

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
**БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИУ «БелГУ»)  
ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**Кафедра спортивных дисциплин**

## **МЕТОДИКА ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЕЙ НА ВОДЕ**

Магистерская диссертация студента очной формы обучения  
направления подготовки 49.04.01 Физическая культура  
группы 02011505

**Дренчева Максима Колева**

Научный руководитель  
к.п.н., доцент Третьяков А.А.

Рецензент  
Заведующий кафедрой  
физического воспитания БУКЭП,  
к.п.н., доцент Д.В. Щербин

**БЕЛГОРОД 2017**

**СОДЕРЖАНИЕ**

|                                                                                                 |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Введение .....                                                                                  | 3  |
| Глава I. Обзор литературных источников по теме исследования .....                               | 8  |
| 1.1. Особенности организации водно-спасательной службы в<br>Болгарии .....                      | 8  |
| 1.2. Исторические сведения о ВОСВОД России .....                                                | 26 |
| Глава II. Организация и методы исследования .....                                               | 32 |
| 2.1. Организация исследования .....                                                             | 32 |
| 2.2. Методы исследования .....                                                                  | 34 |
| Глава III. Анализ результатов исследования .....                                                | 40 |
| 3.1. Особенности подготовки водно-спасательных центров и<br>спасателей на воде в Болгарии ..... | 40 |
| 3.2. Особенности подготовки водно-спасательных центров и<br>спасателей на воде в России .....   | 47 |
| 3.3. Методика подготовки специалистов водно-спасательных<br>центров .....                       | 55 |
| Выводы .....                                                                                    | 61 |
| Практические рекомендации .....                                                                 | 62 |
| Список использованной литературы .....                                                          | 63 |

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Болгария и Россия - развитые курортные государства, одни из крупнейших. Морские границы тянутся на многие сотни километров.

Человеческая жизнь - бесценна. Одна из приоритетных деятельностей поисково-спасательных служб Болгарского красного креста и МЧС России это водное спасение. Каждый год специалисты водно-спасательных станций спасают более 3000 человек.

Водноспасательная деятельность важная часть летнего туризма в местах отдыха людей. Оборудование мест и подготовка к отдыху людей требует серьезного обучения специальных кадров, этим занимается в Болгарии Болгарский красный крест (БЧК), а в России службы МЧС.

Актуальность проблемы подготовки спасателей в настоящее время возрастает, что связано с увеличением человеческих, материальных потерь в чрезвычайных ситуациях. В основном, это происходит в летние месяцы, когда гораздо больше количество утонувших, чем за оставшийся период времени года.

Современная профессиональная деятельность специалистов водно-спасательных центров требует поиска новых подходов к организации их профессиональной подготовки, создания гибких систем обучения, обеспечивающих высокое качество профессиональной подготовленности.

Таким образом, актуальность исследования определяется:

- во-первых, значительным возрастанием роли специальных подразделений водно-спасательных центров;
- во-вторых, высокой значимостью поддержания необходимого уровня профессиональной готовности данных специалистов;
- в-третьих, необходимостью существенного повышения эффективности процесса профессиональной подготовки, этих специалистов.

Настоящее исследование посвящено решению основной научной проблеме, связанной с повышением уровня профессиональной подготовленности, подразделений водно-спасательных центров.

**Гипотеза исследования** состоит в предположении о том, что обеспечить высокий уровень профессиональной готовности подразделений водно-спасательных центров, возможно, если:

- будет произведен анализ систем подготовки специалистов водно-спасательных центров России и Болгарии;
- будут установлены факторы, определяющие высокую эффективность их профессиональной деятельности;
- разработана педагогическая методика процесса профессиональной подготовки специалистов водно-спасательных центров, с использованием тренировочных комплексов, направленных на развитие умений действовать слаженно и эффективно в составе подразделений водно-спасательных центров;
- будут обоснованы подходы, необходимые для практической реализации разработанной методики профессиональной подготовки, с использованием тренировочных комплексов.

**Цель исследования** заключается в теоретическом анализе систем подготовки спасателей на воде в России и Болгарии и разработке педагогической методики, обеспечивающей высокий уровень профессиональной готовности подразделений водно-спасательных центров, на основе использования тренировочных комплексов.

**Задачи исследования:**

1. Выявить особенности профессиональной деятельности подразделений водно-спасательных центров и требования, предъявляемые к уровню их профессиональной подготовленности.
2. Установить факторы, определяющие высокую эффективность профессиональной деятельности подразделений водно-спасательных центров.

3. Разработать педагогическую методику профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров, с использованием тренировочных комплексов и обосновать подходы для ее реализации и экспериментально проверить ее эффективность.

**Объект исследования** – системы профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров России и Болгарии.

**Предмет исследования** - профессиональная подготовка подразделений водно-спасательных центров, с использованием тренировочных комплексов.

**Теоретической основой исследования** явились основные положения материалистической диалектики, системного и деятельностного подходов к процессу профессиональной подготовки специалистов (В.Г. Афанасьев, И.В. Блауберг, В.В. Давыдов, Б.А. Лабковский, К.К. Ляпин, И.С. Якиманская и др.); результаты исследований в области теории и методики профессиональной подготовки специалистов водно-спасательной деятельности (В.С. Артамонов, Ю.Г. Баскин, В.А. Гадышев, А.А. Грешных, Н.Н. Северин, В.И. Ткачев и др.); работы по изучению моделирования профессиональной подготовки специалистов (Л.А. Андреева, Т.Н. Анто-шина, А.С. Бажин, Н.Г. Берденникова, Г.В. Ваганова, Т.Б. Ванеева, С.В. Гундар, А.Н. Денисов, В.П. Давыдов, В.Б. Захаревский, Э.Ф. Зеер, Н.Л. Иванова, Е.В. Конева, Э.Э. Сыманюк, А.С. Фошкин и др.); основные положения теории и организации профессиональной подготовки специалистов водно-спасательных центров (Е.А. Алдошина, Л.А. Рыжкина, Н.Н. Северин, В.И. Ткачев и др.).

**Научная новизна** исследования состоит в разработке педагогической методики применения тренировочных комплексов в процессе профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров.

Установлены особенности профессиональной деятельности подразделений водно-спасательных центров. На эти подразделения возлагается: оказание помощи пострадавшим на воде; осуществление деятельности связанной с пострадавшим в панике при утоплении на воде; пути и способы транспортировку пострадавшего на берег для оказания доврачебной помощи; оказание доврачебной помощи на берегу при различных видах утопления.

Определены требования к уровню подготовленности личного состава подразделений водно-спасательных центров. Эти специалисты должны обладать: необходимыми профессиональными знаниями, умениями и навыками действий в условиях водной стихии; смелостью, решительностью; хорошим здоровьем; высоким уровнем физической подготовленности; высокой степенью психологической готовности к действиям на воде и в воде; самоотверженностью; развитыми умениями действовать слаженно и эффективно в составе подразделений водно-спасательных центров.

Обоснованы подходы, необходимые для эффективной реализации разработанной методики профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров, с использованием тренировочных комплексов. К ним относятся: моделирование разных сторон профессиональной деятельности в процессе профессиональной подготовки; направленность тренировочных комплексов на развитие профессионально значимых качеств и психофизиологической надежности действий; развитие мотивации и активности у специалистов к овладению профессиональными навыками; создание обстановки на занятиях для развития умений принимать правильные решения в экстремальных ситуациях; соблюдение последовательности выполнения тренировочных комплексов; включение в содержание тренировочных комплексов действий, требующих проявления смелости, решительности, взаимовыручки; повышение уровня методической подготовленности

преподавателей и руководителей занятий; создание эффективной системы контроля над развитием профессиональных и личностных качеств.

**Теоретическая значимость** исследования состоит в обогащении теории и методики профессионального образования новым знанием: об особенностях профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров; о факторах, определяющих высокую эффективность их профессиональной деятельности; о содержании методики их профессиональной подготовки для эффективных действий при спасении на воде; о подходах, необходимых для повышения уровня готовности подразделений водно-спасательных центров.

**Практическая значимость** исследования состоит в разработке методических рекомендаций по использованию средств и форм профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров, с использованием тренировочных комплексов. Большая часть этих рекомендаций может быть использована в процессе профессиональной подготовки сотрудников МЧС России в профильных вузах.

**Апробация диссертации.** Результаты исследования были апробированы на заседании кафедры спортивных дисциплин ФГАОУ ВПО «Белгородский государственный национальный исследовательский университет».

**Структура и объем диссертации.** Магистерская диссертация состоит из введения, трех глав, выводов, практических рекомендаций, списка литературы и приложений. Она изложена на 63 страницах компьютерного текста, содержит 4 таблицы. Список литературы охватывает 48 источников.

# ГЛАВА I. ОБЗОР ЛИТЕРАТУРНЫХ ИСТОЧНИКОВ ПО ТЕМЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

## 1.1. Особенности организации водно-спасательной службы в Болгарии

Человеческая жизнь, это что-то безценно. Одна из приоритетных дейность Болгарского красного креста это водное спасение. Каждый год болгарские водны спасатели, спасают 3000 человек.

Водноспасательная дейность важная часть от летнего туризма на болгарском черномория. Это требует серизное обучение кадров, с этим занимается Болгарский красный крест(БЧК).

Авторы учебника, это люди с многолетнего опыта и преподавателей, которые хотят представить самые новые и современные тенденции при обучения водных спасателей. В учебнике ещё показаны и последние указания Международной федерации водного спасения и Европейского совета по соживлению и оказвания первой до лекарской помощи.

Показана ещё и современная екипировка, необходимая для осощевления спасательной акции, сообразена и адаптирована с нормативной уредбы страны и природных реальностей.

Учебник, предназначенный для обучения спасателей на открытых водных площадь и моря. Он используется от преподавателей и врачей, спасателей и арендователей пляжных ивицы, который обязаны по нормативу обеспечить охрану пляжей и екипировка спасателей.

БЧК и водно спасательна служба к нему, являются членом Международной федерации по водному спасению от1967 г. и с этого периода есть свой представители в борде директоров и в других звен в этой структурой, то что дают возможность что бы приложились все мировых тенденциях при обучения водных спасателей.

### **Водный травматизм (жертв в следствия утопления)**

В мире каждый год вследствие утопления погибают около 350/500 тыс. людей. В нашей стране(Болгария), это число 150 человек, 18% это дети до 17 лет. Больше случаях (75/80%) происходят во внутренних водоемах стране, которые являются неохраняемой. Высокий процент утопления объясняется не умения населения плавать и это проблема не решается, а напротив углубляется, на счёт того, что в школе в начальных курсах нет обязательно обучение по плаванию и не большое число работающих бассейн в стране.

Кроме численность населения в данной государство, факторы, влияющие водного травматизма, являются:

- географические (местоположение, климатические особенности, водные бассейны на данной территории и др.)

- культура плавания населения

- наличие водноспасательная служба

### **Мерки для снижения и предотвращения водного травматизма**

Это на прямую зависит от подготовки и плавательный способностей населения, знания, связанные с опасностями при купании и плавании, организации водноспасательной дейности.

Популяризация мерков с целью намаления водного травматизма населения, акцентиреутся больше всего среди дети и учащихся.

Оно выражается в следующие меры:

#### **Меры, повышающие культура плавания:**

- Ознакомления с пользой от плавании

- Организации по обучению по плаванию среди дети разного возраста.

Потолквание людей заниматься плаванием так как оно полезное и можно полезно опользотворить свободное время.

#### **Меры повышения водноспасательной культуры**

Распространение программа «Водноспасателен минимум» среди больше людей. Она содержит знания об опасностях, в купания и плавания,

и их избегания, методы самопомощи и поддержки, спасение тонущих от лиц не являющихся спасателей, оказание до врачебной помощи. Эта программа распространяется среди школьников в рамках три учебный занятия, а среди населениях через:

Лекции и беседы

Средства для массовой информации

Информационные вывески

### **Возникновения и развития спасания на воде в мире**

Развитие водно спасательной дейности на прямую связано с развитие общество, с его социально икономическому и политическому развитию. С древних времен существует эта проблема, в связи с осуществлением кораблоплаванием, рыбной ловли и охоты,спорт , перемещение войск ..

Самый древний письменный источник, связан с спасательной дейности, находится в Египте, в гр Кайро. Это фреска с гробницы фараона Рамзес 2, 1306\1186 д.н.е., В связи с битва, там показаны тренировки по спасению людей на воде и как вытащить воду из живота утонувшего.

Это показвает что ещё тогда обращалось внимания на этой проблемой.

В древной Спарте 8-6 в д.н.е.) мальчики достиг 7 лет, обучали в плавания, в Атине (11-9 век до н.е) дети во возрасте 15-17 лет, тоже обучались плаванием. Можем принять то что в Древней Греции обучались и учились плавать, это узко связано с водноспасательная дейность.

В Рим, тоже заставляли легионеров учиться плавать и переносить военная экипировка во воде и на самом деле, эти движения похожие на нынешние при извлечения человека из воды.

