

**Курсы ГО МБУ
«Центр гражданской защиты г. Орска»**

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

для проведения занятия

Тема № 5 «Практические действия при спасении людей».

Обсуждена на
Учебно-методическом совете
Курсов ГО МБУ «ЦГЗ г. Орска»

« _____ » _____ 20 г.

Протокол № _____

Переработана
« _____ » _____ 20__ г.

Учебные цели:

В результате изучения данной темы слушатели должны:

ЗНАТЬ:

- требование нормативных документов;
- приемы подхода к утопающему, извлечение его из воды;
- освобождение от захватов, способы буксировки утопающего;
- приемы оказания первой помощи;
- правила пользования спасательными средствами;
- правила управления спасательной лодкой;
- правила охраны труда и техники безопасности;
- правила поведения на воде и пляже;
- особенности водоемов в зоне оперативного действия спасательного поста: рельеф дна, глубины, места водоворотов, родники, ямы, направление и скорость течения;
- температуру воды и окружающей среды;
- знаки безопасности на воде;
- порядок оповещения отдыхающих.

УМЕТЬ:

- выполнять функциональные обязанности при спасении людей на воде;
- поддерживать в исправном состоянии и умело применять табельное имущество и средства спасения людей на воде;
- оказывать первую помощь;
- работать на штатных средствах связи.

БЫТЬ ОЗНАКОМЛЕННЫМИ

- с профессией матрос – спасатель;
- с Вахтенным журналом;
- с Журналом приема-сдачи дежурства;
- с типовой должностной инструкцией матроса - спасателя;

Учебно-материальное обеспечение

Литература:

1. Водный кодекс РФ.
2. Закон Оренбургской области от 1 октября 2003 г. N 489/55-III-ОЗ
"Об административных правонарушениях в Оренбургской области"
3. Единые правила безопасности труда при водолазных работах. - М.: ЦРНА (Морфлот),

4. Наставление по тактико-технической подготовке газоспасателей. НИПК. Тула. ОАО ИПО «Лев Толстой», 2006 г. 392 стр.
5. Нелезин П.В. Подготовка общественных спасателей на водах. Методическое пособие. Дзержинский. 2005 г.
6. Новак Г.М.. Катера, лодки и моторы в вопросах и ответах, Справочник. Л., «Судостроение», 1977, 289 с.
7. Постановление Администрации Оренбургской области от 12.08.2005 № 225-п Об утверждении правил охраны жизни людей на водных объектах Оренбургской области.
8. Правила плавания по внутренним водным путям (ППВВП-2002).
9. Постановление Правительства Российской Федерации от 24.12.2004 года № 835 об утверждении Положения о Государственной инспекции по маломерным судам
10. МЧС РФ
11. Приказ МЧС России от 29 июня 2005 г. N 500 «Об утверждении правил государственной регистрации маломерных судов, поднадзорных государственной инспекции по маломерным судам, поднадзорных Государственной инспекции по маломерным судам
12. МЧС РФ
13. Приказ МЧС России № 502 от 29.06.05 «Об утверждении Правил пользования маломерными судами на водных объектах Российской Федерации»
14. Справочник спасателя. - М.: ВНИИ ГОЧС, 1995.
15. Трудовой кодекс Российской Федерации.
16. Учебник спасателя под общей редакцией Ю.Л.Воробьева МЧС РФ ЗАО НПЦ «Средства спасения» Москва 2001г.
17. Филатов Н.В. Оказание первой медицинской помощи на судах без медперсонала. Мурманск 1999

Наглядные пособия

Слайды:

Аварийно-спасательные средства

Технические средства обучения

1. Телевизор.
2. Видеомагнитофон

Учебные вопросы и расчет времени

I. Вступительная часть	5 мин.
II. Основная часть	440 мин.

Учебные вопросы

1. Использование плавательного комплекта № 1 (ласты, маска, дыхательная трубка).	40 мин
2. Приемы извлечения утопающего из воды, освобождение от захватов, способы буксировки пострадавшего.	135 мин
3. Техника гребли и управление спасательной лодкой, подход к терпящему бедствие и подъем его на борт.	135 мин
4. Подача спасательного круга и «конца Александра» на дальность и точность.	90 мин
5. Первая помощь пострадавшему на воде.	40 мин

III. Заключительная часть	5 мин.
----------------------------------	---------------

Методические указания

1. Общие организационно-методические указания.

Накануне проведения занятия преподавателю необходимо:

- уточнить руководящие документы, учебную литературу, наглядные пособия, макеты, технические средства обучения и др. материалы необходимые для проведения занятия и подготовить их для работы.
- просмотреть учебный материал рекомендуемый в методической разработке, уточнить методику изложения учебного материала, составить план проведения занятия и утвердить его установленным порядком.
- чтобы иметь представление о профессионализме слушателей и выбрать при этом более эффективную методическую систему обучения рекомендуется перед занятием ознакомиться по списку с категорией слушателей, составом группы, занимаемыми должностями по работе и последним сроком обучения на курсах.
- кроме уточнения рекомендуемых руководящих документов и литературы, целесообразно использовать материалы периодической печати, материалы из опыта действий ПСС, что позволит преподавателю выявить современные взгляды по изучаемым вопросам,

2. Методические указания по отработке учебных вопросов

а) Вступительная часть:

- в начале занятия преподаватель представляется слушателям, проверяет их наличие и готовность к занятиям;
- объявляет тему занятий, сообщает цели занятия, учебные вопросы подлежащие изучению;
- далее необходимо довести до слушателей порядок отработки или изучения каждого вопроса как по методике действий, так и по времени;
- чтобы привлечь внимание слушателей к теме, психологически подготовить их к активной учебной работе, целесообразно провести логическую связь с предыдущими изучаемыми темами (наименование темы), темами, которые будут изучаться впоследствии (наименование темы), а также необходимо хорошо усвоить излагаемый материал для дальнейшей практической деятельности.

б) Основная часть:

Вопрос № 1 «Использование плавательного комплекта № 1 (ласты, маска, дыхательная трубка)».

- Доводя учебный вопрос под запись, преподаватель обязан акцентировать внимание слушателей на достижение цели в изучении данного вопроса.
- Изложение учебного материала рекомендуется начать с доведения следующих документов:
 - Постановление Администрации Оренбургской области от 12.08.2005 № 225-п Об утверждении правил охраны жизни людей на водных объектах Оренбургской области.

Вопрос № 2 «Приемы извлечения утопающего из воды, освобождение от захватов, способы буксировки пострадавшего».

- Доводя учебный вопрос под запись, преподаватель обязан акцентировать внимание слушателей на достижение цели в изучении данного вопроса.
- Изложение учебного материала рекомендуется начать с доведения следующих документов:
 - Постановление Администрации Оренбургской области от 12.08.2005 № 225-п Об утверждении правил охраны жизни людей на водных объектах Оренбургской области.

Вопрос № 3 «Техника гребли и управление спасательной лодкой, подход к терпящему бедствие и подъем его на борт».

- Доводя учебный вопрос под запись, преподаватель обязан акцентировать внимание слушателей на достижение цели в изучении данного вопроса.

- Изложение учебного материала рекомендуется начать с доведения следующих документов:

- Постановление Администрации Оренбургской области от 12.08.2005 № 225-п Об утверждении правил охраны жизни людей на водных объектах Оренбургской области.

Вопрос № 4 «Подача спасательного круга и «конца Александра» на дальность и точность».

- Доводя учебный вопрос под запись, преподаватель обязан акцентировать внимание слушателей на достижение цели в изучении данного вопроса.

- Изложение учебного материала рекомендуется начать с доведения следующих документов:

- Постановление Администрации Оренбургской области от 12.08.2005 № 225-п Об утверждении правил охраны жизни людей на водных объектах Оренбургской области.

