

Безопасное поведение на воде

Уважаемые родители!

Каждый год с наступлением купального сезона возрастает число несчастных случаев на воде. Гибель человека – трагедия. Гибель ребенка – трагедия вдвойне. Виной тому чаще всего является небрежное отношение к правилам поведения на воде.

Выбирайте для купания безопасные, а лучше специально отведенные для этого места, где постоянно дежурят спасатели, которые готовы в любой момент оказать помощь.

В городе Слониме официально разрешено купаться в двух охраняемых зонах отдыха – на озере Лобазовском по улице Багратиона и Солдатском озере в микрорайоне Энка.

Слонимский РОВД отмечает, что за купание в запрещённых местах предусмотрена административная ответственность в виде штрафа до 3 базовых величин.

**Не оставляйте детей без присмотра вблизи водоёмов – это опасно!
Организовывайте купание детей только со своим личным участием
и под своим личным присмотром!**

Объясните ребенку, что его безопасность зависит от него, поэтому он должен быть осторожным и соблюдать правила поведения на воде.

**Уважаемые взрослые! Помните!
Вода не прощает беспечности, тем более пренебрежения
опасностью.**

Чтобы отдых у воды был безопасным - соблюдайте правила поведения на воде!

Приближается пора летнего отдыха, наиболее ценная пора оздоровления. С наступлением благоприятных погодных условий, люди стали больше времени проводить в общении с природой, в том числе и на водоемах

Но, к сожалению, культура безопасного поведения на водоемах области еще довольно низкая. Неумение плавать, пренебрежение правилами поведения на воде, лихачество, употребление алкоголя во время рыбалки и отдыха, переоценка своих сил и целый ряд других причин приводят к гибели людей на воде.

Каждый год с наступлением купального сезона возрастает число несчастных случаев на воде. В этот период на различных водоемах области гибнет до 65% человек, в т.ч. до 80 % — детей и подростков от числа погибших за год.

Каждый из купальных сезонов имеет свои особенности: начало и конец, температурный режим, количество пасмурных и ясных дней.

Наиболее важной из них является — соотношение температуры воздуха и воды. Вода имеет свойство — постепенного прогрева, в отличие от воздуха.

Правило 1-ое:

Купание следует начинать в солнечную погоду при температуре воды 18-20°C, воздуха 20-25°C.

Нельзя входить в воду, нырять в возбужденном, разгоряченном состоянии, после физической нагрузки, общем недомогании, ознобе, переохлаждении, которые представляют серьезную опасность купающимся.

Теплопроводность воды в четыре раза больше, чем воздуха.

Организм человека начинает переохлаждаться, если он длительное время находится в воде.

Резкий вход в воду при большой разнице температуры тела человека и воды, вызывает эффект «холодного душа», когда резко сокращаются мышцы, сосуды, обжимаются внутренние органы.

Необходимо: Особенно в начале купального сезона, входить в воду постепенно — выравнивая температуру тела с температурой воды. Сначала выше колена далее выше пояса и присесть, а затем только плыть.

Правило 2-ое:

Не умея плавать — нельзя заходить в воду выше пояса, а при наличии течения — вообще не входить в воду. Зайдя в воду, нужно развернуться и плыть к берегу. Нельзя перемещаться вдоль берега.

Нарушение этого правила, в сочетании с попаданием на яму, обрыв — всегда приводит к трагедии. Это касается и рыбаков, заходящих в воду для более дальнего заброса.

Правило 3-е:

Не купайтесь натощак и раньше чем через 1,5-2 часа после еды.

Отдых у воды, как правило, связан с приемом пищи. В связи с этим изменяется порядок кровообращения. Задача организма в этот момент — обеспечить переваривание пищи. В результате, в мышцы рук и ног поступает меньше крови, а с ней — кислорода. Они становятся вялыми, не способными к физическим нагрузкам. В воде находиться в это время — опасно!

Правило 4-ое:

При заплывах умейте правильно рассчитывать свои силы. Во время купания не доводите себя до озноба. Помните, что длительное пребывание в воде может привести к судорожному сокращению мышц и другим негативным влияниям.

Особенно это актуально в начале купального сезона. Любой человек, даже физически подготовленный, не занимаясь плаванием в течение 8 месяцев, не гарантирован от трагедии на открытом водоеме. Нужно постепенно набирать физическую форму, исключив призыв «Кто быстрее!?».

Правило 5-ое:

Вода не любит паники! Чтобы с Вами не произошло на воде — не пугайтесь. Выбирайте для купания безопасные, а лучше специально отведенные для этого места.

Теоретически человек, умеющий плавать, а, следовательно — держаться на воде, утонуть не может!

