

# ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ, ЗНАНИЕ И СОБЛЮЖДЕНИЕ КОТОРЫХ УМЕНЬШАЕТ ВОЗМОЖНОСТЬ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ

После того, как выбрано подходящее место следует наметить предел, за который нежелательно заплывать. В воду следует входить осторожно. Никогда не надо прыгать в воду в незнакомых местах.

Купаться лучше утром или вечером когда солнце греет, но нет опасного перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18-19. С, температура воздуха 20-25 С.

Продолжительность купания зависит от температуры воздуха и воды, от влажности воздуха и силы ветра. Начинать купание следует при температуре воды не ниже 20 градусов.



# 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 рук или ног.



# Правила безопасного поведения на воде летом

1. Купаться можно только в местах разрешённых и в присутствии взрослых



2. Нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться брёвна, камни, коряги, стёкла.



3. Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли и тина.



4. Не стоит затевать игру, где в шутку надо "топить" друга друга.



# ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

- Обязательно научись плавать.
- Всегда без надобности не ходи к воде один.
- Всегда не купайся в незнакомом месте.
- Не ныряй, если не знаешь глубины и рельефа дна.
- Не заплывай за ограждения.
- Не подплывай близко к идущим по воде катерам, парходам.
- Во время игр в воде будь осторожен и внимателен. Не зови без надобности на помощь криками „Тону!“.
- Не купайся „до посинения“ — не допускай переохлаждения организма.
- Умей пользоваться простейшими спасательными средствами.
- Умей оказывать помощь терпящим бедствие на воде.



# Как вести себя на воде в летнее время



Не стой и не играй в тех местах,  
откуда можно свалиться в воду.



Не используйте для плавания  
ненадёжные самодельные устройства.



В воде избегайте вертикального  
положения, не ходите по илистому  
и заросшему растительностью дну.



Не ныряйте в незнакомых местах.  
Не известно, что может быть на дне.



Не заплывайте далеко от берега  
на надувных матрацах и камерах.



Не боритесь с сильным течением,  
плывите по течению, постепенно  
приближаясь к берегу.

**ПОМНИТЕ! Несчастного случая не произойдет,  
если строго соблюдать правила поведения на водоёме!**

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



Запрещено плавание  
в судоходных местах!



Нырять с лодки  
нельзя!



За буйки  
не заплывать!



Не ныряйте  
в незнакомом месте.

## ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ВОДНЫМИ ОБЪЕКТАМИ ДЛЯ КУПАНИЯ



Не перегружайте  
лодку.



Не пересекайте  
курс.



Запрещается  
употребление  
спиртных напитков.



Пройдите  
техосмотр.

## ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ



Транспортировка  
потерпевшего  
с поддержкой  
за волосы



Транспортировка  
пострадавшего  
за разноимённую руку



Выполнение  
непрямого  
массажа сердца



Выполнение  
одновременно  
массажа сердца  
и искусственного  
дыхания

## Умение плавать-первое условие безопасного отдыха на воде

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.

