

АЗБУКА безопасности: правила поведения НА ВОДЕ в летнее время

Общие правила безопасного поведения на воде



КУПАТЬСЯ МОЖНО ТОЛЬКО
В УСТАНОВЛЕННЫХ МЕСТАХ,
НА БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ.



НЕ КУПАЙТЕСЬ В НЕИЗВЕСТНЫХ
И НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННЫХ
ДЛЯ ЭТОЙ ЦЕЛИ ВОДОЁМАХ.



НЕ НЫРЯЙТЕ И НЕ ПРЫГАЙТЕ В МЕСТАХ
С НЕИЗВЕСТНЫМ РЕЛЬЕФОМ ДНА. НЕ
СТОЙТЕ И НЕ ИГРАЙТЕ В ТЕХ МЕСТАХ,
ОТКУДА МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ЗА ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫЕ
ЗНАКИ МЕСТ, ОТВЕДЕННЫХ ДЛЯ
КУПАНИЯ! НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К СУДАМ,
ВЕСЕЛЬНЫМ ЛОДКАМ, БАРЖАМ.



НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ,
ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЕГО, ЧТОБЫ ПРИБЛИЗИТЬСЯ
К БЕРЕГУ. НЕ КУПАЙТЕСЬ
В ШТОРМОВУЮ ПОГОДУ.



НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ И НЕ
ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ. ПОСЛЕ ПРИЁМА
ПИЩИ СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ 1,5-2 ЧАСА.
НЕ КУПАЙТЕСЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ
ВОДЫ НИЖЕ 18°, ВОЗДУХА НИЖЕ 22°.



НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ СА-
МОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА. ОНИ МО-
ГУТ ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ! НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ
ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ МА-
ТРАСАХ, АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ.



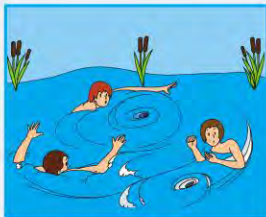
НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ ПРИ ДВИ-
ЖЕНИИ ЛОДОК И КАТЕРОВ. НЕ САДИ-
ТЕСЬ НА БОРТА И НЕ СТОЙТЕ НА СИ-
ДЕНЬЯХ! НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ. НЕ
ОТПЛЫВАЙТЕ ОТ ПЕРЕВЕРНУВШЕЙСЯ
ЛОДКИ ДО ПРИЫТИЯ ПОМОЩИ.

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

Простые правила:



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.



Не боритесь с сильным течением! Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.



Не прыгайте в незнакомых местах!



Не подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки!



Не купайтесь в штормовую погоду, берегитесь волн!



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



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь. Не купайтесь, если температура воды ниже 18°C.



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут перевернуться.

Помните, что в первую очередь на пляже необходимо надевать головной убор, так как может произойти солнечный удар.



Не ходите на пляж без родителей или старших братьев и сестёр. Всегда говорите им если куда то уходите.

Не купайтесь в местах, где много веток и водорослей и нет хорошего входа в воду.



Не ныряйте и не прыгайте в воду в неизвестных местах - там могут быть коряги и камни, которых не видно.



Не играйте в воде в игры связанные с долгими ныряниями и захватом. Не заходите на глубину - ноги всегда должны доставать до дна. Не топите друг друга!



Не играйте вблизи от воды в местах, где можно случайно упасть в воду на глубину.



Нельзя звать на помощь в шутку, если ничего не случилось. Первый раз взрослые прибегут, а на второй раз, когда дело будет серьёзно - могут уже не поверить.



Если не умеете плавать, обязательно наденьте спасательный жилет или плавайте в спасательном круге.

Будьте аккуратны - течение может занести вас на глубину, а спасательное средство - сдуться.



При катание на лодке, не садитесь на один борт и не раскачивайте лодку - она может опрокинуться. Не ныряйте с лодки в воду и не перепрыгивайте с одной лодки на другую.



Перед катанием проверьте, всё ли есть в лодке (черпак, вёсла, спасательный круг). Не перегружайте лодку.



РОДИТЕЛЬСКИЕ ЗАБЛУЖДЕНИЯ



ЗАБЛУЖДЕНИЕ 1

Более половины родителей думают, что если они находятся рядом с ребенком, то смогут его услышать.

Реальность

Тонут бесшумно. Изредка можно услышать только очень тихие всплески и вскрики.



ЗАБЛУЖДЕНИЕ 2

Каждый третий родитель может оставить ребенка одного в бассейне на несколько минут.

Реальность

Тонут быстро. Если ребенок начал тонуть, у вас есть меньше минуты для реакции.



ЗАБЛУЖДЕНИЕ 3

Многие родители думают, что если возле воды есть спасатель, то он должен следить за их ребенком.

Реальность

Следить за ребенком ваша обязанность! Работа спасателя - следить за порядком, обеспечивать безопасность и оказывать первую помощь.



ЗАБЛУЖДЕНИЕ 4

Большинство родителей уверены, что если их ребенок посещал курсы плавания, то он в безопасности.

Реальность

Курсы плавания необходимы, но навыки у всех детей разные. Статистика показывает, что 47% детей, утонувших в возрасте от 10 до 17 лет, умели плавать.

НАВЫКИ ДЛЯ ВЫЖИВАНИЯ В ВОДЕ

5 навыков, которые могут спасти вашу жизнь, когда вы находитесь в воде



1 Нырните под воду и вернитесь на поверхность.



2 Продержитесь на поверхности больше одной минуты.



3 Сделайте полный оборот вокруг своей оси. Это поможет найти выход из воды.



4 Проплывите минимум 25 метров.



5 Выберитесь из бассейна, не используя лестницу.

СОВЕТЫ ПО БЕЗОПАСНОСТИ В ВОДЕ



- Всегда следите за детьми, когда они в воде или возле воды.
- Обучите ребенка 5 навыкам для выживания в воде.
- Научитесь оказывать первую неотложную помощь.
- Сделайте ограждение вокруг бассейна.