В Средневековье, умение плавать считалось одним из добродетелями рыцарского сословия.

Во время Возрождения развиваются много видов спорта, плавания в том числе. Из много клубов по плаванию, начинают развиваться сословия

и сообщества по спасению людей на воде. Они создаются в периоде 1767-1774г. в городах Лил, Виена, Венеция и Лондон.

Как первая организация по спасению людей на воде можно считать та, которую в 1767г создал граф Альбертус Какоем в Голландии. Основная задача этих организаций была, что бы они поставили спасательные сооружения на тех места где чаще тонут людей. Один из первых авторов, который занимается со проблемой утопление людей на воде, это Гутц Мутц, в своей книге «Гимнастика молодежью» с 1793г., он предлагает, что мальчики учились плавать в школе с целью приобрести знания и помогать людям тонущих на воде. В последующая публикация «Книга для плавания» 1790, сделаны примеры в картинках, как плавать в одеждах, как ныряться и различных спасательные техник, все это последовано с объяснениями.

Одно из первых государств в мире, которая включает в своей политике целенаправленность по отношению спасение людей на воде — это Австрия, В 1850 г. их министерство поставляет программу по обучению оказание помощи при водных инцидентах, обучение инструкторов, утверждения единых отличительные вывески и знаков.

В конце 18 века во Великобритании водные спорта очень популярны. Во Франция тоже в то время плавания на почить. Создаётся много клубов. Возникает нужда от обучения по плаванию и умения оказывать помощь при водных инцидентах.

В 1891 г.в Англию возникает «Human Life Saving Society» Общество для спасения на людей которое в 1904 г. Переименуется в «Royal Life Saving Society» (королевское общество по спасению людей на воде), организация и в нынешних дней существует и считается одна из лучших в мире.

Под влиянии контактов между английскими и немецкими пловцов и востребования от создания единая служба по спасения людей на воде, в

1913 г. по инициативе немецком плавной ассоциации (DSV) создается DLRG-немецкое жизни спасательное общества.

Ещё в тот же год проводятся и первые экзамены для водных спасателей и выдаются сертификаты.

В 1878 г. по инициативе Французской спасательной ассоциации проводится первый международный конгресс по водному спасению. Он положил начало на взаимосвязь и сотрудничество между государствами, поэтому и появляется, и первая международная организация в 1910 г. с имени «Международная федерация по водному спасению» (Federation Internationale de Sauvetage Aquatique/FIS) со штаб-квартирой в Париже. Её учредители являются: Бельгия, Дания, Франция, Великобритания, Люксембург, Швейцария и Тунис. В этот период как раз Европа развивается хорошо в экономическом плане и туризм процветает.

В дальнейшем развитие спасательная деятельность на воде, связанная с этой организацией безразрывно.

### **Международная федерация по спасению на воде.**

Первая международная организация по водному спасению это: «Международная федерация по водному спасению» (Federation International de Sauvetage Aquatique -FIS), создана в 1910 г., со штаб-квартирой в Париже. До её существования она включала в своём составе более 30 национальных организаций, в 1994 она перестала существовать.

В этот список включается, и спасательная служба на воде в Болгарии к красному кресту, которая в 1967 г. Является членом этой организации и первая страна из социалистического блока. Этот факт считается признанием авторитета болгарской водно-спасательной службы.

Значительно позднее создается (1971 г.) «World Life Saving» в городе Корнел -Новый Южный Уэльс. (WLS)

Организация включает в себя Австралия, Великобритания, Новая Зеландия, Южная Африка и США. До 1994 г. WLS включает более 20 стран.

Обе структур существуют параллельно и это мешает работой в целостности, нарушается координация вся работа в целом в мире, поэтому и руководители обе организации и все стран от обе организации решили объединиться в одной общей организации. Великобритания проявляла особая инициатива в этом плане.

24.02.1993г. FIS и WILS договариваются объединиться одной организации ILS (International Life Saving Federation); Международная федерация по водному спасению.

Официально организация создана 03.09.1994 г. Великобританияг.Кардиф Уелс.

Там есть стран из всех континентов, основная цель является улучшения деятельности связными с водном спасением, через обмена опыта между странами, объединение и стремление к единстве в систем связанными с обучением спасателей, экзамены и пр.

ILS – построен на принципе федеративное сдружение с нехозяйственной целью для осуществления полезны действ к обществу.

Основной принцип является, что каждое государство должно себя представлять от одной только представительсто , а это чаще всего связанном со законодательством страны , закон для организации деятельности по водному спасению на людей .

Болгария представлена на уровень Европейская региональная структура.

Международная федерация по водному спасению (ILS) является членом Генеральной ассоциации спортивных федерации. (GAISF), Международной ассоциацией мировых игр (IWGA), Международный совет спортивных наук и физическое воспитание(ICSSPE). ISL признана от Олимпийского комитета (МОК), Международный военный спортивный совет (CISM), от международной федерации Красного креста и Красного полумесяца и Мировая организация для здоровья.

### **Возникновение и развития водноспасение в Болгарии.**

Славянских племён которые заселились на Балканском полуострове в 6-7 веке от н.е. плавали хорошо, так как плавание использовалось как метод военного дело, по этому поводу они и хорошо строили лодки и знали, как можно быстро передвигаться.

Автор древней Греции по имени Маврики, описывает плавательных умения славянских племён, жили в то время на нынешний территории Республика Болгария, он пишет: «Они способны переплывать реки так как они лучше умеют плавать и держаться над водой»

Фраки, которые до славянах жили по этой земле, тоже обладали плавательных умениям.

После сформирование болгарской державы в 684 г. от н.е. нет сведения для организованной деятельности в сфере спасение людей на воде.

След падения Болгарии под Османском владичества, прерываются все экономические и культурные связи и нет никаких сведения для такового рода деятельности.

В периодах национального Возрождения, развиваются: военное дело, народная медицина, морская практика, мимо этого появляются и схемы приложения первой помощи при утоплении, печатаются статьи на этой тематики. Автор Сава Доброплодный, описывает это в соей книге «Уроки как беречь здоровья» 1865г. Тот же самый автор пише и «Игономия-как беречь здоровья», тоже с примерами и советами. Д-р Никола Иванов пишет много статей на этой теме и запускает их в сборникам «Руководство по указанию первой помощи »1882г. (варненско мед.дружество). Интересны способы для спасения людей на воде и их реанимация описываются в книгах «Домашный врач», (д-р Моллов 1885) и «Наръчна книга за полицейските стражарье»от Т.Бойчев 1890г.

В периоде, когда Болгария была под рабства Османской и первые 20-30 лет, после освобождения, спасения людей на воде осуществлялось от

случайных людей, моряки и рыбаки о морских и речных служб которые помогали людям бесплатно или для минимальная плата.

В 1894 г есть попытки создаться спасательная служба в г.Бургас(Черно море) и 1895г в г. Русе (р Данай) это происходит в рамках созданные там гимнастические дружеств.

Одна из первых прояв на спасательская деятельность связываться с имени Христина Хранова Ценкова , во время её пребывания во городе Варна , где она работала , она спасла 54 человек от утопления . Ей вручили награда от варненского мера, сребренный орден «Гражданских заслуг».

В 1908 г. Хранова проплыла расстояние между Варной и нос Галатой , это превращается в самое старое соревнование, которое проводится каждый год в Болгарии .

После построения современных городских бани (1926) в г.Варна , а не много попозже и курорта «Свети Константин и Елена» , нарастает число туристов и с этим и инцидентах на воде , всё это подводит до создания профессиональная служба спасения людей на воде .

Первая команда создана в 1928г.в г.Варна , они охраняли местные морские бани , так называемые в то время место для купания . Команда состоялась от 10 человек .Капитан команды был Владимир Бостанджиев , а директор бани Лазар Чирпански .

В 1929г. создаётся первый филиал Варненской команде по спасению людей на воде , команда работает на пляж« Св.Константин и Елена», там где больше всего есть накопление на иностранные туристы .Такая же и ситуация в город Бургас , где в 1928-1931 , построили городской пляж и начали функционировать спасательные отряды .

В это время возникают и спасательные отряды по реке Днай(Дунав) , города – Видин,Лом,Свищов и Русе .

Спасательные средств пользования в то время были , спасательные лодки , спасательный круг , веревки привязаны с разными предметами

державших се над водой .В Варне использовалось и веревка с кольцо для быстрого вытаскивания спасателя и тонущего , называлось «Варагела».

С самого начало возникновения водных спасательной деятельности в Болгарии имеет профессиональный характер .

С построением самых больших курортов на Черном море - «Золотые пески и Солнечный берег» , в периоде 1958-1961г. число туристов значительно вырастает , это в своей очереди введет до увеличения число утонувших , больше части это иностранные граждане приехали на отдыхе . В 1961г. Более 430 человек теряют свою жизнь .

В связи с этим в 1962г.создается «Республиканская межведомственная комиссия для организации и руководство спасательное дело на воде » , она создается под опекой Министерство здравоохранения республики Болгарии , ЦК ДОСО(государственное учреждение для содействие при самообороны , ЦК БЧК( Болгарский красный крест ) , ЦС БСФС ( болгар.сдружение физ.культуры и спорт).

В 1963г.по совместному решению на мин.здравоохранения и социальной заботы и ЦК БЧК(болг.красный крест) , возлагается на БЧК создания сектор по водному спасению , который должен подготовить и обучить водных спасателей , подготовить документы и дипломы уже обученных спасателей , выдать и распечатать учебники , провести превентивные мероприятия по разьяснению опасностей на воде .

В тот же год Центральная комиссия по водному спасению приходит из мин.здравоохранения к БЧК .

В 1964г. Проводится пятый конгресс на котором утверждена вся структура на ново сформированная организация «Служба спасения на воде» , нынешней ВСС ( водноспасательная служба).

В 1968г.принимается Распоряжение №10 на министерском совете , для улучшения спасательная деятельность на воде , в этот документ поставлены задачи которые возлагаются отдельным министерствам , комитетами и городские совета .

В 1967г. Воднospасательная служба к БЧК(Болг.Красный крест) принята как полноправный член во FIS Международная федерация по водному спасению.

После 1989г. В Болгарии наступают политические и экономические изменения , они воздействуют и на воднospасательная деятельность в общем .

Нормативная база не может ответить на новым требованиям , поэтому и нужно создать новую . Работа по изготовлении новой нормативной базы начинает , создается рабочая группа от Мин.здравоохранения и Воднospасательной служб к БЧК .

Новый нормативный акт принят ,24 июля 1996г. С постановлением №182 на мин.совете (МС) для утверждения на «Указ за воднospасательной

**Организация спасательной деятельности на воде на открытых водных площадь и море.**

**Нормативные документы , регламентирующий водно-спасательная деятельность .**

. Распоряжение для водно-спасательная деятельность и обезопасить водных площадь.

. Распоряжение №2 на Министерства образования и наук (МОН) «Распоряжение для организации и проведения детских и школьных отдых»

.Инструкция №1 на МОН (мин.образования)и МЗ(мин.здравоохранения) - «Для организации водно-спасательной деятельности и предохранение водных площадь при проведении детские и школьные мероприятия.

**Структура водно-спасательной деятельность**

**Министерский совет-** распоряжения,меры общины , комиссии для соблюдения закона, **Министерство здравоохранение, БЧК –ВСС,** Методическая помощь, Превентивная деятельность, Обучение спасателей, Эксперты в комиссиях, **Комиссии по водному спасению,** Региональные

инспекции по здравоохранения, Подразделения полиции, Областные советы красному кресту.

Минимальное обеспечение безопасности. Среднее  
обес.безопасности

Максимальное обеспечение безопасности >спасательные посты>спасательные станции .

Организация водно-спасательной деятельности в Р.Болгарии регламентируется со законом «Распоряжение за водной спасательной деятельности и обеспечение безопасности водных площадь »принята с постановлением№182 министерского совета от24 июля 1996г.

По этой распоряжение на максимальной обеспечение охраны , подлежат все водный площади использующиеся для купания и плавания и др водные спорта ,так же и употребления водные сосудов для развлечения.

Обеспечение безопасности принадлежит владельцев или арендатором водных площадь .

Контроль осуществляется от комиссии назначенной меры данной общинной , в которой входят представители Региональной здравной инспекции , областные советы красному кресту , подразделении полиции .

Водно-спасательная служба к красному кресту обучает водных спасателей и выдает документы дающие право на работу , заботится для превентивной деятельности среди населения , помогает владельцам пляжей при организации деятельности .

### **Обезопасение водных площади**

Обеспечение безопасности водным площадям бывает несколько вида:

\*Минимальное – открыты каналы , изкопы , ямы , и др с глубиной больше 1,20 м.- на таких мест ставятся ограждения и вывески .

\*Среднее - морские береговых линии , неохраняемые , речки и пруды – тоже через знаки и вывески .

\*Максимальное -бассейны , пляжи и др. водные площади использующиеся для купания , плавания и водные спорта , безопасность таких мест. Проводится через т.н . спасательная цепочка .

