



4 октября 1932 года была  
создана местная  
противовоздушная оборона



КУРСЫ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ  
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ  
СЕРПУХОВ



ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА  
И ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ ОТ  
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

## Тема № 22.

**Действия работников при аварии,  
катастрофе и пожаре на территории  
организации, способы предупреждения  
негативных и опасных факторов бытового  
характера.**

Правила безопасного поведения людей на водных  
объектах и у воды



# Правила безопасного поведения людей на водных объектах и у воды





# БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ НА ВОДОЕМАХ!



**НЕ КУПАЙТЕСЬ И  
НЕ НЫРЯЙТЕ!**  
в незнакомых местах!

**НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ  
ДЕТЕЙ  
БЕЗ ПРИСМОТРА!**

**ПЕРЕГРУЗКА СУДНА**  
пассажирами  
приводит  
к несчастным случаям!

**НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ПЛАВАТЬ**  
на бревнах, досках,  
самодельных плотках!

**СОБЛЮДАЙТЕ  
ПРАВИЛА  
БЕЗОПАСНОГО  
ПОВЕДЕНИЯ  
НА ВОДОЕМАХ!**

**НЕ КАТАЙТЕСЬ**  
на лодках, катерах, гидроциклах  
в местах массового  
купания населения!

**ИЗБЕГАЙТЕ МЕСТ,**  
откуда можно  
упасть в воду!

**НЕ ПРЫГАЙТЕ**  
в воду с катеров, лодок,  
других не приспособленных  
для этих целей сооружений!

**НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ**  
близко  
к моторным лодкам!

**ПЬЯНСТВО**  
основная причина  
**ГИБЕЛИ**  
людей на водоемах!

При чрезвычайных ситуациях звонить - 01;  
звонок с сотового телефона:  
Мегафон, МТС, БыЛайн - 112

# АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

СЛЕДИТЕ ЗА  
ДЕТЬМИ У ВОДЫ!



НЕ  
КУПАЙТЕСЬ  
ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ:  
ВОДЫ - НИЖЕ 18°  
ВОЗДУХА - 22°



...ПРИЧИНА ГИБЕЛИ  
НА ВОДЕ!



ЗАПЛЫВАТЬ НЕЛЬЗЯ!



НЕ ПОДПЛЫВАЙ К СУДАМ!



НЕ НЫРЯЙ В НЕЗНАКОМОМ  
МЕСТЕ



ЗДЕСЬ КУПАТЬСЯ  
ЗАПРЕЩЕНО!



БЕРЕГИСЬ ВЫСОКОЙ  
ВОЛНЫ!



# Правила безопасного поведения на воде

1. Если что-то произошло в воде, никогда не пугайтесь и не кричите. Во время крика в легкие может попасть вода, а это как раз и есть самая большая опасность.
2. Не плавайте в одиночку: в случае опасности товарищ поможет тебе.
3. Не следует плавать сразу после еды.
4. Не плавайте в незнакомом месте без взрослых.
5. Не ныряйте в незнакомом месте.
6. Не плавайте в очень холодной воде.
7. Не плавайте в грязной воде.

