

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

ДОРОГИЕ РЕБЯТА!

Все Вы с нетерпением ждете каникул. Летом - чтобы купаться и загорать, совершать увлекательные лодочные прогулки, зимой - вас ожидает пора подледной рыбалки, катания на санках, лыжах и коньках.

Нередко, увлеченные отдыхом и игрой, вы забываете элементарные правила поведения на водоемах. Между тем, вода не любит шуток и жестоко наказывает тех, кто пренебрегает правилами безопасности.

Чтобы предупредить вас от несчастных случаев мы наглядно покажем все то, что необходимо знать при отдыхе на водоемах.

Эти правила просты и основаны на многолетнем опыте. За пренебрежение ими придется расплачиваться здоровьем, а иногда и самой жизнью.

Помните! Кроме знания правил безопасного поведения на водоемах необходимы товарищеская взаимопомощь, хладнокровие, выдержка, а главное - предельная осторожность.

Желаем Вам хорошей учебы, отличного настроения и незабываемых каникул.

КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ



Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно свалиться в воду!



Не ныряйте в незнакомых местах!
Не известно, что там может оказаться на дне!



Не используйте для плавания самодельные устройства!
Они могут не выдержать ваш вес и перевернуться!



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах!

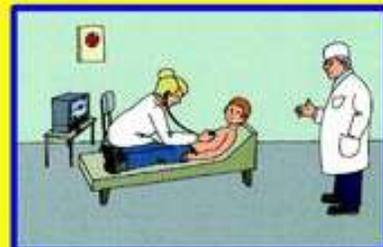


В воде избегайте вертикального положения.
Не ходите по илистому и заросшему водорослями дну.



Не боритесь с сильным течением!
Плывайте по течению постепенно приближаясь к берегу!

ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ ШКОЛЬНИК О МЕРАХ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ



Перед купальным сезоном обязательно посетите врача!



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь!
После приема пищи сделайте перерыв 1,5 - 2 часа!
Не купайтесь при температуре воды - ниже 18 градусов
воздуха - ниже 22 градусов!



Купайтесь только в разрешенных местах,
на благоустроенных пляжах!



Не купайтесь в штормовую погоду!
Берегитесь волны!



Не купайтесь у крутых обрывистых берегов
с сильным течением, в заболоченных и
заросших растительностью местах!



Не подплывайте к проходящим судам.
Не валяйтесь на технические
предупредительные знаки!

Правила поведения на воде





БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

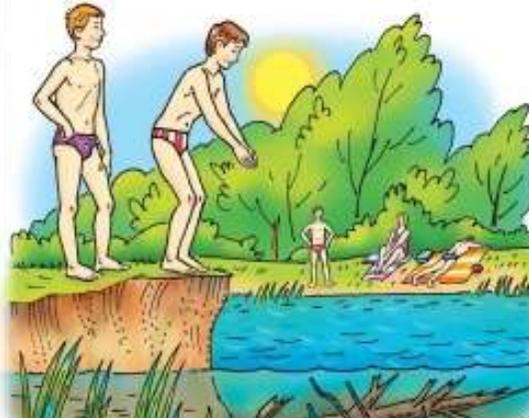
ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Купаться можно только в установленных местах.



Не купайтесь в неизвестных и не предназначенных для этой цели водоёмах!



Не ныряйте в местах с неизвестным рельефом дна!



Не заплывайте за ограничительные знаки мест, отведённых для купания! Не подплывайте к большим судам, весельным лодкам, баржам.

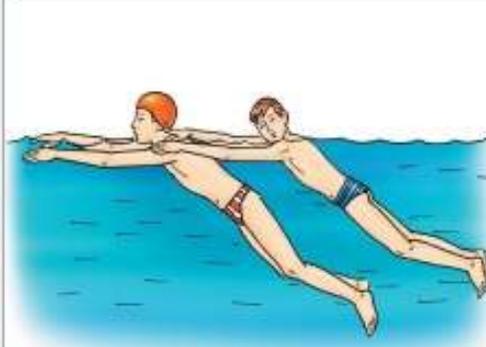
ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРпяЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ



Если при плавании свело ногу, то необходимо на секунду погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, сильно потянуть рукой ступню на себя за большой палец.



Если тонущий может ещё какое-то время самостоятельно оставаться на поверхности воды, достаточно бросить ему спасательный круг, за который он может держаться, пока к нему не подплывёт спасатель.



Если вы хороший пловец, такой способ транспортировки пострадавшего в воде наиболее приемлем.



Подплывать к тонущему следует осторожно. Брать утопающего безопаснее всего сзади под мышки и, поддерживая его лицо над водой, плыть к берегу.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ

Для того чтобы избежать несчастного случая на воде

НАДО:

- ✚ Пользоваться оборудованными пляжами.
- ✚ Научиться плавать.
- ✚ Перед тем как совершать дальние заплывы, научиться отдыхать на воде, лежа на спине и «поплавком».

