

Методическая разработка спортивного праздника

«Папа, мама, я – автомобильная семья»

Цель и задачи соревнований

Целью и задачами соревнований является привлечения внимания детей и подростков, к проблеме Безопасности дорожного движения, оказание первой доврачебной помощи пострадавшим в ДТП, знанию правил дорожного движения и развитие семейного отдыха.

Для награждения: грамоты, медали.

Участники команды : папа, мама и ребенок (школьного возраста)

Время и место проведения: п. Дагомыс ул. Армавирская 150

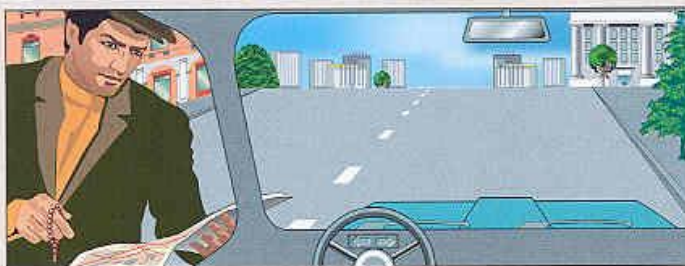
26 ноября в 11:00

Условия проведения соревнований

- Знания правил дорожного движения
- Оказание первой помощи пострадавшему
- Тематический рисунок
- Замена колеса
- Вело- эстафета
- Спортивная эстафета

Организаторы соревнований МОБУ СОШ № 82 , не государственное частное образовательное учреждение «Автошкола Автоледи» г. Сочи

1 Знания правил дорожного движения



В ответ на вопрос: «Слушай, брат, где тут улица Пржевальского?» — Вам следует:

1. Выйти из машины и все подробно объяснить.
2. Спрятать барсетку (портфель, кейс и т.д.) под себя и немедленно уехать.
3. Дождаться совершения кражи, поймать преступника с поличным, а вечером посмотреть программу «Криминальная хроника».

21



Что означает данный знак?

- А. Вблизи находятся детские дошкольные учреждения.
- Б. Самое страшное уже позади.
- В. В кювете проходит силовой кабель.

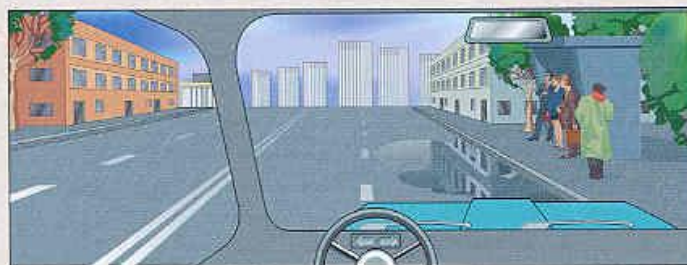
22



Что Вам следует сделать в данной ситуации?

1. Включить звуковой сигнал и дальний свет фар, чтобы дистанционно указать ученику на его ошибки.
2. Обогнать учебный автомобиль по встречной, поравнявшись с ним, кратковременно включить звуковой сигнал, после чего покрутить пальцем у виска.
3. Обогнать учебный автомобиль, а потом экстренно затормозить перед ним.

23



Как Вам следует поступить в данной ситуации?

1. Сменить полосу и объехать лужу.
2. Не меняя скорости и рядности движения, преодолеть водное препятствие.
3. Нажать на педаль акселератора, чтобы на безопасной скорости, ограниченной в городе 60 км/ч, проверить «дождевые» свойства резины.

24

Разрешается ли Вам устанавливать на одну ось легкового автомобиля шины с различным рисунком протектора?

1. Разрешается, если автомобиль используется только в сельской местности.
2. Разрешается только перед продажей автомобиля.
3. Разрешается, если рисунок протектора уже неразличим.

25



Что Вы должны сделать при проезде пешеходного перехода?

1. Включить звуковой сигнал, чтобы исключить переход пешеходов через проезжую часть до Вашего проезда.
2. Ни в коем случае не останавливаться в связи с риском получить удар сзади.
3. Действия водителя могут быть любыми, так как пешком передвигаются только неудачники.

26

В каком случае Вам запрещается эксплуатация автомобиля?

1. Не работает DVD-чейнджер или боковые солнцезащитные шторки.
2. Вы не можете попасть ключом в замок зажигания.
3. Вы не имеете к данному автомобилю никакого отношения.

27



Как Вы должны поступить в данной ситуации?

