



# Правила безопасности на водных объектах в летний период

*Только неукоснительное соблюдение правил безопасности на воде может предупредить беду!*





## ***Необходимо соблюдать следующие основные правила безопасности на водных объектах в летний период:***

- купание разрешается в специально отведенных для этого местах (пляжи)
- во время купания не заплывайте за буйки
- не купайтесь в незнакомых местах! Ведь там могут скрываться опасности: неравномерное дно, водовороты, водоросли и т.п.
- не устраивайте во время купания шумные игры на воде – это опасно! Можно не услышать крики о помощи. Также категорически запрещены игры, во время которых нужно захватывать и топить других



## ***Необходимо соблюдать следующие основные правила безопасности на водных объектах в летний период:***

- не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что может привести к остановке сердца
- нельзя купаться в темное время суток, так как в воде можно потерять ориентир и направление к берегу
- опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах, так как ветром или течением их может отнести от берега и человек, не умеющий плавать, может пострадать



## ***Необходимо соблюдать следующие основные правила безопасности на водных объектах в летний период:***

- категорически запрещается прыгать в воду с обрывов, мостов или других возвышений. Не менее опасно нырять с плотов, катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна – топляки, сваи, рельсы, железобетон и другие конструкции. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных!
- нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов, песчаное дно бывает зыбучим, что очень опасно!
- в водоемах с водорослями надо плыть у поверхности воды
- если Вы решили покататься на лодке, катамаране или гидроцикле – необходимо надеть спасательный жилет



***Соблюдение правил безопасности на воде в купальный сезон – залог сохранения здоровья и спасения жизни многих людей.***

***Поэтому, находясь у воды, никогда нельзя забывать о собственной безопасности. Более того, надо быть готовым помочь другому.***





## Действия, которыми можно помочь себе:



- не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне
- очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений
- зовите на помощь
- в случае возникновения судорог ущипните несколько раз икроножную мышцу, если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его
- попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу
- оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.
- запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если все-таки не удастся освободиться от растений, то освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук



## Действия, которые нужно предпринять, если необходима помощь человеку, находящемуся в воде:

- необходимо позвать на помощь прохожих для оказания помощи утопающему;
- незамедлительно сообщить о происшествии по телефону «101» или «112»;
- подать тонущему средство спасения или воспользоваться подручными средствами спасения, такими как веревка, ремень, шарф с узлом на конце;
- добираясь до пострадавшего вплавь, учитывайте течение реки. Если тонущий не контролирует свои действия, подплывите к нему сзади и, захватив за голову, под руку, за волосы, буксируйте к берегу

Заговорите с ним:

если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега;

если же утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, то примените силу. Если освободиться от захвата не удастся, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого.

Он обязательно отпустит вас и у вас появится возможность удобно для вас взять в объятия тонущего и в таком положении добраться до берега:



# При спасении людей, оказавшихся в воде, используются следующие средства спасения:

## коллективные спасательные средства:

- спасательные плоты
- спасательные дежурные шлюпки



## индивидуальные средства спасения:

- спасательный жилет (нагрудник)
- спасательный круг
- спасательный линь (конец Александра)



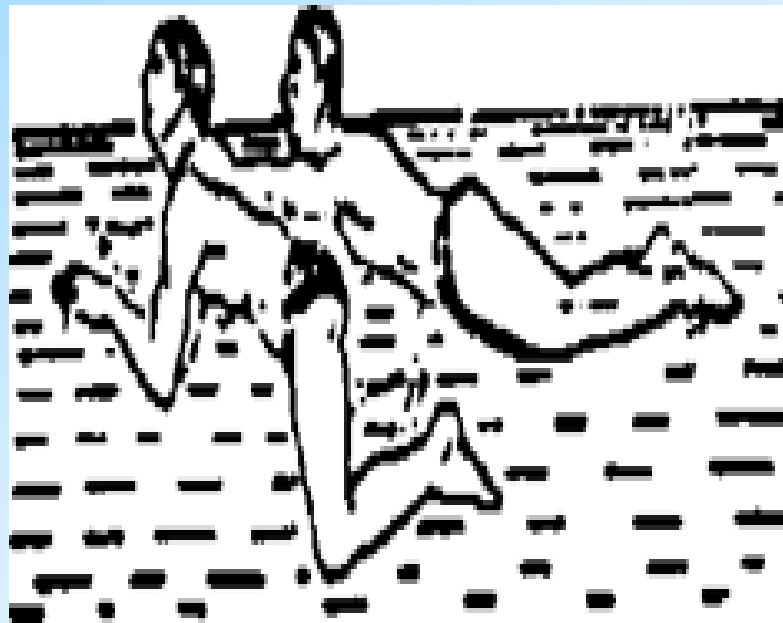
Помимо индивидуальных средств спасения используют простые подручные предметы:

- лестницы
- шесты, доски (палки)
- предметы одежды (ремни, шарфы и т.п.)