Структуры спасательной цепочки состоится от четырёх звена :

1.звено «спасательный пост » - ведется наблюдение , при нужда проводится эвакуация и оказывается до врачебной помощи .

2.звено«медицински пункт»- оказывает первая мед.помощь , бывает на место инцидента до 5 мин.после вызова.

3.звено«транспортировка с мед.помощью» -осуществляет транспортировку до стационары .

4.звено«больница»-там оказывается специализированной медицинской помощи.(врач-анистезиолог-реаниматор)

Время действия каждое звено предусмотрено связями максимального предстоя под водой . Каждое звено работает так что бы помочь для успехов следующего звена от цепочки .

Не смотря на то что число несчастных случаев уменьшается значительно после создания водно-спасательной службы , они всё таки бывают и иногда приходилось транспортировать тяжело пострадали более 30 мин. до больницы . Поэтому и на много эффективнее получилась сокращенной вариант цепочки 1964\1965г , когда создаются реанимационные пункты на пляже .Он снабжен с радиостанции и связь со спасателями , иногда они бывают до 5 минут после инцидента , так потерпевший получает специализированную помощь ,которое на свой счёт усиливает шансы на спасения потерпевшего .

**Спасатели** могут быт лица старше 17 лет сдали успешно экзамен и имеющий заверенный талон на прилежащий год .

**Спасательный пост** открывается не больше 100 метров от пляжных линии .

**Личный состав на спасательный пост** должен быт минимум от двух спасателей , один из ним старший на посту .При ношение дежурства

один из них наблюдает зону действия а другой спасатель имеет готовности совершить спасательную акцию .Дежурство с 8-18 , каждый день .

**Управляющий водных площади** вручает каждому спасателю схема в которой понятно где его зона на действие и спасения.

**Одежда личного состава** обычно должна быть в оранжевом цвете , но не обязательно , главное что присутствовала эмблемой БЧК , плавательных средств тоже в оранжевом цвете и несут эмблема водно-спасательной службы.

**Спасательные станции** открываются там где 5 или больше спасательных поста, работы станцией состоится в координации работ между постов .

На входе на пляже, возле спасательных постах и станциях , стоит информационное табло , там обозначены опасные зоны , схема пляжной линии , расположения спасательных поста , мед.пункты , администрация пляже , номер экстренных ситуациях ,температура воды и воздух , сила ветер и волнение моря , рабочие время спасательных постах и станции .

Есть и информация по разъяснению флаговой сигнализации .Спасательная станция имеет радио связь со спасательными постами , медицинскими пунктами , дежурных спасательных катер .

Водно-спасательная деятельность руководится от начальник определён от арендатора пляжа .

Начальник спасательной станции может быть только , спасатель правоспособный , закончил курсы для старшего спасателя и инструктор по водному спасению .

### **СПАСАТЕЛЬНЫЕ СТАНЦИИ И ПОСТА ИМЕЮТ:**

**Зона на спасение**-не больше 100 метров от берега и глубина до2 метра , в которой спасателей могут и обязаны законом оказать помощь при случае , это считается так как на поверхности так и под водой , она обозначена с плавающий знаки , буйки .

**Район действия** , это зона между зоной на спасением и до 200 метра от берега , обозначенная с большими плавающими знаками , в которой спасателями могут оказать помощь при нужде .

Эти расстояния определяются от проведённых эксперименты и определение время нужно для осуществление успешной спасательной акции

Максимальное время который может человек которой тонет и находится под водой и что бы не были серозные мозговые травм , это не больше 5 минут под водой . 30 сек.для оповещения и замечания инцидента , 30 сек подготовка и 3 мин для искания .

Определение район действия и спасательная зона осуществляется по формуле  $P = [(V_{\text{км.ч}} * T_{\text{мин.}}) : 60] * 1000$

**В этой формуле :**

$P$  = радиус на окружности , показывающий либо зона действия либо зона спасения .

$V$ = скорость суда отправляющий со станции и спасателя со спасательного поста .

$T$ =максимальное допустимое время для перестоя на утопленного под водой , без серьёзных травм мозга , это около 5 мин. От ним удаляем время нужно для замечания и оповещения 30 сек , + время с момента на оповещением и момент отправления спасателя либо спасательных суд 30 сек. + время необходимое для поиск утопленного под водой 3 мин.

На практике  $T$  = на 2 мин. , это максимальное время для достижения место инцидента .

При использовании во формуле катер со скоростью 20км\ч , отправился от спасательных станции , получается расстояние от 666м или как записано в распоряжении 600м( с изменениям закона для устройства Черноморского побережья , это зона ограничивается до 200 м.)

При невозможности использоваться плавательных суд и средняя скорость плавания спасателя 3км\ч , расстояние зона спасения не должна

быть больше 100 метров . Это и зона в которой гарантируется успешной акции .Эта методика для определения зоны спасения и зоны действия принята от ILS для стандарта .

**На водных площадях использующиеся для купания , плавания и водных спорта , должно открыться :**

**\*Медицинский пункт** -на территории от 1 до 5 спасательные поста .

**\*Реанимационный пункт**- на пляжной линии от 1 до 3 км.

Они имеют в наличии транспорт ,(скорая ) Факт , что рядом берегу находится мед.пункт или реанимация позволяет и улучшает шансы для проведения успешной акции .

#### **4 Правила для работы водно-спасательной службы .**

Спасательная станция должна имеет «Правила для работой » в их указано:

- . рабочие время ;
- . требования связанными с одеждой и экипировки спасателей , график работой и т.д.
- . время и график обеденный перерыв
- . способы коммуникации
- . инструкция для пользование спасательных сооружений .
- . График проведения тренингов
- . Список телефонных номеров -полиция , больница , ...

#### **5.План для действия при неотложных ситуации**

К регламенту для работы присутствует и графа «план для действия при неотложных ситуации» , он содержит , способы оповещения коммуникации , действия и взаимодействия между спасателями от разных поста , тоже и медицинском персонале .

На практике это способ действия при различных ситуациях на спасательной станции . Эти правила обновляются и подлежат коррекции .

Именно когда проводятся тренировки проводятся стимуляции на спасательные акции , что бы накаплилось опыт .

## **6.Правила для безопасного пользования водных траектории и ведения посетителей .**

Эти правила написаны на информационное табло при входе на пляже .

Согласно этой распоряжение за водно-спасательной деятельности и обеспечение безопасности водных пространства , информационных таблицах должны содержит :

- . Отдыхающие должны купаться только в зоне спасения и обозначения .

- . Нужно одевать спасательные жилет , если практикует спорт на воде или с развлекательной целью .

- . Не должны перезагружать водных судов .

- . Не должны прыгать с сооружений .

- . Запрещено использовании моторных и плавательных средств в зоне купания .

- . Беречь информационные таблиц и спасательных сооружения .

- . Запрещено плавать за спасательной знаки(буйки)

- . Запрещено загрязнять воду и пляжной линии .

- . Машины должны парковаться только на определённых за этой цели мест , тоже запрещено их мить рядом пляжи .

- . Должны соблюдать распоряжения личного состава спасательной станции .

- . Не допускаться во воде лица под 10 летная возраст без сопровождаителя .

**Оборудование спасательной станции и спасательной пост ( согласно действующему распоряжению от 1996г).**

### **Командно- связочной узел**

- . Наблюдательной вышке с крышкой и ветрозащитные плоскости , комплект флаги .

- . Информационные таблицы .

- . Сигнальное средство для тревоги ( мегафон или колокол )
- . Средства для связи – телефон или радиостанция
- . Биноколь
- . Термометр для воздуха и воды
- . Дневник о дежурстве и спасательных акции
- . Справочная литература для определения волнения моря , зона спасения и скала ветра .
- . Ласты и другое оборудование , маска и шноркель , резервная одежда .
- . Спасательный катер , на каждом 10 спасательных поста должен быть 1 катер .
- . Спасательная лодка .
- . Место хранения спасательных средств
- . Учебно-тренировочные средств (манекены ) по 1 на 10 поста .

**Оборудование на спасательном посту на открытых водных пространствах .**

- . Спасательная веревка
- . Информационная таблица
- . Сигнальное средство – свисток , мегафон
- . Спасательный мяч с веревкой 30м
- . Сигнальный флаг ( несколько-зелен,желтый,красный)
- . Сигнальная мачта
- . Наблюдательная вышка
- . Спасательная лодка с греблами либо двигателям
- . Биноколь
- . Комплект для ныряния (маска,шноркель,ласты)
- . Термометры для воздуха и воды .

Кроме это хорошо будет если присутствует , буй , водный гидроцикл , и др сооружения .

## **Организации детского и школьного отдыха на открытых водных пространствах .**

Обеспечение безопасности корректируется от инструкции №1 от 3 июля 1997г. на МОН (мин.образов.)для организации водно-спасательной деятельности и обеспечение безопасности водных площадях при проведении детский и школьный туризм .

### **Самые характерных особенностях эту деятельность :**

. С таких группы всегда должно быть спасатели , до 120 дети минимум 2 человек , от 121 до 240 дети – трое и от 241 до 400 дети , четыре .

. Организатор отдыха должен обеспечить оборудования и требуемое число спасателей и мед.персонал .

.Руководитель лагеря , совместно со старшим спасателям изготавливают приказ о реде и порядке пляжной деятельности , который должен включать в себя :

**.место и время** проведения пляжных мероприятия , место и рабочее время спасательной службы и мед.экипе , способы перемещения группы , дорога и маршруты , ответственные лица и старости .

**.правила для купания** , включающий в себя число всех групп , их руководители , спасатели и мед.персональ .

-в первый день проводится инструктаж всей группы

-место для купания должно быть отдельно от остальных зон пляжей и обозначенное . Обеспечить зонтики для мед.персонала , спасателей и минимум по одному зонтику на группу .

-Дно должно быть безопасное с глубиной до 1,50м, без течения и водовороты , дно должно быть ровное без ямы , скалы , муть или водоросли

-Дно проверяется каждый день от спасателях .

-до и после захождения дети во воде считаются .

-во время купания дети постоянно наблюдаются , как от спасателях так и от руководителях , один из спасателях должен находится во воде вместе с детьми , а другой смотреть со стороны берега .

-При больше число детей рекомендуется т.н. парна система , дети делятся га пары и каждый наблюдает за своего напарника и при нужда сигнализирует .

-Способы подача сигнал для опасности , а так же и другие сигналы и команды оповещаются во время инструктажа и каждый раз до захождения во воде .

## **1.2. Исторические сведения о ВОСВОД России**

*Всероссийское общество Спасания на водах – ВОСВОД России* - насчитывает 140 лет своей деятельности.

3 июля 1871 года Устав общества был утвержден императором Александром II и первым Председателем правления был избран выдающийся мореплаватель и государственный деятель России вице-адмирал Посьет К.Н. Августейшим Покровителем Общества с момента его возникновения и до принудительной ликвидации 15 октября 1918 года была Великая Княгиня Цесаревна, впоследствии Императрица Всероссийская Мария Федоровна, торжественное перезахоронение праха которой состоялось в Санкт-Петербурге 28 сентября 2007г. К началу двадцатого века Общество содержало 2 000 спасательных станций, 10 000 спасательных постов, 2 морские спасательные станции, 4 моторные яхты и несколько десятков парусных спасательных судов. У общества был свой дом в Петербурге по ул. Садовая, 50-Б, где размещался единственный в России музей спасательного дела. До войны 1914 года смертность на воде во всей Российской Империи, включая Польшу и Финляндию, составляла 8-9 тыс. человек в год. В Советском же Союзе, после ликвидации общества и в период отсутствия общественной организации спасания на водах,

количество утоплений возросло до 18 тыс. В нынешней Российской Федерации смертность на воде составляет 15 тыс. человек в год.

Существующее сейчас Всероссийское Общество Спасания на водах было восстановлено 31 марта 1970 года на своем Первом Учредительном Съезде. Председателем Центрального Совета ВОСВОД был избран вице-адмирал Торик Н.А. Была создана сеть производственных предприятий Общества, которые наладили выпуск малогабаритных сборно-разборных бассейнов и аварийно-спасательного имущества (АСИ).

В середине 80-х г.г. в ВОСВОД России действовали 9 производств аварийно-спасательного имущества, 20 стационарных спасательных бассейнов, где по всей России бесплатно обучались плаванию более сотни тысяч детей. Созданная в то же время Главная навигационно-техническая инспекция по маломерному флоту Всероссийского Общества Спасания на водах создала всю необходимую нормативную базу по аттестации и контролю за безопасностью судовождения маломерного флота, которая не утратила своего значения и поныне, поскольку в 1984 Главная навигационно-техническая инспекция ВОСВОД была преобразована в Государственную инспекцию по маломерным судам (ГИМС РСФСР), которая, в свою очередь, Указом Президента России в 2004 году была реорганизована в соответствующую инспекцию МЧС РФ.

