

- 6 "Фізичне виховання – здоров'я нації". Цільова комплексна програма. Указ Президента України № 963/98 від 01.09.1998. – 28 с.
- 7 Грибан Г. П. Причины низкой физкультурно-спортивной активности студентов у навчальному процесі./ Грибан Г. П., Дзензелюк Д. О. // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фізичної культури та спорту. Львів: НВФ "Українські технології", 2003. – Вип. 7, Т. 2. – С. 219–222.
- 8 Дзензелюк Д. О. Рухова активність студентів під час навчання у вищому навчальному закладі / Д.О.Дзензелюк, Г.П.Грибан, Д.А.Денисовець // Актуальні проблеми фізичного виховання студентів в умовах кредитно-модульної системи навчання: Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. – Дніпропетровськ, 2014. – С. 112–117.
- 9 Дзензелюк Д.О. Рівень рухової активності студентів-аграріїв / Д.О.Дзензелюк // Молода спортивна наука України: зб. наук. праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. Вип. 18: у 4-х т. – Л.: ЛДУФК, 2014.– Вип. 18, Т.2. – С. 43–46.
- 10 Дзензелюк Д.О. Ставлення студентської молоді до власного здоров'я / Д.О. Дзензелюк // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова. Серія № 15. "Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)" 36. наукових праць / За ред. Г.М. Арзютова. – К.: Вид-во НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2013. – Вип. 13 (40). – С.69–73.
- 11 Грибан Г.П. Самооцінка студентами рівня фізичного стану – шлях для нормування фізичних навантажень / Грибан Г.П., Дзензелюк Д.О., Денисовець А.П. та ін. // Фізичне виховання студентської молоді: проблеми та перспективи: монографія за матер. II Всеукр. наук.-практ. конф., К., (24–25 листопада 2011 р.). за аг. ред. С.І. Присяжнюка. – К.: Вид. центр НУБіП України, 2011. – С. 99–104.
- 12 Теорія і методика фізичного виховання: Підручник для студ. вузів фіз. вихов. і спорту: В 2 т. / За ред. Т.Ю. Круцевич. – Т. 2. Методика фізичного виховання різних груп населення. – К.: Олімпійська література, 2008. – 367 с.
- 13 Грибан Г.П. Життєдіяльність та рухова активність студентів. / Г.П. Грибан / – Жито-мир: Вид-во Рута, 2009. – С.12–16; 48–49.
- 14 Куц О., Драчук А. Соціально-психологічний портрет студентів за роки становлення України як самостійної держави // Фізична культура, спорт та здоров'я нації // 36. наук. пр. – Вип. 5. – Вінниця: ДОВ "Вінниця", 2004. – С. 14–18.
- 15 Захаріна Є. Рухова активність студентів вищих навчальних закладів // Молода спортивна наука України. / 36. наук. праць з галузі фізичної культури та спорту. – Вип. 8. – Т. 3. – Львів: НВФ "Українські технології", 2004. – С. 124–127.
- 16 Rancour J, et al. The effects of intermittent stretching following a 4-week static stretching protocol: A randomized trial. Journal of Strength and Conditioning Research, 2009. – vol.8. – pp.17-22.
- 17 Molak A. Socjometria na usługach wychowania / Molak A. // Kwartalnik Pedagogiczny. – 2003. – Nr 1.
- 18 Ekirt-Grabowska D. Dzieci nieakceptowane w klasie szkolnej / Ekirt-Grabowska D. – Warszawa: Ruch Pedagogiczny, 1882.
- 19 Golaszewski T. Szkoła jako system społeczny / Golaszewski T. – Warszawa: PWN, 1977.
- 20 Nurlock E. Rozwoj dziecka / Nurlock E. – Warszawa: PWN, 1961.
- 21 Janowski A. Poznawanie uczniów / Janowski A. – Warszawa: PWN, 1985.
- 22 Kosinska E. Klasa jako grupa społeczna / Kosinska E. – Krakow: Rubikon, 1999.
- 23 Lodocki M. Wychowanie w klasie szkolnej / Lodocki M. – Warszawa: WSiP, 1974.
- 24 Eccles, J.S. Gender roler and women's achievement related decisions. Psychology of Women Quarterly, 11, 135–172.
- 25 Deseretrain, G., & Weiss, M., Being female and athletic: A cause for conflict? Sex Roles, 18, 567–582.
- 26 Eccles, J.S. Sex differences in achievement patterns. In T. Sonderegger, Nebraska symposium on motivation, 1984: Psychology and gender (pp 97–132)
- 27 Duda, J.L. Goals: A social-cognitive approach to the study of achievement motivation in sport. In R.N. Singer, M. Murphey, & L.K. Tennant (Eds.), Handbook of research on sport psychology (pp. 421–436). New York: Macmillan.

