; **0 баллов** - обучающейся не смогу оказать первую помощь пострадавшему при утоплении.

**План – конспект проведения ситуационно - ролевой игры для обучающихся 8 классов и их родителей «Лето, солнце, пляж и безопасность»**

«Утверждаю

директор \_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 г.

**Цель:** сформировать у обучающихся знания и умения безопасного поведения на водном объекте и оказания первой помощи при утоплении.

**Задачи:**

*Образовательная* – приобретение и закрепление знаний и умений у обучающихся и их родителей по безопасному поведению на водном объекте (активный отдых у водоема, путешествие на водном транспортном средстве), оказания первой помощи при утоплении (освобождение легких от воды; очистка полости рта от ила, грязи и песка; проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца).

*Развивающая* – развитие у обучающихся мышления; умения работать в команде; выдвигать предположения и доказывать их.

*Воспитательная* – воспитание готовности оказать грамотную и своевременную первую помощь пострадавшему при утоплении; осознанного понимания необходимости соблюдения правил безопасного поведения на водном объекте, с целью защиты жизни и здоровья как личного, так и других людей.

**Место проведения:** кабинет основ безопасности жизнедеятельности

**Отведенное время:** 60 минут

**Методы:** словесный (рассказ, беседа), практический (упражнение), активный метод (решение ситуационных задач)

**Форма организации мероприятия:** ситуационно - ролевая игра

**Материально – техническое обеспечение:** робот – тренажер «Гоша», стерильные салфетки, 5 заданий с ситуационной задачей.

### ***План проведения мероприятия:***

1. Вводная часть (4 минуты) – организационный этап – 2 минуты, мотивационный – 2 минуты.
2. Основная часть (51 минута).
3. Заключительная часть (5 минут) – рефлексия.

***Условия проведения:*** обучающиеся и их родители делятся на пять команд, каждая из которых получает свой сценарий опасной ситуации, которую им необходимо решить, совершив необходимый комплекс действий по защите жизни и здоровья, а также оказания первой помощи утопающему.

### ***Ход мероприятия:***

#### ***Вводная часть (4 минуты):***

Организационный этап (2 минуты): Учитель: «Здравствуйте ребята! Давайте проверим, кто у нас присутствует на занятии (отмечаются отсутствующие)».

Мотивационный этап (2 минуты): Учитель: «Согласно статистике МЧС РФ в 2016 году произошло 4951 происшествий, при которых погибло 4473 человека. Следовательно, уровень угрозы для жизни и здоровья человека на водном объекте чрезвычайно высок. Перечислите основные причины возникновения опасных ситуаций на водном объекте? (незнание или несоблюдение правил безопасного поведения, купание в состоянии алкогольного опьянения, купание в запрещенных местах, отсутствие должного контроля со стороны родителей, неумение плавать и другие). Верно! А что может случиться, если человек нарушил правила безопасности на водном объекте? (утонуть). То есть, что необходимо знать и уметь каждому человеку, для исключения утопления пострадавшего? (знать и уметь оказывать первую помощь при утоплении). Молодцы! Сегодня вы в командах потренируетесь в решении ситуационных задач, где описана опасная ситуация на водном объекте, а также в оказании первой помощи пострадавшему при утоплении». *Все участники делятся на 5 команд и получают ситуационную задачу, которую необходимо решить и выполнить предложенные задания.*

*Основная часть (51 минута):*

Решение ситуационных задач (26 минут):

Ситуационные задачи:

*1 команда:* А) На улице жаркий июльский день. Время 12:30, вы находитесь на берегу озера, возле самого водоема. Головной убор, так как вы сильно торопились, оставили дома, но зато взяли с собой перекусить. Дорога до водоема заняла длительное время, вы проголодались и решили перекусить, после чего сразу направились в воду. Какие правила безопасного поведения были нарушены, к каким последствиям они могут привести? Перечислите, что необходимо сделать для исключения возникновения угрозы для здоровья человека?

Б) Отдыхая на берегу озера, вы увидели, что тонет человек. Так как спасателей не оказалось рядом, вы смогли спасти утопающего, но транспортируя его на берег, вы отметили, что у пострадавшего отсутствует дыхание и пульс. Окажите первую помощь пострадавшему при утоплении.