Вопрос № 5 «Первая помощь пострадавшему на воде».

- Доводя учебный вопрос под запись, преподаватель обязан акцентировать внимание слушателей на достижение цели в изучении данного вопроса.

- Изложение учебного материала рекомендуется начать с доведения следующих документов:

- Постановление Администрации Оренбургской области от 12.08.2005 № 225-п Об утверждении правил охраны жизни людей на водных объектах Оренбургской области.

в) Заключительная часть:

На этом этапе преподавателю необходимо напомнить тему и изученные вопросы занятия, определить достигнуты ли поставленные цели, отметить положительные моменты и недостатки в работе слушателей, дать рекомендации на претворение в практику те или иные положения изученного материала, ответить на возникшие вопросы, дать задание на самостоятельную подготовку.

Учебный материал

Первый учебный вопрос.

«Использование плавательного комплекта № 1 (ласты, маска, дыхательная трубка)».

Сноркелинг, снорклинг (нем. Schnorchel — дыхательная трубка) — вид плавания под поверхностью воды с маской и дыхательной трубкой и обычно с ластами. Также в холодной воде может быть надет гидрокостюм. Нырки совершаются на или около поверхности. Его используют спасательные команды для поиска людей в воде.

Как выбрать маску для подводного плавания

Основная функция

Человеческий глаз не способен четко воспроизводить информацию о предметах в более плотной, с оптической точки зрения, среде, каковой является вода. Необходимо воздушное пространство между глазом и водой.

Самое простое приспособление для этого - плавательные очки. Однако нырять в очках на глубину более 1-2 метров не следует. Давление под очками на этой глубине становится значительно меньше окружающей среды, и очки начинают работать как присоски. В результате - сеточка кровоизлияния в глазах (и это в лучшем случае!).

Поэтому для плавания под водой необходимо использование маски, позволяющей за счет выдоха носом выравнивать давление в подмасочном пространстве с давлением окружающей среды. По общепринятому мнению - маска основной предмет в снаряжении подводника.

Напомним, что по международным кодексам всех подводных федераций плавание без маски это сигнал бедствия.

Элементы маски

Любая маска состоит из мягкого корпуса, жесткого ободка, в который вставлены один или несколько иллюминаторов и крепежного ремешка.

Большинство современных масок имеет силиконовый корпус (однако резиновые маски все еще выпускаются).

Силикон мягче и эластичнее резины (хотя уступает ей в прочности), он более долговечен и менее подвержен разрушающему действию воды и солнечного света. Силикон может быть как черным, так и прозрачным.

Выбор здесь дело вкуса. Однако следует учитывать, что корпус из прозрачного силикона увеличивает поле зрения, но может создавать легкие блики на смотровом стекле.

Ободок выполняется из металла или ударопрочного пластика.

Иллюминатор должен быть механически прочным, не образовывать осколков с острыми гранями при разбиении, выдерживать химическое воздействие морской воды. Таким требованиям удовлетворяют некоторые виды пластиков (но они дороги, поэтому применяются, в основном, профессионалами) и закаленное стекло. На иллюминаторе обязательно должна быть маркировка "TEMPERED" для стекла и "SAFETY" для пластика.

Ремешок маски может быть сделан как из резины, так и из силикона (последний, разумеется, предпочтительнее).

Выбор маски

Выбор масок широк. Вы можете выбирать из многочисленных цветов и форм. Лучшие маски предполагают максимальный обзор при минимальном объеме подмасочного пространства.

Пространство, ограниченное маской с одной стороны и лицом подводника с другой называется подмасочным пространством. Это пространство заполнено воздухом. Естественно, чем оно больше, тем больше и подъемная сила и тем труднее держать тело горизонтально или головой вниз. Поэтому лучше выбирать маску с малым объемом (около 200 мм³).

Чем шире угол зрения, тем лучше. Угол зрения зависит от размеров и формы иллюминатора.

От размеров и формы маски зависит гидродинамическое сопротивление. Чем меньше эта величина, тем удобнее маска.

Для продувания ушей под водой необходимо зажимать нос. При нырянии с трубкой это можно сделать одной рукой. Если же во рту загубник дыхательного аппарата, то проделать эту процедуру одной рукой уже затруднительно. Здесь на помощь приходит маска с отдельно выполненным выступом для носа.

Такая конструкция позволяет продуваться одной рукой, кроме того, при этом сокращается подмасочное пространство и увеличивается поле зрения, за счет приближения иллюминатора к глазам, а также уменьшается гидродинамическое сопротивление.

Маски выпускаются с удобным механизмом быстрой регулировки крепежных ремней и с поворотными пряжками.

Такой механизм позволяет подтянуть, или ослабить ремень не снимая маски и быстро подобрать оптимальный угол положения ремня.

Чтобы проверить маску на герметичность надо приложить ее к лицу без ремня и сделать легкий вдох носом.

Если маска "присасывается" и удерживается на лице, то это значит, что ее форма вам подходит.

Кстати, если вы носите усы, то следует, либо избавиться от них, либо смириться с медленным, но неизбежным подтеканием воды. Ничего в этом страшного нет.

Инструкции по использованию маски

А. Как удалить воду из-под маски.

В процессе плавания вода может попадать в подмасочное пространство. Это может быть вызвано волосами, попавшими под фланец маски, а также если вы смеетесь, говорите или зеваете.

Очистить маску так же легко, как и трубку, однако пловца может смутить плохая видимость. Поднимите голову и оттяните маску от лица: вода, попавшая в нее, вытечет. В продаже встречаются маски с клапаном, который не позволяет воде проникать внутрь маски. Пловцу нужно только выпустить воздух носом, и маска очистится сама.

Чтобы удалить воду под водой, наклоните вашу голову назад, нажмите на верхнюю часть маски (если ваша маска оснащена клапаном, то нажимать на верхний край нет необходимости) и сделайте выдох через нос.

Вода должна удаляться через нижний фланец маски. Эта процедура может повторяться до полного удаления воды из-под маски.

Обработка перед использованием.

Вновь купленную маску необходимо обработать, чтобы она не запотевала при плавании. Для безопасной транспортировки оборудования внутреннюю сторону стекла покрывают силиконом. Из-за этого маска часто запотевает в воде. Необходимо удалить этот силиконовый слой. Простой и безопасный для маски способ — терпеливо протереть внутреннюю сторону стекла мягким абразивным составом типа зубной пасты и ополоснуть водой. Перед каждым купанием стекла маски протирают слюной, это предотвращает запотевание.

После погружения промойте маску чистой пресной водой. Старайтесь не оставлять маску надолго под прямыми солнечными лучами.

Берегите стекло от соприкосновения с твердыми предметами, а корпус от излишней и продолжительной деформации. Для хранения и транспортировки лучше использовать специальные пластиковые боксы.

В. Влияние давления воды на маску при нырянии.

При нырянии в результате увеличения давления воды на маску Вы можете испытывать дискомфорт.

Это происходит из-за разницы давления снаружи и внутри маски. Уравнивать эти давления нужно медленным выдохом через нос в маску.

С. Давление на барабанные перепонки уха.

Другим неприятным результатом повышения давления может быть дискомфорт в ваших ушах.

Это происходит из-за разницы давлений на барабанную перепонку воды с одной стороны и воздуха с другой.

Чтобы уравнивать эти давления необходимо "продуться", т.е. зажать ваш нос пальцами и сделать выдох через нос (очень удобно продуваться в маске с выступом для носа).

Как выбрать дыхательную трубку

Во время покупки остановите свой выбор на той трубке, которая удобна в использовании, подходит именно Вам и оказывает минимальное сопротивление дыханию. Чтобы правильно подобрать дыхательную трубку, поместите загубник в рот таким образом, чтобы его фланец располагался между губами и зубами. При этом сама трубка должна находиться возле левого уха. Выберите наиболее удобное для Вас положение загубника во рту: загубник должен располагаться прямо, не слишком свободно, но и не очень плотно, иначе челюсть будет уставать.