## *Оказание помощи на воде*

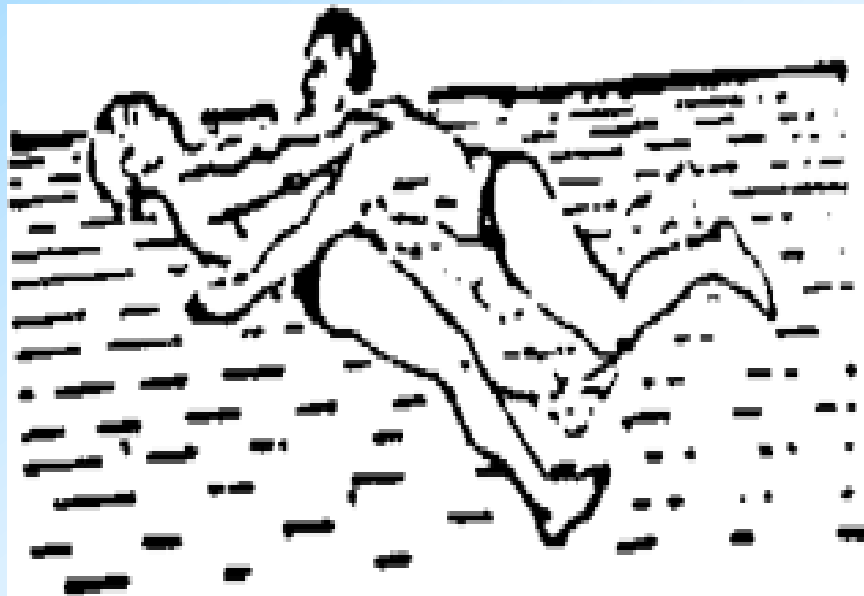
**Здесь возможны следующие способы:**

**1) оказывающий помощь подплывает к уставшему пловцу, который кладет вытянутые руки на плечо спасателю сзади. Плывая способом брасс, спасатель тянет уставшего пловца, а последний по возможности помогает буксировке, работая ногами.**



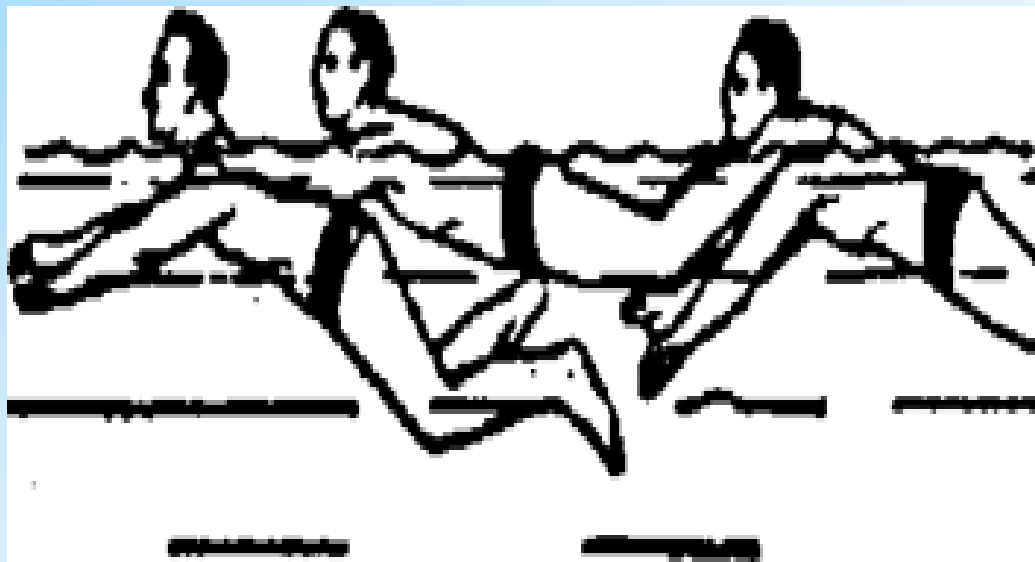
## *Оказание помощи на воде*

**2) уставший пловец плывет на спине, а оказывающий помощь наплывает на него со стороны ног и кладет на свои плечи свободно выпрямленные руки уставшего человека. Спасатель толкает впереди себя уставшего человека так, чтобы рот и нос уставшего пловца находились на поверхности воды**



