

# Памятка

## ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ЗАНЯТИЙ

*Для предупреждения несчастных случаев и травм на занятиях необходимо соблюдать следующие требования и правила:*

*проводить занятия в местах, полностью отвечающих всем требованиям безопасности и гигиены.*

- Места занятий обязательно ограждаются, а детям категорически запрещается заплывать за пределы обозначенных границ;
- поддерживать на занятиях строгую дисциплину.
- Не допускать неорганизованного купания и плавания, самовольных прыжков в воду и ныряния.
- Не разрешать детям толкать друг друга и погружаться с головой в воду,
- садиться друг на друга,
- хватать за руки и за ноги,
- нырять навстречу друг другу,
- громко кричать, звать на помощь, когда она не требуется;
- воспитатели должны уметь плавать и оказывать первую помощь.
- допускать детей к занятиям по плаванию только с разрешения врача,
- приучать детей выходить из воды по неотложной необходимости с разрешения преподавателя;
- в местах проведения занятий иметь принадлежности для спасания,
- Научить детей пользоваться спасательными средствами,
- не проводить занятия с группами (старший дошкольный возраст превышающими 10—12 человек, при одном воспитателе;
- проводить поименную переключку детей до входа в воду и после выхода из нее.
- Внимательно наблюдать за детьми, находящимися в воде, видеть всю и каждого занимающегося отдельно, быть готовым в случае необходимости быстро оказать помощь ребенку;
- обеспечить обязательное присутствие медсестры или врача на занятии,
- при появлении признаков переохлаждения («гусиная кожа», посинение губ) вывести ребенка из воды, дать ему согреться (энергичные движения, теплый душ, растирание);
- не проводить занятия раньше чем через 40—60 мин после еды;
- соблюдать методически правильную последовательность обучения:

- с воспитанниками учитывать реализацию принципов систематичности, доступности, активности, наглядности, последовательности и постепенности,
- знать детей, особенности характера и поведения каждого, их привычки;
- не злоупотреблять возможностями ребенка, не применять упражнения которые могут вызвать переутомление,
- научить детей пользоваться поддерживающими средствами (спасательными кругами, досками, шестами);
- воспитывать у детей самообладание и чувство ответственное™ безопасность занятий.

# Памятка

## Помощь тонувшему.

*Обучая дошкольников плавать, надо помнить, даже самое строгое соблюдение всех мер предосторожности и хоре дисциплина на занятиях не всегда позволяют предупредить несчастье. Во время занятий могут быть самые непредвиденные случайности, на которые педагог должен быстро реагировать, не теряться.*

- Ребенку, терпящему бедствие, нужно бросить спасательный круг, доску из пенопласта или другие предметы, держась за которые он сможет оставаться на поверхности воды до тех пор, пока подплывет кто-либо из взрослых. Или, зацепив плавающий предмет шестом, веревкой, его вместе с ребенком подтягивают к берегу в безопасное место.
- Если ребенок, захлебнувшись, скроется под водой, надо действовать быстро, сохраняя полное самообладание.
  1. Вынести его на сухое место,
  2. всех детей, находящихся в воде, нужно немедленно вывести на берег,
  3. вызвать врача скорой помощи (это может сделать любой оказавшийся рядом взрослый или ребенок старшего возраста).
  4. Пострадавшему открывают рот и очищают его от песка, ила, слизи, воды.
  5. Чтобы удалить воду из дыхательных путей, желудка и рта, оказывающий помощь кладет ребенка животом вниз на согнутое колено таким образом, чтобы его голова и ноги были опущены.
  6. Язык вытягивает изо рта и привязывает платком, марлей к подбородку.
  7. Затем легко нажимает на спину пострадавшего или поглаживает по спине сверху вниз, постукивает или надавливает между лопатками.
  8. Удалив воду, ребенка укладывают на ровную поверхность на спину, запрокидывают голову до отказа и, встав на колени сбоку, приступают к искусственному дыханию. Одной рукой удерживают голову в запрокинутом положении и зажимают нос. Другой рукой поддерживают рот ребенка приоткрытым, надавливая на подбородок. Затем делают глубокий вдох, наклоняются над пострадавшим и равномерно вдывают воздух ему в рот, искусственно добиваясь таким образом появления у него

вдоха. Выдох происходит у пострадавшего за счет спадения грудной клетки. В это время оказывающий помощь делает очередной вдох и снова вдует воздух в рот ребенку. Чем младше ребенок, тем меньше воздуха следует вдуть. Поэтому не надо стремиться набирать полные легкие воздуха, а совершать вдувание как бы изо рта. Можно одновременно вдуть воздух в рот и в нос ребенка.

9. В том случае, если челюсти его судорожно сжаты и рот открыть невозможно, искусственное дыхание продолжают изо рта в нос. Вдувание воздуха в нос должно быть энергичным. Голову ребенка в любом случае нужно сильно запрокинуть, иначе воздух попадет не в легкие, а в желудок. Вдувание рекомендуется повторять каждые 4—5 с.
10. Выполняя искусственное дыхание, следует проверить у пострадавшего ребенка пульс.