

Вікторина

2 етап.

1. Яких правил необхідно дотримуватись під час катання на ковзанах?
2. Яких правил потрібно дотримуватись під час катання на лижах?
3. Яких правил необхідно дотримуватись під час катання на лижах?
4. Перерахуйте правила катання на санчатах.
5. Які правила надання першої допомоги при переохолодженні?
6. Яка перша допомога при травмах в ожеледицю
7. Як можна зменшити ризик травм в ожеледицю?
8. Яки правил необхідно дотримуватись , якщо у вас під ногами провалився лід?
9. Як і за допомогою чого врятувати людину, яка провалилася під лід?
10. Які правила поведінки на льоду?

Відповіді до вікторини

1. Кататись на ковзанах дозволяється тільки на спеціально обладнаних катках: якщо каток облаштовують на водоймищі, то допустима товщина льоду 25 см. Такий каток перевіряють дуже ретельно; небезпечно ходити і кататись одному, у темряві та у незнайомих місцях; забороняється кататись на проїжджій частині дороги.
2. Не розмахувати палицями під час руху на лижах; кататись по прокладеній лижні; дотримуватись дистанції; забороняється кататись на проїжджій частині дороги.
3. Категорично забороняється перевіряти на міцність під ударами ноги, ризикуючи потрапити під лід; забороняється спускатись на лижах і ковзанах у незнайомих місцях, особливо з схилу; остерігатися місць, які вкриті снігом, адже під снігом лід тонкий; безпечніше всього переходити лід у морозну погоду по прозорому льоду з зеленуватим відтінком; відстань між лижниками повинна бути 5-6 метрів. Під час руху лижник, що йде першим, ударами палок повинен перевіряти міцність льоду.

4. Не дозволяється спускатись із крутих схилів на проїжджу частину дороги; кататись біля проїжджих частин доріг; дотримуватись правил безпеки.
5. Перенести із пам'ятки.
6. Перенести із пам'ятки.
7. Перенести із пам'ятки.
8. Перенести із пам'ятки.
9. Поверніться спиною до кромки льоду, широко розкиньте руки по краях льодового проходу та утримуйтеся від занурення з головою; намагайтесь не обламувати краї льоду, без різких рухів вибирайтесь на лід, відштовхуючись ногами, вибирайтесь на лід, вибравшись з льодового пролому, відкотіться, а потім повзть в той бік, звідки ви прийшли, де міцність льоду таким чином перевірена; незважаючи на те, що вогкість і холод штовхають вас побігти та зігрітись, будьте обережні до самого берега, а там не зупиняйтесь, поки не опинитесь в теплі.
10. Пам'ятка.
11. Пам'ятка.

Комбінована естафета

3-й етап.

Щоб естафета пройшла організовано і цікаво необхідно створити суддівську групу у складі: головного судді його помічників, які готують естафету, визначають місце проведення, підготовку учасників та матеріальне забезпечення.

Команда 5 осіб.

1.3 особи – біг на лижах від старту.

2.2 особи – умовне рятування людини, яка провалилася під лід.

3.3 особи – біг із санчатами до потерпілого, який отримав травму під час ожеледиці; надання долікарської допомоги і вивозять його на санчатах до фінішу.

4.2 особи – біг із санчатами. Один учасник, а потім вони міняються місцями.

У комбіновану естафету можливо включити проходження дистанції на ковзанах.

Команди оцінюються по загальному часу з урахуванням балів на кожному етапі естафети. Крім того, можуть бути включені і інші етапи для відпрацювання психологічної, фізичної і силової підготовки, які необхідні при діях у НС.

За підсумками естафети нагороджуються переможці.

4-й етап.

Інсценізація оповідання Я Назарової.

Оповідання

Я Назарової

«Ой, як здорово летіти з високої гірки!» Гурт дітей знову і знову з'їжджають на припорошений снігом річковий лід. Так захопилися, що не почули відчайдушний крик: «Допоможіть!»

А коли отямилися, оцінили: дві дівчинки із їх гурту – Маша і Оленка – борсалися в крижаній ополонці. Дмитро, не думаючи, побіг рятувати

однокласниць. Але не встиг зробити останній стрибок, як сам опинився у крижаній воді. «Тримайтеся, хлопці допоможуть!» – кричав він дівчатам.

Але однокласники боялися ступити на крихкий лід.

Маша з великими зусиллями чіплялася за краї льоду. Оленка борсалася з останніх сил. І тут Маша перша помітила Толю. Він повз до них на животі, обережно проштовхуючи поперед себе довжелезну палю. Першою за неї схопилась Оленка – вона була ближче всіх. «Повзи обережно назад!» – наказав Толя. Тепер його палиця рятувала Машу. Черга прийшла і до Дмитра. Маша лежала на животі, тримаючись за ноги Толі, а він тягнув Дмитра, напружуючи останні сили.

Нарешті весь гурт дітей дістався берега, де їх чекали перелякані однокласники і дорослі, яких діти встигли покликати на допомогу.

Зранку діти з нетерпінням чекали Толю.

«Звідки ти знав, як рятувати дівчат?» – відкрив класну «прес-конференцію» Дмитро.

– «Діти, Толін батько рятує – включилась у ромуvcу вчителька. – Він, мабуть, розповідав сину, що робити, якщо людина провалилася на льоду. Але головне: не дозволяється гратися на середині водоймища, де лід особливо крихкий, не варто ловити рибу весною, коли лід починає ламатися... Толя продовжуй!»

Толя додав: «Ні в якому разі не можна бігти по крихкій крижині, як це зробив Дмитро, тим більше плигати на крижину. Потрібно обережно повзти до лунки на животі, уважно слухаючи, чи не тріщить лід. Запам'ятайте: як тільки той, хто тоне може схопитись за палку чи шарф, рятує далі повзти вже не потрібно. Адже він сам може провалитися під лід».

Аналіз інсценізації.

- Що трапилося з дівчатками?
- Хто прийшов їм на допомогу?
- Як діяв Дмитро? Толя?
- Чому інші діти стояли на березі?

– Чи могли дівчатка самі врятуватись?

– А яких правил необхідно дотримуватись, якщо у Вас під ногами провалився лід?

Відповіді.

У випадку, якщо людина провалилася під лід, необхідно діяти швидко і рішуче, широко розкинути руки, щоб утримуватися поверхні, без різких рухів відповзти на поверхню міцного льоду. А потім, лежачи на спині або грудях, рухатись в той бік, звідки прийшли, одночасно голосно просячи про допомогу.

Лижник, у випадку провалу льоду під ногами, повинен негайно відкинути рюкзак, покласти поперек тріщини палки, лягти на лід, повільно звільнитись від лижі спробувати, спираючись на палки, вибратись на міцний лід.

Загальне підведення підсумків конкурсу.