

Безопасность на воде

Лето – прекрасная пора для отдыха. И чтобы с пользой для себя и для своего здоровья отдохнуть у воды, надо научиться общаться с водой, уметь плавать, хорошо запомнить и выполнять правила поведения на воде.

- Ежегодно с детьми и взрослыми происходят несчастные случаи во время купания, в России тонут 15-20 тысяч человек, из которых около 30% дети. Поэтому необходимо с раннего детства объяснять меры предосторожности, и учить детей осторожному и безопасному поведению на воде.

Цель :

- Сформировать представление о правильном, безопасном поведении на воде. Вооружить знаниями, умениями и навыками, необходимыми во время летнего отдыха у водоёма и для действия в экстремальных ситуациях.

Значение воды в жизни человека

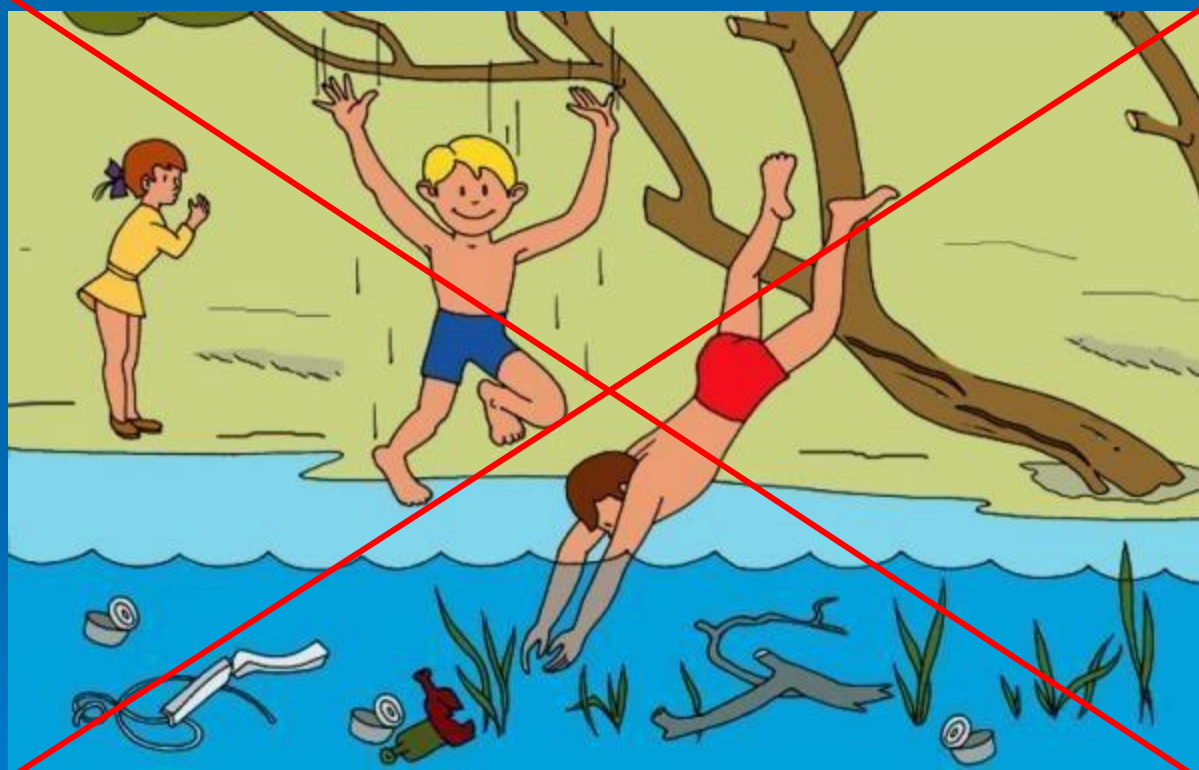
Вода это

- 1) Защита от врагов
- 2) Удобная дорога
- 3) Среда обитания животных и растений
- 4) Место для отдыха человека

Безопасное поведение на воде

- 1) Исследовать акваторию
- 2) Не купаться в незнакомом месте
- 3) Купаться лучше утром или вечером
- 4) Температура воды должна быть 18-19°C, а воздуха – 20-25 °C
- 5) Нельзя купаться до озноба
- 6) Нельзя входить в воду после длительного пребывания на солнце
- 7) Не заплывать далеко
- 8) Не прыгать головой вниз с плотов, пристаней

- Нырять можно только там, где имеется достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно



- – нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;
- – если вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению, справиться с ним сил не хватит; в этом случае нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;
- – если попали в водоворот, не пугайтесь, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;
- – если у вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы;
- – не стесняйтесь позвать на помощь товарищей, взрослых;
- – нельзя подавать крики ложной тревоги

Ни в коем случае не плавать на надувных матрацах, автомобильных камерах, надувных игрушках – подручное средство может оказаться неисправным, порваться, человек внезапно окажется в воде, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать;

- нельзя цепляться за лодки, вылезать на знаки навигационного оборудования (бакены, буйки и т. д.);
- нельзя подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки, ограничивающие зону заплыва.



