

PATEIKĖ
LukiLeu

ON
2013-02-10

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Vandens veiklos planavimas



Šiame straipsnyje aprašomos įvairios vandens pramogos ir paaiškinama, kaip teisingai jas planuoti. Atsižvelgiama į SLRG ir "Jugend und Sport" saugos instrukcijas.

Svarbi pastaba

Vandens pramogos yra labai populiarios, ypač stovyklose. Tačiau net ir paprasta veikla gali greitai tapti pavojinga, jei nesate tinkamai pasiruošę. Dėl šios priežasties būtinas geras pasiruošimas ir gerai apgalvota saugumo koncepcija. Tokią veiklą vandenyje taip pat turėtų vykdyti tik patyrę, apmokyti vadovai (ypač veiklą atvirame vandenyje).

Dalyvių plaukimo gebėjimų tikrinimas

Prieš užsiėmimą vandenyje svarbu išsiaiškinti dalyvių plaukimo gebėjimus. Tai galima padaryti pasiteiravus tėvų arba, dar geriau, prieš plaukimą. Po vieną vaiką turi nuplaukti maždaug 25 metrų atstumą. Taip galima geriausiai apžvelgti vaikų gebėjimus.

Vaikai, kurie nemoka gerai plaukti arba visai nemoka plaukti, turi būti visą laiką prižiūrimi!

Taisyklės

Prieš kiekvieną veiklą vandenyje reikia nustatyti taisykles. Jei dalyvis nesilaiko taisyklių, jis turi nedelsdamas palikti vandenį.

Iš esmės taikomos bent jau maudymosi taisyklės. Jas galima rasti čia.

Ežerų ir upių taisyklės

Veiklai prie jūros ir upės taikomos dar kelios taisyklės. Apie šias taisykles taip pat reikėtų pranešti:

- Gelbėjimosi liemenės negalima nusiimti.
- Visada reikia laikytis vadovo nurodymų.
- Gelbėjimosi liemenės švilpukai naudojami tik avariniu atveju.

SLRG upių taisykles taip pat galite rasti čia.

Jei dalyvis pakartotinai nesilaiko taisyklių, jis turi palikti vandenį.

Apsilankymas prižiūrimame vidaus ir (arba) lauko baseine

Apsilankymui uždarame baseine reikia mažiausiai pasiruošti. Vis dėlto patartina patikrinti plaukimo įgūdžius ir išsiaiškinti, kuriuos vaikus reikia nuolat prižiūrėti.

Prieš apsilankymą uždarame baseine patartina atlikti šiuos veiksmus:

- Informuoti uždarą baseiną apie grupės apsilankymą (jei įmanoma, pranešti vaikų ir vadovų skaičių)
- Jei įmanoma, iš anksto apsilankykite uždarame baseine

Paprastai rekomenduojama vieną kartą apsilankyti uždarame baseine prieš grupės apsilankymą, kad susidarytumėte bendrą vaizdą apie padėtį jame. Reikėtų atkreipti dėmesį į šiuos dalykus:

- Kur yra pavojingos vietos?
- Kur yra (pagalbos) telefonas?
- Kur yra defibriliatorius (paprastai su gelbėtoju)?
- Kur yra privažiavimo kelias greitosios pagalbos automobiliui?
- Kur yra vaistinė uždarame baseine (paprastai prie gelbėtojo)?
- Kur yra SOS mygtukai?
- Kur yra gelbėjimo įranga?

Baseino prižiūrėtojas mielai atsakys į visus jums rūpimus klausimus! Toliau pateiktas dokumentas gali padėti jums užsirašyti minėtą informaciją.

Lankantis uždarame baseine, patartina, kad kiekvienam 12 vaikų būtų bent vienas vadovas, turintis SLRG Brevet Basis Pool mokymus.

Priemonės, skirtos pasiruošti apsilankymui uždarame baseine

Darbalapis_Plus_Pool_e[1]

Lankymasis neprižiūrimame uždarame ir (arba) lauko baseine

Lankydamiesi neprižiūrimame baseine turite žinoti, kad nėra gelbėtojo, kuris galėtų padėti nelaimės atveju.