*2 команда:* А) Вы совершаете круиз на теплоходе. В первый день всех пассажиров приглашали для инструктажа по технике безопасности, но вы решили не ходить, а отдохнуть в своей каюте. На следующий день, вы почувствовали запах дыма и услышали тревогу, на нижней палубе начался пожар. Вы побежали на верхнюю палубу за людьми, но не знали какая шлюпка ваша. В итоге мест на шлюпках вам не хватило и вам команда теплохода посоветовала прыгать в воду, с целью спасения, но вы не зная правил использования спасательного жилета и прыжков в воду спрыгнули, в итоге получили сильный удар о водную гладь, но спаслись. Какие правила безопасного поведения были нарушены? Перечислите правила безопасного поведения на водном транспорте.

Б) На ваших глазах человек спас утопающего, у которого отсутствует дыхание и пульс. Данный человек не умеет оказывать первую помощь, но он вызвал скорую медицинскую помощь для пострадавшего. Возможно ли надеяться на ожидание скорой помощи? Сколько времени есть на спасение

утопающего? Вам необходимо реализовать комплекс действий по спасению пострадавшего при утоплении.

*3 команда:* А) Компания, состоящая из взрослых и детей, отдыхают у водоема. Дети играют в воде в акулу и туристов (акула нападает на туристов и тянет их под воду), а родители жарят шашлыки. В ходе игры, один из детей от неожиданного нападения наглотался воды и сильно испугался, что привело к возникновению паники. Какие правила безопасного поведения у водоема были нарушены? Перечислите, как должны себя вести на водном объекте взрослые и дети.

Б) После спасения утопающих из воды у нескольких человек присутствует пульс, но отсутствует дыхание, а у еще одного отсутствует и пульс и дыхание. Выполните комплекс действий по спасению пострадавших, исходя из симптомов.

*4 команда:* А) Вы с компанией плаваете на лодке, один из ваших друзей выпрыгивает из лодки и вновь забирается в нее. Лодка все время расшатывается. В последний раз ваш друг попытался забраться в лодку с бокового борта и опрокинул ее. Вы все оказались в воде. Перечислите, какие правила безопасного поведения были нарушены? С какой стороны необходимо забираться в лодку (карма, нос)? Как необходимо вести себя в воде при переворачивании лодки?

Б) На ваших глазах человек спас утопающего, у которого отсутствует дыхание и пульс. Данный человек не умеет оказывать первую помощь, но он вызвал скорую медицинскую помощь для пострадавшего. Возможно ли надеяться на ожидание скорой помощи? Сколько времени есть на спасение утопающего? Вам необходимо реализовать комплекс действий по спасению пострадавшего при утоплении.

*5 команда:* А) Ваша компания приехали на новый водоем отдохнуть и покупаться и понырять с пирса. Пляж, который официально разрешен для купания, вам не понравился, так как заход в воду был выложен из крупных камней. Вы решили пройти чуть дальше вдруг берега и увидели хороший

песочный пляж, где есть пирс для ныряния, но на котором установлена табличка «Купаться запрещено». Вы пренебрегли предупреждением о остановились на данном пляже, так как вам очень хотелось понырять. Какие правила безопасного поведения на водном объекте были нарушены? К чему может привести купание и ныряние в незнакомых местах?

Б) Отдыхая на берегу озера, вы увидели, что тонет человек. Так как спасателей не оказалось рядом, вы смогли спасти утопающего, но транспортируя его на берег, вы отметили, что у пострадавшего отсутствует дыхание и пульс. Окажите первую помощь пострадавшему при утоплении.

Проверка знаний (25 минут): Учитель: «Итак, каждая команда потренировалась на работе – тренажере в реализации действий по оказанию первой помощи при утоплении. Но, у вас было и еще одно задание - решить ситуационную задачу. Приглашаю каждую команду по очереди разыграть данную ситуацию и предложить способы ее решения. *Каждая команда по очереди разыгрывает ситуацию и предлагает пути ее решения, учитель безопасности жизнедеятельности и основные команды слушают, задают вопросы, исправляют*».

*Заключительная часть (5 минут):*

Рефлексия (5 минут): Учитель безопасности жизнедеятельности: «Понравилось ли Вам данное мероприятие? Чему вы научились? Как вы считаете, пригодятся ли вам полученные знания и умения? Были ли он полезны, почему?

Спасибо за занятие. До свидания!».

Руководитель \_\_\_\_\_ / Подъяблонская А. Ю. /

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 г.

**План – конспект практического занятия для обучающихся 8 классов  
в бассейне для отработки умений по спасению утопающего**

«Утверждаю

директор \_\_\_\_\_

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 г.

