

## **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ОБУЧЕНИЮ ДЕТЕЙ ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ**

Безопасность детей на водном объекте обеспечивается правильным выбором и оборудованием мест, отведенных для купания, систематической разъяснительной работой с детьми о правилах поведения на водном объекте и соблюдением мер предосторожности.

Каждый ребенок должен знать правила поведения на воде для детей, памятка, содержащая всю необходимую информацию, поможет в этом. Многие недооценивают важность соблюдения мер предосторожности и в конечном счете все заканчивается печально. Во время игры безопасность на воде в глазах детей имеет второстепенное значение. Ребенок может заиграться и не заметить глубины. При этом любая яма может стоить ему жизни.

Очень важно соблюдать необходимые правила безопасности на воде как детям, так и взрослым. Основная цель родителей — научить ребенка адекватному поведению на речке, озере, море или в бассейне.

Самые простые правила безопасного поведения на воде:

- не нырять в незнакомых местах;
- не заплывать за буйки;
- не выплывать на судовой ход, и не приближаться к судам;
- не устраивать игр на воде, связанных с захватами;
- не купаться в нетрезвом виде.

### **Памятка по правилам поведения детей на воде**

Безопасность детей на воде зависит от качества информации, которую они получают от родителей. Можно показать ребенку рисунки, так он быстрее усвоит все необходимые уроки. Техника безопасности в картинках поможет детям лучше понять, как себя стоит вести на водоемах.

### **Памятка для родителей**

Поведение ребенка должно соответствовать следующим необходимым правилам:

Не следует плавать в новом месте самостоятельно без сопровождения взрослого. Прежде чем заходить в воду, необходимо попросить одного из родителей обследовать дно.

Нельзя хватать другого ребенка за ноги и тянуть на дно, даже в процессе игры.

Не следует толкать других детей в воду. Это может привести к тому, что ребенок захлебнется или случайно попадет в яму и не сможет из нее выбраться.

При отсутствии способности плавать в обязательном порядке следует использовать надувные круги, матрасы, жилеты или нарукавники. Необходимо обезопасить себя прежде, чем посещать водоем.

Нельзя прыгать в речку с обрывов или высокого берега. Такое падение может спровоцировать травму. К тому же, не следует заходить в воду, если дно слишком скользкое и присутствует большое количество камней и коряг.

Даже при отличном умении плавать, ни в коем случае нельзя продвигаться дальше ограничительных буйков. Это важно знать всем без исключения как детям, так и их родителям.

Если поблизости проплывает лодка или катер, то нельзя подплывать близко к судну.

Не рекомендуется пренебрегать правилами по запрету для купания в определенных местах.

Каждый родитель должен прочитать правила безопасности на воде для детей и ознакомить с ними своего ребенка. Если в определенном месте присутствует сильное течение, то следует объяснить, что плыть против него ни в коем случае нельзя. При этом рекомендуется находиться как можно ближе к берегу, что обезопасит от неприятных инцидентов и сохранит жизнь.

### **Правила поведения на воде: Дополнительные правила**

Безопасный подход к отдыху у водоема поможет провести время с удовольствием и без несчастных случаев. Дополнительные правила следующие:

Ребенок не должен купаться в речке при любых недомоганиях. Если у него повышена температура или появилась тошнота, то следует ограничить пребывание на солнце и не плавать.

Детям запрещается купаться в холодной воде. Если температура менее 18°C, то от плавания следует воздержаться.

Необходимо донести до ребенка важность спокойного поведения. Следует объяснить, что нельзя во время игры кричать и звать на помощь. Если произойдет реальная опасность, то на призыв ребенка может никто не отреагировать.

Если внезапно во время купания свело мышцы на ногах, не следует впадать в панику. Таким образом, можно пойти ко дну. Рекомендуется плавно перевернуться на спину, расслабиться и грести руками в направлении берега. По возможности стоит растереть сведенные судорогой участки.

Защита во время плавания от солнца также крайне необходима. Поэтому даже будучи в воде, нужно всегда наносить на тело солнцезащитный крем, который обезопасит от ожогов. Важно понять, что нельзя кидать в других детей песком в то

время, как они плавают. Тем самым можно спровоцировать серьезный инцидент. Песок может попасть в глаза, и ребенок потеряет координацию.

При возникновении опасной ситуации с другими детьми необходимо обязательно оповестить об этом взрослого и не тратить время впустую. Если во время плавания сильно закружится голова, рекомендуется сделать несколько глубоких вдохов и быстро покинуть водоем, сообщив о проблеме родителям. Продолжать купание в данном случае крайне опасно.

Не следует входить в воду уставшим, разгоряченным или вспотевшим.

Если вы плохо плаваете, не доверяйте надувным матрасам и кругам.

Паника – частая причина трагедий на воде.

### **НИКОГДА НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ! НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ!**

- - купаться можно только в разрешенных местах;
- - нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги и др.;
- - не отплывайте далеко от берега на надувных плавсредствах – они могут оказаться неисправными, а это очень опасно даже для людей, умеющих хорошо плавать;
- - нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования: бакены, буйки и т.д.;
- - нельзя подплывать к проходящим судам, заплывать за буйки, ограничивающие зоны заплыва и выплывать на фарватер;
- - нельзя купаться в штормовую погоду или местах сильного прибоя;
- - если вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. В этом случае нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;
- - если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;
- - не следует купаться при недомогании, повышенной температуре, острых инфекционных заболеваниях;
- - если у Вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы. Не стесняйтесь позвать на помощь;
- - нельзя подавать крики ложной тревоги.