Labai svarbu, kad grupė prieš eidama į baseiną bent kartą būtų jame apsilankiusi. Čia taip pat reikėtų sutelkti dėmesį į šiuos dalykus:

- Kur yra pavojingų vietų?
- Kur yra (pagalbos) telefonas?
- Kur yra defibriliatorius (jei yra)?
- Kur yra privažiavimo kelias greitosios pagalbos automobiliui?
- Kur yra vaistinė (jei yra)?

- Kur yra SOS mygtukai?
- Kur yra gelbėjimo įranga?

Toliau pateiktas dokumentas gali padėti jums užfiksuoti šiuos dalykus.

Lankantis neprižiūrimame baseine, būtina, kad kiekvienam 12 vaikų būtų bent vienas vadovas, turintis SLRG "Brevet Plus Pool" mokymus su papildymu BLS/AED (CPR).

Pasirengimo darbalapis

Veikla ežere

Oro sąlygos

Saugumo sumetimais visa veikla ežere vykdoma tik esant geram orui. Prieš pradėdamas veiklą, grupės vadovas turi patikrinti, koks oras bus artimiausias kelias valandas. Jei numatomas blogas orų frontas, maudytis ežere reikėtų vengti.

Jei grupė jau yra vandenyje ir artėja blogas oro frontas, ji taip pat turėtų kuo greičiau palikti vandenį ir ieškoti prieglobsčio.

Reikėtų pažymėti, kad orai daro didelę įtaką ežerui. Dėl stipraus vėjo kyla bangos, srovės ir sparčiai krinta vandens temperatūra. Žaibo smūgis taip pat kelia mirtiną pavojų sausumoje ir vandenyje. Vasarą svarbų vaidmenį atlieka ir saulė bei karštis (perkaitimas gali įvykti ir vandenyje!). Todėl saulėtu oru vaikams patartina dėvėti kepures, kad jie būtų apsaugoti nuo saulės spindulių.

Daugumoje didesnių ežerų perspėjimo apie audras tarnyba taip pat skelbia perspėjimus apie artėjančias audras. Įspėjimas signalizuojamas oranžine mirksinčia šviesa.

- Įspėjamasis pranešimas - tai išankstinis pranešimas apie tikėtiną pavojų, kuris rodomas mirksint 40 kartų per minutę. Nedelsdami su grupe grįžkite į krantą.
- Perspėjimas apie audrą skelbia apie gresiantį pavojų ir rodomas mirksint 90 kartų per minutę. Nedelsdami su grupe palikite ežerą ir ieškokite prieglobsčio.

prižiūrimos maudynės jūroje

Prieš vykstant į pajūrio kurortą būtina atlikti šiuos veiksmus:

- Pranešti ežero kurortui apie grupės apsilankymą (jei įmanoma, pranešti vaikų ir vadovų skaičių)
- Prieš apsilankymą ežero kurorte

Prieš apsilankymą būtina bent kartą su grupe apsilankyti baseine. Čia taip pat reikėtų sutelkti dėmesį į šiuos dalykus:

- Kur yra pavojingų vietų?
- Kur yra (avarinis) telefonas?
- Kur yra defibriliatorius (paprastai prie gelbėtojo)?
- Kur yra privažiavimo kelias greitosios pagalbos automobiliui?
- Kur lido baseine yra vaistinė (paprastai prie gelbėtojo)?

- Kur yra SOS mygtukai?
- Kur yra gelbėjimo įranga?
- Kur yra maudymosi zona (pažymėta geltonais plūdurais)?

Gelbėtojas mielai atsakys į visus jums rūpimus klausimus! Toliau pateikiamas dokumentas gali padėti jums užrašyti minėtą informaciją.

Pagrindinė taisyklė: niekas neina už maudymosi zonos (pažymėtos geltonais plūdurais) ribų!