ПОМНИТЕ! Попав на сильное течение, не плывите против него, не тратьте силы, а используйте течение, чтобы приблизиться к берегу.

Оказавшись в водовороте, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

При судорогах измените, способ плавания с целью уменьшения нагрузки на сведенные мышцы, ускоряя их расслабление, и плавно плывите к берегу. В случае судороги мышц голени — подтяните ногу, а затем пальцы стопы потяните на себя. Возможно, это придется сделать несколько раз. Но Вы должны помнить о том, что Вы умеете держаться на воде. Если Вы заплыли далеко или почувствовали усталость — отдохните на воде. Ведь Вы умеете держаться на воде! Меняя стиль плавания и отдыхая — возвращайтесь к берегу.

Если Вы попали на участок с водорослями и запутались — не делайте резких движений, а лежа на спине плавными, тихими движениями, с помощью рук освободитесь от них, и обратно плывите тем путем, откуда плыли. Помните! Вы умеете держаться на воде!

Основными местами трагедий являются не охраняемые участки рек, водохранилищ, озер. Гибнут люди и в каналах, канавах, ручьях, сажалках, лужах, где глубина порой составляет до 30 см — это результат падения в воду помимо воли потерпевшего. Как правило, в местах, где некому прийти на помощь.

Чаще всего это случается с работниками лесхозов, рыбаками, грибниками, людьми, страдающими сердечно-сосудистыми заболеваниями и лицами, злоупотребляющими алкоголем.

Необходимо:

Повысить ответственность руководителей хозяйств, где имеют место временные переправы, переходы через водоемы за надлежащее их оборудование.

Гибель человека — трагедия. Гибель ребенка — трагедия вдвойне. На водоемах области в год гибнет до 10 детей и подростков. Виной тому чаще всего является недосмотр взрослых: появление детей у водоемов без взрослых; небрежное отношение к правилам поведения на воде; отсутствие на детей индивидуальных средств спасения (жилетов, нарукавников, манишек).

Для ребенка гибель на воде это — миг. Поэтому, если рядом на Вашей даче, дворе есть любая емкость с водой, — не оставляйте детей без внимания!

Надо помнить, что вода не прощает беспечности, тем более пренебрежения опасностью.

Из года в год среди погибших 60-80% составляют лица, употребившие перед купанием или падением в воду алкогольные напитки. Алкоголь всегда понижает степень осторожности к опасности, к воде. Ведь недаром в народе говорят: «Пьяному море по колено, а лужа по уши!». А это неизбежно ведет к беде.

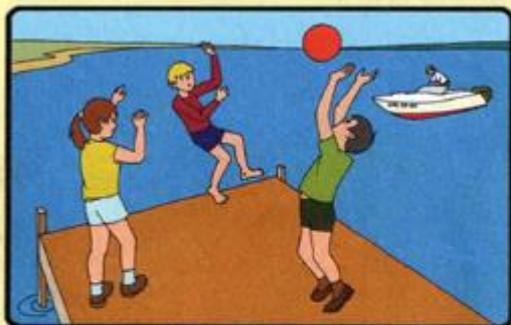
Пьяные люди не зовут на помощь. Они считают, что справятся сами и тихо уходят на дно. Алкоголь и отдых на водоеме вещи не совместимые!

Во избежание несчастных случаев на водоемах области необходимо соблюдать правила поведения на воде и льду.

Надо помнить, что ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- заплывать за знаки ограждения и предупреждающие знаки;
- купаться и нырять в запрещенных и неизвестных местах;
- прыгать в воду с дамб, пристаней, катеров, лодок;
- допускать шалости, связанные с нырянием и захватом конечностей купающихся, взбираться на буи и другие технические сооружения;
- подавать ложные сигналы бедствия;
- плавать на лодках и катамаранах без спасательных средств;
- перемещаться в лодке с места на место при катании;
- использовать для плавания доски, бревна, надувные матрасы, камеры автомашин и другие вспомогательные средства;
- загрязнять и засорять водоемы;
- не заставляйте себя долго задерживать дыхание, в результате кислородного голодания мозг человек погибает.

Безопасность на воде в летнее время



НЕ СТОЙТЕ И НЕ ИГРАЙТЕ В ТЕХ МЕСТАХ, ОТКУДА МОЖНО УПАСТЬ В ВОДУ!



НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ! ПОД ВОДОЙ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ КАМЕНЬ, КОРЯГА, СТЕКЛО.



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!



НАХОДЯСЬ В ВОДЕ, ИЗБЕГАЙТЕ НАСТУПАТЬ НА ИЛИСТОЕ И ЗАРОСШЕЕ ВОДОРОСЛЯМИ ДНО!