Зюзь В.Н., Балухтина В.В.

Приазовский государственный технический университет

СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПОДГОТОВКИ СПАСАТЕЛЕЙ НА ВОДЕ

Рассмотрены методические основы подготовки спасателей на воде. Дана характеристика основных действий по оказанию помощи пострадавшим на воде, практическое применение средств, формам и методам спасения утопающих, оказания первой медицинской помощи. Предложенный процесс подготовки спасателей на воде включает в себя: знание характеристики прибрежных морских рельефообразующих

процессов, благоустройство береговых линий и пляжей, типы морских берегов, волн, и течений; применение средств, форм и методов транспортировки и спасения утопающих, оказания первой медицинской помощи пострадавшим; совершенствование основных элементов физических и психофизиологических качеств, необходимых для данной профессии; пропаганду соблюдения правил безопасности на воде. Изучен практический опыт работы спасателей и организаций по безопасности на воде, оборудования мест купания, спасательных станций и постов в местах массового купания, агитация и пропаганда правил поведения на воде, работу Национальной ассоциации спасателей на воде «Сальваменто» г. Генуя (Италия).

Ключевые слова: берег, волна, течение, спасатель на воде, спасательные средства, прибрежная зона.

Зюзь В.Н., Балухтина В.В. Совершенствование подготовки спасателей на воде. Розглянуто методичні основи підготовки рятувальників на воді. Дана характеристика основних дій з надання допомоги постраждалим на воді, практичне застосування засобам, формам і методам порятунку потоплюючих, надання першої медичної допомоги. Запропоновано процес підготовки рятувальників на воді що включає: знання характеристики прибережних морських рельєфообразуючих процесів, благоустрій берегових ліній і пляжів, типи морських берегів, хвиль, і течій; застосування засобів, форм і методів транспортування і порятунку потоплюючих, надання першої медичної допомоги потерпілим; вдосконалення основних елементів фізичних і психофізіологічних якостей, необхідних для цієї професії; пропаганду дотримання правил безпеки на воді. Вивчений практичний досвід роботи рятувальників і організацій по безпеці на воді, устаткування місць купання, рятувальних станцій і постів в місцях масового купання, агітація і пропаганда правил поведінки на воді, роботу Національної асоціації рятувальників на воді "Сальваменто" м. Генуя

Ключові слова: берег, хвиля, течія, рятувальник на воді, рятувальні засоби, прибережна зона.

Zuz V., Balukhtina V. Perfection of preparation of rescuers on water. The methodological basis of preparation of the rescuers on the water. Characteristics of main action to assist victims in the water, the practical application of the means, forms and methods of saving drowning, first aid. The process of preparing the rescuers on the water includes: knowledge of the characteristics of coastal relief-forming processes, the improvement of coastlines and beaches, the types of sea coast, waves, and currents; the use of means, forms and methods of transportation and rescue drowning, first aid to victims; improvement of the basic elements of the physical and psycho-physiological qualities necessary for the profession; promotion of compliance with safety regulations on the water. Examine the practical experience of rescuers and organizations on water safety, equipment bathing areas, rescue stations and posts in areas of bathing, agitation and propaganda rules of conduct on the water, the work of the National Association of rescuers on the water "Salvamento" Genoa (Italy).

Key words: beach, waves, currents, water lifeguard, lifesaving equipment, the coastal zone.