В 90-ые годы прошлого века начался разрешенный государством процесс приватизации, что для Всероссийского Общества спасания на водах означало начало длительного процесса выживания фактически без средств и без собственности. И опять потребовался энтузиазм и мужество простых граждан-общественников для сохранения организации и решения всех ее уставных задач.

Новая страница деятельности ВОСВОД была открыта в январе 2004 года, когда на должность председателя Центрального Совета ВОСВОД был избран генерал-полковник внутренней службы, заместитель министра внутренних дел Нелезин П.В. Как раз в это время вступили в действие

основополагающие нормативные документы Российской Федерации как Водный Кодекс, Кодекс Внутреннего водного транспорта, Указ Президента РФ № 991 от 28 августа 2003г "О совершенствовании единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций", федеральный Закон №131, по которому живут и работают все местные самоуправления России. Впервые за долгие годы на водном пространстве России стало формироваться необходимое правовое поле.

Работа ВОСВОД вновь становится востребованной органами государственной власти и местного самоуправления, что нашло отражение в документах 9-го Съезда нашей организации и пленумов Центрального Совета в городах Москве, Сочи, Екатеринбурга, Санкт-Петербурга.

Заключены Генеральные Соглашения и Договоры о взаимодействии и сотрудничестве с Министерством Чрезвычайных Ситуаций, Министерством транспорта, Министерством природных ресурсов, Министерством Внутренних Дел, получена лицензия на право осуществления строительной деятельности и подводно-технических работ от Федерального Агентства по строительству и жилищно-коммунальному хозяйству. Восстановлено членство ВОСВОД в Европейской и Мировой Спасательной организации (ILS).

### **Общие сведения о ВОСВОД России**

- Всероссийское Общество спасания на водах – ВОСВОД России – старейшая общественная организация страны. Устав общества утверждён императором Александром II в 1872 году.
- В Российской Империи в 1873 году было построено 179 спасательных станций.
- Первым действительным членом Общества стал император Александр III, а 16 ноября 1892 года организация получила название «Императорское Российское общество спасания на водах».
- Российское Правительство в 1894 году передаёт в ведение Общества спасательные учреждения на водах.

- В 1899 году Указом императора дата 9 мая объявлена Днем Общества спасания на водах. Начат выпуск издания «Спасания на водах», выходящее по сей день.
- В 1917 году Общество закрыто, имущество национализировано.
- Постановлением Совнаркома СССР возрождает Общество и 30 декабря 1927 года принимает постановление о передаче дела спасания на водах и спасательное имущество Обществу «ОСВОД». Куратором Общества стал Народный Комиссариат путей сообщения. Впоследствии М.И.Калинин 15 лет возглавлял «ОСВОД» на общественных началах.
- В 1928 году количество членов Общества превысило 12 000 человек, 100 отделений Общества работали по всему СССР.
- В 1932 году в СССР функционировали 154 спасательных станций Общества, 117 из них работали круглый год. Но 500 спасательных постах работали около полумиллиона человек.
- Общество приостановило свою деятельность в годы Великой отечественной войны.
- С 1946 по 1970 гг. различные министерства и ведомства курировали деятельность общества и добровольцев.
- В 1969 году Постановление ЦК КПСС возродило Общество.
- Соответствующее Постановление Совета Министров РСФСР №94 о возрождении Общества принято 11 февраля 1970 года. В этом же году состоялся съезд его членов.
- ОСВОД получил мировое признание в 1987 году и принят в Международную Федерацию спасания на водах (ILS). Общество насчитывало 20 млн. 200 тысяч человек.
- Во второй половине 80-х годов прошлого века члены Общества на международных соревнованиях завоевали 5 кубков, 100 золотых, серебряных и бронзовых медалей, а также установили ряд новых рекордов в различных дисциплинах водно-спасательного спорта.

- В 1990 – 2003 гг. Общество приостановило свою деятельность.
- В 2003 году Глава Администрации Президента РФ, Медведев Д.А., поддержал проведение съезда по воссозданию Общества спасания на водах.
- В 2004 году ВОСВОД России возрождён, устав Общества зарегистрирован в Минюсте РФ, Председателем ЦС ВОСВОД России на проведенном в январе 2004 года съезде избран П.В.Нелезин.
- В 2005 году Общество восстановило членство в Международной Федерации спасания на водах.
- С 2004 года и по настоящее время ВОСВОД России развивает ряд социально значимых программ с федеральными и региональными правительственными и муниципальными органами власти, включая МЧС РФ, МВД РФ, Росприроднадзор РФ, Министерство природных ресурсов и экологии РФ, Министерство региональной политики РФ, Минздравсоцразвития РФ, Министерство физической культуры, спорта и туризма РФ, др.
- 25 апреля 2007 года Комиссия Центрального федерального округа по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности приняла решение о повышении уровня безопасности и мерах по предотвращению гибели людей на водных объектах (пункт II).
- В 2007 году Общество при поддержке МЧС РФ, МВД РФ, ФСБ РФ и других ведомств провели в Москве Международную конференцию по безопасности на водах, в которой участвовали делегаты из 18 стран мира.
- С 2006 по 2008 гг. ВОСВОД России подготовил четырёх инструкторов-преподавателей с получением международного сертификата и 60 спасателей с получением сертификата международного класса.

- В 2008 году при благословлении ЕГО СВЯТЕЙШЕСТВА Патриарха Московского и Всея Руси возрождена награда – медаль «За спасение погибавших на водах».

- Спортсмены ВОСВОД России, участвовавшие в международных соревнованиях по водно-спасательным видам спорта в 2009 году, заняли шестое общекомандное место.

- 23 июня 2009 года принято Постановление Правительственной комиссии по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности, включая пункт III «О состоянии дел по обеспечению безопасности людей на водах».

- В августе 2011 после 21-летнего перерыва года возрождены всероссийские соревнования по водно-спасательным видам спорта. Открытый чемпионат России прошел с успехом в Астрахани и собрал более 40 спортсменов из восьми регионов России.

- На август 2011 года ВОСВОД России имеет свои отделения в 67 регионах РФ, в них работают более 30 000 человек. В 36 российских регионах действуют школы подготовки спасателей ВОСВОД, в 41 регионе работают водно-моторные клубы. В стране функционируют 29 мобильных групп подводно-технических работ, а спасательные станции и посты осуществляют постоянное дежурство в 52 регионах страны.

- 20.02.2012 года президент Д. Медведев издает поручение всем Высшим должностным лицам разработать региональные программы по созданию спасательных постов в местах массового отдыха, а также обучение плаванию, прежде всего детей.

В мае 2012 году прошло празднование 140-летия организации.

## ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 2.1. Методы исследования

В исследовании были использованы следующие **методы**:

1. Анализ и обобщение литературных источников.
2. Анкетирование.
3. Педагогические наблюдения.
4. Контрольные испытания.
5. Педагогический эксперимент.
6. Методы математической статистики.

**Анализ и обобщение** научной и методической литературы, программных и нормативных документов проводилось с целью получения информации о современных исследованиях в области обучения спасению утопающих. Нами были проанализированы более 40 литературных источников из них: 1 диссертация на соискание ученой степени кандидата педагогических наук, 4 автореферата диссертаций на соискание ученой степени кандидата педагогических наук, 2 монографии и более 30 учебных пособий, учебников и других научных изданий.

**Анкетирование** был проведен среди студентов НИУ «БелГУ» различных факультетов для определения общего уровня знаний о спасении утопающих. Анкета была апробирована преподавателям физической культуры кафедры физического воспитания НИУ «БелГУ», специализирующихся на занятиях по плаванию. В анкетирование приняли участие 150 студентов различных факультетов НИУ «БелГУ».

Прилагаю копию от проведенный анкетой проводящийся на территорию БелГУ это анкета представляет взгляд отдыхающих при ситуации утопления , как они рассматривают эти ситуации , какие у них были реакции и поведение , какое у них уровне знание по прикладное плавание .

## АНКЕТА

***Уважаемый респондент! Просим Вас принять участие в опросе и ответить на вопросы анкеты.***

***Внимательно прочтите каждый вопрос и возможные варианты ответов к нему. Выберите ответ, наиболее отвечающий вашему мнению, обвести букву, обозначающую этот вариант. Вы также можете дописать свой ответ на отведенной для этого строке. Анкетирование проводится студентом педагогического института факультет физической культуры и спорта. Цели и задачи анкеты является выяснение умения людей плавать, знание о прикладном плавании и оказывать первую до врачебную помощь. Анкетирование является анонимным.***

1. Как часто Вы отдыхаете рядом водными объектами (бассейны , реки ,пляжи, пруды и др.)?
  - a. Достаточно часто , всегда когда у меня есть возможность
  - b. Не люблю отдыхать рядом водным объектами
  - c. Затрудняюсь ответить
  - d. \_\_\_\_\_
2. Умеете ли Вы плавать?
  - a. Да
  - b. Нет
  - c. Затрудняюсь ответить
3. Как Вы оцениваете свое умение плавать?
  - a. Держусь на воде
  - b. Могу проплыть 20 метров
  - c. Плаваю свободно
  - d. Затрудняюсь ответить
  - e. \_\_\_\_\_
4. Какими способами плавания Вы владеете?
  - a. Одним из спортивных способов: кроль на груди, кроль на спине, брасс, баттерфляй
  - b. «По собачьи»
  - c. Способом «на боку»
  - d. Затрудняюсь ответить
  - e. \_\_\_\_\_
5. Считаете ли Вы необходимым владеть навыком плавания?
  - a. Да
  - b. Нет
  - c. Затрудняюсь ответить
  - d. \_\_\_\_\_
6. Имеете ли Вы представление о прикладном плавании?
  - a. Да

- b. Нет
  - c. Затрудняюсь ответить
  - d. \_\_\_\_\_
7. В чем состоит, по Вашему мнению, отличие прикладного плавания от спортивного?
- a. Практическое значение
  - b. Нет разницы
  - c. Затрудняюсь ответить
  - d. \_\_\_\_\_
8. Что, по Вашему мнению, входит в прикладное плавание?
- a. Ныряния
  - b. Прыжки в воду
  - c. Спасение утопающих
  - d. Плавание на боку
  - e. Преодоление водных преград
  - f. Плавание на результат
  - g. \_\_\_\_\_
9. Отличаются ли, по Вашему мнению, способы – прикладного и спортивного плавания?
- a. Да
  - b. Нет
  - c. Затрудняюсь ответить
  - d. \_\_\_\_\_
10. Существует ли необходимость во введение дисциплины по прикладному плаванию в обучении студентов?
- a. Да
  - b. Нет
  - c. Затрудняюсь ответить
  - d. \_\_\_\_\_
11. Может ли, по Вашему мнению, прикладное плавание пригодится в повседневной жизни?
- a. Да
  - b. Нет
  - c. Затрудняюсь ответить
  - d. \_\_\_\_\_
12. Является ли важным, по Вашему мнению, знать и уметь оказывать первую помощь пострадавшему?
- a. Да
  - b. Нет
  - c. Затрудняюсь ответить
13. Изучали ли Вы на занятиях по ОБЖД(основы безопасности жизнедеятельности) правила спасения утопающих?
- a. Изучали теорию и практику
  - b. Изучали теорию
  - c. Нет, не изучали

- d. \_\_\_\_\_
14. Сталкивались ли Вы в повседневной жизни с несчастными случаями на воде?
- Сам тонул
  - Принимал непосредственное участие в спасении утопающего
  - Наблюдал за происходящем на воде
  - \_\_\_\_\_
15. Как Вы оцениваете свой уровень знаний по оказанию первой помощи пострадавшему на воде?
- Могу оказать помощь
  - Смог бы оказать помощь, но затрудняюсь ответить как
  - Не мог бы оказать
  - \_\_\_\_\_
16. Хотели ли бы Вы больше узнать о спасении утопающих?
- Хотел бы
  - Сомневаюсь
  - Нет
  - Затрудняюсь ответить
17. Хотели бы Вы научиться спасать утопающих?
- Да
  - Нет
  - Затрудняюсь ответить
  - \_\_\_\_\_
18. Какие средства спасения на воде Вы знаете? (перечислите не менее 2 средств)
- \_\_\_\_\_
19. С какой стороны, по Вашему мнению, нужно подплывать к тонущему?
- Подплывши, оказаться за спиной тонущего
  - Подплывши, оказаться перед тонущим
  - Не имеет значения
  - Затрудняюсь ответить
  - \_\_\_\_\_
20. Какие виды утоплений Вы знаете?
- \_\_\_\_\_
21. Если Вы увидите тонущего человек, что Вы в первый очереди сделаете?
- Попробую сам его спасти
  - Обращаюсь к спасателям за помощью
  - \_\_\_\_\_
22. Какие у Вас будут первые действия если начнёте тонуть из-за страха от глубины?
- Попробую успокоиться и сделать вдох, потом медленно доплыть до берега.