Дыхательные трубки выпускаются с дренажным клапаном или без него.

Трубки с дренажным клапаном в нижней части загубника или сбоку от него имеют специальный однонаправленный выпускной клапан.

По своей конструкции он является невозвратным клапаном тарельчатого типа, который упрощает процесс очистки трубки от воды.

Принцип работы клапана очень прост: когда вы плывете по

поверхности воды, клапан находится ниже "ватерлинии" трубки, и по закону сообщающихся сосудов вода из трубки, отжимая тарелку клапана от седла, перетекает наружу, пока ее уровень в трубке не сравняется с уровнем поверхности воды.

Плавая, вы можете дышать через трубку атмосферным воздухом. В этом достижение снорклинга, хотя можно плавать и просто с маской, задерживая дыхание (несколько утомительно). Трубка должна быть достаточной длины, но и не слишком длинная (очень длинная трубка затрудняет дыхание, увеличивая «мертвое пространство» — объем воздуха, не участвующий в дыхательном процессе). Трубки могут быть со специальными насадками (съёмными), защищающими от забрызгивания. В некоторых случаях эти насадки затрудняют дыхание — это легко проверить. Легко снимаются. Часто сноркл оснащен клапаном очистки, позволяющим легко выдувать воду из трубки. Хороший клапан значительно облегчает продувание трубки при занырировании. Если клапан неудачный, обычная трубка без клапана может продуваться легче. Трубки с клапаном нуждаются в более тщательном осушении. Удобно закрепить трубку на стропу (ремешок) маски. Для этого есть разнообразных конструкций клипсы. Если таковой нет, можно просто подсунуть трубку под стропу.

Вам остается удалить из трубки продуванием примерно треть от первоначального объема воды, на что тратится значительно меньше энергии, чем при прочистке обычной трубки без дренажного клапана.

Учимся плавать с маской для подводного плавания и дыхательной трубкой.

Правильно наденьте маску, учитывая все рекомендации по ее использованию. Вставьте загубник трубки в рот, придерживая ее. Войдя в воду по пояс или по грудь, спокойно ложитесь на воду, свободно вытянув руки и ноги или раскинув их в стороны. Опустите лицо с маской в воду и дышите через дыхательную трубку. Постарайтесь расслабить мышцы, не напрягаться. Не задерживайте дыхания. Старайтесь дышать ровно и свободно. Не пугайтесь, если впервые минуты вам покажется, что воздуха не хватает. Это бывает. Снаряжение здесь не причем.

Встаньте на дно ногами, выньте изо рта загубник, передохните и начинайте все сначала. Если все же не получается, подышите через трубку, просто стоя в воде по пояс, затем опустите в воду лицо и продолжайте дышать.

Новичков подводного плавания обучают правильно очищать трубку и маску от попавшей в них воды. Если трубка закупорилась водой, следует энергично выдохнуть через нее. Воздух вытолкнет воду. Существует также масса разновидностей трубок с выпускным клапаном, через который выталкивается вода. Правда, клапан срабатывает только в том случае, если объем воды невелик.

Поплавайте вдоль берега. Контролируйте правильность выполнения предложенных Вам рекомендаций.

Не получается, выйдите на берег, хорошенько отдохните, согрейтесь, еще раз вспомните что и как нужно делать, а уж затем приступайте к новой попытке. Не выходит с первого раза — наверняка получится с десятого. В трудную минуту подумайте о том, что этим путем перед вами успешно прошли сотни тысяч любителей морских глубин.

Ласты

Ласты очень облегчают плавание и добавляют маневренности в воде. Также ласты незаменимы для подныривания, так как позволяют сократить время и силы на погружение и всплытие, за счёт чего увеличивается время пребывания возле дна в погружённом состоянии. Обычные ласты для снорклинга надеваются на босую ногу, они легкие и не очень длинные. Такие ласты прекрасно оправдывают свою цену, помогая передвигаться в воде и даже подныривать. Ласты для дайвинга с ботинками также подходят, они очень эффективны и удобны. Можно пренебречь этим элементом оборудования и всё равно получить массу удовольствия, но для подныривания и в случае необходимости проплывать значительные дистанции, использование ласт повысит комфортность и увеличит удовольствие от снорклинга.

Гидрокостюм

Костюм из неопрена препятствует поглощению водой тепла вашего тела, предохраняет кожу от воздействия солнечных УФ-лучей и стрекающих животных (например медуз). Если вы планируете провести в воде какое-то время, стоит надеть короткий или длинный гидрокостюм. Гидрокостюм добавляет плавучести, что облегчает плавание по поверхности и затрудняет занывание. Ныряльщики используют пояс с грузами для компенсации этого эффекта.

Принципы подводного плавания

Тому, кто только учится подводному плаванию, советуем поначалу привыкнуть к маске и приобрести навык дыхания через трубку. Новичков иногда раздражают маска и трубка - чтобы поскорее привыкнуть к снаряжению, можно потренироваться на мелководье. Дискомфорт, который могут испытывать начинающие, быстро проходит: как только вы научитесь постоянно держать голову под водой и смотреть сквозь стекло маски, вам захочется немедленно погрузиться в удивительный подводный мир. Когда же дыхание через трубку станет естественным, можно без помех наслаждаться его прелестями. Главное преимущество подводного плавания - пловец не тратит силы на энергичные движения в воде.

Практика подводного плавания

- Начинающему пловцу следует потренироваться: ныряйте в открытой воде, стараясь не касаться дна. Научитесь хорошо пользоваться ластами. Следуя несложным правилам, вы сможете стать прекрасным пловцом:
- Плывайте спокойно, не делая резких движений, гребите размеренно, лежа на воде, погрузив лицо в воду.

- Равномерно и глубоко дышите через трубку.
- Практически все пловцы делают первый размашистый гребок, чтобы погрузиться под воду, выполненный правильно, он позволит вам быстро перемещаться под водой.
- Отталкиваться нужно не резко, гребите со скоростью, при которой вы не тратите силы, а ощущаете себя комфортно.
- Ноги, обутое в ласты, должны находиться под водой.
- Плывая медленно и спокойно, в размеренном темпе (около 20 гребков в минуту), вы никогда не устанете.
- Руки пловца должны находиться поближе к телу - это уменьшает сопротивление воды и облегчает плавание.
- Погружаться в воду можно головой или ногами, причем первый способ легче.
- Если вы намерены провести под водой достаточно долгое время, сделайте на берегу серию глубоких вдохов и выдохов - так вы провентилируете дыхательные пути, очистив их от избытка углекислого газа.

Принципы безопасности

- Никогда не погружайтесь в воду, если не умеете плавать.
- Не ныряйте в одиночестве.
- Любителям и новичкам следует держаться поближе к берегу: выбившись из сил, вы сможете возвратиться.
- Убедитесь в безопасности места, где вы собираетесь плавать под водой.
- Лучше сделать несколько коротких заплывов, нежели один долгий.
- Совершая заплывы в холодной воде, пользуйтесь гидрокостюмом, который предотвратит переохлаждение тела. Пловец, который замерз, быстрее выбивается из сил.
- Помните, что плавая на мелководье, вы рискуете пораниться о подводные камни.

Второй учебный вопрос.

«Приемы извлечения утопающего из воды, освобождение от захватов, способы буксировки пострадавшего».

Как узнать, что человек тонет?

Когда человек тонет, его тело, как правило, стоит в воде вертикально, голова то и дело скрывается в волнах. Тонущий человек судорожно взмахивает руками, а потом взмахи вовсе прекращаются.

