

## **Методические рекомендации по безопасности жизни людей на водных объектах в летний период года**

**Основными причинами гибели на воде являются:**

1. Неумение плавать;
2. Употребление спиртного;
3. Оставление детей без присмотра;
4. Нарушение правил безопасности на воде.

Если взрослые гибнут, в основном по своей халатности, то гибель детей, как правило, на совести их родителей. Статистика свидетельствует, что среди тонущих около четверти составляют дети до 16 лет.

Несчастные случаи, происходят не только по причине нарушения правил поведения на воде, но и из-за купания в необорудованных водоёмах, аварий плавсредств. В последние годы большую популярность приобрёл подводный спорт и ныряние в маске. Купив дыхательную трубку, маску и ласты, некоторые считают, что они готовы осваивать подводную стихию. Однако неумение обращаться со снаряжением и баловство нередко заканчивается гибелью. Не все знают, что при длительном пребывании под водой, не имея возможности возобновить запас кислорода в организме, человек может потерять сознание и погибнуть. Поэтому невыполнение правил поведения на воде во время купания и катания на лодках приводит к несчастным случаям.

\*Нужно всегда помнить, что купаться безопасно только на благоустроенных пляжах, где все опасные места обозначены соответствующими знаками, а отдых на воде охраняют работники спасательных станций или постов.

\*Купаясь, не следует заплывать за буйки, указывающие границу заплыва, ибо дальше могут быть ямы, места с сильным течением, движение катеров, гидроциклов, лодок.

\*Некоторые, купаясь, заплывают за знаки запрета, всплывают на волны, идущие от катеров, гидроциклов, лодок. Этого ни в коем случае делать нельзя - можно попасть под лопасти винта и поплатиться своей жизнью.

\*Немало бывает случаев, когда отдельные товарищи, бравирюя своим мастерством, уплывают далеко от берега, купаются в запретных районах, прыгают в воду в незнакомых местах.

\*Уплыв далеко можно не рассчитать своих сил, поэтому, почувствовав усталость, не теряйтесь и не стремитесь быстрее доплыть до берега. Следует отдохнуть на воде, перевернувшись на спину и поддерживая себя на воде лёгкими движениями рук и ног.

\*Если попали в водоворот, наберите побольше воздуха в лёгкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплывите.

\* Если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывайте вниз по течению, постепенно, под небольшим углом приближайтесь к берегу.

\* Если нет поблизости оборудованного пляжа, надо выбрать безопасное место для купания с твёрдым песчаным, не засоренным дном, постепенным уклоном.

\* Никогда не прыгайте в воду в местах, не оборудованных специально: можно удариться головой о дно, камень или другой предмет, легко потерять сознание, нанести себе травму и погибнуть.

\* В водоёмах с большим количеством водорослей старайтесь плыть у самой поверхности воды, не задевая растений и не делая резких движений. Если же руки или ноги запутались в стеблях, сделайте остановку приняв положение «поплавок» и освободитесь от них.

\* Не плавайте на надувных матрацах, автомобильных камерах и надувных подушках. Ветер или течение могут отнести их далеко от берега, а волна захлестнуть. Если из них выйдет воздух, они потеряют плавучесть.

\* Если проводится массовое купание детей, то задача взрослых (инструктора по плаванию, родителей, педагогов и др.) прежде чем начать купание, пересчитать прибывших на пляж детей. Детям, не умеющим плавать, разрешается входить в воду только по пояс. После купания детей снова пересчитывают. На время купания детей, обязательно должны назначаться дежурные пловцы-спасатели которые обеспечивают тщательное наблюдение за купающимися детьми, а в случае необходимости и оказании немедленной помощи.

Для многих граждан купание и прогулки на гребных судах является излюбленным видом отдыха на воде. Но и катание на водах, как и купание, может привести к тяжёлым последствиям, если не знать или пренебрегать простыми, но важными правилами.

\* Прежде чем сесть на лодку, надо тщательно осмотреть её и убедиться в её исправности, а также наличии на ней уключин, вёсел и черпака для отливания воды. В лодке обязательно должны быть спасательный круг и спасательные жилеты по числу пассажиров.

\* На шлюпке (лодке) имеется надпись о количестве пассажиров, которое можно на неё принять. Поэтому нельзя перегружать лодку сверх нормы нельзя также сажать в лодку малолетних детей без взрослых. Воспрещается кататься на лодке и при большой волне.