**Цель:** сформировать у обучающихся знания и умения по спасению утопающего.

**Задачи:**

*Образовательная* – приобретение и закрепление знаний и умений у обучающихся по технике подплыва к тонущему, освобождения от захватов, буксировки пострадавшего к берегу.

*Развивающая* – развитие у обучающихся готовности реализовать комплекс действий по спасению утопающего; мышления.

*Воспитательная* – воспитание осознанного понимания значимости приобретения знаний и умений по спасению тонущего и готовности реализовать данные действия на практике.

**Место проведения:** бассейн

**Отведенное время:** 90 минут

**Методы:** словесный (рассказ, беседа), практический (упражнение)

**Форма организации мероприятия:** практическое занятие

**Материально – техническое обеспечение:** тренировочный манекен (для отработки умений по спасению утопающего), свисток.

**План проведения мероприятия:**

1. Вводная часть (5 минут) – организационный этап – 2 минуты, мотивационный – 3 минуты.
2. Основная часть (80 минут).
3. Заключительная часть (5 минут) – рефлексия.

### ***Ход мероприятия:***

#### ***Вводная часть (5 минут):***

Организационный этап (2 минуты): Учитель безопасности жизнедеятельности и учитель физической культуры: «Здравствуйтесь ребята! Давайте проверим, кто у нас присутствует на занятии (отмечаются отсутствующие)».

Мотивационный этап (3 минуты): Учитель безопасности жизнедеятельности: «Согласно статистике МЧС РФ ежегодно в России происходит тысячи опасных ситуаций на водных объектах, при которых погибают несколько тысяч человек. Так в 2016 году произошло 4951 происшествий, при которых погибло 4473 человека. Следовательно, никто не защищен от такой угрозы. А как вы думаете, что является основной причиной гибели людей на водных объектах? (утопление). Верно, а что необходимо знать и какие умения приобретать, с целью сокращения числа жертв при утоплении? (правила безопасного поведения на водоеме, спасения утопающего и оказания ему первой помощи). Молодцы! И как вы думаете, что мы будем делать сегодня? (учиться спасать утопающего)».

#### ***Основная часть (80 минут):***

Приобретение знаний и умений (35 минут): Учитель физической культуры: «Сегодня мы с вами будем учиться способам прикладного плавания, таких как брасс на спине и плавание на боку, которые пригодятся в случае выполнения буксировки пострадавшего». (Учитель физической культуры демонстрирует техники плавания).

Учитель безопасности жизнедеятельности: «Итак, первый способ плавания – брасс на спине. *Исходное положение:* тело лежит горизонтально на поверхности воды, руки за головой, ноги выпрямлены и сведены вместе. *Движение:* ноги, сгибаясь в коленных и тазобедренном суставах, разводятся пятками в сторону приближаясь к тазу, после происходит резкое выпрямление ног и их сведения вместе. Так движение повторяется до момента, пока спасатель не доплывет с пострадавшим до мелководья. Теперь каждый

попробует выполнить данную технику плавания (обучающиеся выполняют данную технику, учителя контролируют правильность, исправляют недочеты).

Следующий способ – плавание на боку. *Исходное положение:* тело лежит на боку, ноги соединены вместе и выпрямлены, рука, находящаяся в воде, выпрямлена вперед, рука, которая находится сверху, вытянута вдоль туловища. Голова лежит на боку, с опущенной частью лица в воду. *Движение:* рука, находящаяся в воде, выполняет движение вниз и назад, ноги движутся плавными дельфинообразными движениями. Так движение повторяется до момента, пока спасатель не доплывет с пострадавшим до мелководья. Теперь каждый попробует выполнить данную технику плавания (обучающиеся выполняют данную технику, учителя контролируют правильность, исправляют недочеты)».

Учитель физической культуры: «Сейчас мы усложним вашу задачу. Недостаточно просто выполнить ту или иную технику плавания, важно спасти жизнь тонущему человеку. Сейчас каждый из вас попробует, используя ту или иную технику плавания (брасс на спине или плавание на боку) спасти утопающего. Утопающим будет тренировочный манекен. Итак, для начала я продемонстрирую данные техники спасения, а после вы повторите (обучающиеся выполняют данную технику, учителя контролируют правильность, исправляют недочеты)».