1. Вспомнить, когда заканчивается срок страховки Вашего автомобиля.
2. Притормозить, чтобы на расстоянии полюбоваться бесплатным зрелищем.
3. Выбрать, чью сторону выгоднее занять, и после этого предложить услуги свидетеля.

28



Что означает данный знак?

1. Разрешается движение со скоростью не более 69 км/ч.
2. Разрешается движение с любой скоростью, цифра «50» — стоимость проезда в условных единицах.
3. Ничего — знак забыли снять после ремонта дороги.

29



Ваши действия в данной ситуации:

1. Максимально прижаться вправо и ждать окончания проезда.
2. Аккуратно пристроиться в хвост последнему автомобилю и добраться до работы на 10 минут быстрее обычного.
3. Поехать домой и задуматься, чего Вы достигли в этой жизни.

30



Разрешено ли Вам обогнать мотоциклиста?

1. Разрешено.
2. Запрещено.

11



Нарушил ли водитель грузового автомобиля с разрешенной максимальной массой не более 3,5 т правила стоянки в данной ситуации?

1. Да.
2. Нет.

12



Вы намерены повернуть налево. Кому следует уступить дорогу?

1. Только пешеходам.
2. Только автобусу.
3. Автобусу и пешеходам.
4. Никому.

13



Вы намерены повернуть налево. Ваши действия?

1. Проедете перекресток первым.
2. Уступите дорогу автомобилю.

14



Обязан ли мотоциклист уступить Вам дорогу в данной ситуации?

1. Да.
2. Нет.

15



В данной ситуации Вам необходимо:

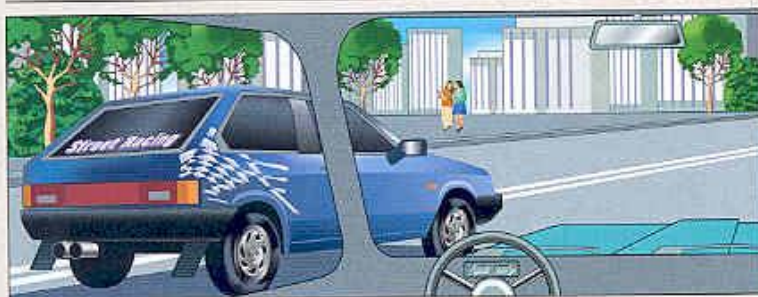
1. Резко затормозить и получить удар сзади.
2. Посмотреть, нет ли поблизости хозяина. Если нет — проехать, не снижая скорости.
3. Оценить стоимость собаки и восстановительного ремонта автомобиля и сделать правильный вывод.

11

В каком случае водитель автомобиля имеет преимущество перед другими участниками движения?

1. Только при включенном проблесковом маячке синего цвета и специальном звуковом сигнале.
2. Если стоимость его автомобиля превышает совокупную стоимость окружающих ТС.
3. Если водитель — настоящий мужчина.

12



Увидев автомобиль данного участника дорожного движения, Вы:

1. Должны понять, что перед вами водитель-ас, и уступить дорогу.
2. Должны догнать его и совершить опережение на следующем же светофоре.
3. Не пытаться обогнать данный автомобиль, пока не затонированы стекла и не куплена насадка на глушитель Вашей машины.

13

Как определить, сколько полос движения имеет проезжая часть?

1. По разметке, при ее наличии.
2. Количество полос зависит от плотности транспортного потока в данном направлении.
3. Это платная информация, которую может предоставить только сотрудник ГИБДД, обслуживающий данный участок.

14



Может ли мотоциклист претендовать на всю ширину полосы движения?

1. Нет, у него только два колеса.
2. Да, если его сопровождает автомобиль с охраной.
3. Это зависит от стоимости мотоцикла и экипировки водителя.

15

Оказание первой помощи пострадавшему

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ – это простейшие срочные меры, необходимые для спасения жизни и здоровья пострадавшим при повреждениях, несчастных случаях и внезапных заболеваниях. Она оказывается на месте происшествия до прибытия врача или доставки пострадавшего в больницу. Вы не должны пытаться лечить пострадавшего – это дело врача-специалиста.