\* Особенно надо быть внимательным во время движения лодки, не нарушать правил движения на реках и водоёмах данной местности, указанных в постановлениях городских или исполнительных районных комитетов.

## **МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ**

Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева.

Температура воды должна быть не ниже 17-19°; находиться в воде рекомендуется не более 20 минут; причём, время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 минут.

Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойдёт остановка дыхания и потеря сознания.

Не следует выходить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что влечёт остановку сердца.

Нельзя входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как спиртное блокирует сосудосужающий и сосудорасширяющий центр головного мозга.

Не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам и судам



## ЗНАКИ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ



Знак в зеленой рамке, надпись находится сверху (с указанием границ в метрах), ниже изображен плывущий человек. Знак укрепляется на столбе белого цвета.



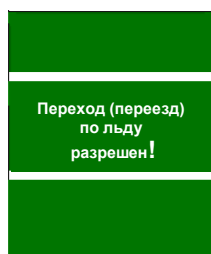
Знак в зеленой рамке, надпись находится сверху (с указанием границ в метрах), ниже изображена плывущая собака. Знак укрепляется на столбе белого цвета.



Знак в зеленой рамке, надпись находится сверху (с указанием границ в метрах), ниже изображены двое детей стоящих в воде. Знак укрепляется на столбе белого цвета.



Знак в красной рамке, перечеркнутый красной чертой по диагонали с верхнего левого угла (с указанием границ в метрах). Ниже изображен плывущий человек. Знак укреплен на столбе красного цвета.



Знак полностью покрашен в зеленый цвет, надпись посередине. Укрепляется на столбе белого цвета



Знак полностью покрашен в красный цвет, надпись посередине. Укрепляется на столбе красного цвета.

АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА БОРОВСКА **ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:**



# БЕРЕГИ СВОЮ ЖИЗНЬ!



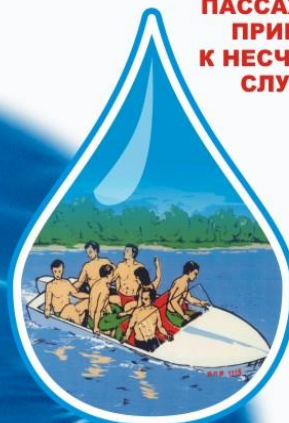
**НЕ КУПАЙТЕСЬ  
В НЕЗНАКОМЫХ  
МЕСТАХ!**



**ПЬЯНСТВО –  
ОСНОВНАЯ  
ПРИЧИНА  
ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ  
НА ВОДЕ!**



**ПЕРЕГРУЗ СУДНА  
ПАССАЖИРАМИ  
ПРИВОДИТ  
К НЕЩАСТНЫМ  
СЛУЧАЯМ**



**НАХОДИТЬСЯ  
НА РАЗМЫТЫХ  
БЕРЕГАХ  
ОПАСНО!**



**НАХОДИТЬСЯ  
НА РАЗМЫТЫХ  
БЕРЕГАХ  
ОПАСНО!**



**НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ  
ДЕТЕЙ У ВОДЫ  
БЕЗ ПРИСМОТРА!**

**БУДЬТЕ  
ОСТОРОЖНЫМИ  
НА ЛЬДУ РАННЕЙ  
ЗИМОЙ, ЛЁД  
МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ  
НЕПРОЧНЫМ**



**НЕ КАТАЙТЕСЬ  
НА ЛЬДИНАХ!**

## **НЕЗНАНИЕ, ДОВЕРЧИВОСТЬ И НЕБРЕЖНОСТЬ ПРИВОДИТ К ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ!**

ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ

СПАСЕНИЕ

ПОМОЩЬ

Инспекторский участок г. Таруса ГИМС  
МЧС России по Калужской области  
тел. 8(48435) 2-57-51

СЛУЖБА  
СПАСЕНИЯ

**01**



## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПРИ УТОПЛЕНИИ

Тарусский участок ГИМС МЧС России по Калужской области  
**ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:** Пренебрежение Правилами охраны жизни  
людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни  
тел. 8 (48435) 2-57-51

Выделяют два этапа оказания помощи при утоплении.

**ПЕРВЫЙ ЭТАП** - это действия спасателя непосредственно в воде, когда утопающий еще в сознании, предпринимает активные действия и в состоянии самостоятельно держаться на поверхности. В этом случае есть реальная возможность не допустить трагедии и отделаться лишь легким испугом.