- b. Не надо успокаиваться буду махать пока есть силы .  
 c. \_\_\_\_\_
23. Ваши действия, в случае захвата Вас утопающим?  
 a. Сильно ударить по лицу, голове  
 b. Постараться освободиться от захвата  
 c. «Притопить» утопающего  
 d. Затрудняюсь ответить  
 e. \_\_\_\_\_
24. Что надо определить в первую очередь у пострадавшего при утоплении?  
 a. Наличие дыхания  
 b. Наличие пульса  
 c. Наличие реакции зрачков на свет  
 d. Затрудняюсь ответить  
 e. \_\_\_\_\_
25. Укажите ваш пол !  
 a. Мужской  
 b. Женский
24. Ваша возраст \_\_\_\_\_
25. Есть ли у Вас спортивная квалификация ?  
 a. Да  
 в. Нет  
 c. \_\_\_\_\_

На основу проведенных от меня исследование , могу сделать вывод , что студенты преобладают навыки плавать , имеют желание помочь при случай утопления , но у них не хватает технические навыки по проведение спасательной акции и оказание до врачебной помощи , поэтому я считаю нужным что в университете должны быть занятия по прикладное плавание и оказание до врачебной помощи .

**Педагогическое наблюдение** осуществлялось в течение всего эксперимента. Проводилось включенное наблюдение для сбора информации об изучаемом объекте путем непосредственного восприятия и прямой регистрации фактов, признаков и явлений, значимых для решения поставленных целей, сопоставляя и анализируя непосредственно

наблюдаемые факты. Оно проводилось непосредственно на практических занятиях по плаванию у студентов факультета физической культуры НИУ «БелГУ».

**Педагогический эксперимент** проводился на базе бассейна УСК С. Хоркиной НИУ «БелГУ» в период с февраля 2016 года по май 2016 года. В нем приняли участие 20 испытуемых (юноши), студенты факультета физической культуры НИУ «БелГУ». На занятиях в экспериментальной группе использовалась методика, разработанная автором данной работы. В организации и проведении педагогического эксперимента большую помощь оказали преподаватели Третьяков А.А. и Филатов М.С..

**Контрольные испытания** включали следующие тесты:

1. Время, в течение которого пловец проплыл 50 м способом кроль на груди, фиксировалось секундомером от момента стартового сигнала до завершения дистанции и касания рукой стенки бассейна.

2. Время, в течение которого пловец проплыл 50 м способом брасс, фиксировалось секундомером от момента стартового сигнала до завершения дистанции и касания рукой стенки бассейна.

3. Захват «тонущим» рук «спасателя» за запястья сверху. По сигналу производится захват, после чего «спасатель» должен освободиться. Поднырнуть под «тонущего», оказавшись за его спиной. Касание плеча «тонущего» - сигнал к остановке контрольного времени.

2. Захват «тонущим», руки в замок, «спасателя» туловища над руками спереди. По сигналу производится захват, после чего «спасатель» должен освободиться. Поднырнуть под «тонущего», оказавшись за его спиной. Касание плеча «тонущего» - сигнал к остановке контрольного времени.

3. Время, в течение которого «спасатель» «в форме» (спортивные брюки и рубашка с рукавом) проплывал 25 м, транспортируя «пострадавшего» под обе руки за спиной, фиксировалось секундомером от

момента стартового сигнала до завершения дистанции и касания рукой бортика бассейна.

4. Время, в течение которого пловец «в форме» (спортивные брюки и рубашка с рукавом) проплыл 50 м способом «брасс», фиксировалось секундомером от момента стартового сигнала до завершения дистанции.

5. Время, в течении которого выполнял «комбинацию упражнений», состоявшую из входа в воду, проплавание дистанции 25 м прикладным способом, подплывание к утопающему и 25 м транспортировки пострадавшего.

Для обработки фактического материала, полученного в ходе исследования, использовались **методы математической статистики**:

Для определения достоверности различий между средними показателями двух выборочных совокупностей применялось вычисление критерий Стьюдента (t), который рассчитывался по формуле:  $t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2}}$ ,

$\bar{x}$  – среднее значение выборки,

m – ошибка среднего значения.

## 2.2. Организация исследования

В исследовании принимали участие группа студентов - экспериментальная (ЭГ). Общее количество учащихся в группе 20 человек. В ЭГ были приняты 20 студентов педагогического института 3 курса (20 юношей).

Наше исследование состояло из трех взаимосвязанных этапов:

На первом этапе (июнь 2015 г. – август 2015 г.) состоялось практическое знакомство с проблемой профессиональной подготовки специалистов водно-спасательных центров Болгарии и России. Для этого проводился анализ научно-методической литературы, законодательных актов, исторических архивов, определялись исходные позиции и направление исследования. Обосновывался методологический аппарат

исследования.

На втором этапе (сентябрь – декабрь 2016 г.) занятия в экспериментальной группе проводились по предложенной нами методике. Она включала интегрированную систему подготовки специалистов водно-спасательных центров Болгарии и России. При этом были обоснованы подходы для реализации данной подготовки.

На третьем этапе (декабрь 2016 г. – апрель 2017 г.) проводилось заключительные контрольные испытания, которые позволили определить эффективность методики подготовки специалистов водно-спасательных центров, сделать выводы и разработать практические рекомендации. Результаты педагогического эксперимента обрабатывались с помощью математико-статистических методов и оформлялись в виде диссертационной работы.

## **ГЛАВА III. АНАЛИЗ РЕЗУЛЬТАТОВ ИССЛЕДОВАНИЯ**

### **3.1. Особенности подготовки водно-спасательных центров и спасателей на воде в Болгарии**

Водно-спасательная служба к Болгарскому красному кресту представила программы, направленные на предотвращение аварии на воде и уменьшения водного травматизма.

Водно-спасательная служба болгарского Красного Креста (БЧК) исполняется 50 лет организации безопасности на воде по этому поводу организуется круглый стол на теме «Безопасности детей на воде: Партнерство и перспективы». Были представлены программы по предотвращению водных аварий и уменьшения водного травматизма. Первым из них является программа «Друзья с водой.» Она предназначена для детей от 1-го до 4-го класса. Цель -безопасный контакт с водой, и чтобы узнать воду, чтобы научить детей безопасному контакт с водой в доме, на пляже, внутри страны, для оказания помощи в водных аварий. Программа включает в себя вопросы, связанные с экологией, искусства, науки. Деятельность в программе являются теоретические и практические задания. По этой программе была разработана книга для учителя и школьника.

Вторая программа «Водно-спасательный минимум» - программа расширена и адаптирована к школьникам с 5 по 12-й класс. Цель программы, это безопасности. Ознакомить школьников с общими опасности купания и плавания, помощи и самопомощи в водных аварий, основные правила поведение вокруг акваториях, таких как бассейны, пляжи, реки и открытых водоемах, а также оказание первой помощи. Программа в основном теоретический характер.

Следующая программа "Синее Лето" - летние школы. Она направлена на время отдыха школьников и молодежи, которая в основном осуществляется во время летних каникул. Цель состоит в том, чтобы уменьшить и предотвратить риск водных аварий путем приобретения элементарных навыков плавания, знакомство с опасностями и вокруг различных водоемов, способы помочь и самопомощи при инцидентах на воде. Программа в основном с практическим характером.

Четвертая программа для предотвращения водных аварий является «Юный спасатель». Она является квалификационной степень. Программа направлена на детей в возрасте 12-16 лет, у которых есть хорошие навыки плавания. Цель состоит в том, чтобы помочь в воде при несчастных случаях. Кандидаты проходят обучение по технике спасательных тактики, но это не дает права их профессиональной деятельности, а только помещает их в роли "помощников спасателей." Программа включает в себя теоретические и практические занятия.

Пятая программа "Не оторвать глаз" которая направлена на родителей детей, в основном в детских садах . Целью является безопасность и надзор. Родители знают об опасностях вокруг в воде и обращают свое внимание на "надзор". - Всегда следить за своих детей. Приобретать навыки и способности оказывать первую помощь в водных аварий.

Система подготовки специалистов водно-спасательных центров в Болгарии включает следующие этапы подготовки (см. табл. 3.1.):

**Таблица 3.1.**

| <b>Подготовительный этап(общий)<br/>(первый месяц)</b>                                | <b>Специально подготовительный<br/>(Второй месяц)</b>                             | <b>Соревновательный этап<br/>(Третий месяц)</b>                            |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Первая неделя</b><br>-развитие аэробных способностей<br>-развитие общая физическая | <b>Первая неделя</b><br>-повышения специальной выносливости<br>-повышение силовые | <b>Первая неделя</b><br>-продолжение работа в парах<br>-улучшение аэробных |

| Подготовительный этап(общий)<br>(первый месяц)                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Специально подготовительный<br>(Второй месяц)                                                                                                                                                                                                                                                                   | Соревновательный этап<br>(Третий месяц)                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>подготовка</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-увеличения мышечной массы</li> <li>-тренировке на суше</li> <li>-плавание в умеренном темпе</li> <li>-лекционный материал</li> </ul>                                                                                                                                                           | <p>выносливости</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-совершенствование техники</li> <li>-больше времени на специальная физическая подготовка</li> </ul>                                                                                                                                                  | <p>качеств</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-внутренние соревнования</li> <li>-отрабатывание до совершенства прикладная техника плавания</li> </ul>     |
| <p><b>Вторая неделя</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-ознакомление с новым сооружений (бук, веревка и др.)</li> <li>-увеличение интенсивности тренировки</li> <li>-увеличение дистанции плавания</li> <li>-продолжения развития аэробных способности</li> <li>-применение разных стилей плавания</li> <li>- лекционный материал</li> </ul> | <p><b>Вторая неделя</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отработка на всех техник на высоком уровне</li> <li>-увеличение упражнений с аэробным характером (плавание под водой, ныряние)</li> <li>-использование во входе тренировки и сооружения для спасения .</li> </ul>                          | <p><b>Вторая неделя</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-повторение вся методика с прошлой недели, только на не такой большой интенсивности</li> </ul> |
| <p><b>Третья неделя</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-изучение правильной техники плавание</li> <li>-тренировки достаточно плотные, время отдыха сокращается.</li> <li>-ознакомление всем видом прикладное плавание</li> <li>-разные упражнения для увеличение мощности и силовых качеств</li> </ul>                                       | <p><b>Третья неделя</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-работать в парах и практиковать все выучение техники</li> <li>- приемы для освобождение от захватов, отработки, сначала на суше потом во воде в пару</li> <li>-тяжелые тренировки, нельзя задерживаться за борт бассейна и время</li> </ul> | <p><b>Третья неделя</b></p> <p>Соревнования</p>                                                                                                                   |

| Подготовительный этап(общий)<br>(первый месяц) | Специально подготовительный<br>(Второй месяц) | Соревновательный этап<br>(Третий месяц) |
|------------------------------------------------|-----------------------------------------------|-----------------------------------------|
|                                                | отдыха почти нету                             |                                         |

***Беседа с Антоном Налбантовым, директором водно-спасательной службы Красного креста.***

-Г-н Налбантов сейчас самый опасный период летнего сезона , когда мертвые морские течения являются самыми опасными. Сколько люди утонули в настоящий момент?

- Утонули более 50 человек .Самые последние итоги по состоянию на 1 июня они были 31 утопления. Кроме них, по неофициальной информации, в разгар лета есть еще двадцать случаев . Цифра значительно не малинка и вызывает тревогу.

Август является самым трудным месяцам , потому что в то время происходят изменения в приморском черноморском климате , которые вызывают беспокойство не только мертвых течения , но волны становятся более высокий балл, а и образуются подводные ямы и дырки на пляжах. Не стоит недооценивать море, ни акватории в течение любого месяца года. Независимо от того, где и в каком сезоне мы купаемся, мы должны быть крайне осторожными. Нужно с уважением относиться к воде .

Каждый пляж в любое время можно стать опасное место , нет абсолютно безопасных пляжей. Это места, которые могут для считанных часов, измениться - как дно так и посока и течение воду .

- Значит ли это, что люди нужно быть более осторожным?

- Люди всегда должны быть осторожными. Мы, конечно, не хотим, чтобы создать психоз. Но тем не менее нужно знать, что с удовольствием и забава которая носит вода и желанием охладиться , должно и соблюдаться и правила безопасности и любое неосторожное отношение может привести к нежелательным концу и инцидент . Наше обращение к

людям, которые отправляются к морю и других акваториях и даже бассейны , соблюдать правил поведения, чтобы избежать таких нежелательных случаев.

- Мы, болгары или иностранцы являются более рискованные и непослушных туристов?

- Мы их не делим на болгары и иностранцы .

-На трезвых и пьяных ли вы их делите?

-Да, трезвым и пьяным. Под влиянием алкоголя и болгары и иностранцы нарушают установленные правила. Наши соотечественники, однако, имеют одно важное отличие от иностранцев .Это то, что мы не имеем культуру на воде, так как она есть у людей в других странах. За рубежом даже на неохраняемых пляжах не возникают водные аварии или если у них есть, они незначительны число. В то время как мы демонстрируем неуважение к правилам и пренебрежение к спасателями, когда они делают замечания или хотят , чтобы кто-то вылез из воды из-за красного флага, например.

