



# *Безопасный отдых на водоемах*

# Правила безопасного поведения на воде

- 1. Купаться следует в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях.*
- 2. Не входите в воду в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголь блокирует нормальную деятельность головного мозга.*
- 3. В воде следует находиться не более 10-15 минут. При переохлаждении тела могут возникнуть судороги.*
- 4. При судорогах помогает укалывание любым острым предметом (булавка, щепка, острый камень и др.).*
- 5. Не подплывайте близко к идущим судам. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт.*
- 6. Опасно прыгать или нырять в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.*
- 7. Не допускайте грубых игр на воде. Нельзя подплывать под купающихся, «топить», подавать ложные сигналы о помощи и др.*
- 8. Не оставляйте возле воды малышей. Они могут оступиться, упасть, захлебнуться водой или попасть в яму.*
- 9. Очень осторожно плавайте на надувных матрасах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести далеко от берега, а волной - захлестнуть, из них может выйти воздух, что может привести к потере плавучести.*
- 10. Не используйте гребные и моторные плавсредства, водные велосипеды и мотоциклы в зонах пляжей, в общественных местах купания при отсутствии буйкового ограждения пляжной зоны и в границах этой зоны.*

# ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде!

**НАДО ХОРОШО ЗНАТЬ И СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:**

*НЕ купайтесь в запрещенных местах*



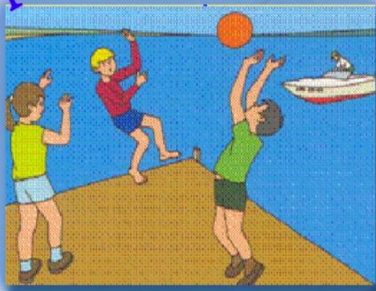
*НЕ оставляйте детей без присмотра взрослых*



*НЕ ныряйте в воду в незнакомых местах*



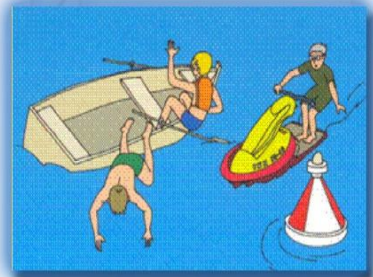
*НЕ устраивайте игры вблизи воды*



*НЕ купайтесь в нетрезвом виде*



*НЕ прыгайте в воду с лодок и катеров*



## *ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШЕМУ НА ВОДЕ*

*Если пострадавший находится без сознания, умейте оказать ему первую помощь.*

*1. Нижним краем грудной клетки пострадавшего кладут на бедро согнутой в колене ноги так, чтобы голова была ниже туловища.*

*2. Обернув палец платком или тканью, очищают рот от ила, песка, грязи и, энергично надавливая на корпус, выдавливают воду из дыхательных путей и желудка.*

*3. При отсутствии дыхания приступают к искусственному по способу изо рта в рот или изо рта в нос.*

*4. Тело должно лежать на твердой поверхности, а голова должна быть запрокинута (чтобы воздух попадал в легкие, а не в желудок).*

*5. Воздух выдыхают в рот пострадавшему через марлю или платок. Частота выдохов - 17 раз в минуту.*

*6. При остановке сердца искусственное дыхание чередуют с непрямой массажем сердца, надавливая на грудину 3 - 4 раза между вдохами. Лучше это делать вдвоем.*



ПОМОГИ!



ПОМОГИ!



*Первым условием безопасного отдыха у воды является умение плавать. Человек, который хорошо плавает, чувствует себя на воде спокойно, уверенно, в случае необходимости может оказать помощь человеку, который попал в беду.*

*Даже тот, кто хорошо плавает, должен постоянно быть осторожным, дисциплинированным и строго придерживаться правил поведения у воды.*

*Знание и выполнение правил поведения у воды является залогом безопасности жизни, а также гарантией получения удовольствия от отдыха.*

***Основными условиями безопасности являются:***

*правильный выбор места для купания;  
умение взрослых и детей плавать;  
строгое соблюдение правил поведения во время купания и катания на плавсредствах;  
постоянный контроль за детьми в воде со стороны взрослых.*



## **ПАМЯТКА КУПАЮЩИМСЯ**

Находясь на пляже, не забывайте о безопасности!