Отдых на воде



Оказание помощи людям, потерпевшим бедствие на воде.



Правильно оцениваем ситуацию

- Для начала важно уяснить, что далеко не каждый тонущий человек будет звать на помощь и бурно барахтаться в воде. Спазмы голосового аппарата, перебои в дыхании и паника могут мешать оказавшемуся в беде издавать какие-либо звуки для привлечения внимания потенциальных спасателей. На то, что человек нуждается в посторонней помощи, может указать его пребывание на одном месте, периодический уход под воду и прослеживаемая паника в движениях и мимике лица. Если вы не уверены, что кто-то действительно тонет, постарайтесь окликнуть его или обратить внимание окружающих. При подтверждении этого предположения необходимо вспомнить, какие совершаются действия при спасении утопающего.

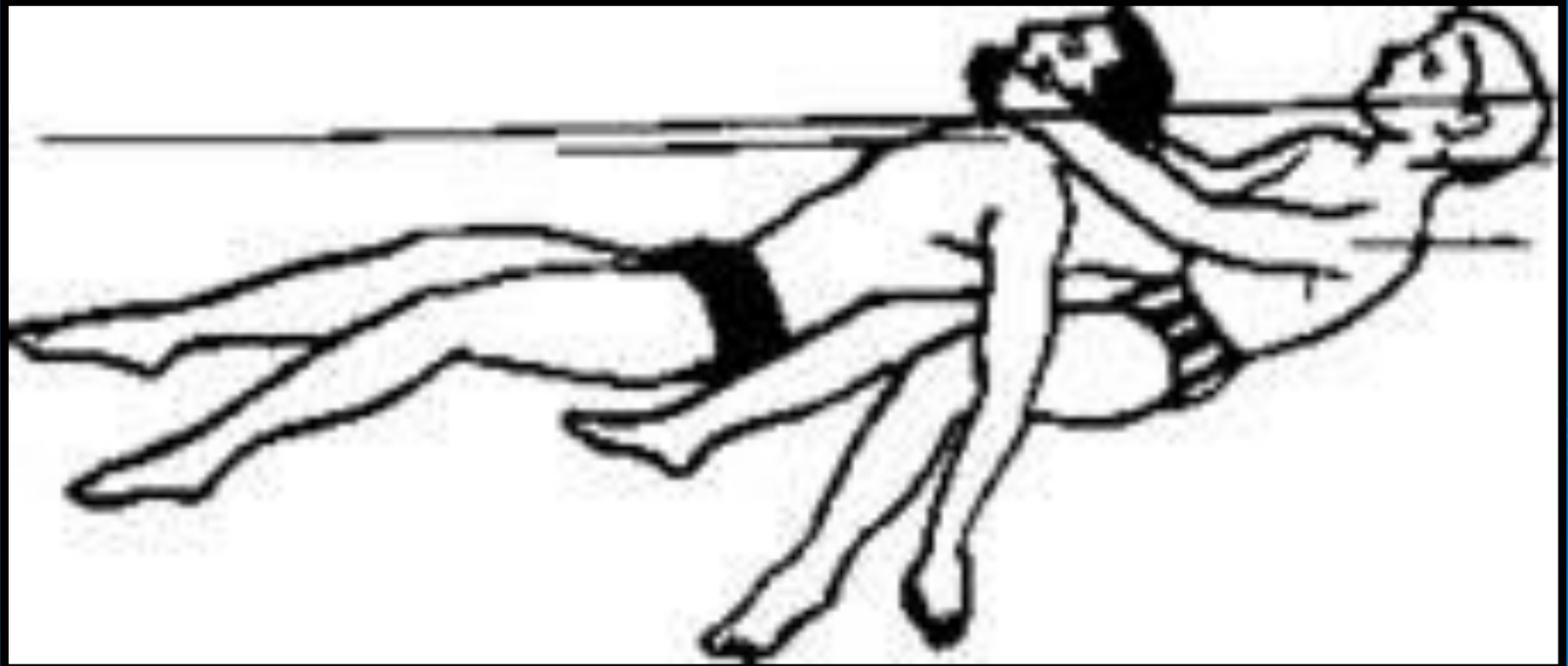
Когда вы видите, что какой-то человек тонет, нужно действовать быстро, без суеты.