Постановка проблемы. Анализ последних исследований и публикаций. Одна из трёх основных функций спасателя – предвидение, предупреждение и помощь. Хорошее качество безопасности на воде исключает вероятность последнего (Джузеппе Марино). Проблема спасения людей на воде существовала всегда. Качество построения подготовки спасателей на воде в значительной степени зависит от учета действия отдельных программ изучения природных явлений и одновременно проблемы охраны окружающей среды, основных правил поведения и спасания на воде, знания реанимационной помощи и физической подготовки спасателя. На берегах сосредоточен огромный экономический потенциал человечества. В полосе шириной 50 км вдоль всех берегов Мирового океана сосредоточено 27,3% населения нашей планеты. Украина - развитое морское государство, одно из крупнейших в Европе. Её границы морские тянутся на многие сотни километров. На территории нашей страны находятся более 2000 рек (протяженностью - 65 тыс. км), 1700 озер (S - 33 тыс. га), 530 водохранилищ (S - 800 тыс. га) [30].

Актуальность проблемы подготовки спасателей в настоящее время возрастает, что связано с увеличением людских, материальных потерь в чрезвычайных ситуациях. Снижение смертности с начала 70-х годов в течение последних 10 лет судя по всему, достигли своего порога. Эти события в основном происходят в трех летних месяцах, где гораздо больше общее количество утонувших чем за отставший период времени года. Поэтому необходимо найти новые инструменты, чтобы сделать его еще более эффективным, чем те, которые уже известны. Эта подготовка так же должна заложить надежный фундамент для дальнейшего профессионального роста работников МЧС. Основой для статьи послужила реализация государственной политики Украины в области охраны здоровья, жизни населения, использования природной среды и создания безопасных условий жизнедеятельности, отдыха, с целью комплексного решения проблем защиты населения от чрезвычайных ситуаций на водных объектах, предупреждения несчастных случаев, поиск и спасения людей, терпящих бедствие на воде, создание условий безопасного пользования водными объектами в интересах отдельного человека и общественности области. Учитывая потребности регионов Украины в квалифицированных специалистах, предложенная подготовка спасателей на воде разработана с учетом международных требований к подготовке спасателей. Безопасность на воде достигается правильным выбором и оборудованием места купания, оборудованием наглядной агитацией, хорошей организацией купания, систематической разъяснительной работой о правилах поведения на воде и соблюдением мер предосторожности, обучение плаванию, знанием прибрежных природных явлений. Проанализировав всё вышеуказанное, мы видим, что спасатели на воде

являются действительно эффективным звеном в решении столь ответственного дела как спасение людей.

Цель исследования: привлечь внимание к проблеме подготовки спасателей на воде, содержащей взаимосвязь знаний природоохранной зоны, пляжей и их оборудования, типа волн, течений, и умение спасания тонущих и реанимационной помощи при утоплении.

Методы исследования. Для решения поставленной цели применялись следующие методы исследования:

- анализ специальной научно-методической литературы;
- анализ и обобщение работы спасателей на воде;
- анализ работы Национальной ассоциации спасателей на воде «Сальваменто» г. Генуя (Италия).

Результаты исследования. Несмотря на технический прогресс, развитие информационных технологий, появление различных транспортных средств и компьютерных систем, выполнять обязанности спасателей на воде, кроме специально обученных и подготовленных людей, не может никто. Прежде, чем приступить к выполнению своих служебных обязанностей, спасатель обязан пройти специальную подготовку, подтвердить наличие квалификации, знаний и умений. В противном случае неправильные действия спасателя могут стать причиной травматизма и даже гибели людей, членов его команды. Профессия спасателя на воде, требует особой подготовки. В статье использованы работы известных отечественных и зарубежных специалистов, представлены и обобщены результаты научных исследований Давыдова В.Ю. (2007), Демидова Ф.А., Зайченко А.З. (1970), Зенкович В.П. (1962), Кудь И., (1995), Леонтьев О.К. (1982), Мейелл М.(1995), и др. Изучив различные формы и процессы подготовки спасателей на воде, мы пришли к выводу, что на данный момент отсутствует подготовка спасателей на воде, включающие знание прибрежной зоны и защитных полос, пляжей и их оборудования, типы волн и течений, умение спасания тонущих и реанимационной помощи при утоплении, правил поведения на воде, обучение прикладному плаванию.

Целью обучения спасателя на воде является:

- подготовка специалиста, способного разумно, быстро и правильно действовать в ликвидации экстремальных ситуаций и их последствий по спасанию людей на воде;
- предупреждение чрезвычайных ситуаций, с соблюдением всех требований к охране труда спасателя.