# ЕСЛИ ВЫ НАЧИНАЕТЕ ТОНУТЬ:

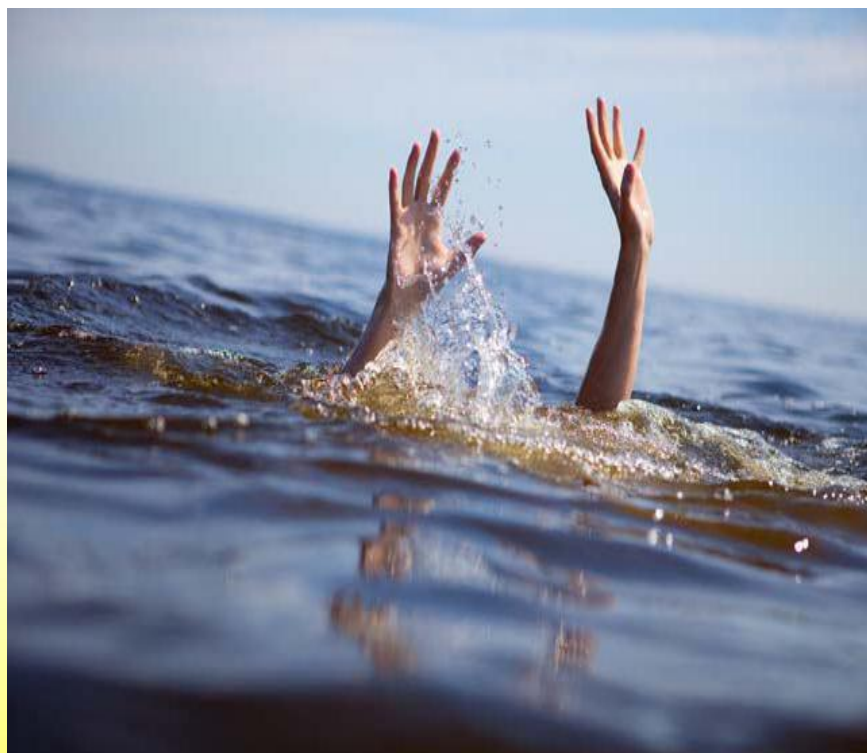
## При судороге ног:

- позовите находящихся поблизости людей на помощь;
- постарайтесь глубоко вдохнуть воздух, расслабиться и свободно погрузиться в воду лицом вниз;
- возьмитесь двумя руками под водой за голень сведенной ноги, с силой согните колено, а затем выпрямите ногу с помощью рук, делая это несколько раз, пока можете задерживать дыхание;
- при продолжении судорог до боли щипайте пальцами мышцу;
- после прекращения судорог смените стиль плавания или некоторое время полежите на спине, массируя руками ногу, затем медленно плывите к берегу.

## Вы захлебнулись водой:

- не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;
- прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками;
- затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;
- восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;
- при необходимости позовите людей на помощь.

# Помогите утопающему



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.

# Признаки того, что человек тонет:

- его пребывание на одном месте;
- периодический уход под воду;
- 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.  
Определяем метод спасения



# Помогаем, не погружаясь в воду:



- Привлеките к помощи других.
- Определите, необходимо ли для спасения тонущего прыгать в воду или можно оказать помощь с берега, лодки или пирса.
- Отыщите предметы, которые могут помочь в спасении.

# Вариант № 1



- примите позу лёжа, широко расставьте руки и ноги и попросите кого-то вас придерживать;
- ни в коем случае не оказывайте помощь стоя или присев;
- сделайте все возможное, чтобы спасение утопающего не стало схваткой со смертью и для вас.

- схватить утопающего за руку;
- громко и четко объяснить утопающему, что ему нужно как можно крепче обхватить вашу руку;
- говорить спокойным, но уверенным голосом;

# Вариант № 2



- Если дотянуться рукой до пострадавшего невозможно, возьмите весло или спасательный шест, подыщите крепкую палку, ветку или другой находящийся рядом прочный предмет и, протянув его тонущему, объясните, что он должен крепко за него схватиться.
- Если утомленный борьбой за жизнь человек не имеет сил за что-то держаться, придется все-таки прыгнуть в воду и помочь ему (вариант допустим, если спасателей как минимум двое). Помогаем, не погружаясь в воду:



# вариант № 3



- Находящийся под рукой любой нетонущий предмет может сослужить прекрасную службу. На воде такого человека поможет удерживать спасательный круг, кусок пенопласта, дерева или даже пластиковая бутылка. Если возможно, привяжите веревку к тому, что будете использовать.
- Однако при забрасывании предмета, в воду будьте осторожны, чтобы не попасть в человека. Постарайтесь рассчитать бросок так, чтобы предмет к утопающему донесло течение.
- Если пострадавший ослабел и не может удержаться за брошенный ему предмет, необходимо подплыть к нему и помочь это сделать.

# Что делать, если вы заметили тонущего человека, находящегося далеко от берега, пирса, лодки или края бассейна?



- Если вы отлично плаваете и обладаете хорошей физической формой можете смело бросаться в воду. Попросить кого-то для подстраховки поплыть с вами.
- При отсутствии уверенности, что вы способны справиться с поставленной задачей, не стоит рисковать. Позовите кого-нибудь на помощь. Если вы находитесь в общественном месте, наверняка в вашем окружении найдется хотя бы один человек, который может помочь и знает, как это сделать.