Причины гибели человека на воде или льду могут быть различными: неумение плавать, нарушение правил поведения на воде, купание в нетрезвом состоянии, страх, испуг и т.д. Человек, подавленный страхом, не способен трезво оценить обстановку, он делает бессмысленные движения, быстро слабеет и тонет. Для того чтобы оказать помощь утопающему, необходимо хорошо плавать и нырять, знать и правильно применять приемы

спасения, освобождения от захватов и буксировки пострадавшего. Спасая человека на воде, нужно действовать обдуманно, осторожно, трезво оценивая сложившуюся ситуацию, не теряться в случае опасности. Следует правильно учитывать расстояние до утопающего, скорость течения, наличие спасательных средств, волнение воды и т.д.

Если нет возможности использовать плавсредство, то спасатель приближается к утопающему вплавь. Плыть лучше кролем, так как этот стиль плавания позволяет развить наибольшую скорость. При нахождении в воде спасатель должен уметь противостоять опасным факторам, характерным для водоемов.

Техника плавания спасателя.

Чтобы оказать помощь пострадавшему, необходимо, во-первых уметь хорошо плавать и нырять, во-вторых, хорошо знать приемы спасения тонущего. Для спасения тонущего нужно быстро приблизиться к нему, что возможно при плавании способом кроль. Спасатель должен отбуксировать пострадавшего к берегу или к шлюпке. При спасении тонущего дорога каждая секунда, поэтому спасатель часто вынужден прыгать в воду в одежде. Если имеется возможность, то обувь необходимо снять, карманы брюк, куртки или другой одежды вывернуть, так как они затрудняют плавание. Необходимо также расстегнуть пуговицы рубашки, развязать тесемки нижнего белья.

Для спасения тонущего необходимо не только мастерство пловца. В процессе подготовки пловец-спасатель должен овладеть целым рядом специальных приемов, в которых он должен постоянно упражняться. Мастерство пловца-спасателя необходимо контролировать на экзаменах. К этим приемам относятся следующие:

Плавание в одежде. От спасателя требуется, чтобы он проплыл дистанцию 300 м в куртке и брюках и затем сумел раздеться в воде. Плавание под водой на расстояние. В водоеме со стоячей водой пловец должен проплыть под водой 12-метровый отрезок (при массовом обучении) или 25 м (при подготовке специальных кадров) по прямой линии. Длина отрезка в водоеме, где есть течение, увеличивается соответственно скорости течения. В мутной воде пловца страхуют с помощью веревки с поплавком.

При плавании в одежде целесообразно применять способы брасс, на боку без выноса рук. Оказывая помощь пострадавшему, спасатель должен правильно оценить обстановку, учесть расстояние до тонущего, скорость течения, наличие спасательных средств и др. Подплывать к пострадавшему нужно с таким расчетом, чтобы его наносило течением на спасателя. Особенно опасны для спасателя и тонущего судороги, которые вызываются охлаждением и переутомлением мышц.

Ныряние вглубь. Во время экзамена спасатель должен четыре раза поднять с глубины 2,5-3,5 м предмет весом 5 кг, лучше всего куклу-манекен. При этом от него требуется, чтобы он один раз нырнул с борта бассейна головой вперед, а остальные нырки нужно выполнить из обычного положения пловца.

Самоспасание.

Имеются в виду меры, которые должен предпринять сам пловец, чтобы выйти из опасного положения и предотвратить перечисляемые ниже виды опасности.

Судороги. При низкой температуре воды или переутомлении у пловца могут появиться судороги. Чтобы устранить судорогу, нужно растянуть сведенную мышцу, разгибая и сгибая соответствующий сустав. При дигитоспазме необходимо несколько раз сжать пальцы в кулак и выпрямить их; при судорогах кистей необходимо многократное сгибание кисти в суставе; при судорогах икр необходимо с помощью кисти, оказывающей давление на колено, выпрямить сведенную ногу, другая кисть одновременно пригибает стопу этой ноги к голени; при судорогах бедер стопа подтягивается к ягодицам; при спазмах желудка ноги быстро поднимаются вверх и выпрямляются; при ларингоспазмах попавшая внутрь вода выделяется при чихании, и спазм снимается. Этот спазм особенно опасен, поскольку при этом невозможно дыхание.

При судорогах мышц живота необходимо, лежа на спине, энергично подтягивать колени к животу. Если свело икроножную мышцу, то следует, вытянув ногу над поверхностью воды, энергично подтягивать руками стопу к себе. При судорогах мышц бедра надо, резко согнув ногу в колене, сильно сжать пятку руками.

Водоросли.

Опасность представляют собой и водоросли: запутавшись в них, можно захлебнуться. Зацепившись за них, необходимо, не делая резких движений, попытаться освободиться свободной рукой и осторожно покинуть опасное место.

В принципе следует избегать купания в сильно заросших реках и озерах. Но если пловец все же попадает на такое место, он должен спокойно, без резких движений отплыть в положении на спине в том направлении, откуда он приплыл. Вьющиеся водоросли представляют опасность в том случае, если при поспешных движениях пловца обвиваются вокруг его ног. Следует избегать каждого распрямления и связанного с этим погружения ног.

Водовороты.

У запруд и опор мостов образуются участки с пониженным давлением, куда устремляется вода, в результате чего образуются водовороты с большой скоростью кругового потока. Если у пловца нет возможности избежать водоворота, он должен стараться выйти из него, скользя на поверхности воды. Ни в коем случае пловец не должен делать попытки приподняться над водой, т.к. погруженным глубже частям тела труднее оказывать сопротивление водному потоку. Если пловец чувствует, что его затягивает в глубину, он должен попытаться боком выбраться из крутящегося потока или позволить воде увлечь себя до дна и оттолкнуться от него в сторону.

Оказавшись на волне, надо следить, чтобы вдох приходился на промежуток между ударами волн. Плывая против волны, необходимо

спокойно подниматься и скрываться под ней. При большой волне нужно глубоко вдохнуть и нырнуть под нее.

Оказание помощи людям на воде.

Оказание помощи людям на воде делят на два вида:

- 1) оказание помощи уставшему пловцу;
- 2) спасание тонущего.

При транспортировке пострадавшего спасателю необходимо свободно владеть спортивными способами плавания, обладать хорошей физической подготовкой и самообладанием. Основные требования при транспортировке пострадавшего – быстрота транспортировки и обеспечение ему дыхания. Пострадавшего нельзя класть на себя, надо придать ему более горизонтальное положение, чтобы рот и нос находились на поверхности воды.

Оказание помощи уставшему пловцу.

К пострадавшему всегда следует подплывать сзади. Если сделать это невозможно, то необходимо поднырнуть под утопающего, захватить левой рукой под колено его правую ногу, а ладонью правой руки сильно толкнуть левое колено спереди и развернуть пострадавшего спиной к себе. Этот прием применяют в тех случаях, когда пострадавший совершает беспорядочные движения или оказывает сопротивление спасателю. Оказавшись за спиной пострадавшего, спасатель пропускает свою правую руку под подмышку его правой руки и, крепко захватив его руку и плечо, всплывает с ним на поверхность.

Приемы буксировки пострадавшего подразделяются на две группы: без закрепления рук, когда пострадавший спокойно подчиняется спасателю, и с закреплением рук - в случае сопротивления утопающего.

1) оказывающий помощь подплывает к уставшему пловцу, который кладет вытянутые руки на плечо спасателю сзади, плывя способом брасс, спасатель тянет уставшего пловца, а последний по возможности помогает буксировке, работая ногами (Рис. 5.2.1).

