

Меры безопасности на воде летом

Лето – прекрасная пора отдыха. Солнце, воздух и вода при правильном их использовании являются источником закалки и укрепления здоровья человека. Однако нарушения правил поведения при нахождении у водоемов влекут за собой тяжелейшие последствия вплоть до утопления. Гибель людей от утопления являлась и является серьезной проблемой.

Вот почему каждый человек должен своевременно научиться плавать, соблюдать меры безопасности на воде и оказывать помощь пострадавшим. Особенно опасно нахождение у воды детей без присмотра взрослых. Умение плавать – еще не гарантия безопасности на воде. Открытый водоем – это всегда риск и опасность. Можно оказаться в воде, не умея плавать; можно заплывть далеко от берега и устать. Во время плавания вас может подхватить течение или вы можете запутаться в водорослях. Анализ происшествий на воде показывает, что тонут, в основном, именно те, кто умеет плавать. И это не странно: как бы не умел человек бегать, прыгать, плавать, жизнь его не станет защищеннее без строгого соблюдения правил безопасности на воде, нарушения которых остаются главной причиной гибели людей на воде. Чтобы избежать несчастных случаев при купании, необходимо соблюдать **основные правила безопасности поведения на воде:**

- не купайтесь и тем более не ныряйте в незнакомых местах и не заплывайте за буйки;
- не купайтесь в местах, где установлены предупреждающие плакаты о запрещении купания;
- не выплывайте на судовой ход и не приближайтесь к судам;
- не уплывайте на надувных матрасах или кругах далеко от берега;
- не купайтесь в нетрезвом виде;
- не устраивайте игры в воде, связанные с захватами рук, ног, сковывающими движение;
- обязательно научите плавать вашего ребенка, а находясь вблизи воды не оставляйте детей без присмотра.

Помощь утопающему

Как узнать, что человек тонет?

Когда человек тонет, его тело, как правило, стоит в воде вертикально, голова то и дело скрывается в волнах. Тонущий человек судорожно взмахивает руками, а потом взмахи вовсе прекращаются.

Ваши действия

1. Если есть лодка, подплывите на ней к тонущему и затаскивайте его через корму, чтобы лодка не перевернулась.
2. Если лодки нет, доберитесь до тонущего вплавь.
3. Приблизившись, обхватите его сзади за плечи, чтобы он не мог вцепиться в вас. В противном случае лишитесь возможности двигаться и можете утонуть вместе с ним.
4. Если тонущий продолжает судорожно цепляться за вас, сковывая ваши движения, возьмите его одной рукой под подбородок и подтащите к себе, чтобы его голова оказалась вровень с вашей, лицом вверх.
5. Локтем той же руки крепко зажмите его плечо, чтобы помешать ему перевернуться, и продвигайтесь к берегу на боку или на спине.
6. Если утопающий находится без сознания, тащите его к берегу, взяв рукой под подбородок, чтобы его лицо постоянно находилось над поверхностью воды.
7. При сильных волнах обхватите утопающего одной рукой поперек груди, поддерживая его голову над водой.

Первая помощь утопающему на берегу

1. Если тонувший не дышит, немедленно начинайте делать ему искусственное дыхание методом «изо рта в рот». Очистите ему пальцем полость рта, запрокиньте его голову и начинайте вдвухать в него воздух, зажав его нос двумя пальцами.
 2. Когда из человека начнет выходить вода, которой он наглотался, наклоняйте его голову набок.
 3. Когда пострадавший начнет дышать, переверните его на грудь, голову поверните набок и, укыв его чем-нибудь теплым, вызовите скорую помощь.
- Статистика показывает, что 80% несчастных случаев на воде происходит в местах, совсем не предназначенных для купания. А именно: дно водоема не очищено от бутылок, металлических прутьев и иных посторонних предметов, зона купания не ограничена буйками, берег не подготовлен для загорания, нет безопасных подступов к воде, не проведен санитарно-эпидемиологический контроль пригодности поверхностных вод для купания. А самое главное – поблизости нет спасателей! К сожалению, большинство граждан о собственной безопасности и безопасности своих детей даже не задумываются, купаясь на «диких» пляжах.

И запомните простую народную мудрость: «Спасение утопающих – дело рук самих утопающих».

Памятка по обеспечению безопасности детей на воде

Безопасность детей на воде обеспечивается правильным выбором и оборудованием места купания, систематической разъяснительной работой с детьми о правилах поведения на воде и соблюдением мер предосторожности.

Взрослые обязаны не допускать купания детей в неустановленных местах, шалостей на воде, плавания на не приспособленных для этого средствах (предметах) и других нарушений правил безопасности на воде.

В пионерских лагерях и других детских учреждениях, расположенных у водоемов, участок для купания детей должен выбираться по возможности у пологого песчаного берега.

Дно участка должно иметь постепенный уклон до глубины двух метров, без ям, уступов, свободно от водных растений, коряг, камней, стекла и других предметов.

