

Семь правил безопасного отдыха на воде

Вода — добрый друг и союзник человека, помогающий получить максимум удовольствия от отдыха, а также укрепить свое здоровье. Однако нельзя недооценивать опасности, связанные с времяпрепровождением у водоемов.

1. Купаться безопасно только на благоустроенных пляжах, где все опасные места обозначены соответствующими знаками, а отдых на воде охраняют работники спасательных станций или постов.

2. Купаясь, не следует заплывать за буйки, указывающие границу заплыва, так как дальше могут быть ямы, места с сильным течением, а также движение катеров, гидроциклов и лодок. Заплавая за знаки запрета, пловец подвергает себя риску попадания на волны, идущие от маломерных судов. Сильные волны легко могут отнести плывущего к корпусу движущегося судна. Попадание под лопасти моторного судна заканчивается трагедией.

Заплывающих на большие расстояния от берега также может подстергать опасность усталости или другими словами – мышечное утомление. Что поможет спасти жизнь в данном случае? Отдых на воде. Перевернувшись на спину, поддерживайте себя на воде лёгкими движениями рук и ног. Ни в коем случае не паникуйте, сосредоточьтесь на дыхании и цели: добраться до берега.

3. При попадании в водоворот следует набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону, устремиться на поверхность. После этих действий отплывайте к безопасному участку водоема, подальше от водоворота и отдохните.

4. Если Вас захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывите вниз по течению и постепенно, под небольшим углом, приближайтесь к берегу.

5. Важно! Никогда не прыгайте в воду в местах, не оборудованных специально: можно удариться головой о дно, камень или другой предмет, легко потерять сознание, нанести себе травму и погибнуть.

6. В водоеме с большим количеством водорослей старайтесь плыть у самой поверхности воды, не задевая растений и не делая резких движений. Если же руки или ноги запутались в стеблях, - сделайте остановку, приняв положение «поплавок» и осторожно освободитесь от них.

7. Если проводится массовое купание детей, то задача взрослых (инструктора по плаванию, родителей, педагогов и др.) прежде чем начать купание, пересчитать прибывших на пляж детей. Детям, не умеющим плавать, разрешается входить в воду только по пояс. После купания детей снова пересчитывают. Во время купания детей, у воды обязательно должен присутствовать взрослый-наблюдатель.

ГУ МЧС России по Ивановской области предупреждает: основными причинами гибели на воде являются неумение плавать, купание в состоянии опьянения, оставление детей без присмотра, купание в местах, не предназначенных для этого.

Какие опасности могут встретить детей на воде?

1. Песчаные карьеры, так как на их берегу есть вероятность обвала. Так, в 2021 году в Череповецком районе при обрушении берега реки пострадали двое детей. Они находились на берегу водоема вместе со взрослыми. При обрушении берега детей завалило землей. К счастью, им удалось помочь. Десятилетняя девочка была госпитализирована в состоянии средней тяжести, а восьмилетний мальчик в тяжелом состоянии.

2. Прибрежная и береговая растительность: например, заросли камышей. Граница между берегом и водой в таких местах «размыта» и ребенок, проходя по траве, может внезапно оказаться в воде.

3. Пирс, плотина, причал. 2020 год, Ленинградская область. Четырехлетняя девочка упала с пирса и захлебнулась. Пирсы, плотины и причалы опасны еще и тем, что выхода на сушу в таких местах нет.

4. Водовороты или омуты. Общеизвестно, что если человек туда попал, то его утянет на дно, а так как воронка может быть очень глубокой, то погибнуть в ней шансы очень велики. Даже взрослому сложно выбраться из водоворота, что говорить о ребенке?

ГУ МЧС России по Ивановской области настоятельно рекомендует взрослым разрешать купание ребенку только на официально заявленных пляжах в пределах участка реки, отгороженного буйками (детская зона купания).

Можно ли использовать надувные матрасы для купания детям?

Надувные матрасы не предусмотрены для использования как плавсредство. Они могут послужить только на берегу для того, чтобы загорать. Ответственность за нарушение запрета купания на матрасах в настоящее время не предусматривается, потому что подразумевается, что человек и так будет относиться к этому осознанно, но трагедии с детьми на водоемах, к сожалению, говорят об обратном.

Если ребенок идет в воду с надувным матрасом, то это должно происходить только под неустанным контролем взрослых, в пределах участка реки, который отгорожен буйками (детская зона купания).

С какими средствами безопасности может плавать ребенок?