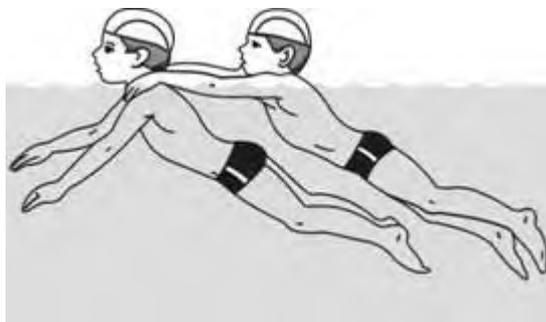


Рис. 5.2.1. Помогающий буксирует уставшего человека

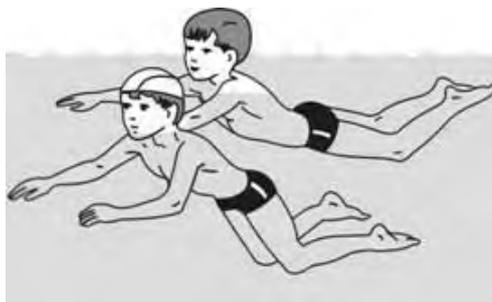


Рис. 5.2.2. Потерпевший держится одной рукой за плечи спасателя

2) уставший пловец плышет на спине, а оказывающий помощь наплывает на него со стороны ног и кладет на свои плечи свободно выпрямленные руки уставшего человека, который широко раздвигает ноги, чтобы не мешать движению рук и ног спасателя, пlying способом брасс. Спасатель толкает впереди себя уставшего человека так, чтобы его рот и нос находились на поверхности воды (Рис. 5.2.3).



Рис. 5.2.3. Помогающий толкает вперед уставшего человека

3) если помощь оказывают два спасателя, терпящий бедствие человек располагается между ними, положив выпрямленные руки и ноги на плечи спасателям. Оказывающие помощь плывут способом брасс. При этом ноги уставшего пловца должны быть расслабленными, чтобы не затруднять движения рук заднего пловца (Рис. 5.2.4).



Рис. 5.2.4. Потерпевший держится руками и ногами за плечи двух спасателей

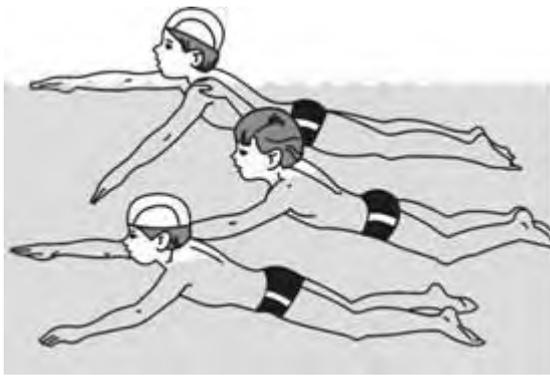


Рис. 5.2.5. Потерпевший держится за плечи двух спасателей

Буксировка пострадавшего.

Спасатель держит пострадавшего за волосы (Рис. 5.2.6).

При буксировке с захватом за волосы или воротник спасатель, захватив рукой волосы или воротник одежды утопающего, плывет на боку, работая свободной рукой и ногами. Буксировать человека надо выпрямленной рукой поддерживая его голову над поверхностью воды так, чтобы вода не попала в дыхательные пути.



Рис. 5.2.6. Транспортировка потерпевшего с поддержкой за волосы

Оказавшись за спиной тонущего, спасатель пропускает свою руку под мышку правой руки пострадавшего и, крепко захватив его руку и плечо, выплывает на поверхность.

Захват за голову тонущего. Оказывающий помощь берет вытянутыми руками голову утопающего так, чтобы большие пальцы лежали на щеках, а мизинцы – под нижней челюстью, и, плывя на спине, работая одними ногами, буксирует утопающего к берегу или к шлюпке, приподнимая его лицо над поверхностью воды (Рис. 5.2.7).

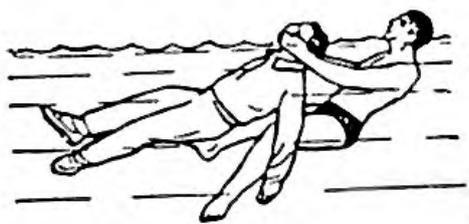


Рис. 5.2.7. Буксировка – захват головы

Захват под мышки.

Оказывающий помощь крепко подхватывает пострадавшего под мышки, как показано на Рис 5.2.8, и буксирует утопающего, плывая при помощи ног.



Рис. 5.2.8. Буксировка – захват под мышки

Захват утопающего под руки.

Приблизившись сзади, спасатель продвигает свою правую (левую) руку под правую (левую) руку спасаемого, берет его за левую (правую) руку выше локтевого сгиба и прижимает спасаемого спиной к себе, а затем буксирует на левом (правом) боку (Рис. 5.2.9).

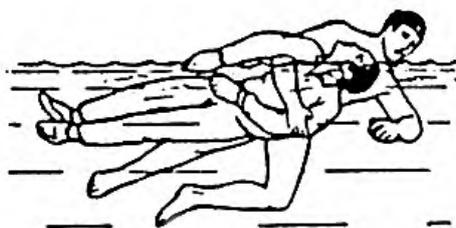


Рис. 5.2.9. Буксировка – захват под руку

Захват выше локтей.

Оказывающий помощь обхватывает сзади обе руки утопающего за локти, стягивает их назад, затем просовывает свою левую (правую) руку спереди под мышку и проводит ее за спину утопающего. Затем левой (правой) рукой захватывает правую (левую) руку утопающего выше локтя и сильно прижимает утопающего к себе спиной. Захват может производиться и правой рукой, если спасатель плывет на левом боку (Рис. 5.2.10) (этот способ

транспортировки называется «морским захватом» и чаще применяется в случае, если утопающий оказывает сопротивление).



Рис. 5.2.10. Буксировка – захват выше локтей или «морской захват».

Спасатель просовывает сзади свою руку под ближнюю руку пострадавшего, захватывает пальцами этой руки нижнюю челюсть пострадавшего и, плывя на боку или брассом, выполняет движения свободной рукой и ногами (Рис. 5.2.11).



Рис. 5.2.11. Транспортировка потерпевшего с поддерживанием за нижнюю челюсть одной рукой

Спасание тонущего.

Утопающий обычно находится в полушоковом состоянии, испуган, объят страхом. Поэтому при виде спасателя он судорожно хватается за него, что грозит гибелью обоим. Чтобы освободиться от захватов пострадавшего спасатель должен приложить большие усилия, а иногда и применить силу. Чаще всего утопающий хватается спасателя за кисти рук, шею (спереди и сзади), туловище (через руки и под руки), за ноги. В таком случае спасатель должен нырнуть под воду. Если ныряние не помогает, то нужно применить один из следующих способов освобождения от захватов пострадавшего.

К тонущему человеку подплывают сзади. Если это сделать невозможно, то следует поднырнуть под пострадавшего, захватить левой рукой под колено его правой ноги, а ладонью правой руки сильно толкнуть левое колено спереди и повернуть тонущего к себе спиной. Делать это нужно в тех случаях, когда пострадавший в панике совершает беспорядочные движения или сопротивляется (Рис. 5.2.12).



Рис. 5.2.13. Избежание захвата тонущим

Основные приемы освобождения от захватов тонущего

Независимо от захватов и способов освобождения спасателю нельзя терять из виду пострадавшего.

При освобождении от захватов надо помнить следующее:

1) освобождаясь от захвата, необходимо выполнить глубокий вдох и уходить вниз, а пострадавшего подталкивать вверх (когда пловец уходит под воду, пострадавший как правило выпускает спасателя и освобождает спасателя от захвата);

2) заканчивая освобождение от захвата, следует повернуть потерпевшего спиной к себе, всплыть на поверхность и применить один из способов транспортировки.

Чаще всего тонущий хватает спасателя за кисти рук, шею (спереди и сзади), туловище через руки, под руки и за ноги. Если тонущий захватывает спасателя, последний должен освободиться от него способом ныряния. В случае, если ныряние успеха не принесет, следует прибегнуть к одному из следующих способов.