Вывих – это смещение суставных концов костей, частично или полностью нарушающее их взаимное соприкосновение.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ должна состоять, как правило, в фиксации поврежденной конечности, даче обезболивающего препарата и направлении пострадавшего в лечебное учреждение. Фиксация конечности осуществляется повязкой или подвешиванием ее на косынке. При вывихах суставов нижней конечности пострадавший должен быть доставлен в лечебное учреждение в лежачем положении (на носилках), с подкладыванием под конечность подушек, ее фиксацией и даче пострадавшему обезболивающего средства. При оказании первой помощи в неясных случаях, когда не представилось возможным отличить вывих от перелома, с пострадавшим следует поступать так, будто у него явный перелом костей.

КРОВОТЕЧЕНИЕ

Кровотечением называют излияние крови из поврежденных кровеносных сосудов. Оно является одним из частых и опасных последствий ранений, травм и ожогов. В зависимости от вида поврежденного сосуда различают: артериальное, капиллярное и венозное кровотечения.

АРТЕРИАЛЬНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ возникает при повреждении артерий и является наиболее опасным.

ПРИЗНАКИ: из раны сильной пульсирующей струей бьет кровь алого цвета.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ направлена на остановку кровотечения, которая может быть осуществлена путем придания кровотокащей области приподнятого положения, наложения давящей повязки, максимального сгибания конечности в суставе и сдавливания при этом проходящих в данной области сосудов, пальцевое

прижатие, наложение жгута. Прижатие сосуда осуществляется выше раны, в определенных анатомических точках, там, где менее выражена мышечная масса, сосуд проходит поверхностно и может быть прижат к подлежащей кости. Прижимать лучше не одним, а несколькими пальцами одной или обеих рук.

Порядок наложения кровоостанавливающего жгута:

1. Жгут накладывают при повреждении крупных артерий конечностей выше раны, чтобы он полностью пережимал артерию.

2. Жгут накладывают при приподнятой конечности, подложив под него мягкую ткань (бинт, одежду и др.), делают несколько витков до полной остановки кровотечения. Витки должны ложиться вплотную один к другому, чтобы между ними не попадали складки одежды. Концы жгута надежно фиксируют (завязывают или скрепляют с помощью цепочки и крючка). Правильно затянутый жгут должен привести к остановке кровотечения и исчезновению периферического пульса.

3. К жгуту обязательно прикрепляется записка с указанием времени наложения жгута.

4. Жгут накладывается не более чем на 1,5-2 часа, а в холодное время года продолжительность пребывания жгута сокращается до 1 часа.

5. При крайней необходимости более продолжительного пребывания жгута на конечности его ослабляют на 5-10 минут (до восстановления кровоснабжения конечности), производя на это время пальцевое прижатие поврежденного сосуда. Такую манипуляцию можно повторять несколько раз, но при этом каждый раз сокращая продолжительность времени между манипуляциями в 1,5-2 раза по сравнению с предыдущей. Жгут должен лежать так, чтобы он был виден. Пострадавший с наложенным жгутом немедленно направляется в лечебное учреждение для окончательной остановки кровотечения.

ВЕНОЗНОЕ КРОВОТЕЧЕНИЕ возникает при повреждении стенок вен.

ПРИЗНАКИ: из раны медленной непрерывной струей вытекает темная кровь.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ заключается в остановке кровотечения, для чего достаточно придать приподнятое положение конечности, максимально согнуть ее в суставе или наложить давящую повязку.

ПЕРЕЛОМ

Перелом – это нарушение целостности кости, вызванное насилием или патологическим процессом. Открытые переломы характеризуются наличием в области перелома раны, а закрытые характеризуются отсутствием нарушения целостности покровов (кожи или слизистой оболочки). Следует помнить, что перелом может сопровождаться осложнениями: повреждением острыми концами отломков кости крупных кровеносных сосудов, что приводит к наружному кровотечению (при наличии открытой раны) или внутритканевому кровоизлиянию (при закрытом переломе); повреждением нервных стволов, вызывающим шок или паралич; инфицированием раны и развитием флегмоны, возникновением остеомиелита или общей гнойной инфекции; повреждением внутренних органов (мозга, легких, печени, почек, селезенки и др.).

ПРИЗНАКИ: сильные боли, деформация и нарушение двигательной функции конечности, укорочение конечности, своеобразный костный хруст.

ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ

Искусственное дыхание – неотложная мера первой помощи при утоплении, удушении, поражении электрическим током, тепловом и солнечном ударах. Осуществляется до тех пор, пока у пострадавшего полностью не восстановится дыхание.