Эта цель реализуется на основе решения задач по формированию соответствующих знаний и умений, при этом, предполагает приоритетное отношение к формированию практических действий. Теоретические знания вводятся в той мере, в которой они будут способствовать обучению спасателя оптимальным действиям в сложной обстановке. Формирование знаний и умений сопровождается развитием на различных занятиях таких необходимых спасателю качеств личности как оперативность мышления в чрезвычайных ситуациях, психологическая устойчивость, физическая мобильность, выносливость.

Задачей обучения является подготовка спасателей обладающих:

- теоретическими знаниями прибрежной зоны и защитных полос, пляжей, бассейнов и их оборудования, типы волн и течений, правил поведения на воде,
- умением оценивать обстановку для принятия решений на организацию и ведение спасательных и других неотложных работ;
- практическими навыками оказания помощи терпящим бедствие на воде, с использованием различных видов спасательных средств;
- спасания тонущих и реанимационной помощи при утоплении [34].

В результате обучения спасатель на воде должен: *Знать:*

- алгоритмы профессиональных действий;
- сущность выполняемых ими действий;
- организацию пляжей, бассейнов и береговых зон, процесс образования и поведения течений и волн;
- основы применения специальных аварийно-спасательных средств, оборудования, приборов, инструментов и приспособлений;
- требования к организации и безопасности на воде в детских оздоровительных учреждениях летнего отдыха детей;
- способы поиска, извлечения и транспортировки пострадавших в воде;
- порядок знания применения простейших методов реанимации;
- технику безопасности при ведении аварийно-спасательных и других неотложных работ в различных условиях на воде;
- основы выживаемости в различных климатических и природных условиях.

Уметь:

- правильно выполнять все изучаемые действия по спасению утопающих, давать теоретическое обоснование;
- правильно эксплуатировать поисково-спасательное оборудование, защитную одежду, соблюдая технику безопасности;
- выполнять функциональные обязанности спасателя при ведении спасательных работ;
- определять виды спасательных работ и применять конкретные методы и приемы действий на всех этапах их проведения;
- применять и эффективно использовать специальные спасательные средства, оборудование, снаряжение,

инструмент;

- грамотно решать ситуационные задачи практического характера с использованием специального медицинского оборудования;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим, применить простейшие методы реанимации, и дефибрилляции;
- хорошо плавать;
- создавать условия для работы и отдыха в экстремальных условиях.

Быть ознакомленным:

- с законами «О прибрежной зоне морей», «О прибрежной защитной полосе»;
- с основными схемами и элементами бассейнов, пляжных конструкций и сооружений;
- с отечественным и зарубежным опытом ведения спасательных работ;
- с основными направлениями совершенствования технологий спасательных работ.

Основными формами организации подготовки спасателей на воде является 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. Порядок подготовки спасателей на воде определяется тем, что сначала дается общий курс знаний прибрежной зоны и защитных полос, пляжей, бассейнов и их оборудования, типы волн и течений, умение спасания тонущих и реанимационной помощи при утоплении, правил поведения на воде, что создает базу для умений, связанных с проведением спасательных работ. Все это даст возможность избежать непредвиденных ситуаций спасти утопающего, вовремя оказать медицинскую помощь, избежать непредвиденных ситуаций.

Теоретическая подготовка. Цель подготовки, знание:

- природных явлений и охраны окружающей среды;
- характеристики прибрежных морских рельефообразующих процессов, факторов формирования морских берегов, основных понятий типов берегов, волн и течений;
- основы научных знаний о психологических особенностях поведения человека на воде, психологию тонущего человека;
- особенности физиологического строения человеческого организма;
- основы спасения и оказания первой помощи.

Теоретическая подготовка излагает краткие предпосылки применения спасательных средств, инструментов, приспособлений с одновременным созданием учебных проблемных ситуаций, и должна проводиться с соответствующим материальным обеспечением. На занятиях рекомендуется использовать плакаты, фрагменты видеofilьмов, демонстрирующих характерные признаки различных чрезвычайных ситуаций (ЧС) на воде, уметь классифицировать ЧС по признакам. Необходимо ознакомить с аварийно-спасательными средствами, оборудованием [26, 44].