Учитель безопасности жизнедеятельности: «Предлагаю для начала повторить, с какой стороны необходимо подплывать к тонущему человеку? (со спины). Верно, как вы будете действовать в случае, если пострадавший захватит вас за руки, туловище, голову или шею? (уйти под воду, вырваться рывком, применить болевые приемы: резко развести руки в сторону, отталкивания от тонущего, ногами упереться в подбородок тонущего и резко оттолкнуться от него руками и ногами, захватить локти тонущего, подтолкнуть их вверх). Молодцы! Теперь предлагаем попробовать каждому из вас по очереди (обучающиеся по очереди выполняют действия по спасению

утопающего и его буксировки, учителя контролируют правильность выполнения)».

Закрепление знаний и умений (45 минут): Учитель физической культуры: «Вы потренировались выполнять технику буксировки пострадавшего на тренажере, который не шевелится, не сопротивляется и не паникует. Но, в жизни, если вам придется спасать утопающего, не будет все так просто, пострадавший может оказать сопротивление, а также нести угрозу для вашей жизни и здоровья. Именно поэтому, каждый из вас, с целью закрепления приобретенных знаний и умений, попробует спасти от утопления реального человека. Будьте осторожны, так как паникующий человек, может потопить и вас. Итак, начнем! *Предварительно подготавливается обучающийся, который выполняет роль утопающего. При приближении к утопающему, у него начинается паника и тонущий пытается захватить спасателя для самоспасения.* Обучающимся необходимо реализовать верный комплекс действий по спасению утопающего, освобождения от захвата и транспортировки пострадавшего (учителя контролируют правильность выполнения, оказывают помощь)».

*Заключительная часть (5 минут):*

Рефлексия (5 минут): Учитель безопасности жизнедеятельности: «Понравилось ли Вам наше практическое задание? Чему вы научились на занятии? Как вы считаете, пригодятся ли вам полученные знания и умения? Были ли они полезны, почему?

Спасибо за занятие. До свидания!».

Руководитель \_\_\_\_\_ / Подъяблонская А. Ю. /

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2018 г.

**Тест и практическое задание для обучающихся 8 класса «Опасности на водных объектах»**

*Вашему вниманию предлагается тест по безопасности на водоеме и оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении и практические задания по спасению утопающего и оказания первой помощи. Тест состоит из 9 вопросов, за который можно получить 14 баллов. Тестовые задания оцениваются в 6 баллов. Максимальная сумма баллов – 20.*

*На выполнение теста выделяется 15 минут.*

*Желаем вам успешного прохождения теста!*

**Фамилия, имя \_\_\_\_\_ Класс: 8 «\_\_»**

**ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

**1. Напишите, какими умениями должен обладать человек, оказывающий первую помощь утопающему. Оценивание: 2 балла.**

---

---

---

**2. Вставьте пропущенные слова в последовательность действий по оказанию ПП утопающему. Запишите пропущенные слова. Оценивание: 1 балл.**

Вытащив пострадавшего из водоема, необходимо в первую очередь очистить пострадавшему \_\_\_\_\_ рта от тины, грязи и иных посторонних предметов, удалите воду и \_\_\_\_\_ путей. В случае необходимости, осуществить \_\_\_\_\_ вентиляцию легких и \_\_\_\_\_ массаж сердца.

**3. Установите соответствия между ситуацией с симптомами и способами оказания первой помощи утопающему. Ответ запишите в таблицу. Оценивание: 1 балл.**

|                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><b>А.</b> Пострадавший находится в сознании, дыхание не нарушено</p>    | <p><b>1.</b> - Освободить грудную клетку;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поместить пострадавшего на колени спасателя животом вниз, для удаления воды из легких;</li> <li>- Положить пострадавшего на прямую, твердую поверхность на спину;</li> <li>- Очистить полость рта от посторонних предметов;</li> <li>- Провести непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких</li> </ul> |
| <p><b>Б.</b> Пострадавший находится без сознания, дыхание затруднено</p>   | <p><b>2.</b> - Освободить грудную клетку;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поместить пострадавшего на колени спасателя животом вниз, для удаления воды из легких;</li> <li>- Положить пострадавшего на прямую, твердую поверхность на спину;</li> <li>- Очистить полость рта от посторонних предметов;</li> <li>- Провести искусственную вентиляцию легких</li> </ul>                          |
| <p><b>В.</b> У пострадавшего отсутствует дыхание</p>                       | <p><b>3.</b> Согреть пострадавшего, напоить горячим чаем и успокоить</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <p><b>Г.</b> У пострадавшего отсутствует дыхание и остановилось сердце</p> | <p><b>4.</b> - Освободить грудную клетку;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Поместить пострадавшего на колени спасателя животом вниз, для удаления воды из легких;</li> <li>- Положить пострадавшего на прямую, твердую поверхность на спину;</li> <li>- Очистить полость рта от посторонних предметов</li> </ul>                                                                               |