МЕХАНИЗМ ИСКУССТВЕННОГО ДЫХАНИЯ следующий:

пострадавшего положить на горизонтальную поверхность;

очистить рот и глотку пострадавшего от слюны, слизи, земли и других посторонних предметов, если челюсти плотно сжаты – раздвинуть их;

запрокинуть голову пострадавшего назад, положив одну руку на лоб, а другую на затылок;

сделать глубокий вдох, нагнувшись к пострадавшему, герметизировать своими губами область его рта и сделать выдох. Выдох должен длиться около 1 секунды и способствовать подъему грудной клетки пострадавшего. При этом ноздри пострадавшего должны быть закрыты, а рот накрыт марлей или носовым платком, из соображений гигиены;

частота искусственного дыхания – 16-18 раз в минуту; периодически освобождать желудок пострадавшего от воздуха, надавливая на подложечную область.

МАССАЖ СЕРДЦА

Массаж сердца – механическое воздействие на сердце после его остановки с целью восстановления деятельности и поддержания непрерывного кровотока, до возобновления работы сердца.

МЕХАНИЗМ НАРУЖНОГО МАССАЖА СЕРДЦА заключается в следующем: при резком толчкообразном надавливании на грудную клетку происходит смещение ее на 3-5 см, этому способствует расслабление мышц у пострадавшего, находящегося в состоянии агонии. Указанное движение приводит к сдавливанию сердца и оно может начать выполнять свою насосную функцию – выталкивает кровь в аорту и легочную артерию при сдавливании, а при расправлении всасывает венозную кровь. При проведении наружного массажа сердца пострадавшего укладывают на спину, на ровную и твердую поверхность (пол, стол, землю и т.п.), расстегивают ремень и ворот одежды.

Оказывающий помощь, стоя с левой стороны, накладывает ладонь кисти на нижнюю треть грудины, вторую ладонь кладет крестообразно сверху и производит сильное дозированное давление по направлению к позвоночнику. Надавливания производят в виде толчков, не менее 60 в 1 мин. При проведении массажа у взрослого необходимо значительное усилие не только рук, но и всего корпуса тела. У детей массаж производят одной рукой, а у грудных и новорожденных – кончиками указательного и среднего пальцев, с частотой 100-110 толчков в минуту. Смещение грудины у детей должно производиться в пределах 1,5-2 см.

Эффективность непрямого массажа сердца обеспечивается только в сочетании с искусственным дыханием. Их удобнее проводить двум лицам. При этом первый делает одно вдувание воздуха в легкие, затем второй производит пять надавливаний на грудную клетку. Если у пострадавшего сердечная деятельность восстановилась, определяется пульс, лицо порозовело, то массаж сердца прекращают, а искусственное дыхание продолжают в том же ритме до

восстановления самостоятельного дыхания. Вопрос о прекращении мероприятий по оказанию помощи пострадавшему решает врач, вызванный к месту происшествия.

Замена колеса

Замену колеса нужно начинать в первую очередь с выбора безопасного участка дороги. Вы должны аккуратно съехать на обочину и припарковаться, так что бы вы не мешали другим автомобилистам. Конечно, эта процедура может показаться вам достаточно лёгкой, но не спешите делать выводы не редко об обратном свидетельствует многочисленные повреждения автомобилей, нанесённые хозяевами, которые пытались сделать эту процедуру без определённой сноровки.

- Сначала автомобиль нужно поставить на ручной тормоз.
- Что бы машина не укатилась, под колёса следует положить «башмаки».
- Что бы снятые вами гайки не потерялись их можно сложить в колпак для колеса.
- Далее вам следует достать запаску и положить её рядом, затем немного открутить гайки, но не переусердствуйте, а то навесу не успеете поймать колесо.
- Затем установите домкрат под небольшим углом на подставку, подставка нужна для устойчивости и для того что бы домкрат не уходил в мягкий грунт.
- Поднимая машину, наблюдайте за всей конструкцией, по мере необходимости поправляйте подставку.
- Теперь можно смело откручивать гайки с поврежденного колеса (в последнюю очередь откручиваются верхние).
- Затем приступайте к последней части ремонта, это установка запаски на пустое место, при этом плотно закручивайте болты, здесь нужно начинать с верхних болтов, а затем все остальные.

- Затяжку гаек нужно производить крест на крест, не стоит пренебрегать этим правилом. Болты нужно закручивать очень сильно, затем опустите автомобиль и докрутите до максимума.

- И вот наступает завершающая фаза всего этого мероприятия, проверка давления, при необходимости подкачайте колесо.