Если вы не можете воспользоваться спасательными средствами, то тонущего придётся спасать вплавь. Спасать человека необходимо с помощью различных буксировок, но если человек ушёл под воду то

1. сделайте вдох и нырните за человеком.
2. захватите тонущего под руки или схватите его руку и оттолкнитесь от дна что бы всплыть на поверхность.
3. с помощью различных буксировок вытащите человека на берег(вытаскивают спиной вперёд, кладут на ровное место на подстилку.
4. Оказать первую помощь.

Буксировки

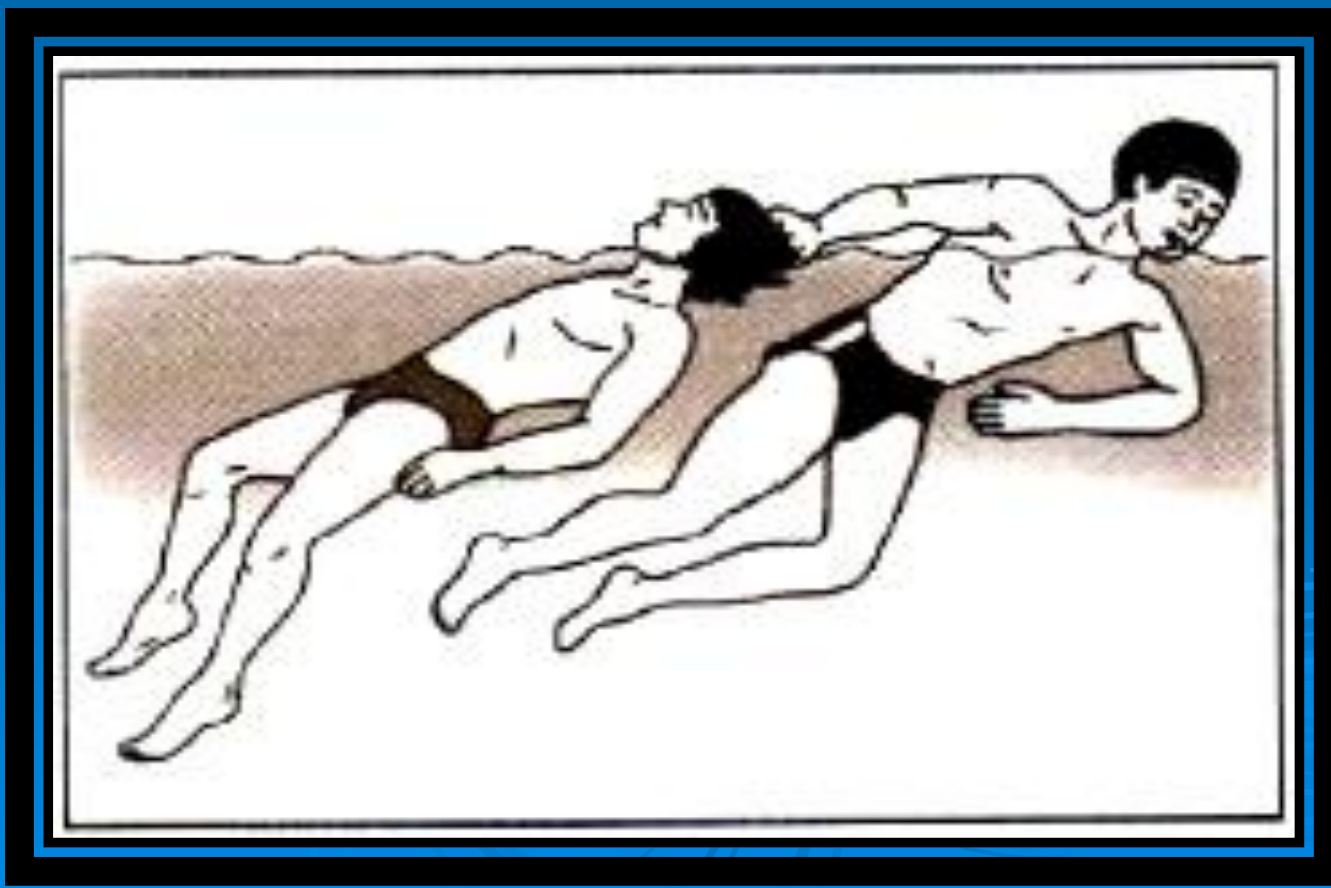
- ✓ буксировка тонущего за подбородок.