Утопающий обычно находится в полушоковом состоянии, испуган, объят страхом. Поэтому при виде спасателя он судорожно хватается за него, что грозит гибелью обоим. Чтобы освободиться от захватов тонущего, спасатель должен приложить большие усилия, а иногда применить силу. Чаще всего тонущий хватает спасателя за кисти рук, шею (спереди и сзади), туловище (через руки и под руки), за ноги. В таком случае спасатель должен нырнуть под воду. Если ныряние не поможет, следует применить один из следующих способов освобождения от захватов тонущего.

Освобождение от захвата за кисти рук (Рис. 5.2.14). Спасатель прежде всего быстро определяет, как расположены большие пальцы тонущего. Затем сильным рывком в сторону больших пальцев разводит руки тонущего. Одновременно с этим, подтянув ноги к животу и упершись ими в грудь спасаемого, отталкивается от него. И, наконец, резким движением разворачивает тонущего спиной к себе и буксирует.



Рис. 5.2.14. Освобождение от захвата за кисти рук

Освобождение от захвата за шею спереди (Рис. 5.2.15). Спасатель, упираясь ладонью в подбородок тонущего большим и указательным пальцами, старается закрыть ему нос, а другой рукой в это время обхватывает тонущего за поясницу. Затем нажимая пальцами на нос, сильно прижимает утопающего к себе и резко толкает его в подбородок, сгибая в пояснице. Освобождение можно усилить и ударом колена в низ живота тонущего, но этот прием применяется только в крайних случаях.



Рис. 5.2.15. Освобождение от захвата за шею спереди

Освобождение от захвата за шею сзади (Рис. 5.2.16). Спасатель одной рукой захватывает тонущего за кисть противоположной руки, а второй поддерживает локоть (Рис. 5.2.16, а). Затем резко приподнимая локоть вверх (Рис. 5.2.16, б) и выворачивая кисть вниз, выскальзывает из-под рук тонущего, но захваченной руки не отпускает, а продолжает разворачивать спасаемого спиной к себе и буксировать (Рис. 5.2.16, в).

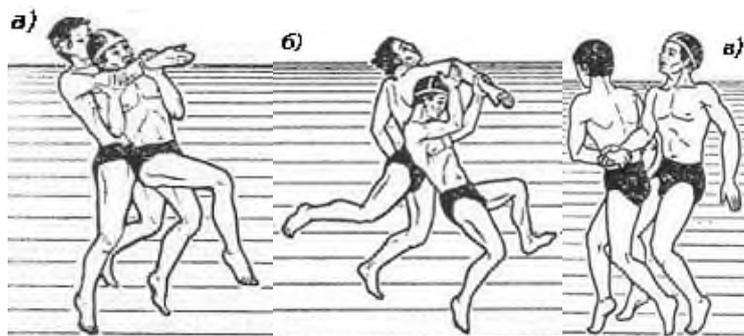


Рис. 5.2.16. Освобождение от захвата за шею сзади

а - спасатель ладонью руки поддерживает локоть пострадавшего, резко подталкивая его вверх; б - разворачивает пострадавшего к спасателю для буксировки; в - буксировка пострадавшего

Освобождение от захвата за туловище через руки (Рис. 5.2.17). Спасатель сжав кисти рук в кулаки, наносит резкий удар большими пальцами в область ребер тонущего и приступает к буксировке.



Рис. 5.2.17. Освобождение от захвата за туловище через руки

Освобождение от захвата за туловище под руки (Рис. 5.2.18). Спасатель освобождается от захвата тонущего тем же приемом, что и при захвате за шею сзади.



Рис. 5.2.18. Освобождение от захвата за туловище под руки

Освобождение от захвата за ноги (Рис. 5.2.19). Спасатель одной рукой захватывает голову тонущего в области виска, а другой - подбородок (с противоположной стороны) и энергично поворачивает ее в сторону и набок до тех пор, пока не освободится. Затем, не отпуская головы спасаемого всплывает с ним на поверхность воды и буксирует к шлюпке или берегу.



Рис. 5.2.19 Освобождение от захвата за ноги.

Иногда в воде могут находиться несколько пострадавших. Это случается при авариях на средствах водного транспорта, разрушении причальных сооружений, мостов и в некоторых других случаях. В таких условиях спасение людей требует строгой, реальной оценки ситуации. В первую очередь, необходимо подать доски, бревна, шесты, спасательные круги удерживающимся на воде, затем помочь людям, находящимся

недалеко от берега. Тех, кто не может удержаться на воде, спасают вплавь. При спасении вплавь спасатель может оказать помощь только одному человеку.

Подъем пострадавшего со дна водоема

Если утонувший лежит на грунте лицом вверх, то спасающий подплывает к нему со стороны головы и приподнимает. Затем, взяв под мышки утонувшего, энергично отталкивается от дна, всплывает на поверхность воды и буксирует его (Рис. 5.2.20).

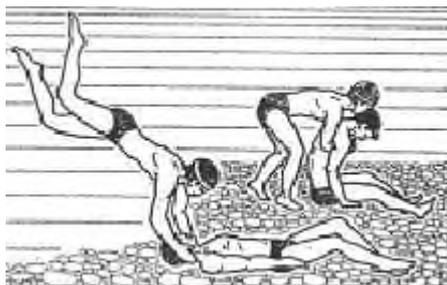


Рис. 5.2.20. Подъем утонувшего, лежащего на грунте лицом вверх

Если утонувший лежит на грунте лицом вниз (Рис. 5.2.21) то спасатель приближается к нему со стороны ног, подхватывает подмышки и, приподняв, энергично отталкивается от дна. Всплыв на поверхность воды, спасатель буксирует пострадавшего к берегу, катеру, шлюпке.

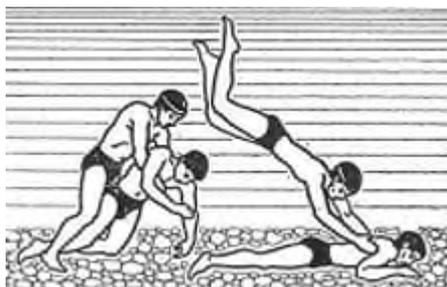


Рис. 5.2.21. Подъем утонувшего, лежащего на грунте лицом вниз

Иногда в воде может оказаться несколько человек. Происходит это при авариях судов, малых плавсредств, разрушении причальных сооружений, мостов и в других случаях. В таких условиях спасение людей прежде всего требует строгой, реальной оценки положения. В первую очередь необходимо подать доски, бревна, шесты спасательные круги держащимся на воде, затем помочь людям, находящимся недалеко от берега. Тех, кто не может держаться на воде, спасают вплавь.

Но при этом следует помнить, что спасать вплавь можно только по одному человеку.

Перечисленные захваты и приемы освобождения от них не являются исчерпывающими. В практике спасения встречается много других вариантов, которые требуют от спасателя хладнокровия, уверенности в себе, решительности, умения быстро ориентироваться и применять действенные приемы.

После освобождения от захватов тонущего необходимо доставить его до места, где возможно оказать первую помощь. Для этого существуют специальные приемы транспортировки пострадавшего.

Поскольку транспортировка тонущего, мешающего спасателю, очень сложна и требует хорошей физической и плавательной подготовки, таких тонущих надо постараться успокоить, поддержать у поверхности и только потом транспортировать.

Третий учебный вопрос.

«Техника гребли и управление спасательной лодкой, подход к терпящему бедствие и подъем его на борт».

Спасание с лодки. По возможности пострадавшего или уставшего пловца спасают с лодки. При этом, если спасатель находится в лодке, ему не следует покидать ее, т.к. лодку может отнести течением. Если лодка маленькая, пострадавшего надо втаскивать в нее через нос или корму, чтобы лодка не опрокинулась. На моторную лодку пострадавшего поднимают со стороны борта, чтобы не поранить его винтом.