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

Правила поведения на воде



Нельзя купаться в
запрещенных местах



Не ныряйте в
незнакомом месте



Не заплывайте далеко
от берега на надувном
матрасе



Нельзя заплывать за
буйки, обозначающие
границы плавания



Нельзя купаться в тех
местах, где находятся
водо-моторные суда



Не упускайте из виду
маленьких детей,
плавающих у берега



Нельзя подавать
крики ложной тревоги



Не нужно допускать
шалостей на воде:
подныривать под
купающихся,
хватать их за ноги,
«топить»



Не стойте и не играйте в
тех местах, откуда
можно упасть в воду

ОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

ГДЕ МОЖНО КУПАТЬСЯ?

ОПАСНО!

НЕЛЬЗЯ!



ПОМНИТЕ, что купаться можно только в специально отведенных местах! Там хорошая обстановка, дно, расчищено от камней и других опасных предметов.

ОБЪЯВЛЕНИЕ О ЗАПРЕТЕ КУПАНИЯ – НЕ ПРХОДИТЬ! Такие объявления ставят в местах, где купание **ОПАСНО!** Там может быть загрязнение или только дно, быстрое течение или вода может не соответствовать санитарным нормам.



Нельзя играть в пресловутых, достаточно глубоких местах, с rocky дном. Не ныряй в незнакомых местах. Не дай себя увести в неизвестные глубины, дождись помощи и помощи. Вы можете поплыть и в аварийной ситуации, если вы не очень хорошо плаваете, то лучше подкрепиться от ныряния.



НЕ ШАЙТЕ НА ВОДЕ! Не пытайтесь плавать в воду – от незнакомых мест вы можете легко утонуть. Очень опасно хватать пловца за волосы, за одежду или за ноги в воде. Для тех, кто не умеет плавать, обязательно присутствие спасателя в воде только по 10:00.

НА БЕРЕГУ



Купаясь на отдыхе, играя в футбол, теннис или парашютный спорт, не забывайте о безопасности. Не играйте далеко от берега. **ОСТОРОЖНО, СОЛНЦЕ!** Избегайте длительного пребывания на солнце. Не загорайте долго на солнце. Распознавайте солнце и погоду. После купания вытирайте полотенцем тело. Солнечные лучи, попадающие через воду, особенно могут вызвать ожоги.



Опасно купаться и уходить, обходить и заросшие берега – в таких местах часто встречаются водоросли. Смотрите внимательно, чтобы не было опасности: в незнакомых местах, где неизвестно состояние дна; в местах обрыва скальных пород.



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО! У вас может не хватить сил, если вы не умеете плавать. Помните, что, если вы на середине водоема, могут не прийти. Не уходите у пристани и причалов. Можно поплыть под проводками судна, если вас может хватить за что-то. Это может вызвать у вас судороги, повреждение около плечей, повреждение около плечей.

ВНИМАНИЕ, ВОДОВОРОТ!



Водовороты – очень большая опасность. Они затягивают человека на большую глубину и даже вращают его вокруг своей оси. Если вы оказались в водовороте, не пытайтесь бороться с ним.



Опасно купаться и уходить, обходить и заросшие берега – в таких местах часто встречаются водоросли. Смотрите внимательно, чтобы не было опасности: в незнакомых местах, где неизвестно состояние дна; в местах обрыва скальных пород.



Не подставляйте голову и прислушайтесь к волнам, к шуму, к шуму, к шуму. Не играйте в местах, где есть водовороты. Не играйте на лодках, надувных средствах. Не катайтесь на лодках, надувных средствах в местах водоворотов.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

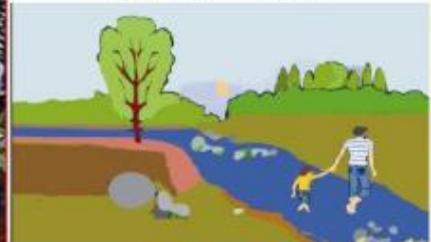
Поблизости должны быть взрослые - когда ты купаешься, и если ты не умеешь плавать



Поблизости должны быть взрослые - когда ты купаешься, и если ты умеешь плавать



Поблизости должны быть взрослые - если ты хочешь перейти вброд водоем (реку или ручей)



Нельзя играть в тех местах, откуда можно упасть в воду: - на крутом берегу моря, реки, озера



Нельзя играть в тех местах, откуда можно упасть в воду: - на краю пристани



Не заходи на глубокое место, если ты не умеешь плавать или плаваешь плохо. дно моря всегда изменяется



Не ныряй в незнакомых местах: на дне может лежать опасный предмет



Не заплывай за буйки: можно попасть под катер или лодку



Может быть, можно дотянуться до утопающего палкой