- ✓ Буксировка тонущего с захватом под подмышками.



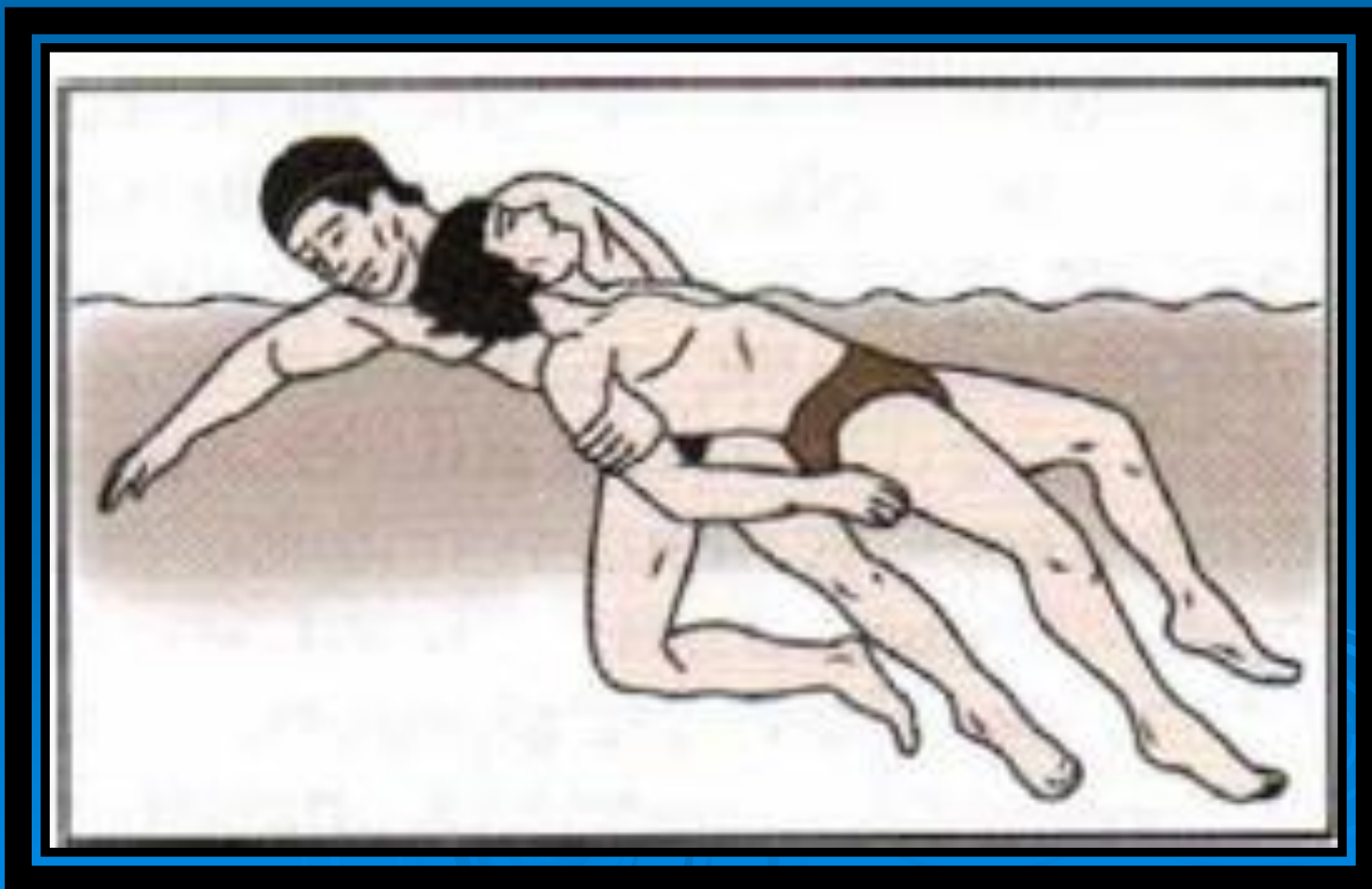
- ✓ Буксировка тонущего с захватом за волосы.



- ✓ Буксировка тонущего с захватом выше локтя.



- ✓ Буксировка тонущего с захватом под руку.



Соблюдайте безопасность на воде!!!