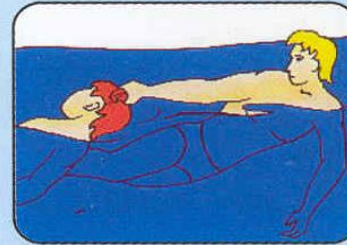
**ЗАПОМНИ!** Панический страх утопающего - смертельная опасность для спасателя.

Правила приближения к утопающему:

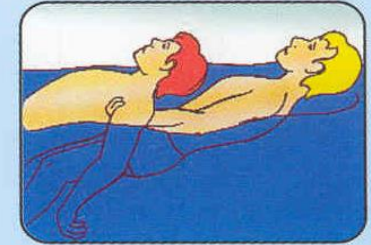
- Подплывать только сзади и лучше в ластах.
- Захватывать за волосы или за ворот одежды.
- Транспортировать на спине, придерживая его голову над водой.

**ВТОРОЙ ЭТАП** - действия спасателя на берегу. В том случае, когда из воды извлекают уже бездыханное тело и пострадавший находится без сознания, а зачастую и без признаков жизни, у спасателя, как правило, нет проблем с собственной безопасностью, но значительно снижаются шансы на спасение. Если человек пробыл под водой более 5-10 минут, вряд ли его удастся вернуть к жизни.

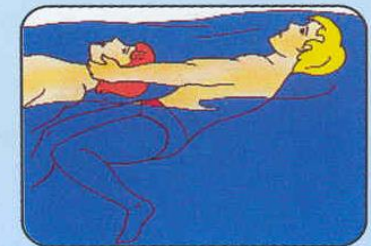
**ЗАПОМНИ!** На успех можно надеяться только при правильном оказании помощи, учитывая тип утопления.



За волосы



Под мышками



За голову

### ГЛАВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПРИ ТРАНСПОРТИРОВКЕ К БЕРЕГУ:

- быстрота движения;
- рот и нос утопающего - над водой.

## ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ



03

Вызовите  
**СКОРУЮ ПОМОЩЬ!**  
Пошлите  
кого-нибудь  
вызвать  
скорую помощь.



- ✓ Поместите пострадавшего на твердую поверхность.
- ✓ Определите наличие пульса.
- ✓ Прочистите верхние дыхательные пути.
- ✓ Определите наличие дыхания в течение 5 сек.
- ✓ Выполните 2 полных вдувания «Изо рта в рот».
- ✓ Сделайте 15 надавливаний на грудину.

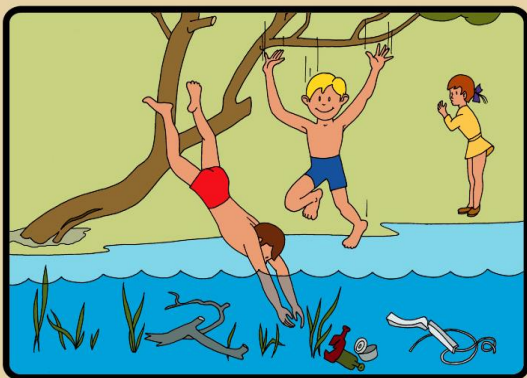


- ✓ Повторите циклы надавливания на грудину и вдуваний. Проведите еще 3 цикла из 15 надавливаний и 2-х вдуваний.
- ✓ Лучше, если эти действия будут проводить два человека.

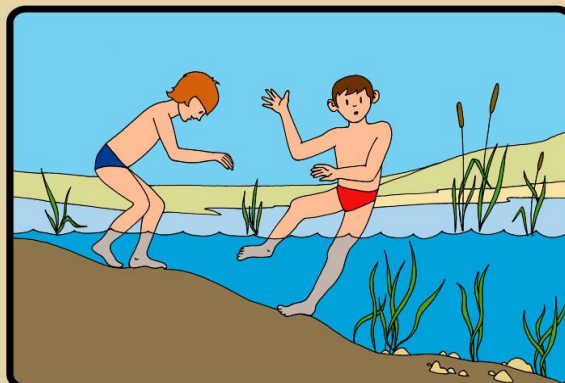


## КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ

**Тарусский участок ГИМС МЧС России по Калужской области  
ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:** Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на  
водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни!



**НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ !  
НЕ ИЗВЕСТНО, ЧТО ТАМ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ  
НА ДНЕ !**



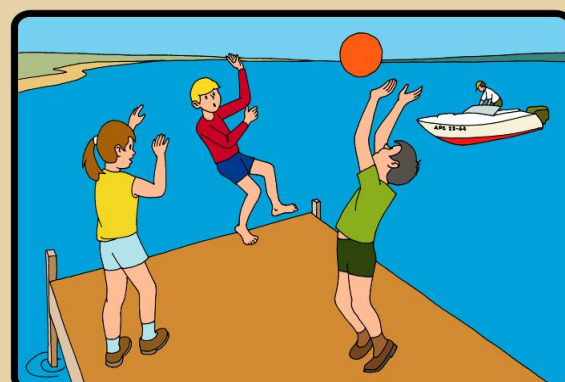
**В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ.  
НЕ ХОДИТЕ ПО ИЛИСТОМУ И ЗАРОСШЕМУ  
ВОДОРОСЛЯМИ ДНУ.**



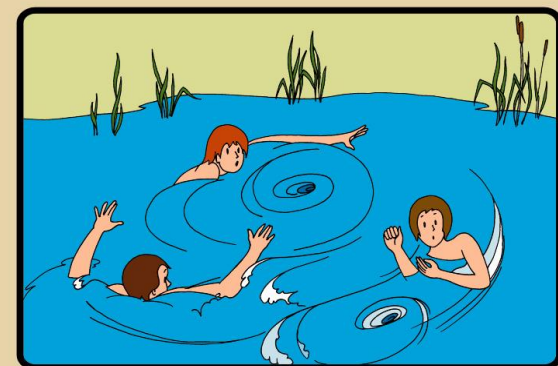
**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ  
УСТРОЙСТВА !  
ОНИ МОГУТ НЕ ВЫДЕРЖАТЬ ВАШ ВЕС И  
ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ !**



**НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ  
МАТРАСАХ И АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ !**



**НЕ СТОЙ И НЕ ИГРАЙ В ТЕХ МЕСТАХ, ОТКУДА  
МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ !**



**НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ !  
ПЛЫВИТЕ ПО ТЕЧЕНИЮ ПОСТЕПЕННО ПРИБЛИЖАЯСЬ  
К БЕРЕГУ !**



**МЫ ПЕРВЫМИ ПРИДЕМ ВАМ НА ПОМОЩЬ!**

**Единая служба спасения с мобильного телефона – 112  
Тарусский участок ГИМС МЧС России по Калужской области  
8 (48435) 2-57-51**

**ЕДИНАЯ  
СЛУЖБА  
СПАСЕНИЯ**





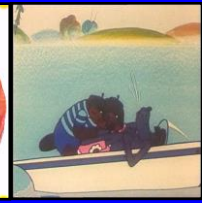
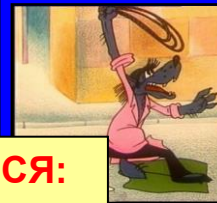
## ПРАВИЛА КУПАНИЯ В ДЕТСКОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ

Тарусский участок ГИМС МЧС России по Калужской области  
**ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:**

В лагерях отдыха детей, расположенных на водных объектах, где возможен отдых детей на воде и купание их при благоприятных метеорологических условиях, ответственность за безопасность детей и методическое руководство при обучении плаванию возлагается на инструктора по плаванию, либо другое должностное лицо.



Места массового отдыха детей на базах должны быть оборудованы спасательными средствами: спасательными кругами с линиями до 25 метров; концами Александрава.



### Во время купания **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**



Глубины в местах купания детей не должны превышать 1.2 метра



Подавать крики ложной тревоги бедствия



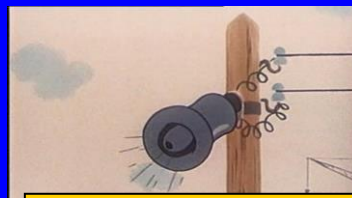
Проводить игры, связанные с нырянием и захватом купающихся



Каждый обязан оказать посильную помощь терпящим бедствие на воде



Использовать для купания доски, камеры и другие предметы



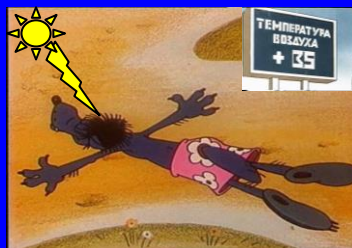
Слушайте информацию!



Шалить на воде



Заплывать за границу купания



**НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ  
НА СОЛНЦЕ!**

Единая служба спасения тел. – 01 с моб. –112  
Тарусский участок ГИМС МЧС России по  
Калужской области -8 (48435) 2-57-51



Прыгать в воду в неизвестных местах, с перил ограждений и других сооружений