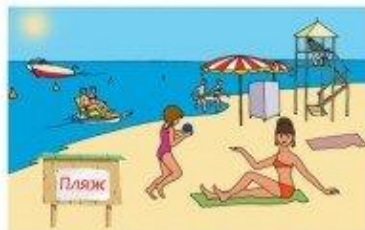


ОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

ГДЕ МОЖНО КУПАТЬСЯ?



ПОМНИТЕ, что купаться можно только в специально отведенных местах! Там проверено состояние дна, расчищен пляж и такие места находятся под присмотром служб спасения.

ОБЪЯВЛЕНИЕ О ЗАПРЕТЕ КУПАНИЯ – НЕ ПРИХОТЬ! Такие объявления ставят в местах, где купаться **ОПАСНО!** Там может быть замусоренное или топкое дно, быстрое течение или вода может не соответствовать санитарным нормам.

ОПАСНО!



Нырять только в проверенных, достаточно глубоких местах, с ровным дном. Не ныряйте в незнакомых местах. На дне могут оказаться посторонние предметы, дно может оказаться глубоким и илистым. Вы можете попасть в водоворот или в быстрое течение. Если вы не очень хорошо плаваете, то лучше воздержаться от ныряния.

НЕЛЬЗЯ!



НЕ ШАЛИТЕ НА ВОДЕ! Не толкайте товарища в воду – от неожиданности он может захлебнуться. Очень опасно хватать плывущего за ногу, окуная с головой в воду. Для тех, кто не умеет плавать, обязательно правило – заходить в воду только по пояс.

НА БЕРЕГУ



Катаясь на велосипедах, играя вблизи водоемов, переходя или переезжая их по мосткам, спускаясь к реке с крутых берегов, будьте внимательны!

ОСТОРОЖНО, СОЛНЦЕ! Используйте защитные космические средства. Не находитесь долго на солнце. Располагаясь лучше в тени. После купания вытрите насухо лицо и тело. Солнечные лучи, преломляясь через капли воды, незаметно могут вызвать ожоги.



Опасно купаться:

- у крутых, обрывистых и заросших берегов – в таких местах часто встречаются водовороты, быстрые течения, водоросли;
- в незнакомых местах, где неизвестно состояние дна;
- в местах сброса сточных вод.



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО! У вас может не хватить сил, или может свести ногу. Помочь вам, если вы на середине водоема, могут не успеть! Не купайтесь у пристаней и причалов. Можно попасть под проходящее судно, или вас может накрыть волной от него. Вас может увлечь за собой течение, возникающее около судов.

ВНИМАНИЕ, ВОДОВОРОТ!



Водовороты – очень большая опасность. Они затягивают человека на большую глубину и даже взрослый опытный пловец часто не в состоянии преодолеть силу водоворота.



Опасно купаться: в штормовую погоду! Волна может причинить большой вред, подхватив и закрутив, или ударить о дно. Можно потерять сознание и захлебнуться.



Не подплывайте близко к проходящим пароходам, катерам, баржам, лодкам. Не купайтесь в местах движения плавательных средств. Не катайтесь на лодках, катерах, гидроциклах в местах массового купания.

ВО ИЗБЕЖАНИЕ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ НЕЛЬЗЯ:



ПРЫГАТЬ С ОБРЫВОВ И ВЫШЕК,
НЕ ПРОВЕРИВ ДНО



ОСТАВЛЯТЬ У ВОДЫ ДЕТЕЙ
БЕЗ ПРИСМОТРА



ЗАПЛЫВАТЬ ЗА БУЙКИ ИЛИ
ПЫТАТЬСЯ ПЕРЕПЛЫВАТЬ ВОДОЕМЫ



КУПАТЬСЯ В ХОЛОДНОЙ ВОДЕ
(ТЕМПЕРАТУРА НИЖЕ
+18 ГРАДУСОВ ПО ЦЕЛЬСИЮ).