Įvairūs dalykai gali būti laikomi pavojingomis vietomis. Iš toliau pateikto sąrašo turėtumėte susidaryti vaizdą apie visus galimus pavojus:

- Ar maudymosi zonoje yra ežero įtekėjimas ir (arba) ištekėjimas?
- Ar yra seklumų?
- Ar maudymosi zonoje yra valčių?
- Ar ežere yra stipri srovė?
- Ar yra kitų pavojų (pvz., nardymo platforma)?

Gelbėtojas čia taip pat mielai suteiks informacijos!

Norint apsilankyti ežero baseine, patartina, kad kas 12 vaikų būtų bent vienas vadovas, turintis SLRG "Brevet Plus Pool" mokymus ir BLS/AED (CPR).

Darbalapis_Plus_Pool_e_02

Plaukimas per ežerą / plaukimas ne maudymosi zonoje

Turite žinoti, kad jei kertate ežerą arba plaukiojate ne maudymosi zonoje, gelbėtojų, kurie galėtų jums padėti nelaimės atveju, nėra. Dėl šios priežasties tokia veikla turėtų užsiimti tik geri plaukikai.

Tokiai veiklai reikia labiau pasiruošti. Reikia atsižvelgti į toliau nurodytus dalykus:

- Ar ežere yra pavojingų srovių?
- Ar ežere yra laivų eismas?
- Ar yra kitų pavojų (sūkuriai, nuodingos dujos, ...)?
- Kur yra didelių seklumų?
- Kur yra galimų išlipimo vietų?
- ...

Ypač laivybos eismo atveju reikia išsiaiškinti, ar apskritai galima kirsti ežerą. Informaciją gali suteikti ežero policija. Dėl visų kitų pavojų galima kreiptis į esamų ežero pakrančių kurortų gelbėtojus arba vietos plaukimo klubus.

Paprastai reikia laikytis ežero signalų, nes jie dažnai įspėja apie pavojus!

Kiekvieną plaukimą per ežerą turi lydėti bent viena pagalbinė valtis, kad būtų galima paimti nusilpusius ar sužeistus plaukikus.

Pagrindinė taisyklė: jokio plaukimo per ežerą be lydinčiosios valties!

Perplaukti ežerą galima tik plaukiant arba naudojant pelekus, kanopas ir pan. Visais atvejais dalyviai ir vadovai privalo dėvėti gelbėjimosi liemenes. Be to, lydinčioje valtyje yra vaistinė ir bent vienas metamas krepšys. Jei perplaukiama tik plaukiojant, rekomenduojama, kad dalyviai dėvėtų šviečiančią

plaukimo kepuraitę (pvz., geltoną), kad būtų geriau matomi vandenyje.

Plaustams, kurių borto ilgis didesnis nei 2,5 m, būtina gauti laivybos institucijos leidimą plaukti viešaisiais vandenimis, jei paliekama kranto zona (150 m).

Toliau pateikiamas dokumentas skirtas padėti planuoti tokią veiklą. Dokumentas išsamiau paaiškintas skyriuje "3x3 planavimo schema".

Perplaukiant ežerą kiekvienam 10 vaikų reikia bent vieno vadovo, turinčio SLRG "Brevet Plus Pool" mokymus su papildymu BLS/AED (CPR). Be to, bent vienas vadovas turi turėti ežero priedėlį.

Veikla upėje

Veikla upėje yra pati pavojingiausia, todėl jai reikia labai gerai pasiruošti. Tokią veiklą taip pat turėtų planuoti ir vykdyti tik patyrę ir apmokyti gidai.

Baltojo vandens sudėtingumo lygiai

Upės skirstomos į šešis skirtingus sudėtingumo lygius. Šių lygių charakteristikos išvardytos toliau:

I lygis (nesudėtinga):

- reguliari tėkmė
- reguliarios bangos
- nėra bangavimo
- paprastos kliūtys

Pavyzdys: Reuss (Melingen-Windisch), Thur (Frauenfeld-Andelfingen), Ticino (Biasca-Bellinzona)

II lygis (vidutiniškai sudėtingas):

- laisvi perėjimai
- netaisyklinga srovė
- netaisyklingos bangos
- vidutinis bangavimas
- silpni sūkuriai, sūkuriai ir spaudžiantis vanduo
- paprastos kliūtys srovėje
- mažesni etapai