Перед открытием купального сезона в пионерском лагере дно акватории должно быть обследовано водолазами и очищено от опасных предметов.

На пляжах пионерского лагеря, другого детского учреждения оборудуются участки для обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста с глубинами не более 0,7 метра, а также для детей старшего возраста с глубинами не более 1,2 метра. Участки ограждаются забором или обносятся линией поплавков, закрепленных на тросах. В местах с глубинами до 2 метров разрешается купаться детям в возрасте 12 лет и более и только хорошо умеющим плавать. Эти места ограждаются буйками, расположенными на расстоянии 25 - 30 метров один от другого.

Пляж городского лагеря, другого детского учреждения должен отвечать установленным санитарным требованиям, благоустроен, огражден штакетным забором со стороны суши.

На расстоянии трех метров от уреза воды через каждые 25 метров устанавливаются стойки с вывешенными на них спасательными кругами и "концом Александра".

На территории пионерского лагеря оборудуется стенд с извлечениями из настоящих Правил, материалами по профилактике несчастных случаев, данными о температуре воды и воздуха, силе и направлении ветра.

Во время купания детей на территории пляжа оборудуется медицинский пункт, устанавливаются грибки и навесы для защиты от солнца.

Купание детей разрешается только группами не более 10 человек и продолжительностью не свыше 10 минут.

Ответственность за безопасность детей во время купания и методическое руководство возлагается на инструктора по плаванию. Эксплуатация пляжей пионерских лагерей или других детских учреждений запрещается без наличия в их штатах инструкторов по плаванию.

Купание детей, не умеющих плавать, проводится отдельно от детей, умеющих плавать.

Перед началом купания детей проводится подготовка пляжа:

Границы участка, отведенного для купания отряда (группы), обозначаются вдоль береговой черты флажками.

На щитах развешиваются спасательные круги, "концы Александра" и другой спасательный инвентарь.

Спасательная лодка со спасателем выходит на внешнюю сторону границы плавания и удерживается в двух метрах от нее.

По окончании подготовки пляжа дети группами выводятся на свои участки купания, инструктируются по правилам поведения на воде, выстраиваются в линейку и складывают перед собой одежду.

За купающимися детьми должно вестись непрерывное наблюдение дежурными воспитателями и медицинскими работниками.

Купающимся детям запрещается нырять с перил, мостков, заплывать за границу плавания.

Во время купания детей на участке запрещается:

- Купание и нахождение посторонних лиц.
- Катание на лодках и катерах.
- Игры и спортивные мероприятия.

Для проведения уроков по плаванию ограждается и соответствующим образом оборудуется на берегу площадка, примыкающая к воде.

На площадке должны быть:

плавательные доски по числу детей;

резиновые круги по числу детей;

2 - 3 шеста, применяемые для поддержки не умеющих плавать, плавательные поддерживающие пояса;

3 - 4 ватерпольных мяча;

2 - 3 электромегафона;

доска расписания занятий с учебными плакатами по методике обучения и технике плавания.

Для купания детей во время походов, прогулок, экскурсий выбирается неглубокое место с пологим и чистым от свай, коряг, острых камней, водорослей и ила дном. Обследование места купания проводится взрослыми, умеющими хорошо плавать и нырять. Купание детей проводится под контролем взрослых.

Меры безопасности на воде летом

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.

Еще в древности люди знали чудодейственную силу купания и закалки человека водой, заповедью было «учиться плавать раньше, чем ходить».

Купаться в воде длительное время нельзя – можно легко простудиться. Если вы чувствуете озноб, немедленно выходите из воды и сделайте короткую, но энергичную пробежку по берегу.

Продолжительность купания зависит от температуры воздуха и воды, от влажности воздуха и силы ветра. Наиболее благоприятные условия купания – ясная безветренная погода, температура воздуха +25 °С и более. Начинать купание следует при температуре воды не ниже +18 °С (табл. 1).

Таблица 1 Наиболее приемлемые режимы купания

Температура воды, °С	Время купания, мин
18	6-8
20	10-12
Выше 20	До 15

Рекомендуется купаться не ранее чем через 1,5 часа после еды. Лучше всего купаться на детских пляжах: они хорошо оборудованы и обеспечены необходимыми средствами для предупреждения несчастных случаев. Не забывайте, что детям разрешается купаться только в присутствии взрослых.

Каждый житель города должен знать, что купаться можно только на обозначенных городских пляжах: «Детском»; «Мужском»; «Женском» и «Студенческом», о времени открытия купального сезона администрация сообщает через средства массовой информации.

Ранняя жара в этом году уже стоила жизни одному из жителей нашего города, причём купался он в не заنه пляжей. По статистике за последние 6 лет на пляжах города не погиб не один человек, хотя в среднем гибель по городу на воде до 6 человек в год, т.е. всего в три раза меньше чем от ДТП.

Плотины водохранилищ, обложенные бетонными плитами или камнями, обрастают мхом, становятся скользкими. На такую плотину выбраться трудно, тем более что не смотря на запреты в таких местах зачастую катаются на гидроциклах.