Надувные средства удержания на воде являются лишь легкой подстраховкой и подходят для детей, которые уже обладают навыком плавания. Круг, нарукавники или матрас не могут быть средством спасения, так как на реке они могут проколоться палкой, в результате чего ребенок останется один на один с водой или в проклеенных швах на солнце образуется дырка, что также легко приведет к трагедии.

Если же вы по-настоящему хотите обезопасить купание своему ребенку - оденьте на него спасательный жилет. Это единственный способ обезопасить детей на воде. При этом жилет должен быть оснащен креплениями на животе и ремнями в паховой зоне (брасовыми ремнями), иметь светоотражающие элементы, свисток и воротник. Воротник нужен на спасательном жилете для того, чтобы в случае потери сознания голова ребенка оставалась над водой (защита органов дыхания).

Соблюдение мер безопасности – это не трусость, а рациональная осторожность. Если кто-то их игнорирует, это не повод совершать такую же глупость. Будьте мудрыми и научите этой мудрости своих детей и тогда от семейного отдыха у водоемов вы будете получать только удовольствие!

Правила, которые помогут избежать опасных ситуаций при отдыхе с ребенком на территории водоема:

1. Никогда не оставляйте ребенка без присмотра у воды даже если он умеет плавать. Никто не застрахован от пореза ног об камень на дне реки, сильного течения, большой волны, паники или судороги.
2. Учите ребенка плавать. Этот полезный навык однажды может спасти ему жизнь.
3. Если вы едете отдыхать с ребенком на море, то не поленитесь изучить с малышом морских обитателей, которые могут быть для него опасны. Почитайте, что делать в случае, если ребенка, например, ужалила медуза или он наступил на морского ежа.
4. Не заплывайте за буйки! Тем самым вы подаете детям правильный пример.
5. Перед заходом в воду с ребенком для начала отследите глубину водоема. Бывает, что пологий пляж резко обрывается или около берега бьют холодные ключи. Затем изучите дно. Если оно каменистое и вода не прозрачная, то наденьте ребенку специальную обувь, чтобы избежать порезов.
7. Отправляясь в воду, надевайте на ребенка плавательный жилет или плавайте с аквапалками, можно использовать надувной круг. Но помните, что это не является 100% защитой от несчастного случая. Надувные плавательные средства могут проколоться, треснуть или лопнуть на швах. Поэтому самое главное правило на отдыхе у воды с ребенком это **всегда быть с ним рядом.**



Центр ГИМС ГУ МЧС России
по Ивановской области

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Вода не страшна тем, кто соблюдает осторожность

Не оставляйте детей
у воды без присмотра



Не заплывайте за
буйки



Не перегружайте
лодку



Не ныряйте
в незнакомом месте



Не заходите в воду в
состоянии алкогольного
опьянения





Не играй там, где можно
СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ!

Не умеешь плавать -
не заходи туда, где **ГЛУБОКО!**



Не плавай
НА САМОДЕЛЬНЫХ ПЛОТАХ!



Не борись **С ТЕЧЕНИЕМ.**
Плыви по нему **НАИСКОСОК!**



Не подплывай
близко **К'СУДАМ!**



Не прыгай в воду
В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ!

НЕ РАСКАЧИВАЙ ЛОДКУ
и не перегибайся через борт.
Лодка может **ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ!**



Не удерживай друга
ПОД ВОДОЙ.
Он может **ЗАХЛЕБНУТЬСЯ!**



Не заплывай далеко **НА МАТРАСЕ!**
Он может начать **СДУВАТЬСЯ!**

ЗАПОМНИ

112



ЗАПОМНИ

112



тревожный телефон



Центр ГИМС ГУ МЧС России по Ивановской области

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

1. **Не заплывайте далеко.** Если почувствовали усталость, не стремитесь быстрее добраться до берега. Перевернитесь на спину и «отдохните» на воде.
2. **Катаясь на лодке, нельзя допускать шалости во время движения** – это опасно для жизни. Нельзя садиться на борт лодки и перегибаться через него, раскачивать лодку.
3. **Не прыгайте в воду в местах, где не знаете глубину и состояние дна.**
4. **Не допускайте шалостей на воде:** подплывать и хватать за ноги купающихся, «топить», шутя звать на помощь.



ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ **112**



Купаться можно только там, где есть разрешающие знаки



Нельзя играть на обрывистых берегах



На открытой воде (на лодках, плотках и т.п.) надо одевать спасательные жилеты



Нельзя заплывать далеко от берега на надувных матрасах



Нельзя заплывать за буйки



Нельзя затевать на воде опасные игры



Нельзя нырять в незнакомых местах