Pavyzdys: Engelbergeraa (Grafenort-Stans), Hinterrhein (Thusis-Reichenau), Simme (Garstatt-Heidenweidli)

III lygis (sudėtingas):

- Aiškūs ruožai
- netaisyklingos bangos
- didelės bangos, sūkuriai, sūkuriai ir spaudžiantis vanduo
- atskiri blokai
- Žingsniai
- daugybė kliūčių srovėje

Pavyzdys: Moessa (Cama-Roveredo), Muota (Muotathal rezervuaras), Simme (Heidenweidli-Weissenburg)

IV lygis (labai sudėtingas):

- Perėjimai nėra lengvai atpažįstami
- Paprastai būtina atlikti žvalgybą
- didelis ir nuolatinis bangavimas
- galingi sūkuriai, sūkuriai ir spaudžiantis vanduo
- Blokai, pasislinkę į srovės traukinį
- aukštesnės pakopos su grįžtamuoju srautu

Pavyzdys: Engstligen (Achseten-Frutigen), Inn (Giarsun-Ardez), Landquart (Küblis-Fideris)

V lygis (labai sudėtingas):

- Būtinas žvalgymas
- ekstremalus bangavimas, ritiniai ir spaudžiantis vanduo
- siauros užtvankos
- didesni nuolydžiai su sudėtingais įvažiavimais ir išvažiavimais

Pavyzdys: Innas (Brailschlucht), Lonza (Riederschellen), Lütschine (Bicok atkarpa virš Wilderswil)

VI lygis (plaukiojimo galimybių riba):

- paprastai neįmanoma
- galimas plaukiojimas esant tam tikram vandens lygiui
- didelis pavojus

Veikla upėse iki II vandens lygio imtinai leidžiama pagal programą "Jaunimas ir sportas".

Pavojai upėje

Upėje gali kilti šie pavojai:

- Upės vingiai (užtvara, sūkurys, ...)
- Sūkuriai
- Grybai ir sankryžos
- Valtelės
- Natūralios kliūtys
- Dirbtinės kliūtys
- Atgaliniai vandenys
- Žemutinės plovyklos
- Aukštas vanduo
- Šaltas vanduo (hipotermija, šokas)

Paprastai reikia laikytis upės signalų, nes jie dažnai įspėja apie pavojų!

Oro sąlygos

Saugumo sumetimais visa veikla upėje vykdoma tik esant geram orui ir normaliam vandens lygiui. Prieš pradėdamas užsiėmimą grupės vadovas turi patikrinti, koks oras bus artimiausias kelias valandas. Jei numatomas blogas oro frontas, vandens pramogos turi būti nutrauktos.

Jei grupė jau yra vandenyje ir artėja blogo oro frontas, ji taip pat turi kuo greičiau palikti vandenį ir ieškoti prieglobsčio.

Reikėtų pažymėti, kad orai daro didelę įtaką upės eigai. Dėl staigaus gausaus lietaus gali greitai pakilti vandens lygis. reikia atsižvelgti į upės baseiną. Stipraus lietaus požymis upės aukštupyje gali būti, kai vanduo tampa žemiškai rudos spalvos. Mirtiną pavojų sausumoje ir vandenyje taip pat kelia žaibo smūgis. Vasarą svarbų vaidmenį atlieka ir saulė bei karštis (perkaitimas gali įvykti ir vandenyje!). Todėl saulėtu oru vaikams patartina dėvėti kepuraites, kad apsisaugotų nuo saulės spindulių.

Judėjimas upėje

Pagal Jaunimo ir sporto programą leidžiami šie judėjimo būdai:

- Plaukimas
- Plaustas
- Pripučiama valtis
- Guminė baidarė
- Atviros kanojos
- Vamzdžiai (sunkvežimių vamzdžiai)

Plaukti plaustais upėmis ir plaukioti hidroplaustais draudžiama!