Практическая подготовка. Занятия проводятся с целью:

- углубления теоретических знаний и отработки практических приемов работы со спасательными средствами, инструментами и приспособлениями;
- освоения технологий ведения спасательных работ на воде, в воде и берегу.

Практическая подготовка состоит из выполнения операций по подготовке технических средств к работе, тренировки в выполнении спасательных работ с применением средств, оборудования, инструмента и приспособлений, приемов спасения. Методика проведения практического занятия включает короткий рассказ, образцовый показ, тренировки в выполнении нормативов по ведению спасательных работ.

Каждое занятие должно состоять из теоретической и практической частей.

Медицинская подготовка. Занятия проводятся специалистами медицинской службы в учебных аудиториях, бассейне с использованием имитационных средств, тренажеров и штатного спасательного оборудования, оснащенных наглядными пособиями, муляжами, а также табельными и подручными средствами оказания первой медицинской помощи с использованием кино, видео и фото, материалов, и др. В начале каждого занятия руководитель объясняет и показывает последовательность выполнения приема по оказанию первой медицинской помощи с использованием табельных и подручных средств, а затем отрабатывает их практически. Во время занятий при подготовке спасателей на воде, рекомендуется использовать следующие средства обучения:

- плакаты;
- мультимедийное, проекционное оборудование;
- средства индивидуальной защиты;
- специальная техника, оборудование, снаряжение и инструмент, состоящие на оснащении НАСФ;
- специализированные учебные классы;
- бассейны, «открытая» вода;
- тренажеры и тренажерные комплексы для работы с аварийно-спасательным инструментом, по оказанию первой

помощи и др.

Самостоятельная работа. Предполагает изучение небольших и доступных по усвоению тем, составление схем, моделей по материалам лекций, работу с компьютерными обучающими программами, решение ситуационных задач, выполнение практических заданий с картами, планами, схемами, тренировку в использовании специальной одежды и оборудования, совершенствования специальной и общей физической и плавательной подготовки. Самостоятельная работа проверяется с помощью различных форм контроля: тестовые задания, решение различных профессиональных ситуативных задач с последующей проверкой и анализом, устный опрос.

Контроль подготовки. В процессе обучения осуществляется текущий контроль качества подготовки спасателей. Итоговый контроль обучения необходимо направить на проверку практических умений оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшему, работать с спасательными средствами, использовать спасательное снаряжение и защитную одежду, решать различные ситуационные задачи и обосновывать их теоретически. Для организации обучения и контроля необходимо максимально использовать компьютерные технологии. 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. Всестороннее изучение трудовой деятельности спасателей на воде позволило выявить комплекс физических и психофизиологических свойств и качеств, необходимых для представителей данной профессии. К ним следует отнести такие качества, как общая и силовая выносливость, быстрота реакции, гибкость, функции внимания, умение сохранять равновесие, эмоциональная устойчивость и личностные качества.

Спасатель обязательно должен обладать крепким здоровьем, хорошей физической формой, выносливостью, быть готовым к серьезным физическим и психологическим нагрузкам. Огромное значение имеет психологическая готовность спасателя, так как от его выносливости и умения правильно оценить ситуацию, быстро принять верное решение зависит жизнь человека или даже нескольких людей. Работа спасателя напрямую связана с жизнями людей, поэтому тут ошибки недопустимы. В соответствии с учетом требований предъявляемых к подготовке спасателей на воде, рекомендаций научно-методической литературы и опыта работы спасательных организаций предлагаем темы обучения теоретических форм знания и практических навыков и умения по разделам подготовки которые отображены в таблице 1.

Таблица 1

Темы обучения по видам подготовки спасателей на воде

№	Вид подготовки	Форма знания	Темы обучения
1.	Береговые зоны и водные акватории	Теоретическое знание	Терминология. Прибрежные зоны и защитные полосы. Берега. Общие сведения и понятия о водных акваториях. Определение рельефа дна по поверхности воды. Специальные информационные знаки.
		Представление	Законы: «О прибрежной зоне морей», «О прибрежной защитной полосе».
2.	Пляжи и их оборудование	Теоретическое знание	Классификация пляжей. Озера. Моря. Реки. 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.
		Представление	Благоустройство пляжей.
3.	Волны	Теоретическое знание	Колебания уровня воды. Ветер. Волновой режим. Процесс образования и поведения волн.
		Представление	Элементы волн.
4.	Течения	Теоретическое знание	Течения. Приливы. Процесс образования и поведения течений. Определение направления и скорости течения. Классификация течений. Разрывные течения. Особенности купания в местах обратного течения.
		Представление	Течения Черного и Азовского морей. Опасные береговые зоны Азовского моря.
5.	Организация летнего отдыха детей	Теоретическое знание	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
6.	Безопасность в	Теоретическое знание	Безопасность людей в зимнее время. Правила передвижения по замершему водоему. Правила и техника