УСТРАИВАТЬ В ВОДЕ ОПАСНЫЕ ИГРЫ,
КАТАТЬСЯ НА САМОДЕЛЬНЫХ ПЛОТАХ



ПОДАВАТЬ ЛОЖНЫЕ
СИГНАЛЫ ТРЕВОГИ



ОТПЛЫВАТЬ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА
НА НАДУВНЫХ МАТРАЦАХ И КРУГАХ,
ОСОБЕННО, ЕСЛИ ВЫ НЕ УМЕЕТЕ ПЛАВАТЬ



КУПАТЬСЯ В НЕТРЕЗВОМ ВИДЕ



КУПАТЬСЯ В МЕСТАХ,
ГДЕ КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО



ПОДПЛЫВАТЬ БЛИЗКО
К СУДАМ, ЛОДКАМ, КАТЕРАМ

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ, ЗНАНИЕ И СОБЛЮДЕНИЕ КОТОРЫХ УМЕНЬШАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ

После того, как выбрано подходящее место следует наметить предел, за который нежелательно заплывать. В воду следует входить осторожно. Никогда не надо прыгать в воду в незнакомых местах.

Купаться лучше утром или вечером когда солнце греет, но нет опасного перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18-19. С, температура воздуха 20-25 С.

Продолжительность купания зависит от температуры воздуха и воды, от влажности воздуха и силы ветра. Начинать купание следует при температуре воды не ниже 20 градусов.



ОДНА ИЗ САМЫХ РАСПРОСТРАНЕННЫХ ПРИЧИН ГИБЕЛИ НА ВОДЕ - ЭТО НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ СОБЛЮДАТЬ НЕУКОСНИТЕЛЬНО

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждениями и запрещающими надписями;
- купаться в необорудованных, незнакомых местах;
- подплывать к вёсельным лодкам и другим плавсредствам;
- прыгать в воду с сооружений, не приспособленных для этих целей;
- загрязнять и засорять водоемы;
- распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- оставлять на берегу бумагу, стекло и другой мусор;
- играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также допускать в воде шалости, связанные с нырянием и захватом купающихся, особенно в глубоких местах;



подавать крики ложной тревоги.

Каждый гражданин обязан оказать посильную помощь терпящему бедствие на воде.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

Четыре-пять минут - это предельный срок, в течение которого человека можно вернуть к жизни после прекращения дыхания и кровообращения:

- подплывая к утопающему, надо обхватить его так, чтобы он не смог вцепиться в вас, лучше всего сзади за плечи;
- на берегу надо осмотреть пострадавшего, повернув на бок, прочистить нос и рот от песка, тины;
- положив пострадавшего животом вниз на свое колено так, чтобы голова свесилась, надавливая на спину, выплеснуть воду из желудка и дыхательных путей;
- после этого положить пострадавшего на спину, запрокинуть голову и начинать делать искусственное дыхание, сочетая с непрямой массажем сердца.



ЕСЛИ ВЫ ТОНЕТЕ, ТО НЕОБХОДИМО:

- подать сигнал голосом или рукой;
- в воде не надо сбрасывать одежду, которая может поддержать температуру тела на несколько градусов выше температуры водоема, в котором вы оказались;
- если свело ногу, желательно на секунду погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, сильно потянуть рукой на себя ступню за большой палец.



МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ МАЛОМЕРНЫХ ПЛАВСРЕДСТВ:



- все находящиеся на плавсредстве должны надеть (иметь) спасательные жилеты;
- в случае опрокидывания плавсредства, если оно находится на плаву, не разрешается отплывать от него, необходимо находиться рядом и использовать плавсредство как опору и ориентир для спасателей;

При обучении плаванию ответственность за безопасность несет преподаватель (инструктор, тренер), проводящий обучение или тренировки.

При групповом обучении плаванию группы не должны превышать 10 чел. За группой должны наблюдать опытный спасатель и медицинский работник.

Обучение плаванию должно проводиться в специально отведенных местах.