Интересно отметить, что болгары, когда в иностранном курорте, соблюдают правила. На своей территории, однако, они не уважает любую дисциплину, даже является нарушителям № 1. Это явление не имеет никакого объяснения.

-Как можно решить , эту проблему???

- Понятно, что штрафы не решать проблем . Если, однако, ввести час по плаванию и спасение на воде в болгарской школе , после одного или двух поколений, население будет иметь совершенно различное отношение к воде и увеличит свою культуру. Эти вещи формируются в раннем возрасте, тоже как научить детей от раннего возраста поприветствовать и говорить "спасибо".

Поэтому мы требуем, чтобы быть восстановлены часов плавания в школах, как было лет назад. Это требует базы , а они отсутствующие.

Трудно строить такие базы, но может использоваться там, где они существуют, для обучения школьников .

Специалисты в области спасения на воде Красного Креста разработали несколько программ для профилактики, которые уже работает с детьми и подростками в школах и детских садах во всех районах страны. Занятия проводятся специалистами и добровольцами. Цель заключается не только научиться плавать, но и знать, какие опасности прятаться на воде. Мы учим их, как вести себя, когда бывают на охраняемом пляжи, бассейны и аквапарки. С нашей помощью они узнают не только основные правила безопасности, значение флагов и сигнализации, как надеть спасательные жилеты, когда они сели в лодку, весла или другое судно, а также ряд других вещей, которые сохранят их жизнь в чрезвычайной ситуации. Однако, наши программы должны доходить до более широкого круга школьников , потому что только с брошюрами , профилактике не делаться. Знание передается через личный контакт. Помимо этого нам не хватает и дисциплины. Мы всегда недооцениваем ситуацию и это также относится и к несчастным случаям. Мы должны научиться подчиняться правилам - мы надеемся, это произойдет в ближайшее время, это сделало бы более приятным пребывание отдыхающих и работы спасателей. Потому что сейчас идет война между спасателями и отдыхающих . Особенно, когда море не представляет возможность поставить зеленый флаг, без преувеличения происходит война между туристами и спасателями, из-за того , что спасателей исполняя свои обязанности, не пускают людей в море.

-Из-за нападения на коллег от недисциплинированных отдыхающие ранее, Вы попросили пляжная полиция ?

-Да, была такая идея, но теперь я думаю, что это не решит проблему.

- А как тогда и что именно решить проблем?

- Проблем , будет решаться, когда мы научимся следовать правилам и будем дисциплинированные и культурные люди . Это правильно, и ещё

родителей должны говорить , дисциплинировать и воспитывать своим детям, что есть правила, которые не должны переступать, и один из них является поведение на пляжа. Не верно каждая проблема может быть решена с помощью полиции. Мы не маленькие дети бояться полицейского. Нам нужно стать немного более дисциплинированными, потому что соблюдение правил приведет к снижению травматизма на болгарских пляжах и будет спасать жизни в чрезвычайных ситуациях. Более того, если культура и дисциплинированность будут лучше , такие ситуации могут и не быть вообще .Там где проводятся эти программы , процент утопления среди детей уменьшился значительно , это факт .Поэтому и настаиваем , что министерство образование включило их в учебном плане среди школьников не только в элитных школах в большие города , но и в обычном школа в малинких города.Это одна из наших основных задач и мы не откажемся от ней , потому что уровне водноспасательная деятельность и культура плавания населения определяется не из число спасенных людей , а от маленького число утонувших людей и травматизм .

-В прочем хватают ли у нас спасателей , два три года назад был недостиг спасателей ?

-Каждый охраняемый пляж должен имеет спасателный пост на каждом 100м., арендаторы пляжа решают сколько людей нанять . В нашей стране существует 209 морских пляжей, которые охранямы в среднем являются от 100 до 115. Это требует между 1000 и 1500 спасателей .

- А сколько наличные ест?

Точная цифра контрольные органы знают, у нас нет никаких обязательств по их сосчитать. По данным профильного комитета Министерства регионального развития и общественных работ в общей 114 охраняемых пляжа в июне в 36 обнаружили нехватку спасателей. Красный Крест является единственной организацией, которая обучает лицензированные спасательей по программ, согласованных с Европейским союзом. Сертификаты завершения курса и экзамены ,

признается в каждой стране на континенте Европа и даже за океаном .Обученные спасатели с каждым годом около 1300-1400 человек. За последние десять лет мы обучили более 5000 спасателей для моря и в два раза больше для бассейнов. Люди не мотивированы работать эту профессию в Болгарии.

-На столько ли малинкие зарплаты у них?

-Да. За свою работу в стране, они не получают более 700 лева(400\$) и за рубежом их ежемесячное вознаграждение не опускается ниже € 1500(евро).Кроме того, профессия в Болгарии не осуществляется в течение всего года, всего за несколько месяцев. Это также является причиной оттока профессии.

-Это ли является основной причиной за того , что встречаются на пляже взрослые спасателей .

-Нет возрастных ограничений. Все зависит от эффективности и хорошей форме. Хотя спасатели лицензированы сертификаты ежегодно они проходят комиссию и сдают нормативы и проходят мед.осмотр .Это гарантия , что человек который стоит на poste может оказать необходимую помощь.

-Что бы Вы посоветовали отдыхающими, особенно те которые с детьми? Что бы вы посоветовали отдыхающие?

-Посещать только охраняемые пляжи , особо если они с детьми . Соблюдать указания и не заходить в моря если флаг не позволяет это . Моря не любить алкоголь , пьяные и помехлевшие , они всегда погибают чаще . Родители пересматривать всегда для свои дети .

### **3.2. Особенности подготовки водно-спасательных центров и спасателей на воде в России**

В России для спасателей предъявляются следующие требования:

Эффективность проведения ПСР напрямую зависит от степени и разносторонности развития профессиональных знаний, умений и навыков у спасателей. Уровень профессиональной подготовки спасателей определяется стажем работы по специальности, практическим опытом работы и количеством освоенных смежных профессий.

Уровень профессиональной подготовленности спасателей обуславливается классификационными характеристиками на работников спасательной службы, согласованными с Министерством труда РФ.

### **Спасатель международного класса**

- должен выполнять работу спасателя первого класса не менее двух лет;
- отвечать требованиям, предъявляемым к спасателям первого класса;
- иметь высшее техническое или медицинское образование, или свидетельство о прохождении международных курсов спасателей;
- участвовать в спасательных работах за рубежом или в команде, занявшей первое-третье места на международных соревнованиях спасателей;
- владеть на уровне разговорного одним из западноевропейских языков.

### **Спасатель первого класса**

- должен работать спасателем второго класса не менее двух лет;
- обладать навыками командирской или инструкторской подготовки;
- отвечать требованиям, предъявляемым к спасателям второго класса;
- иметь среднее специальное техническое или медицинское образование;
- многократно участвовать в ликвидации последствий ЧС;
- владеть тремя спасательными специальностями или же двумя спасательными специальностями и пройти одну инструкторскую аттестацию.

Для получения квалификации спасатель первого класса должен владеть специальностями из нижеследующего перечня:

- специальная командирская курсовая подготовка или любая из подготовок на жетон "Спасательный отряд";
- инструктор-методист по альпинизму;
- инструктор-методист по туризму;
- инструктор по подводному спорту;
- инструктор авиапожарной команды;
- инструктор парашютно-пожарной группы, инструктор-парашютист, инструктор парашютной и десантно-пожарной службы, выпускающий;
- инструктор легководолазного дела;
- мастер аварийно-спасательных, судоподъемных, подводно-технических и других спасательных работ;
- спортсмен-разрядник по прикладным видам спорта (не ниже второго разряда);
- альпинист, турист, спелеолог, парашютист, скалолаз, стрелок и др.

### **Спасатель второго класса**

должен работать спасателем третьего класса не менее двух лет; отвечать требованиям, предъявляемым к спасателям третьего класса; владеть двумя спасательными специальностями; обладать опытом участия в спасательных работах и работах по ликвидации последствий ЧС природного и техногенного характера.

Для получения квалификации спасатель второго и третьего класса должен владеть специальностями из нижеследующего перечня:

- пожарный-десантник, пожарный-парашютист;
- пожарный (респираторщик);
- газоспасатель;
- врач, фельдшер;
- кинолог;
- спасатель воздушного транспорта;

- начальник спасательного отряда альпинистской базы;
- инженер (техник) по аварийно-спасательным работам;
- водитель автомобиля, водитель самоходных механизмов,
- механик-водитель;
- взрывник, пиротехник;
- машинист землеройной или строительной техники;
- аквалангист, водолаз;
- стропальщик, такелажник;
- газорезчик, газосварщик;
- монтажник-высотник;
- радиотелеграфист, радиооператор, электромеханик связи;
- медсестра;
- повар;
- матрос, судоводитель;
- оператор насосных станций;
- горнопроходчик;
- планшетист;
- электромонтер;
- машинист грузоподъемной техники.

### **Спасатель третьего класса**

должен работать спасателем не менее двух лет; владеть обязательно специальностью водителя категории "В" и одной из специальностей спасателя.

Для организации и проведения профессионального обучения спасателей и поддержания постоянного высокого уровня их готовности к работе по ликвидации последствий ЧС природного, техногенного, эпидемиологического и социального характера в МЧС России разработана многоуровневая система профессиональной подготовки спасателей. В ее основу положен принцип непрерывного обучения. Система включает в

себя несколько форм профессионального обучения, основными из которых являются первоначальное (базовое) и непрерывное.

Непрерывное обучение является основной формой поддержания и повышения профессионального уровня спасателей МЧС России и осуществляется на основе представленной ниже учебной программы.

### **Учебная программа подготовки спасателей**

1. Настоящая программа предназначена для систематического проведения занятий по повышению профессионального уровня спасателей ПСС МЧС России.

#### **2. Цели программы:**

- формирование и совершенствование профессиональных навыков и умений, поддержание, повышение физического и профессионального уровня спасателей.

Поставленные цели достигаются:

- качественным планированием учебного процесса (годовое, ежемесячное, еженедельное) и систематическим проведением занятий;
- высоким уровнем подготовки преподавательского состава, использованием передовых методов обучения;
- сочетанием различных форм проведения занятий (групповое, индивидуальное, самостоятельное);
- контролем за ходом учебного процесса;
- максимальным приближением учебного процесса к реальным условиям;
- наличием современной учебной базы.

4. **Ответственность за организацию и проведение занятий** несут начальники ПСФ, которые разрабатывают и утверждают ежемесячные и еженедельные планы проведения занятий.

5. **Обучение проводится без отрыва от производственной деятельности** в течение календарного учебного года, с двумя месячными перерывами - в июне и декабре. Программа рассчитана на 504 учебных

часа (42 учебных недели) и включает в себя 14 теоретических (108 учебных часов) и 27 практических тем (396 учебных часов).

**Порядок организации обучения:**

- занятия по теоретической и практической подготовке спасателей проводятся 2 раза в неделю по 6 учебных часов. Дни недели, отведенные на обучение, определяются начальником ПСФ;

- занятия по физической подготовке проводятся ежедневно по 2 учебных часа (540 учебных часов);

- в конце месяца спасатели сдают зачеты и экзамены по пройденному материалу, а также спортивные нормативы с обязательным выставлением оценок и полученных результатов в учебном журнале. Отведенное на это время не входит в расписание программы;

- по окончании учебного полугодия (2 раза в год) спасатели принимают участие в комплексных учениях по изученным темам из расчета 10-12 учебных часов, не входящих в расписание учебной программы. Занятия должны проводиться в строгой последовательности с учебными темами, указанными в плане программы.

Последовательность изучения тем и отводимые на это учебные часы могут быть изменены только по согласованию с Департаментом войск и сил МЧС России. Возможно частичное изменение содержания тем с учетом особенностей региона ответственности ПСФ.

6. Занятия со спасателями проводят начальники служб, главные специалисты, а по отдельным темам, связанным с использованием спецтехники и спецсредств, - командиры специальных формирований и подразделений, а также приглашенные преподаватели.

7. При проведении занятий обучающий должен использовать кино- и видеоматериалы, наглядные пособия, учебные технические средства.

После завершения обучения по данной программе **спасатель должен знать:**

- назначение, цели, задачи и возможности ПСС;

- обязанности, права и правовую ответственность спасателей;
- основные нормативно-технические и правовые документы, регламентирующие деятельность ПСС;
- штатные средства связи, оповещения и управления;
- порядок оповещения, сбора и приведения формирования в готовность к выполнению возложенных на него задач;
- инструменты, приспособления, механизмы, машины, приборы и средства, используемые при проведении ПСР, их назначение, технические данные, порядок применения, возможности;
- основные средства и способы защиты от поражающих факторов ЧС, современных боевых поражающих средств;
- характер и последовательность проведения ПСР в условиях ЧС;
- порядок проведения дезактивации, дегазации, дезинфекции;
- порядок проведения разведки, ориентирования на местности;
- правила выживания и поддержания жизнедеятельности в экстремальных условиях;
- порядок определения состояния пострадавших и последовательность оказания им первой медицинской помощи;
- физико-химические и поражающие свойства СДЯВ и радиоактивных веществ;
- меры безопасности при проведении ПСР;
- правила проведения эвакуационных мероприятий;
- потенциально возможные ЧС в регионе ответственности;
- приемы проведения реабилитационных и восстановительных мероприятий;
- психологические особенности поведения больших групп людей.