Подход судна к человеку в условиях благоприятной погоды может быть выполнен с любой стороны и по кратчайшему расстоянию. Инерция судна должна быть такой, чтобы ее можно было погасить отработкой одной машиной внешнего борта. Гашение инерции машиной внутреннего борта нежелательно, так как в этом случае человек будет отброшен от борта судна. Маневр подхода к человеку выполняют с таким расчетом, чтобы он оказался в районе средней, наименее высокой части борта и на минимальном расстоянии от судна.

На значительном волнении подходить к спасаемому следует только с наветренной стороны, для чего судно ставят в положение бейдевинд или бакштаг относительно плоскости ветра. Человека оставляют с подветренной стороны на расстоянии 20–30 м. Удержание судна в указанных положениях производится кратковременной подработкой машин. Подъем человека на борт выполняют с помощью остроплённых спасательных кругов, спасательных поясов или корзин. На случай оказания помощи обессилевшему в воде человеку должны быть подготовлены физически выносливые люди с индивидуальными спасательными средствами и страховочными концами (Рис. 5.3.1).

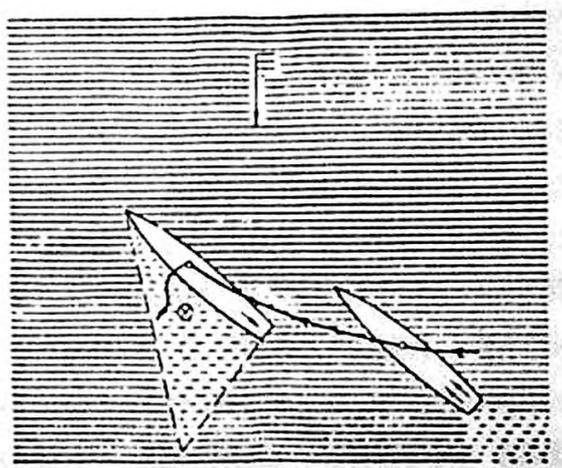


Рис. 5.3.1. Подход судна к человеку на значительном волнении

При спасении пострадавшего с использованием плавсредств необходимо приблизиться к нему как можно ближе. При этом нужно учитывать то, что волнение воды, вызванное самим плавсредством, может ухудшить положение пострадавшего и ускорить его утопление. При приближении к утопающему необходимо следить за тем, чтобы не задеть его винтом, веслами или корпусом плавсредства. Для поддержания пострадавшего на воде и извлечения его из нее применяются специальные спасательные средства (круги, концы, шары веревки и др.), а также подручные средства (шесты, лестницы, сети и др.).

Если до берега недалеко, то пострадавшего не обязательно втягивать в лодку: он может буксироваться, если позволяет его состояние, удерживаясь за корму или за привязанную к плавсредству веревку. Если пострадавший не способен самостоятельно удерживаться за корму, то его втаскивают в лодку через тело спасателя, севшего на корму и свесившего в воду ноги. Такой прием позволяет избежать повреждения кожных покровов у пострадавшего о неровные края лодки. Подъем пострадавшего в плавсредство с высокими бортами может осуществляться по трапу, лестнице, а также с помощью каната или сети. Если до берега недалеко, то пострадавшего не обязательно втягивать в лодку: он может буксироваться, если позволяет его состояние, удерживаясь за корму или за привязанную к плавсредству веревку. Если пострадавший не способен самостоятельно удерживаться за корму, то его втаскивают в лодку через тело спасателя, севшего на корму и свесившего в воду ноги. Такой прием позволяет избежать повреждения кожных покровов у пострадавшего о неровные края лодки. Подъем пострадавшего в плавсредство с высокими бортами может осуществляться по трапу, лестнице, а также с помощью каната или сети.

Спасение человека, находящегося за бортом, обычно осуществляется экипажем плавсредства. При возникновении данной ситуации производятся следующие действия:

- бросаются спасательные средства пострадавшему;

- немедленно разбрасываются окрашенные предметы (надувные подушки, пластиковые бутылки и пр.), чтобы на воде отметить зону нахождения человека;

- выполняются маневры судном, чтобы помочь пострадавшему.

Необходимость маневрирования судном связана с невозможностью его резкой остановки. Тормозной путь обычного пассажирского судна не менее мили (1852 м), а на крупнотоннажных судах - до 4000 м. Маневр осуществляется с таким расчетом, чтобы приблизиться к пострадавшему на расстояние, при котором ему можно оказать помощь. Чем больше тоннаж и размеры судна, тем сложнее выполнить маневрирование. В некоторых случаях быстрее к пострадавшему можно добраться, используя находящиеся на борту судна плавсредства (шлюпки, катера, плоты). Возможно привлечение к оказанию помощи пострадавшему вертолетов палубной или береговой авиации. На маленьких лодках пострадавшего поднимают на борт с наветренной стороны, так как если это делать с подветренной стороны, то лодка может опрокинуться. На больших яхтах подъем делают с подветренной стороны.

Поднять на борт пострадавшего часто бывает сложно и поэтому важно использовать все, что может облегчить эту операцию. Иногда необходимо, чтобы в воду прыгнул спасатель со спасательным жилетом, закрепленным на канате, чтобы помочь пострадавшему закрепить вокруг туловища канат с петлей и, если необходимо, то уже в воде немедленно провести искусственное дыхание способом "рот в рот".

Поиск продолжается до тех пор, пока не потеряна надежда на спасение пострадавших, и прекращается лишь после того, как:

- тщательно обследованы все районы вероятного нахождения пострадавших;

- обследованы все возможные местоположения пострадавших;

- не осталось никакой уверенности в том, что пострадавшие живы.

При спасении пострадавшего с использованием плавсредств необходимо приблизиться к нему как можно ближе. При этом нужно учитывать то, что волнение воды, вызванное самим плавсредством, может ухудшить положение пострадавшего и ускорить его утопление. При приближении к утопающему необходимо следить за тем, чтобы не задеть его винтом, веслами или корпусом плавсредства. Для поддержания пострадавшего на воде и извлечения его из нее применяются специальные спасательные средства (круги, концы, шары веревки и др.), а также подручные средства (шесты, лестницы, сети и др.).

Среди маломерных судов лодка, пожалуй, является основным средством передвижения на несложных участках рек. В случае, когда лодка переворачивается, экипаж должен попытаться отбуксировать ее к берегу самостоятельно или с помощью страхующих. Если сделать это невозможно, то экипаж должен попытаться поставить лодку на ровный киль собственными силами. Для этого достаточно двух человек. По команде рулевого на дно перевернутой лодки забираются два самых сильных члена

экипажа. Они берутся за леер по одному борту и откидываются назад на спину, переворачивая лодку на себя. В это время остальные члены экипажа помогают им, подталкивая лодку.

При посадке на камень необходимо попытаться снять с него лодку, для чего экипаж раскачивает ее и интенсивно работает веслами, используя течение реки. Перед выполнением этих действий нужно убедиться в том, что столкновение лодки с камнем не приведет к прорыву оболочки. В случае опасности следует вначале облегчить судно, для чего один или два члена экипажа покидают лодку, держась за леера. При навале на камень или дерево нужно действовать быстро, но осторожно, так как существует опасность опрокидывания лодки. Экипаж перебирается на препятствие и старается обвести лодку вокруг него. Следует постоянно помнить о том, что в определенный момент лодку может подхватить течение и нужно будет быстро в нее впрыгнуть. Если снять с камня нагруженную лодку очень трудно, то ее разгружают и перетаскивают через препятствие или с помощью других лодок подводят к берегу.