### **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ!**

- - когда купаешься, поблизости от тебя должны быть взрослые. Без сопровождения взрослых находится вблизи водоема и, тем более, купаться категорически запрещено!
- - нельзя играть в тех местах, где можно упасть в воду;
- - не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо и неуверенно;
- - не ныряй в незнакомых местах;
- - не ныряй с мостов, обрывов и других возвышений;
- - не заплывай за буйки;

- - нельзя выплывать на судовой ход и приближаться к судну;
- - не устраивай в воде игр, связанных с захватами;
- - нельзя плавать на надувных матрасах или камерах если плохо плаваешь;
- - не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотках;
- - около некоторых водоемов можно увидеть щиты с надписью: «КУПАТЬСЯ ЗАПРЕЩЕНО!». Никогда не нарушай это правило;
- - не играй рядом с каналами. Не гуляй вдоль берегов или краев каналов – там может быть очень скользко;
- - не прыгай в каналы, чтобы спасти животных, забрать оттуда игрушки или другие предметы;
- - в экстремальной ситуации зови на помощь взрослых или звони с мобильного телефона по номеру «112»

### **ПОМНИТЕ!!!**

### **НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ – ГЛАВНАЯ ПРИЧИНА ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ!!!**

### **Меры обеспечения безопасности населения на пляжах и других местах массового отдыха на водных объектах**

На пляжах и других местах массового отдыха запрещается:

- купаться в местах, где выставлены щиты с предупреждениями и запрещающими надписями;
- купаться в необорудованных, незнакомых местах;
- заплывать за буйки, обозначающие границы участка акватории водного объекта, отведенного для купания;
- подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам;
- прыгать в воду с катеров, лодок, причалов, а также сооружений, не приспособленных для этих целей;
- загрязнять и засорять водные объекты;
- купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- приходить с собаками и другими животными;
- оставлять мусор на берегу и в кабинах для переодевания;
- играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этого местах, нырять в воду с захватом купающихся;
- подавать крики ложной тревоги;
- плавать на средствах, не предназначенных для этого.

### **Что делать, если на Ваших глазах тонет человек?**

Прежде всего, дать себе секунду на размышление, нет ли рядом спасательного средства? Им может быть все, что увеличит плавучесть человека и что Вы в состоянии до него добросить. Спасательный круг сложно бросить на 20-25 метров, конец Александрова чуть дальше (с борта судна, за счет высоты, значительно дальше). Нет ли лодки? Можно ли позвать кого-то еще на помощь? Ободрив криком потерпевшего, вы идите на помощь.

Если Вы добираетесь до тонущего вплавь, надо максимально учитывать течение воды, ветер расстояние до берега и т.д. Приближаясь, старайтесь успокоить и ободрить выбившегося из сил пловца. Если это удалось, и он может

контролировать свои действия, пловец должен держаться за плечи спасателя. Если нет-обращаться с ним надо жестко и бесцеремонно.

Некоторые инструкции рекомендуют даже оглушить утопающего, чтобы спасти его и свою жизнь.

Коротко техника спасения выглядит так. Подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и взяв сзади одним из приемов захвата (классически — за волосы), транспортировать к берегу. В случае если утопающему удалось схватить вас за руки, шею или ноги, освобождайтесь и немедленно ныряйте-инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.

Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший был в воде около 6 минут.

Вытащив на берег, осмотрите потерпевшего: рот и нос могут быть забиты тиной или песком, их надо немедленно прочистить (пальцами, повернув голову человека набок). Затем положите пострадавшего животом на свое колено (голову свесить лицом вниз) и сильно нажав, выплесните воду из желудка и дыхательных путей. Все это надо делать быстро и также быстро уложить пострадавшего на спину, расстегнуть ему пояс и верхние пуговицы и начать искусственное дыхание.

Встаньте на колени слева, максимально запрокинуть голову утонувшего (это очень важно!) и сместив челюсти вниз, раскройте ему рот. Сделайте глубокий вдох, приложите свои губы к губам пострадавшего (рекомендуется через платок или марлю) и с силой выдохните воздух. Ноздри пострадавшего при этом надо зажать рукой. Выдох произойдет самостоятельно.

Если у пострадавшего не бьется сердце, искусственное дыхание надо сочетать с непрямой массаж сердца. Для этого ладонь положите поперек нижней части грудины (но не ребра!), другую ладонь — поверх первой накрест. Надавите на грудину запястьями так, чтобы она прогнулась на 3-5 сантиметров, и отпустите. Прогибать нужно сильно, толчком, используя вес своего тела. Через каждое вдувание воздуха делайте четыре-пять ритмичных надавливаний.

Хорошо, если помощь оказывают двое. Тогда один делает искусственное дыхание, другой затем — массаж сердца. Не останавливайтесь до прибытия «скорой помощи», благодаря вашим действиям организм ещё может жить.

Таким вещам надо учиться заранее. Но даже если у Вас нет никакой подготовки — действуйте! Надо использовать любой шанс.

**В случае возникновения нештатных ситуаций звоните на 112!**