| А | Б | В | Г |
|---|---|---|---|
|   |   |   |   |

**4. Напишите, способы буксировки утопающего и их принцип.**  
Оценивание: 2 балла.

---

---

---

**5. Из перечисленного списка предметов выделите те, которые являются средством спасения при опасной ситуации на водоеме. Верные ответы обведите в круг. Оценивание: 1 балл.**

- А. автомобильные покрышки;
- Б. спасательные круги;
- В. поплавки;
- Г. обломки досок;
- Д. спасательные жилеты;
- Е. спасательные нагрудники;
- Ж. шары.

**6. Перечислите правила безопасного поведения у водоема в летний период. Ответ запишите. Оценивание: 2 балла.**

---

---

---

**7. Перечислите правила безопасного поведения при передвижении по льду. Ответ запишите. Оценивание: 2 балла.**

---

---

---

**8. Перечислите правила безопасного поведения на водном транспорте. Ответ запишите. Оценивание: 2 балла.**

---

---

---

**9. Найдите соответствия между опасной ситуации, в которую попал спасатели при спасении утопающего, и способом освобождения от захвата. Ответы запишите в таблицу. Оценивание: 1 балл.**

|                                                                          |                                                                                        |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>А.</b> Тонущий захватил спасателя за кисти                            | <b>1.</b> Захватить локти тонущего, подтолкнуть их вверх, а спасателю уйти под воду    |
| <b>Б.</b> Тонущий захватил спасателя спереди за шею                      | <b>2.</b> Упереться в подбородок тонущего и резко оттолкнуться от него руками и ногами |
| <b>В.</b> Тонущий захватил спасателя за туловище вместе с руками спереди | <b>3.</b> Освободиться за счет рывка внутрь или оттолкнуться от тонущего ногами        |
| <b>Г.</b> Тонущий захватил спасателя спереди за туловище                 | <b>4.</b> Спасателю резко развести руки в сторону и уйти под воду                      |

|          |          |          |          |
|----------|----------|----------|----------|
| <b>А</b> | <b>Б</b> | <b>В</b> | <b>Г</b> |
| 3        | 1        | 4        | 2        |

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ**

**10.** Выполните на работе - тренажере Гоша последовательный комплекс действий по оказанию первой помощи пострадавшему при утоплении.

**11.** Выполните комплекс действий по спасению утопающего и его буксировки до берега.

## Ключ к тесту и практическому заданию «Опасности на водных объектах»

1. Выполнять прием буксировка, для спасения утопающего в воде, для доставки к берегу; очищать полость рта от тины, грязи песка; легкие от воды; проводить непрямой массаж сердца и искусственную вентиляцию легких. **(1 балл).**

2. Вытащив пострадавшего из водоема, необходимо в первую очередь очистить пострадавшему полость рта от тины, грязи и иных посторонних предметов, удалите воду и дыхательных путей. В случае необходимости, осуществить искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца. **(1 балл).**

3. Оценивание: 1 балл

|          |          |          |          |
|----------|----------|----------|----------|
| <b>А</b> | <b>Б</b> | <b>В</b> | <b>Г</b> |
| 3        | 4        | 2        | 1        |

4. 1. Буксировка с захватом под подмышки. Спасатель подплывает со спины, крепко обхватывает утопающего под подмышки, прижимает его к себе и плывет на спине при помощи движения ног.

2. Буксировка за волосы или воротник пострадавшего. Спасатель берет правой или левой прямой рукой пострадавшего за волосы / воротник и плывет на боку, работая свободной рукой и ногами. Важно удерживать голову пострадавшего над водой, с целью исключения попадания воды в легкие.

3. Буксировка с захватом за голову. Спасатель подплывает к утопающему со спины, берет руками пострадавшего под челюсть, захватывая щеки. Держа лицо пострадавшего над водой, спасатель плывет на спине, работая ногами. **(2 балла** – перечислено более двух способов буксировки пострадавшего и дана верная характеристика принципа действий при них, **1 балл** – назван один способ буксировки пострадавшего с верным описанием принципов его реализации, **0 баллов** – задание не выполнено или дан неверный способ буксировки пострадавшего).