## *Оказание помощи на воде*

**3) если помощь оказывают два спасателя, уставший пловец располагается между ними, положив выпрямленные ноги и руки на плечи спасателям. Оказывающие помощь плывут способом брасс. При этом ноги уставшего пловца должны быть расслабленными, чтобы не затруднять движения рук заднего пловца**



## *Основные приемы спасение на воде*

**К тонущему человеку подплывают сзади. Если это сделать невозможно, то следует поднырнуть под пострадавшего, захватить левой рукой под колено его правой ноги, а ладонью правой руки сильно толкнуть левое колено спереди и повернуть тонущего к себе спиной. Делать это нужно в тех случаях, когда пострадавший в панике совершает беспорядочные движения или сопротивляется**



## *Основные приемы спасение на воде*

**Захват утопающего за голову. Оказывающий помощь берет вытянутыми руками голову утопающего так, чтобы большие пальцы лежали на щеках, а мизинцы – под нижней челюстью, и плывя на спине, работая одними ногами, буксирует утопающего к берегу или к шлюпке, приподнимая его лицо над поверхностью воды.**





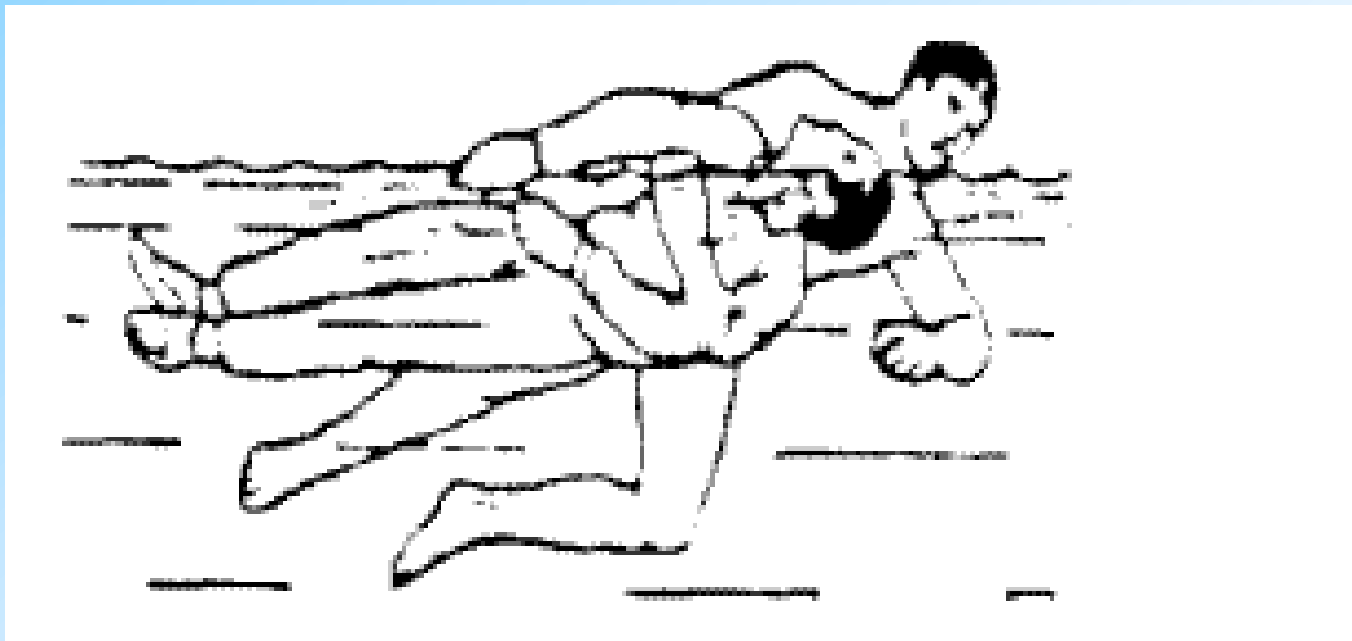
## *Основные приемы спасение на воде*

**Захват утопающего подмышки. Оказывающий помощь крепко подхватывает пострадавшего подмышки, как показано на рисунке и буксирует утопающего, пlying при помощи ног.**



## *Основные приемы спасение на воде*

**Захват утопающего под руки. Приблизившись сзади, спасатель продвигает свою правую руку под правую (левую) руку спасаемого, берет его за левую (правую) руку выше локтевого сгиба и прижимает спасаемого спиной к себе, а затем буксирует на левом (правом) боку.**





# Правила безопасности на водных объектах в летний период