	зимнее время		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
7.	Бассейны и их оборудование	<i>Теоретическое знание</i>	Спортивные и открытые бассейны. Простейшие сооружения для плавания.
		<i>Представление</i>	Об основных схемах и элементах бассейнов и пляжных бассейнов.
8.	Психологическая подготовка	<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.
9.	Спасательные средства	<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.
10.	Поисково-спасательные работы на водных акваториях в летнее время	<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. Способы отдыха на воде. Мышечные судороги. 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.
11.	Утопление. Реанимационная помощь при утоплении	<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</i>	Особенности оказания первой доврачебной помощи при различных случаях и

		<i>навыки и умения</i>	видах утопления. Главные требования к оживлению тонувшего. 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.
12.	Спортивное и прикладное плавание	<i>Теоретическое знание</i>	Основы техники спортивного и прикладного плавания Обучение плаванию.
		<i>Практические навыки и умения</i>	Подача спасательного круга и «конца Александра» на дальность и точность. Обучение плаванию различными способами, поворотам в воде и стартовым прыжкам. Нырание. 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.
		<i>Представление</i>	Травмы во время занятий плаванием.
13.	Психологическая подготовка	<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.

С этой точки зрения, подготовка спасателей должна заложить прочную базу знаний и умений по проведению спасательных работ, подготавливая их к более сложным ступеням повышения квалификации. Проанализировав всё вышеуказанное, мы видим, что спасатели на воде являются действительно эффективным звеном в решении столь ответственного дела как спасение людей. Одной из основных задач ОСВОДа, инструкторов и спасателей на воде является подготовка Юных спасателей на воде и обучение учащихся плаванию и спасению на воде. Обучение спасению на воде учащихся 6-11 классов общеобразовательных средних школ, детских домов, интернатов, детских оздоровительных лагерей, привьет им твердые и уверенные навыки по оказанию само и взаимопомощи, сформируют устойчивый интерес к спасательному и морскому делу, даст понятие о здоровом образе жизни и культуре безопасности в современном обществе. Проведенные исследования показали возрастающее значение оперативных компонентов для обучения спасателей на воде, которые требуют дополнительного исследования.

ВЫВОДЫ

Профессия спасателя на воде является одной из самых опасных и сложных. Прежде, чем приступать к работе, спасатель обязан пройти специальный курс обучения. Содержание программного материала по теоретическому и практическому разделам дает возможность иметь конкретное представление о требованиях, предъявляемых к подготовке спасателей на воде. Знание характеристики прибрежных морских рельефообразующих процессов, факторов формирования морских берегов, основных понятий типов берегов, волн и течений, даст возможность безопасному выбору мест купания, оборудованию пляжей, избежать непредвиденных ситуаций в работе спасателей. Представленные в статье методические основы подготовки спасателей на воде, способствуют воспитанию необходимых умений и навыков, определяющих готовность к оказанию помощи на воде, соблюдения правил безопасности на воде. Спасатель обязательно должен обладать крепким здоровьем, хорошей физической формой, выносливостью, быть готовым к серьезным физическим и психологическим нагрузкам.

ПЕРСПЕКТИВЫ ДАЛЬНЕЙШИХ ИССЛЕДОВАНИЙ. Планируются исследования опасных зон береговой линии северного Приазовья, разработать комплекс мероприятий по безопасности купания.