Нужно начинать в первую очередь с выбора безопасного участка дороги. Вы должны аккуратно съехать на обочину и припарковаться, так что бы вы не мешали другим автомобилистам. Конечно, эта процедура может показаться вам достаточно лёгкой, но не спешите делать выводы не редко об обратном свидетельствует многочисленные повреждения автомобилей, нанесённые хозяевами, которые пытались сделать эту процедуру без определённой сноровки.

- Сначала автомобиль нужно поставить на ручной тормоз.

- Что бы машина не укатилась, под колёса следует положить «башмаки».

- Что бы снятые вами гайки не потерялись их можно сложить в колпак для колеса.

- Далее вам следует достать запаску и положить её рядом, затем немного открутить гайки, но не переусердствуйте, а то навесу не успеете поймать колесо.

- Затем установите домкрат под небольшим углом на подставку, подставка нужна для устойчивости и для того что бы домкрат не уходил в мягкий грунт.

- Поднимая машину, наблюдайте за всей конструкцией, по мере необходимости поправляйте подставку.

- Теперь можно смело откручивать гайки с поврежденного колеса (в последнюю очередь откручиваются верхние).

- Затем приступайте к последней части ремонта, это установка запаски на пустое место, при этом плотно закручивайте болты, здесь нужно начинать с верхних болтов, а затем все остальные.

- Затяжку гаек нужно производить крест на крест, не стоит пренебрегать этим правилом. Болты нужно закручивать очень сильно, затем опустите автомобиль и докрутите до максимума.
- И вот наступает завершающая фаза всего этого мероприятия, проверка давления, при необходимости подкачайте колесо.

Вело - эстафета Преодоление дистанции за максимально короткое время

Спортивная эстафета

1 эстафета «Паровозик»:

На игровой площадке размечают линию старта и поворотный пункт. Игроки каждой команды строятся в колонну по одному за линией старта. По сигналу первые игроки бегут вперед, огибают поворотный пункт, возвращаются к своей команде и берут за руки вторых игроков. Затем они вместе таким же образом преодолевают препятствия, возвращаются, берут следующего игрока и пробегают путь уже втроем. Но нужно соблюдать одно правило: ни в коем случае нельзя расцеплять руки.

2 Эстафета « Переправа »

Участники строятся во встречных колоннах по одному на расстоянии 10 м одна от другой. Направляющие колонн первой группы получают по 3 деревянных дощечки, толщина и ширина которых не менее 10 см, длина - 25 см. Положив 2 дощечки (одну на линии старта, другую впереди, в шаге от первой), каждый из участников становится на дощечки обеими ногами, а третью дощечку держит в руках. По сигналу игрок, не сходя с дощечек, кладет третью дощечку перед собой и переносит на неё ногу, которая была сзади. Освободившуюся дощечку он перекладывает вперед и переносит на него ногу. Так игрок передвигается до противоположной стороны. Назад возвращается, бегом держа дощечки в руках. Побеждает команда, которая быстрее закончит эстафету.

3 Эстафета «Хоккеисты»

Команды строятся колонну по одному. Перед направляющим каждой команды на линии старта положены клюшка и теннисный мяч. В 15 м от линии старта

обозначена контрольная линия, на которой против каждой команды поставлена фишка. Между стартовой и контрольной линиями на расстоянии 3 м одна от другой расставлено четыре стойки. По сигналу направляющие игроки каждой команды берут клюшку, мяч и, обводя стойки, добегают до фишки, огибают её, после чего бегут обратно к линии старта, также с обводкой стоек. На старте они передают инвентарь очередным игрокам, а сами становятся в конец колонны. По условиям эстафеты запрещается пропускать и сбивать стойки.

4 Эстафета « Игольное ушко»

Вдоль линии эстафеты на земле лежат 3 обруча. Стартуя, первый должен добежать до первого обруча, поднять его и продеть через себя.

Затем со следующим обручем также. И так на обратном пути.

5 Комбинированная эстафета

Расставить фишки на расстоянии 1 м: 1 участник обводит фишки выполняя ведение футбольным мячом до ориентира обводит его и, возвращается назад, 2-3 участника удерживая мяч между двумя палками переносят его туда и обратно. Побеждает та команда, которая быстрее выполнит задание.

6 Перенос пострадавшего

Мама и папа, взявшись за руки, сажают ребенка на руки и бегут до стойки, обходят ее и возвращаются назад.