Plaustams, kurių borto ilgis didesnis nei 2,5 m, plaukioti valstybiniuose vandenyse reikia gauti laivybos tarnybos leidimą

Įranga

Vykstant į upę svarbu turėti ir naudoti tinkamą įrangą.

Asmeninė įranga:

- Gelbėjimosi liemenė su apykakle (apsauga netekus sąmonės) arba liemenė su šonkauliais ar plokštelėmis (be apsaugos netekus sąmonės)
- Plaukimo kelnės ir (arba) suknelė
- Lietaus liemenė (apsauga nuo vėjo, kad nesušaltų)
- Atsarginiai neperšlampami apatiniai drabužiai (jei gabenami laivu)
- Seni sportiniai bateliai (apsaugo nuo pėdų sužalojimų)
- Apsauga nuo saulės
- galbūt hidrokostiumas
- galbūt šalmas (priklausomai nuo maršruto)
- Avarinė paklodė
- Gėrimai ir maistas

Atsarginius drabužius taip pat galima vežtis automobiliu sausumoje, kad jie nesušlaptų.

Paprastai asmeninę įrangą būtina patikrinti prieš kiekvieną vandens pramogą!

Grupės medžiaga:

- Žemėlapis, upių vadovas, kompasas
- Pirmosios pagalbos rinkinys, gelbėjimo antklodė
- Signalinė švilpynė
- Metimo krepšys
- Dagtis, sulankstomas peilis (jei reikėtų nupjauti virvę!)

- Mobilusis telefonas (supakuotas neperšlampamas)
- Informacijos apie veiklą vandenyje lapas (žr. toliau)

Lankstinukas_Vandens veikla

Planavimas

Toliau pateikti punktai skirti trumpai apžvelgti, į ką reikėtų atsižvelgti planuojant tokią vandens veiklą upėje.

Reikalavimai:

- Kokio tipo valtis / plaustas bus naudojamas vandens veiklai?
- Kas ir kiek dalyvių plauks kartu?
- Koks maršrutas / upė bus pasirinktas?
- Kokių įgūdžių turi turėti dalyviai?
- Ar yra kokių nors kantono taisyklių?
- Kokią įrangą galima įsigyti?
- Kokia yra asmeninė įranga?
- Kiek laiko trunka veikla?
- Kokių ankstesnių žinių turi dalyviai?
- Kokių specialių žinių turi vadovai?
- Ar reikalingas papildomas specialistas?

Pasirengimas:

- Nustatykite datą / ekskursijos datą
- Pasirinkite upės maršrutą (išsiaiškinkite su vandens žemėlapiais, upių gidu, ...)
- Žvalgyba 1:1 (plaukimas valtimi upe, pavojingų vietų įvertinimas, galimų įplaukimo ir išplaukimo vietų nustatymas, optimalaus vandens lygio įvertinimas)
- Pasirinkite įdomų maršrutą ir (arba) stoteles
- Jei reikia: Užsiregistruokite kantono laivybos institucijoje
- Aptarkite saugumo koncepciją su vadovų komanda
- Parenkite alternatyvią programą
- Gaukite vandens lygio ir oro sąlygų ataskaitą
- Priimti sprendimą dėl renginio vykdymo/atšaukimo

Jaunimo ir sporto departamento nurodymai:

Kiekvienam 12 vaikų (Y+S) / 8 vaikams (SLRG), vykdant vandens pramogas upėje, būtinas bent vienas vadovas, turintis SLRG Brevet Plus Pool kvalifikaciją su BLS/AED (CPR) priedu. Be to, bent vienas vadovas turi turėti priedą "Upė". Jaunimui ir sportui taip pat reikalingas vadovas, turintis J+S 1 kvalifikaciją su papildomu vandens veiklos saugos moduliu.

Visos naudojamos valtys ir (arba) plaustai turi būti nenuskendę! Be to, privaloma dėvėti gelbėjimosi liemenes.