НЕЛЬЗЯ:

- ✚ Прыгать с обрывов и случайных вышек, не проверив дно.
- ✚ Заплывать за буйки или пытаться переплыть водоемы.
- ✚ Купаться в нетрезвом виде.
- ✚ Устраивать в воде опасные игры.
- ✚ Долго купаться в холодной воде.
- ✚ Далеко отплывать от берега на надувных матрасах и кругах.



ОПАСНО,

находясь на лодках, пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов и плотин.

Оказание помощи тонущему человеку

НАДО:

- ✚ Быстро найти лодку или плавучие предметы (доску серфинга, автомобильную камеру, надувной круг, пластиковые бутылки и пр.). В лодку взять веревку.
- ✚ Попросить людей вызвать «Скорую помощь».
- ✚ Без плавсредств подплывать к утопающему вдвоем-втроем.
- ✚ Крикнуть утопающему, чтобы он не хватался за вас, и, подплыв сзади, обхватить рукой вокруг шеи и плыть с ним к берегу.
- ✚ Если он тянет вас ко дну, оглушить его ударом или нырнуть поглубже, и тогда он отпустит вас. В этом случае утопающего лучше транспортировать, ухватив за волосы.
- ✚ Когда человек утонул раньше, чем вы до него доплыли, при нырянии его следует искать, запомнив место по координатам на берегу.

Вытащив пострадавшего из воды, необходимо быстро очистить ему ротовую полость, положив животом на колено, выдавить из легких воду и начать реанимационные мероприятия.

Напоминаем номера телефонов:

Скорая медицинская помощь – «03», с мобильного «103»

Служба спасения – «01», с мобильного телефона «112», «101».

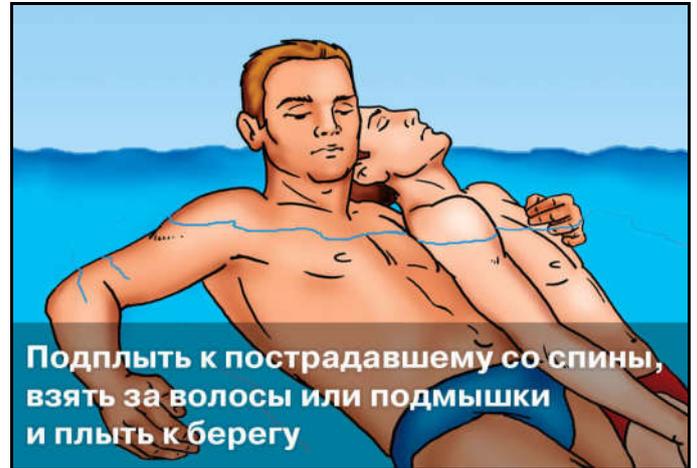


ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ

1. Извлечь пострадавшего

из воды. Подплывать к тонущему лучше сзади, чтобы он не смог вцепиться в вас – освободиться от такого захвата очень сложно. Если же тонущий все же схватил вас за руку или за шею, следует нырнуть – он рефлекторно разожмет руки.

При спасении утопающего следует точно оценить свои силы и возможности, без ложного геройства.



2. Определить тип утопления.

Когда в дыхательные пути и легкие попадает большое количество воды, возникает **«Мокрое»** утопление. Такое утопление характеризуется синюшным цветом лица и кожи.

«Сухое» утопление возникает, когда вода попадает в гортань и вызывает рефлекторный спазм, который приводит к асфиксии (удушью). Пострадавший сразу теряет сознание и опускается на дно.

3. При «мокром» утоплении:

- сначала удалить воду из дыхательных путей – перевернуть пострадавшего на живот, перекинуть его через бедро, похлопывать по спине; можно несколько раз сжать с боков грудную клетку;

- очистить полость рта от ила, рвотных масс, надавить на корень языка, чтобы появились рвотные движения;

- если нет кашля и рвоты, зрачки не реагируют на свет, отсутствует сердцебиение и дыхание, **приступить к**

реанимации – искусственному дыханию и непрямому массажу сердца.

Помните! Если человек пробыл под водой больше 15 минут при «мокром» утоплении, реанимация, как правило, уже бесполезна.

4. При «сухом» утоплении

нужно сразу приступать к реанимационным мероприятиям, предварительно проверив дыхание, пульс и реакцию зрачков на свет. При таком утоплении полноценное оживление возможно и после довольно долгого (вплоть до часа) пребывания пострадавшего под водой.

5. После оказания первой помощи,

пострадавшего следует **немедленно** госпитализировать.