ЛИТЕРАТУРА

1. Диагноз состояния экосистемы черного моря и зоны сопряжения суши и моря: Сб. науч. тр./НАН Украины. МГИ: под редакцией чл.-корр. НАН Украины В.Н.Еремеева. - Севастополь, 1997. - 202 с.
2. Ковшун Н.Є. Управління використанням водних ресурсів на сучасному етапі: проблеми і перспективи // Регіональна економіка. – 2006.-№2–С. 124-130.
3. Студенников І. В., Дьяков О. А. Интегрированное управление приморской зоной: базовые понятия, принципы и значения для стабильного развития Украины, принята Конференцией ООН по окружающей среде и развитию 3-14 июня 1992 г. Одесса, 2002. С. 107-116.
4. Ярош О. Проблемы экологической безопасности приморских территорий Крыма при эксплуатации углеводородных месторождений // Экономика Украины. – 2007.-№2.– С.69-74.
5. VM litigiosos Primum auxilium. - M: Aliquam, 1994. - 192.
6. Davydov V.Y. Swimming est in castris: Study dux. - Volgograd VGIFK. - 1995. - 96.
7. Davydov V.Y. Aqua praesidio tuto et hostia. - Moscow: Soviet Sport, 2007. - 67.
8. Konovalov ED Homines in aqua sunt. - Novosibirsk, 1979. - 146.
9. Et condicionum Primo auxilium in accidentibus. - Moscow, Culture et ipsum corporis, 1998. - 116.
10. Primum auxilium atque iniuriis accidentia. - M: Medical 1990. - 120.
11. Aliquam tincidunt providere medicas curas. - M: Phoenix 1995. - II m - 362.
12. Maiella Encyclopedia of M. primo auxilium. - S. Petersburg.: Diamant, 1995. -688.
13. Wong H.K., Anton K., Haugwitt W. Abschlussbericht: Geologische Entwicklung und das rezente Sedimentationsregime in Baikalsee. Forderungskennzeichen: BMFT MFG 0081/6. Hamburg University. 1991. - 34 p.

Ковицько М.С.

**Вінницький торговельно-економічний інститут
Київського національного торговельно-економічного університету**

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ДЕТЕРМІНОВАНОСТІ КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я СТУДЕНТІВ

Одним із пріоритетних завдань сучасного суспільства є забезпечення гармонійного розвитку молоді при збереженні і зміцненні її здоров'я. Теоретичний аналіз вітчизняних та зарубіжних джерел, присвячених вивченню методів збереження і зміцнення здоров'я студентів, свідчить про важливість виховання в них (період становлення особистості) культури здоров'я. Стаття присвячена аналізу основних детермінант культури здоров'я студентів. Дається визначення дефініції «детермінанти культури здоров'я студентів», розглядається система, що включає макросередовищні, мікросередовищні і особистісні детермінанти. Таким чином, обґрунтовано систему факторів, що знаходяться у причинно-наслідкових зв'язках з поведінкою студентів, та визначають спосіб життя, їх ставлення до власного здоров'я та здоров'я оточуючих.

Ключові слова: детермінант, фактори, культура здоров'я, студенти, макросередовищні, мікросередовищні, особистісні детермінанти.

Ковицько М.С.. Теоретический анализ детерминированности культуры здоровья студентов. Одной из приоритетных задач современного общества является обеспечение гармоничного развития подрастающего поколения при сохранении и укреплении его здоровья. Теоретический анализ отечественных и зарубежных источников, посвященных изучению методов сохранения и укрепления здоровья подрастающего поколения, свидетельствует о важности воспитания у студентов (период становления личности) культуры здоровья. Статья посвящена анализу основных детерминант культуры здоровья студентов. Дается определение дефиниции «детерминанты культуры здоровья студентов», рассматривает систему, включающую макросредовые, микросредовые и личностные детерминанты. Таким образом, обоснована система факторов, находящихся в причинно-следственных связях с поведением обучающихся, определяющих образ жизни, отношение студентов к собственному здоровью и здоровью окружающих.

Ключевые слова: детерминант; факторы; культура здоровья; школьники; макросредовые, микросредовые, личностные детерминанты.

Kovinko M. Theoretical analysis of determinedness of student's health culture. Purpose to identify and analyze the determinants of health-preserving system-educational environment of the university. One of priority problems of modern society is ensuring harmonious development of younger generation at preservation and strengthening of its health. The theoretical analysis of the Ukraine and foreign sources devoted to studying of methods of preservation and strengthening of health of younger generation, testifies to importance of education at students (the period of active