После завершения обучения по данной программе **спасатель должен уметь:**

- проводить ПСР при ликвидации последствий аварий, катастроф и стихийных бедствий;

- пользоваться средствами защиты в условиях ЧС, выполнять страховку и самостраховку;
- эффективно использовать оборудование, применяемое при выполнении ПСР;
- работать со средствами связи и оповещения;
- проводить дезактивационные, дегазационные, дезинфекционные мероприятия;
- оказывать пострадавшим медицинскую и психологическую помощь, определять состояние пострадавших, владеть приемами их транспортировки;
- перемещаться в условиях завалов, повышенной пересеченности местности, по ледовым и снежным поверхностям, в условиях высокогорья, водных преград;
- быстро приспосабливаться к экстремальным условиям, владеть приемами выживания и поддержания жизнедеятельности;
- ориентироваться в сложных условиях, проводить разведку района ЧС;
- осознавать степень риска при выполнении различных работ;
- переносить высокие физические и морально-психологические нагрузки;
- осуществлять работы по спасению животных, продовольствия, растений, материальных ценностей;
- выполнять противопожарные мероприятия, локализовывать и тушить пожары;
- выполнять работы в условиях карантина, обсервации, социальной напряженности.

В процессе проведения обучения, с целью адаптации спасателей к реальным условиям ЧС, необходимо повышать уровень экстремальности выполняемых работ (высота, задымленность, локальные пожары, шум и освещенность повышенной интенсивности, другие факторы).

### 3.3. Методика подготовки специалистов водно-спасательных центров

В ходе основного этапа педагогического эксперимента занятия в группе проводились в условиях бассейна УСК БелГУ С. Хоркиной на практических занятиях по плаванию 1 раз в неделю по 60 минут на протяжении всего VI семестра.

Основными формами обучения спасателей основам безопасности и спасения на воде являются: теоретические занятия (лекции), практические занятия (включая медицинскую подготовку) и самостоятельная работа.

Для повышения мотивации, увеличения эффективности образовательной деятельности в теоретические и практические занятия необходимо включать элементы проблемного обучения на основе введения вопросов и ситуационных задач теоретического и практического плана.

Все это даст возможность избежать непредвиденных ситуаций, спасти утопающего, вовремя оказать медицинскую помощь. Ведь нередко утопающий человек ведет себя неадекватно, чем создает трудности спасателю.

Содержание программного материала дает возможность иметь конкретное представление о требованиях, предъявляемых к подготовке спасателей на воде, которые должны обладать крепким здоровьем, хорошей физической формой, выносливостью, быть готовыми к серьезным физическим и психологическим нагрузкам.

**Таблица 3.2.**

Темы обучения по видам подготовки спасателей на воде

| Вид подготовки                           | Форма знания                | Темы обучения                                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------|-----------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Береговые зоны и водные акватории</b> | <i>Теоретическое знание</i> | Терминология. Прибрежные зоны и защитные полосы. Берега. Общие сведения и понятия о водных акваториях. Определение рельефа дна по поверхности воды. Специальные информационные знаки. |
|                                          | <i>Представление</i>        | Законы: «О прибрежной зоне морей», «О прибрежной защитной полосе».                                                                                                                    |
| <b>Пляжи и их</b>                        | <i>Теоретическая</i>        | Классификация пляжей. Озера. Моря. Реки.                                                                                                                                              |

|                                         |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----------------------------------------|-----------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>оборудование</b>                     | <i>теоретическое знание</i> | Организация пляжей. Спасательные станции и посты. Правила охраны жизни людей на внутренних водоемах и прибрежных участках морей. Знаки на пляжах. Выявление опасных факторов и контроль за соблюдением правил охраны жизни людей на пляжах (городских, баз отдыха, детских лагерей и др.). Обследование акваторий пляжей и мест массового отдыха людей на воде. |
|                                         | <i>Представление</i>        | Благоустройство пляжей.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Волны</b>                            | <i>Теоретическое знание</i> | Колебания уровня воды. Ветер. Волновой режим. Процесс образования и поведения волн.                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                         | <i>Представление</i>        | Элементы волн.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Течения</b>                          | <i>Теоретическое знание</i> | Течения. Приливы. Процесс образования и поведения течений. Определение направления и скорости течения. Классификация течений. Разрывные течения. Особенности купания в местах обратного течения.                                                                                                                                                                |
|                                         | <i>Представление</i>        | Течения Черного и Азовского морей. Опасные береговые зоны Азовского моря.                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| <b>Организация летнего отдыха детей</b> | <i>Теоретическое знание</i> | Правила организации летнего отдыха детей. Ответственность за безопасность детей. Организация летнего отдыха детей в детском оздоровительном лагере. Правильный выбор места купания и его оборудование.                                                                                                                                                          |

*Представление* Меры обеспечения безопасности детей на водном объекте.

|                                    |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|------------------------------------|-----------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Безопасность в зимнее время</b> | <i>Теоретическое знание</i> | Безопасность людей в зимнее время. Правила передвижения по замершему водоему. Правила и техника безопасности при спасении тонущего человека зимой. Первая помощь при отморожениях. Общее охлаждение, особенности оказания первой помощи при нем. Способы спасания и оказание помощи пострадавшему на льду.                                                                         |
|                                    | <i>Представление</i>        | Определение максимальной нагрузки на лед                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| <b>Бассейны и их оборудование</b>  | <i>Теоретическое знание</i> | Спортивные и открытые бассейны. Простейшие сооружения для плавания.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|                                    | <i>Представление</i>        | Об основных схемах и элементах бассейнов и пляжных бассейнов.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| <b>Психологическая подготовка</b>  | <i>Теоретическое знание</i> | Методы и приёмы управления собственным состоянием. Профессионально-важные качества спасателя. Об основах психологических знаний и особенностях поведения человека в чрезвычайной ситуации. Психология тонущего человека. Поведение человека в воде. Контроль своего морально-психологического состояния при чрезвычайной ситуации. Применение приёмов управления своим состоянием. |
|                                    | <i>Представление</i>        | Индивидуально-психологические особенности. Основы психологических знаний и особенности поведения человека в ЧС.                                                                                                                                                                                                                                                                    |

|                                                                         |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Спасательные средства</b>                                            | <i>Теоретическое знание</i>         | Спасательные средства. Подручные средства спасения. Индивидуальные спасательные средства. Коллективные спасательные средства. Экипировка спасателя.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|                                                                         | <i>Практические навыки и умения</i> | Отработка навыков применения спасательных средств. Маневрирование на гребном судне. Сборка плавсредства. Установка и запуск двигателя. Размещение пассажиров.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|                                                                         | <i>Представление</i>                | Об отечественном и зарубежном опыте ведения спасательных работ. Об основных направлениях совершенствования технологий спасательных средств.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Поисково-спасательные работы на водных акваториях в летнее время</b> | <i>Теоретическое знание</i>         | Причины несчастных случаев на воде. Приемы и способы ведения поисково-спасательных работ (ПСР). Виды ПСР на водных акваториях. Сигналы бедствия. Поиск пострадавших. Виды помощи и способы спасания. Правила и техника безопасности при спасении вплавь и при использовании плавательных средств.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|                                                                         | <i>Практические навыки и умения</i> | Спасение утопающего. Организация и порядок действий по спасению утопающего с использованием плавательных средств и подъем его на борт. Помощь утопающему, оказываемая пловцом. Спасение утопающего с поверхности. Обучение приемам спасения, умениям правильно использовать спасательные средства на воде и на льду, формирование навыков освобождения от захватов тонущего. Приемы транспортировки в воде и на суше. Спасение утопающего со дна водоёма. Приемы выноса пострадавшего на берег. Помощь уставшему пловцу. Мышечные судороги. Способы отдыха на воде. Разъяснительная работа по предупреждению несчастных случаев на воде. |
|                                                                         | <i>Представление</i>                | Об основных направлениях совершенствования технологий спасательных работ. Рекомендации упавшим за борт. Общие сведения о водолазных работах при ведении ПСР. Работа в тяжелых погодных условиях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
| <b>Утопление. Реанимационная помощь при утоплении</b>                   | <i>Теоретическое знание</i>         | Поведение человека в воде. Физиологические изменения в организме человека при нахождении в воде. Виды и признаки истинного утопления. Схема оказания помощи при истинном утоплении. Признаки бледного утопления. Схема оказания помощи при бледном утоплении (после извлечения из проруби). Признаки клинической смерти. Типы утопления. Причины утопления при переохлаждении.                                                                                                                                                                                                                                                           |
|                                                                         | <i>Практические навыки и умения</i> | Особенности оказания первой доврачебной помощи при различных случаях и видах утопления. Главные требования к оживлению утонувшего. Проведение комплекса сердечно-легочной реанимации. Правила проведения непрямого массажа сердца. Искусственное дыхание. Проведение искусственного дыхания методами «рот в рот», «рот в нос», с помощью                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

|                                                 |                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------|----------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                 |                                              | воздуховода. Методы элементарной сердечно-легочной реанимации одним и двумя спасателями. Порядок проведения дефибрилляции сердца.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|                                                 | <i>Представлен<br/>ие</i>                    | Особенности физиологического строения человеческого организма. Понятие об органах, системах организма. Органы кровообращения: сердце, сосуды, их строение и работа.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| <b>Спортивное и<br/>прикладное<br/>плавание</b> | <i>Теоретическо<br/>е знание</i>             | Основы техники спортивного и прикладного плавания. Обучение плаванию.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                 | <i>Практически<br/>е навыки и<br/>умения</i> | Подача спасательного круга и «конца Александра» на дальность и точность. Обучение плаванию различными способами, поворотам в воде и стартовым прыжкам. Ныряние. Способы ныряния. Прыжки в воду. Прыжки с высоты. Спады. Спортивно-профессиональная подготовка спасателя. Общая физическая подготовка. Изучение техники ныряния в длину и глубину различными способами; приемы, повышающие эффективность ныряния. Формирование умений анализировать технику прикладного плавания и ныряния. Подбор способа соответственно к условиям. Плавание в экстремальных условиях (холодной воде, одежде, при сильной волне, течении, водоворотах и т.п). Раздевание в воде. |

Несомненно, огромную роль в системе подготовки спасателей на воде, в передаче опыта применения различных спасательных технологий, в накоплении этого опыта и превращения опыта одного спасателя или формирования в широкий коллективный играют проводимые на разных уровнях (местном, региональном, республиканском и международном) соревнования по многоборью спасателей на воде.

На заключительном этапе педагогического эксперимента мы провели итоговое контрольное испытание в ходе, которого определилась эффективность методики (таблицы 3, 4). Достоверность различий итоговых результатов между наблюдается во всех тестах.

Данные, отраженные в таблицах показывают, что, несмотря на одинаковую плавательную подготовку, результаты в контрольных испытаниях различны. Так средний показатель проплывания 50 м брасс в «форме» у ЭГ 66,9 с. Это обусловлено тем, что плавание на занятиях в ЭГ проводилось в форме (трико и тельняшка). С транспортировкой справилась лучше, так  $\bar{x}=45,2$  и  $\bar{y}=68,5$ . В этом случае больше времени уделялось занятиям по разучиванию различных транспортировок и помощи уставшему пловцу и формированию стойкого навыка. Время освобождения от захватов №1 и №2 улучшилось. Занятия по формированию навыков освобождения проводились сначала на суше в парах. На следующем этапе в воде с поддерживающими поясами (облегченные условия). И лишь после этого в глубокой воде без поддерживающих средств.

**Таблица 3.3.**

Результаты проплывания контрольных дистанций способом кроль на груди и брасс испытуемых до и после педагогического эксперимента

| Контрольные дистанции            | <i>До эксперимента</i> | <i>После эксперимента</i> | p    |
|----------------------------------|------------------------|---------------------------|------|
|                                  | $\bar{x}_1 \pm m$      | $\bar{x}_1 \pm m$         |      |
| Плавание 50 м кроль на груди (с) | 32,5±0,146             | 30,5±0,09                 | 0,05 |
| Плавание 50 м брасс (с)          | 42,9±0,108             | 40,4±0,8                  | 0,05 |

Предварительное тестирование показало, что студенты имеют одинаковый плавательный уровень. После проведенного нами эксперимента результаты незначительно изменились. Время проплывания дистанций уменьшилось как в группе. Методика не повлияла отрицательно на плавательную подготовленность студентов.