5. Все ответы верны. Оценивание 1 балл

6. Правила безопасного поведения на водоеме в летний период: купаться только в специально оборудованных местах, запрещено нырять в незнакомых местах, подплывать к морскому транспорту (лодкам, катамаранам и пр.), не играть в воде (особенно в игры с захватом и потоплением), не купаться в состоянии алкогольного опьянения, находиться на берегу водоема можно только в головном уборе, купаться стоит не более 20 минут, нельзя после еды сразу заходить в воду (не ранее чем через 1,5 часа) и другие (**2 балла** – перечислено не менее 5 правил безопасного поведения, **1 балл** – перечислено 4 правила безопасности у водоема в летний период, **0 баллов** – перечислено менее 4 правил).

7. Правила безопасного поведения при передвижении по льду: запрещено перемещаться по льду в запрещенных местах, во время активного таяния, при групповой переправе соблюдать дистанцию в 5 – 6 метров, не переходить по льду в местах, где произрастает растительность, лежит толстый слой снега, при переходе на лыжах расстегнуть крепления, при треске льда скользящими движениями возвращаться назад, при попадании под лед необходимо широко расставить руки, наползая постепенно на лед грудью, постепенно вытаскивая ноги и другие (**2 балла** – перечислено не менее 5 правил безопасного поведения, **1 балл** – перечислено 4 правила безопасности на льду, **0 баллов** – перечислено менее 4 правил).

8. Правила безопасного поведения при передвижении на водном транспорте: внимательно прослушать инструктаж, знать и уметь пользоваться спасательным жилетом, знать место сбора в случае возникновения опасной ситуации, знать в какой шлюпке отведено ваше место, проверить наличие и исправность спасательного жилета и шлюпок, знать путь эвакуации в случае пожара, не выходить при шторме на палубу (**2 балла** – перечислено не менее 4 правил безопасного поведения, **1 балл** – перечислено 3 правила безопасности на водном транспорте, **0 баллов** – перечислено менее 3 правил).

**9. Оценивание: 1 балл**

| <b>А</b> | <b>Б</b> | <b>В</b> | <b>Г</b> |
|----------|----------|----------|----------|
| 3        | 1        | 4        | 2        |

**10. Комплекс действий по оказанию первой помощи при утоплении:**

1. Освободить грудную клетку от стягивания (одежды, ремней и прочего);
2. Разместить пострадавшего животом вниз на вашем колене, чтобы голова свисала вниз;
3. Уложить пострадавшего на спину на прямую, твердую поверхность;
4. Прочистить ротовую полость, проверить наличие пульса и дыхания;
5. При отсутствии дыхания провести искусственную вентиляцию легких (16 – 18 раз / минуту);
6. При отсутствии пульса провести непрямой массаж сердца (50 – 60 раз / минуту);
7. Переодеть пострадавшего в сухую одежду, согреть, напоить чаем;
8. Вызвать скорую помощь или доставить в больницу самостоятельно.

*Оценивание: 3 балла* – обучающийся самостоятельно, без помощи учителя, смог реализовать комплекс действий по оказанию первой помощи утопающему; **2 балла** – обучающиеся оказали первую помощь пострадавшему при утоплении, но с подсказкой учителя безопасности жизнедеятельности; **1 балл** – обучающиеся только при помощи учителя смогли оказать первую помощь при утоплении; **0 баллов** - обучающейся не смогу оказать первую помощь пострадавшему при утоплении.

**11. Оценивание: 3 балла** - спасатель подплыл к тонущему со спины, совершил его обхват для последующей буксировки. В случае если пострадавший захватывает спасателя за руки, голову, шею, туловищу, то спасатель умеет освободиться от захватов путем погружения под воду, отталкивания ногами и использования болевых приемов (резкого развода рук в сторону и других). Спасатель выполняет буксировку одним из способов: буксировка с захватом под подмышки (плывет на спине), буксировка за волосы

или воротник (плывет на боку, работая свободной рукой и ногами), буксировка с захватом за голову (плывет на спине); **2 балла** – спасатель верно выполнил весь комплекс действий по спасению утопающего, но растерялся при захвате его пострадавшим; **1 балл** – спасатель верно выполнил все действия по спасению утопающего, но не смог освободиться от захвата; **0 баллов** – спасатель не смог спасти утопающего.