*Чтобы избежать беды, детям необходимо строго соблюдать ряд простых правил поведения на воде.*

### **ПОМНИТЕ:**

- купаться можно только в разрешенных местах и в присутствии взрослых;*
- нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги, металлические прутья и т.д.*
- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;*
- нельзя заплывать далеко от берега, не рассчитав свои силы, опасно даже для умеющих хорошо плавать;*
- нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования - бакены, буйки и т.д.;*
- нельзя подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки и выплывать на фарватер;*
- нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;*
- если ты оказался в воде на сильном течении, не пытайся плыть навстречу течению. Нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу.*

# **ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ**



- *когда купаешься, поблизости от тебя должны быть люди;*
- *нельзя употреблять спиртные напитки, находясь вблизи воды;*
- *не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо;*
- *не ныряй в незнакомых местах;*
- *не заплывай за буйки;*
- *нельзя выплывать на судовой ход и приближаться к судну;*
- *не устраивай в воде игр, связанных с захватами;*
- *нельзя плавать на надувных матрацах и камерах (если плохо плаваешь);*
- *не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотах;*
- *если ты решил покататься на лодке, выучи основные правила безопасного поведения в этом случае;*
- *необходимо уметь правильно управлять своими возможностями.*



**ПОМНИТЕ!** *Выполнение указанных рекомендаций обеспечит Вам безопасный отдых на воде.*





ГУ МЧС РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:  
ПРЕНЕБРЕЖЕНИЕ ПРАВИЛАМИ ОХРАНЫ ЖИЗНИ ЛЮДЕЙ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕЙ ЖИЗНИ!



# 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!



БУДЬТЕ  
ОСТОРОЖНЫМИ  
НА ЛЬДУ  
РАННЕЙ ЗИМОЙ, ЛЕД  
МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ  
НЕПРОЧНЫМ



НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ  
ДЕТЕЙ У ВОДЫ  
БЕЗ ПРИСМОТРА!



НЕ КАТАЙТЕСЬ  
НА ЛЬДИНАХ!