Если до берега недалеко, то пострадавшего не обязательно втягивать в лодку: он может буксироваться, если позволяет его состояние, удерживаясь за корму или за привязанную к плавсредству веревку. Если пострадавший не способен самостоятельно удерживаться за корму, то его втаскивают в лодку через тело спасателя, севшего на корму и свесившего в воду ноги. Такой прием позволяет избежать повреждения кожных покровов у пострадавшего о неровные края лодки. Подъем пострадавшего в плавсредство с высокими бортами может осуществляться по трапу, лестнице, а также с помощью каната или сети.

Четвертый учебный вопрос.

«Подача спасательного круга и «конца Александра» на дальность и точность».

Для подачи спасательного круга надо взяться за него одной рукой, второй рукой взяться за леер, сделать два-три круговых размаха вытянутой рукой на уровне плеча и бросить круг плашмя в сторону пострадавшего так, чтобы он упал справа или слева от человека на расстоянии не более 0,5-2,0 м. Подача круга с катера осуществляется со стороны борта, который находится ближе к утопающему. С лодки, для избежания ее опрокидывания, круг лучше всего подавать в сторону кормы или носа. Бросать круг прямо на утопающего не рекомендуется, так как он может ударить человека по голове или перелететь через него. Иногда к спасательному кругу привязывают конец Александра, с помощью которого пострадавшего подтягивают к плавсредству. Для подачи терпящему бедствие конца Александра спасатель малую петлю конца надевает на запястье левой руки и в ней же держит большую часть витков. Взяв правой рукой три-четыре витка с большой петлей, он делает несколько широких размахов и бросает шнур утопающему с таким расчетом, чтобы тот мог ухватиться за поплавок или за

шнур. Пострадавший должен подтягиваться к берегу (плавсредству) осторожно, без рывков. Конец Александра можно бросить на расстояние до 25 м.

Подача спасательных шаров производится следующим образом. Одной рукой берут спасательные шары, а другой - трос, скрепляющий их. Затем нужно сделать два-три круговых размаха и на вытянутой руке бросить шары в направлении пострадавшего так, чтобы они упали справа или слева от него. При необходимости к шарам прикрепляется конец Александра, с помощью которого пострадавшего подтягивают к берегу (плавсредству).

Спасательные круги бывают двух видов: пробковые и пенопластовые. Масса пробкового круга — до 7 кг, диаметр (внешний) — 750 мм. Масса пенопластового круга — до 4,5 кг, диаметр (внешний) — 750 мм. Сила поддержания кругов — 12 кг.

К кругу с четырех сторон крепится леер из пенькового линя. Для того, чтобы круг был хорошо виден, его окрашивают в оранжевый цвет.

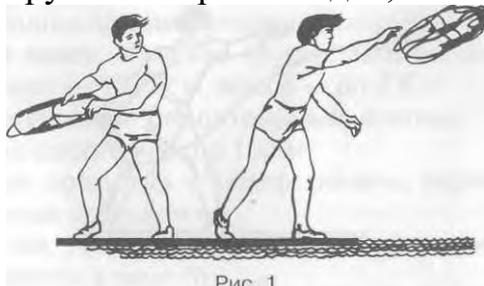


Рис. 1

При подаче круга с катера, шлюпки или с берега необходимо сделать широкий замах, держась одной рукой за круг, а другой за леер, и бросить круг плашмя утопающему, чуть в сторону от него (рис. 1).

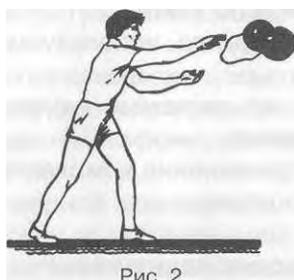


Рис. 2

Спасательные шары — это соединенные между собой тросиком пробковые или пенопластовые шары, обтянутые плотной тканью. При необходимости к ним прикрепляют конец Александра, с помощью которого пострадавшего подтягивают к берегу, катеру, шлюпке. Масса шаров — 2 кг, сила поддержания — 8 кг. Спасательные шары подаются так же, как и спасательный

круг (рис. 2).

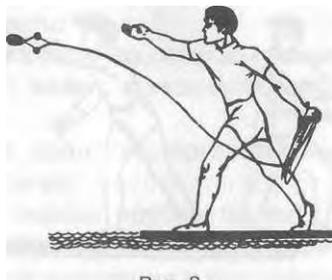


Рис. 3

Конец Александра — пеньковый или капроновый трос (канат) длиной до 30 м, толщиной до 25 мм, с двумя петлями на концах. К большой петле крепятся два поплавка диаметром 10-12 см, окрашенные в красный цвет, и груз массой 250-350 г.

При подаче конца в левую руку берут малую петлю и бухту троса, а правой с силой бросают большую петлю в сторону утопающего (рис. 3). После того, как тонущий наденет петлю через голову под руки, дружинник осторожно подтягивает его к берегу, катеру или шлюпке.

Пятый учебный вопрос.
«Первая помощь пострадавшему на воде».

При волнении моря или реки, когда спасателю трудно войти в воду из-за большой волны для оказания помощи терпящему бедствие человеку, можно применять прочную веревку любой длины, на конце которой имеется подвижная петля.

Перед тем как войти в воду, спасатель надевает петлю на себя через голову, пропускает ее себе под мышки так, чтобы конец веревки оказался сзади. В таком положении веревка не мешает спасателю подплыть к пострадавшему. Второй конец веревки зажат в руках спасателя, находящегося на берегу.

Спасатель, подплыв к пострадавшему, освободившись от его захватов в воде, берет пострадавшего одним из приемов буксировки, а находящийся на берегу второй спасатель за веревку подтягивает пострадавшего и спасателя, находящихся в воде, к берегу.

Спасатель перед тем как войти в воду для оказания помощи пострадавшему надевает пояс и прикрепляет к нему веревку.

Выносить из воды пострадавшего удобнее с упором на плечи (Рис. 5.5.1, а) или на бедра (Рис. 5.5.1, б). Достигнув берега, катера или шлюпки, спасатель немедленно приступает к оказанию первой помощи.

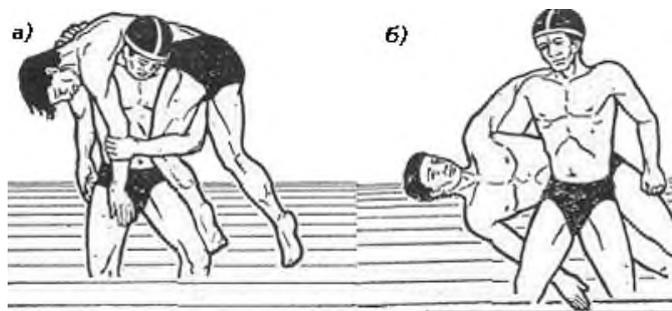


Рис. 5.5.1. Вынос пострадавшего из воды
а - на плечах; б - с упором на бедра

Достигнув берега, спасатель выносит пострадавшего на сухое место и немедленно приступает к оказанию первой помощи до прихода медицинского работника. Нести из воды пострадавшего удобнее с упором на бедра или плечи.

Захваты для вытаскивания из воды. С помощью этих захватов спасатель вытаскивает находящегося без сознания или травмированного человека на берег. Если дно крутое, то пострадавшего вытаскивают, обхватив его под мышки. Если дно отлогое, например у морского берега, применяется прием на бедро или «прием пожарного». При приеме на бедро пострадавшего кладут животом на бедро спасателя, а при «приеме пожарного» - на плечи.

На берегу спасатель садится на корточки и осторожно опускает на землю пострадавшего. Если необходимо взобраться вместе с пострадавшим по подвесной лестнице, его кладут животом на плечо спасателя, так что голова пострадавшего находится на спине спасателя. В таком положении спасатель может помогать себе обеими руками.

Для того чтобы вытащить человека на борт бассейна, стоящий на берегу спасатель берет пострадавшего за обе руки, опускает его глубоко в воду и резким движением вытаскивает его из воды на бортик бассейна.

Начальник
Поисково-спасательной службы

В.П.Стухин