**Таблица 3.4**

Результаты выполнения контрольных заданий испытуемыми после педагогического эксперимента

| Контрольные испытания             | До эксперимента   | После эксперимента | p    |
|-----------------------------------|-------------------|--------------------|------|
|                                   | $\bar{x}_2 \pm m$ | $\bar{x}_1 \pm m$  |      |
| Плавание 50 м брасс в «форме» (с) | 151,5±6,410       | 66,9±2,454         | 0,01 |
| Транспортировка 25 м (с)          | 68,5±2,373        | 45,2±1,772         | 0,01 |
| Освобождение от захвата №1 (с)    | 7,35±0,085        | 3,00±0,042         | 0,01 |
| Освобождение от захвата №2 (с)    | 5,28±0,052        | 2,23±0,045         | 0,01 |

В ходе педагогического эксперимента было установлено, что экспериментальная методика является достаточно эффективной. Это подтверждается следующими фактами:

Результаты тестирования показали, что в контрольных упражнениях показатели у студентов, спустя два месяца применения методики, оказались выше. Хотя, как было установлено в процессе статистической обработки материалов, на исходном этапе показатели плавательной подготовленности были одинаковыми.

## ВЫВОДЫ

1. Проведенный анализ профессиональной деятельности подразделений водно-спасательных центров, позволил выявить характерные особенности этой деятельности. На эти подразделения возлагается: оказание помощи пострадавшим на воде; осуществление деятельности связанной с пострадавшим в панике при утоплении на воде; пути и способы транспортировку пострадавшего на берег для оказания доврачебной помощи; оказание доврачебной помощи на берегу при различных видах утопления.

2. Профессиональная деятельность предъявляет высокие требования к уровню подготовленности личного состава подразделений водно-спасательных центров. Эти специалисты должны обладать: необходимыми профессиональными знаниями, умениями и навыками действий в условиях водной стихии; смелостью, решительностью; хорошим здоровьем; высоким уровнем физической подготовленности; высокой степенью психологической готовности к действиям на воде и в воде; самоотверженностью; развитыми умениями действовать слаженно и эффективно в составе подразделений водно-спасательных центров.

3. В ходе проведенного исследования была разработана педагогическая методика применения тренировочных комплексов в процессе профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров. Эта методика состоит из взаимосвязанных тренировочных комплексов, раскрывающих содержание профессиональной деятельности данных специалистов во время оказания помощи на воде.

4. Результаты педагогического эксперимента свидетельствуют о высокой эффективности разработанной педагогической методики профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров, с использованием тренировочных комплексов. У испытуемых экспериментальной группы наблюдались более выраженные положительные сдвиги в показателях.

## ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. При обучении специалистов водно-спасательных центров, основное внимание следует обратить:

- на развитии навыков коллективных действий, организации взаимодействия во время оказания помощи на воде;

- на формировании способности у обучаемых быстро принимать правильные решения по концентрации сил и средств для оказания помощи на воде;

- на развитии необходимых качеств у обучаемых, таких как взаимовыручка, взаимопомощь, смелость, решительность, упорство, самостоятельность, настойчивость, ответственность, трудолюбие, дисциплинированность.

2. В ходе проведения занятий активнее применять методы проблемного обучения, тактико-специальных учений по оказанию помощи на воде.

3. В ходе практических занятий регулярно отрабатывать комплексные упражнения по оказанию помощи на воде и спасению людей.

4. На занятиях шире практиковать использование специального оборудования для оказания помощи на воде, под водой, так с применением различных тактических действий.

5. Соблюдать последовательность выполнения тренировочных комплексов в процессе профессиональной подготовки подразделений водно-спасательных центров.

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бака М.М. Физическая и военно-прикладная подготовка допризывной молодежи [Текст] /Учебно-методическое пособие. – М.: Советский спорт, 2004. – 280 с., ил.
2. Булгакова Н. Ж. Плавание в пионерском лагере [Текст]. — 3-е изд., перераб. и доп. — М.: Физкультура и спорт, 1989.— 128 с, ил.
3. Булгакова Н.Ж. Плавание: Пособие для инструктора-общественника [Текст]. — М.: Физкультура и спорт, 2004. — 160 с.
4. Бутович Н.А. Плавание: Учеб. для студентов спорт, фак. ин-тов физкультуры [Текст] / Н.А. Бутович, И.В. Вражневский, СМ. Гордон. - М.: Физкультура и спорт, 1965. - 397 с.
5. Валентинов Б.В. Плавание: Справочник. [Текст] — М.: Физкультура и спорт, 1990. — 141с.
6. Ваньков А.А. Плавание и переправы вплавь [Текст] / А.А. Ваньков, А.А. Дехаев, В.В. Дулинец, Н.И. Плеханов. - Л.: ВИФК, 1951.-288 с.
7. Ванькова Ж.С. Обучение технике спортивных способов плавания: Учеб. пособие для ин-тов физ. культуры. [Текст] — М.: Физкультура и спорт, 2000. — 84 с.
8. Викулов А.Д. Плавание: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. [Текст] — М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2003. — 368 с.
9. Волегов В.П. Ускоренное обучение плаванию молодежи [Текст] / В.П. Волегов // Плавание. - М.: Физкультура и спорт, 1986. - С. 50-54.
10. Вржесневский И.В. Плавание: Учеб. для техникумов физ. культуры [Текст]. — М.: Физкультура и спорт, 1992. — 336 с.
11. Выкупов А.Д. Плавание : Учеб. для студентов пед. ун-тов и ин-тов. [Текст] — М., 1996. — 387 с
12. Высоцкий Ю. М. Прикладное плавание: Учебное пособие. [Текст] – Санкт-Петербург: СПб.: Изд-во БПА, 2002. – 158 с.
13. Ганчар Иван Теория преподавания плавания: технологии обучения

и совершенствования: Ч. 1. Монография. [Текст] — Одесса: Астропринт, 2006. — 512 с, 500 рис., 88 табл.

14. Ганчар И.Л. Технология обучения плаванию: Учебное пособие для высших учебных заведений физической культуры. [Текст] – М.: СпортАкадемПресс, 2002. –271 с.

15. Железняк Ю.Д., Петров П.К. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте. [Текст] – М.: Академия, 2001. – 264 с.

16. Жукова О.Т. Научитесь плавать (в помощь начинающим). [Текст] — М.: Физкультура и спорт, 2004. — 80 с.

17. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов. [Текст] — М.: Высшая школа, 1978. — 144 с.

18. Каунсилмен Д. Наука о плавании [Текст] / Сокр. пер. с англ. Э.А.Голубевой, Н.М.Зайки, Т.К.Инясевской / Д. Каунсилмен. - М.: Физкультура и спорт, 1972.- 429 с.

19. Каунсилмен, Д. Спортивное плавание [Текст] / Пер. с англ. Л.П.Макаренко / Д. Каунсилмен. — М.: Физкультура и спорт, 1982. - 208 с.

20. Козлов А.И. Основы техники спортивного и прикладного плавания: Пособие для студентов заоч. отд. фак. физ. воспитания. — Белгород, 1971. — 40 с.

21. Конкин, Л.А. Плавательные команды в строевых частях инженерных войск и обучение плаванию нижних чинов [Текст] / Л.А. Конкин. -СПб.:О.П.Б., 1876.-С.423.

22. Кононов С. В. Развитие специальных физических качеств в процессе обучения прикладному плаванию студентов железнодорожных вузов [Текст] : диссертация... кандидата педагогических наук: Санкт-Петербург, 2007.- 123 с.

23. Курамшин Ю.Ф. Теория и практика физической культуры: Учебник [Текст] / Под ред. проф. Ю.Ф. Курамшина. - М.: Советский спорт, 2003. -464 с.

24. Лебедев А. В. Делающим первые шаги в науке: Учебное пособие для студентов старших курсов, аспирантов и соискателей. [Текст] – СПб.: Образование, 2006 – 418 с.

25. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры (общие основы теории и методики физического воспитания: теоретико-методические аспекты спорта и профессионально-прикладных форм физической культуры): Учеб. для ин-тов физ. культуры [Текст] / Л.П. Матвеев. - М.: Физкультура и спорт, 1991. - 543 с, ил.

26. Меньшуткина Т. Г. Теоретические и методические основы оздоровительно-рекреационной работы по плаванию с женщинами [Текст] / Меньшуткина Т. Г..- СПб.: ПИО СПбГАФК им. П. Ф. Лесгафта, 1999. -192 с.

27. Никитский Б. Н. Плавание: Учебник для студентов фак. физ. Воспитания пед. ин-тов. по спец. № 2114 «Физ. воспитание». [Текст] — М.: Просвещение, 1981. — 304 с, ил.

28. Никитский Б.Н., Инясевский К.А., Васильев В.С., Гордон С.М. Плавание: Учеб. для студентов фак. физ.воспитания пед. ин-тов. [Текст] — М.: Просвещение, 1987. — 296 с.

29. Новосельцев О.В. Плавание и легководолазная подготовка: Учебник [Текст] / Под ред. проф. О.В. Новосельцева. - СПб.: ВИФК, 2003. - 340 с.

30. Основы математической статистики: Учебное пособие для ин-тов физ. культ. [Текст] / Под ред. В.С. Иванова. – М.: Физкультура и спорт, 1990. – 176 с.

31. Плавание: Изд. 2-е, переработанное и дополненное. [Текст] Под ред. И. В. Вржесневский. — М. Физкультура и спорт., 1969. — 307 с. с ил.

32. Плавание. Программа для спортивных школ (ДЮСШ, СДЮШОР, ШВСМ) [Текст] / Под ред. Л.П. Макаренко и Т.М. Абсалямова. — М., 2005. — 147 с.

33. Плавание (плавание, водное поло, прыжки в воду). [Текст] Под общей ред. А. К. Дмитриева и Н. Ф. Столбова. ФиС - М. 1959 - 462 с.

34. Плавание: Учебник для ин-тов физ. кул. [Текст] Под ред. Н. Ж. Булгаковой. — М.: Физкультура и спорт., 1979. — 320 с. с ил.
35. Плавание: Учебник для пед. фак. ин-тов физ. культ. [Текст] /Под ред. Н. Ж. Булгаковой. — М.: Физкультура и спорт, 1984. — 283 с, ил.
36. Плахов П. Руководство для обучения войск и военно-учебных заведений плаванию [Текст] / П. Плахлв. - СПб., 1885. -38 с.
37. Плеханов Н.И. Плавание: Учеб. для слушателей факультета ВДКФФКиС при ГДОИФК им. П.Ф. Лесгафта [Текст] / Н.И. Плеханов, А.М. Тихонов. - Л.: КВИФКиС, 1967.
38. Пыжова И. В. Непрерывное физическое воспитание спасателей на воде в образовательной системе «кадент-студент» на начальном этапе профессионального обучения [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Пыжова И. В.; СПб ГПУ – СПб., 2007.- 23 с.
39. Рубин А. В. Применение дыхательных упражнений с элементами холодо – гипоксии – гиперкапнического воздействия в подготовке пловцов [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Рубин А. В.; СПб ГАФК им. П. Ф. Лесгафта, НИИФ им. А. А. Ухтомского СПбГУ – СПб., 2004.- 23 с.
40. Спортивное и военно-прикладное плавание: Учебник [Текст] / Под ред. проф. О. В. Новосельцева. – СПб.: ВИФК, 2005. – 584 с.
41. Тарасов В.В. Прикладное плавание в процессе профессионального образования курсантов ВМУЗов [Текст] / В.В. Тарасов, Г.А. Яковлев, И.В. Русакова. - СПб.: ГАФК, 1998 - 197 с.
42. Тихонов А.М. Плавание: Учеб.-метод, пособие [Текст] / А.М. Тихонов, Б.М. Чепелкин, Ю.А. Семенов. -М.: Воениздат, 1985. — 166 с.
43. Турчанинов С. Ю. Плавание – жизненно важный навык [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Турчанинов С. Ю.; ЯГПУ им. К. Д. Ушинского – Ярославль, 2005.- 22 с.
44. Фирсов З.П. Плавание для всех. [Текст] — М.: Физкультура и спорт, 2003. — 64 с.
45. Черняев Э. Г., Чепелев В. И. Учите детей плавать. [Текст] — К.:

Рад. школа, 1984.—80 с.

46. Чуриков А.И. Подготовка студентов вузов России к уверенным действиям в условиях водной среды [Текст] / А.И. Чуриков.- СПб.: ОМ-Пресс, 2004. -142 с.

47. Яковлев Г. А. Содержание и направленность оздоровительного и прикладного плавания курсантов военно-морского учебного заведения [Текст]: Автореф. дис. ... канд. пед. наук / Яковлев Г. А; СПб ВИФК – СПб., 2001.- 22 с.

48. Яхонтов Е. Р. Методология спортивно-педагогических исследований: Курс лекций [Текст] / Е. Р. Яхонтов. – 3-е изд., стереотипное – СПб.: Олимп, 2008. – 187 с.

49. Аврамов С. “Водное спасение в мире и в Болгарии” София 2008

50. Андонов Ст. “Водный травматизм в Республики Болгарии” НСА 2001

51. Андонов Ст. “Воднораспательный минимум “ 2008