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



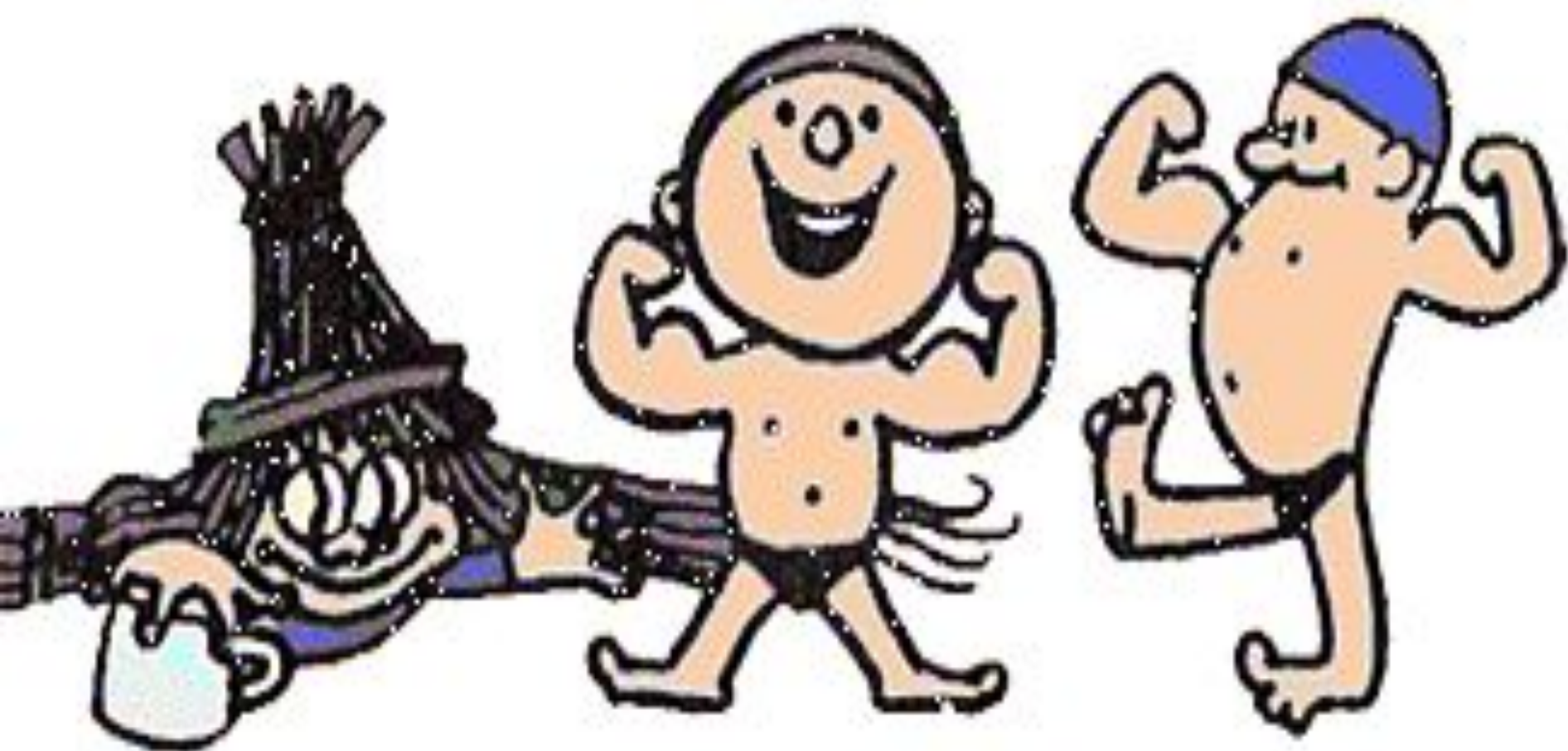
МЫ ПЕРВЫМИ ПРИДЕМ НА ПОМОЩЬ!

ЭКСТРЕННЫЕ СЛУЖБЫ С МОБИЛЬНОГО - 112

ТЕЛЕФОН  
СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ

01





Будьте осторожны в воде!  
Не пересценивайте свои силы



**Правило 2. Нельзя играть в тех местах, откуда  
можно упасть в воду:**

**- на крутом берегу реки или озера**



**Правило 2. Нельзя играть в тех местах, откуда  
можно упасть в воду:**

**- на мосту через реку**





**Правило 3. Не заходи на глубокое место, если ты не умеешь плавать или плаваешь плохо.  
Дно реки или озера всегда изменяется**





**Правило 4. Не ныряй в незнакомых местах:  
на дне может лежать опасный предмет**



**Правило 5. Не заплывай за буйки: можно  
попасть под катер или лодку**





**Правило 7. Не устраивай игр в воде, связанных с захватами**

**- нельзя, даже играя, "топить" человека - он может захлебнуться и погибнуть**





Играя в воде, никогда нельзя в шутку кричать:  
"Тону! Помогите!"



**Правило 8. Нельзя плавать на надувных матрасах и камерах:  
- матрас может начать "спускаться"**





**Правило 8. Нельзя плавать на надувных матрасах и камерах:  
- камера может начать "спускаться"**



**Правило 9. Не пытайтесь плавать на бревнах,  
досках, самодельных плотках:  
- бревно неустойчиво, может перевернуться**





**Правило 9. Не пытайтесь плавать на бревнах,  
досках, самодельных плотах:  
-плавать на самодельных плотах опасно**