Saugos koncepcija:

- Nustatykite išvykimo vietas (pažymėkite žemėlapyje ir susitarkite dėl susitikimo vietos)
- Prieš pat startą gauti informacijos (apie pavojus, vandens sąlygas, ...)
- Alternatyvos (jei esama padėtis nepalanki, atšaukite veiklą)
- Nustatykite elgesio taisykles (aptarkite prieš išvykdami)

- Ryšiai (vizualinis ryšys su valtimis, kontaktinis punktas kilus neaiškumams, kur yra ekspertas, kur yra pagalbos telefonas)
- Įranga (patikrinkite visus dalyvius, pasiimkite su savimi atsarginę įrangą, supakuokite visą įrangą nepralaidžią vandeniui)
- Avarinės situacijos lapas (užpildykite, turėkite pasiruošę, paaiškinkite, kaip elgtis)
- Avarinės medžiagos (pasiimkite su savimi vaistinėlę, turėkite po ranka šiukšlių maišą)

Toliau pateiktas dokumentas skirtas padėti jums suplanuoti tokią veiklą. Dokumentas išsamiau paaiškintas skyriuje "3x3 planavimo schema".

Planavimas_a_laisvojo_vandens_veikla_01

3x3 planavimo schema

Šis sąrašas skirtas padėti jums užpildyti 3x3 planavimo schemą planuojant veiklą atvirame vandenyje.

namuose

Sąlygos:

- Dabartinė orų prognozė
- Metų laikas
- Patikimas asmuo vietoje
- Temperatūra (vandens ir (arba) oro)
- Taisyklės, įstatymai (leidimai)

Vietovė:

- Ežero / upės žemėlapis, reljefo žemėlapis, aerofotografijos
- Nuosavos žinios (žvalgyba / nuotraukos)

Grupė:

- Kiek dalyvių atvyks?
- Įranga, patirtis, kompetencija ir pan.
- Kiek patirties turiu kaip vadovas?

Regione

Sąlygos:

- Orai (kritulių kiekis, temperatūra, vėjas)
- Orų prognozės

Vietovė:

- Ar mano idėja teisinga (įvažiavimo ir išvažiavimo vietos, įkalnės ir t. t.)?
- Ar esamos srovės yra priimtinos?
- Vandens lygis (atviros užtvankos)

Grupė:

- Kas ten iš tikrųjų yra (įranga, būklė)?
- Motyvacija, grupės dinamika
- Asmeninis vadovo pasirengimas (galima liga)
- Asmeninė atsakomybė

veiklos metu

Sąlygos:

- Vandens temperatūra
- Vandens spalva
- Oro sąlygos
- Nutraukimo kriterijai

Vietovė:

- Kas laukia priekyje?
- Ryšiai ir saugūs išvykimo taškai

Grupė:

- Grupė: nuolat tikrinkite dalyvių būklę (hipotermija, bloga savijauta, nuovargis ir pan.)
- Motyvacija, būklė, drausmė, grupės dinamika

Pastaba

Šis straipsnis nepakeičia apmokyto vadovo ir jokiu būdu neturėtų būti laikomas išsamiu. Jei nesate tikri, pasitarkite su kompetentingu vadovu arba nevykdykite šios veiklos.

Nuoroda į failą

- Visi darbalapiai yra iš SLRG. Su maloniu SLRG (Šveicarijos gelbėjimo asociacijos) leidimu
- Naujausią šių darbalapių versiją galite atsisiųsti čia.
- Lankstinukas apie užsiėmimus vandenyje yra iš Jugend und Sport.

Nuotraukų kreditai

- Viršelio nuotrauka: © Kasperline / pixelio.de

Weitere Informationen

Kategorijos
Žaidimai ir užsiėmimai

Žymos
Вода
Planavimas
Сигурност
Instrukcijos
Straipsnis

Amžius
Duomenų nėra.

Dalyvių skaičius
Duomenų nėra.

Biblija
Šios informacijos trūksta.

Trukmė
Duomenų nėra.

Medžiaga
Beveik be jokių pastangų

Failų atsisiuntimas
Galima atsisiųsti failą

KI Generierter Inhalt
Turinys
Kategorijos
Žymos
Amžius
Dalyvių skaičius
Biblija
Trukmė
Medžiaga

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/lt/wiki/art/vandens-veiklos-planavimas