

# ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ У ВОДЫ

## *Безопасность детей на воде*

Нарушение правил безопасного поведения на водах - это главная причина гибели людей, в том числе и детей. В период летних каникул опасность возрастает. Во избежание несчастных случаев необходимо строго соблюдать правила поведения на воде.

Уважаемые родители, **ПОМНИТЕ:**

1. детям **ЗАПРЕЩЕНО** находиться вблизи водоемов без сопровождения родителей
2. **НЕДОПУСТИМО** оставлять детей без присмотра взрослых
3. **ПОСТОЯННЫЙ КОНТРОЛЬ** со стороны родителей о местонахождении детей **ГАРАНТИРУЕТ** безопасность

### **Безопасность детей на воде**

Плавание детей допускается в специально отведенных местах, согласованных с территориальными учреждениями государственного санитарного надзора и ОСВОД. Дно акваторий, отведенных для купания детей, должно иметь постепенный уклон, без ям, уступов и опасных предметов, свободно от тины и водных растений, с глубинами не превышающими:

для купания и обучения плаванию детей до 9 лет — 0,7 метра;

для детей старшего возраста, не умеющих плавать — 1,2 метра.

Участки для купания детей до 9 лет и не умеющих плавать ограждаются штакетным забором высотой над поверхностью воды не менее 0,5 метра, для детей старшего возраста обносятся поплавковым ограждением или ограждаются штакетным забором.

### **Отдыхающим у воды запрещается**

- купаться в запрещенных местах рек, озер, водохранилищ, прудов и иных водоемов
- загрязнять и засорять водоемы, въезжать на территорию пляжей на транспортных средствах, нарушать режим содержания водоохраных зон;
- на пляже распивать спиртные напитки
- заплывать за буи и другие знаки, обозначающие границы заплыва
- подплывать к судам (моторным, парусным), весельным лодкам и другим плавательными средствами взбираться на технические и предупредительные знаки, буйки и прочие предметы
- прыгать в воду с лодок, катеров, причалов, других сооружений, не приспособленных для этих целей
- использовать спасательные средства и снаряжение не по назначению
- плавать на досках, лежаках, бревнах, автокамерах, надувных матраца;
- организовывать игры в воде, связанные с нырянием и захватом купающегося, а также допускать другие действия, которые могут являться причиной несчастного случая

- подавать ложные сигналы тревоги
- оставлять малолетних детей без присмотра
- стирка белья и купание животных

### **Рекомендации по мерам безопасности при купании в необорудованных местах**

• Не рекомендуется купаться в опасных и запрещенных для этого местах (вблизи гидросооружений, в судоходных местах, в местах со сложным рельефом дна, обрывистыми и подмытыми берегами, быстрым течением, водоворотами и т.д.).

• В случае необходимости купания в необорудованном месте, хорошо умеющий плавать должен обследовать рельеф дна. Дно должно быть пологим, без ям, коряг, острых подводных камней, стекла и других опасных предметов. Не купайтесь в местах, где дно заросло водорослями (можно запутаться).

- Никогда не входите в воду в нетрезвом состоянии
- Не оставляйте детей без присмотра
- Не заплывайте далеко от берега, правильно рассчитывайте свои силы. Не умея плавать, не заходите в воду выше пояса. При неуверенном плавании плывите вдоль берега или по направлению к нему. К беде ведут споры на дальность заплыва и длительность пребывания под водой.

- Опасно нырять с лодок, катеров, причалов, мостов и других сооружений и в непроверенных местах
- Проявляйте внимание к друзьям и знакомым, будьте готовы прийти им на помощь
- Не входите в воду при плохом самочувствии
- Не используйте при купании не предназначенные для этого предметы (надувные матрасы, доски, надувные автомобильные камеры и т.п.); спасательные средства и снаряжение не по назначению
- Не подплывайте к судам (моторным, парусным), весельным лодкам и другим плавательными средствами
- Не допускаются игры в воде, связанные с нырянием и захватом купающегося
- Не подавайте ложный сигнал о помощи, ведь следующий раз никто не поверит уже в реальный зов о помощи
- Попав в сильное течение, не плывите против него, а используйте, чтобы приблизится к берегу
- Оказавшись в водовороте, не теряйтесь а, набрав побольше воздуха, нырните по течению и всплывите на поверхность.

- При судорогах измените способ плавания с целью уменьшения нагрузки на сведенные мышцы и плывите к берегу

- Находясь в воде, необходимо соблюдать температурный режим своего тела. Вхождение и прыжки в воду в разгоряченном и возбужденном состоянии, в следствии резкого перепада температуры, происходят к спазмам сосудов, в том числе головного мозга и сердца. С другой стороны не доводите себя до переохлаждения

- Нежелательно купаться раньше чем через 1,5 — 2 часа после обильного приема пищи