**Пока организуется спасение, вызовите бригаду скорой помощи.**

# Транспортировка утопающего

Тактика действия зависит от состояния утопающего:

- Если он спокоен и адекватен, вы легко сможете транспортировать его, после того как он крепко возьмется за ваши плечи.
- Если же человек в панике хаотично хватается за вас, сначала постарайтесь расслабиться и погрузиться с ним под воду. Затем, когда он отпустит вас и устремится к поверхности, у вас будет шанс правильно его ухватить.
- Идеальный вариант обхвата – со стороны спины завести удобную вам руку под руку тонущего и схватиться за его противоположное плечо. Плыть в этом случае придется боком, используя одну свободную руку.
- Если человек ведет себя спокойно, его можно транспортировать и другими способами.



Если тонущий погрузился под воду, нужно нырнуть и опускаться, все время осматриваясь вокруг. Поиск проводят по расширяющейся спирали вокруг того места погружения.

Если вы обнаружили потерпевшего лежащим на дне - обратите внимание на его положение. Если он лежит на дне лицом вверх, то лучше всего подплыть к нему со стороны головы, взять под мышки и, оттолкнувшись от дна, всплыть на поверхность. Если лежит на грунте лицом вниз - подплыть к нему со стороны ног, подхватить под мышки и всплыть.



## СПОСОБЫ БУКСИРОВКИ ПОСТРАДАВШЕГО



1. Спасатель располагает пострадавшего на себе, поддерживает его двумя руками за нижнюю челюсть и плывет на спине, плывя за счет движений ногами.



2. Спасатель подхватывает пострадавшего за руку, просовывая свою руку под руку пострадавшего снизу, захватывает пальцами своей руки его челюсть и плывет прямо или на бок, работая свободной рукой и ногами.



3. Спасатель просовывает свою руку под обе руки утопающего, захватывает дальнюю выше локтя и плывет, как и в предыдущем способе, выполняя движения свободной рукой и ногами. Этот способ рекомендуется для плавания с утопающим, оказывающим сопротивление.



4. Спасатель подхватывает пострадавшего за плечи снизу, поддерживая его на поверхности и следя за тем, чтобы вода не попала утопающему в рот, и плывет на спине, работая ногами.



5. Спасатель располагает утопающего горизонтально на воде лицом вверх, следя за тем, чтобы вода не попала в рот пострадавшего. Затем, держа его за волосы, направляется к берегу или лодке, выполняя движения свободной рукой и ногами. Этот способ рекомендуется для плавания с утопающим, находящимся без сознания.

# Спасаем тонущего зимой



- Важно, не теряя ни минуты, вызвать спасателей и скорую помощь.
  - Нужно аккуратно помочь пострадавшему выбраться из ледяной воды.
  - Вооружиться палкой, поясом, шарфом или другим предметом, за второй конец которого может ухватиться жертва.
  - Добираться к пострадавшему следует ползком широко расставив руки и ноги со стороны самого толстого льда. Желательно подложить доску, шесты, лестницу
- 
- Когда он сможет схватить край используемого вами предмета, аккуратно, плавными движениями отодвигайтесь назад, таща его за собой.
  - Добираясь по льду до берега, старайтесь, не приближаться друг к другу, медленно ползти, избегая резких движений.

# Первая помощь



- Если у пострадавшего наблюдается рвота, потеря сознания и синюшный цвет лица, следует помочь ему очистить легкие и желудок.
- Для этого пострадавшего, расположив лицом вниз, нужно перекинуть через свою согнутую в колене ногу и надавливать на межлопаточное пространство.
- Нормализовать его дыхание. Необходимо для этого широко открыть ему рот и подергать за язык.

- Если же он не может дышать из-за спазма, есть необходимость в осуществлении искусственного дыхания. Возможно, понадобится и массаж сердца.
- После оказания первой помощи успокойте и согрейте пострадавшего. Чтобы снизить теплопотери, нужно снять с него мокрую одежду, помассировать конечности, растереть тело сухой тканью (спиртом) и укутать в сухие вещи.
- Другой вариант - укутать его сверху полиэтиленовой пленкой.