Впрочем гидроциклы опасны для купающихся везде, при их появлении лучше прекратить купание.

Безопасность детей на воде достигается правильным выбором и оборудованием места купания, хорошей организацией купания, систематической разъяснительной работой с детьми о правилах поведения на воде и соблюдением мер предосторожности.

В оздоровительных лагерях и других детских учреждениях, расположенных на берегах рек, водоемов или вблизи них, место для купания должно выбираться по возможности у пологого песчаного берега, на 500 м выше по течению от места сброса сточных вод, на 100 м ниже по течению от причалов, пристаней, плотин и других гидротехнических сооружений и не должно находиться вблизи судового хода. Скорость течения в этом месте не должна превышать 0,5 м/с.

Дно акватории, отведенной для купания детей, должно иметь постепенный уклон до глубины 2 м, без ям, коряг, стекла и т. п., без уступов и опасных предметов (подводных камней, остатков свай и пр.).

Перед открытием лагеря и купального сезона дно акватории обследуется водолазами и очищается от опасных предметов. Обследование дна является обязанностью организации, которой принадлежит пляж, место купания.

На пляже оздоровительного лагеря, детского учреждения в месте купания оборудуются участки акваторий для купания и обучения плаванию детей до 9 лет с глубинами не более 0,7 м, а также для детей 9-11 лет и детей старшего возраста, не умеющих плавать или плохо плавающих, с глубинами не более 1,2 м (до уровня груди детей).

Участки для купания детей до 9 лет ограждаются штакетным забором высотой над поверхностью воды не менее 0,8 м; участки для купания детей 9-11 лет и детей старшего возраста, не умеющих плавать или плохо плавающих, обносятся линией поплавок, закрепленных на тросах, или огораживаются штакетным забором (ограждение может быть сделано из хорошо обструганных жердей диаметром 3-4 см, закрепленных на кольях, вбитых в дно на расстоянии не более 3 м один от другого).

В местах с глубинами до 2 м разрешается купаться детям в возрасте от 12 лет и только хорошо умеющим плавать. Эти глубины ограждаются буйками, расположенными на расстоянии 25—30 м один от другого.

В месте купания не должно быть выхода грунтовых вод с низкой температурой и источников загрязнения воды. Выше по течению на расстоянии 500 м запрещаются стирка белья и купание животных.

Пляж оздоровительного лагеря, детского учреждения должен отвечать установленным санитарным требованиям: благоустроен, огражден штакетным забором со стороны суши, иметь теневые навесы.

На расстоянии 3 м от уреза воды через каждые 25 м необходимо установить щиты с навешанными на них спасательными кругами и «концами Александрова».

На территории лагеря оборудуется стенд с материалами по предупреждению несчастных случаев на воде. На видных местах вывешиваются «Правила купания», устанавливается доска с данными о температуре воды и воздуха, силе и направлении ветра.

На территории пляжа оборудуется медицинский пункт, устанавливаются грибки и навесы для защиты от солнца.

Открытие пляжа разрешается только после проверки его специально созданной администрацией комиссией с участием представителей ОСВОДа и спасательной службы. После проверки составляется специальный акт.

Купание детей разрешается при наличии оборудованного места купания и ведомственного спасательного поста.

Каждый лагерь или другое детское учреждение, расположенное у водоема, должно иметь ведомственный спасательный пост, который выставляется той организацией, в ведении которой находится данный лагерь или учреждение.

Во время купания детей или других мероприятий на воде осуществляется патрулирование спасательной лодки, снабженной спасательным кругом и «концом Александрова». В помощь ведомственному посту необходимо привлекать дружинников.

Ответственность за безопасность детей во время купания возлагается на инструктора по плаванию и спасанию.

Купание детей разрешается группами не более 10 человек и продолжительностью 10 минут. Купающиеся выстраиваются в линейку, не сходя с места складывают перед собой одежду и обувь. Руководитель проводит переключку. По окончании купания и одевания необходима повторно провести переключку и проверить вся ли одежда разобрана.

За купающимися детьми должно вестись непрерывное наблюдение дежурными воспитателями (вожатыми) и медицинскими работниками. Методическое руководство купанием осуществляет инструктор по плаванию и спасанию.

Купание детей, не умеющих плавать, необходимо проводить отдельно от детей, умеющих плавать. Купание таких детей организует и контролирует руководитель оздоровительного лагеря или детского учреждения.

Перед началом купания детей проводится следующая подготовка пляжа:

- границы участков, отведенных для купания отряда (группы), обозначаются вдоль береговой черты флажками;
- на щитах развешиваются спасательные круги, «концы Александра» и другой спасательный инвентарь;
- спасательная шлюпка со спасателем выходит за внешнюю сторону линии заплыва и удерживается в 2-3 м от нее.

С окончанием этих мероприятий отряды выводятся на свои участки купания, где каждая группа инструктируется о правилах поведения на воде. Купание проводится организованно, в присутствии лиц, умеющих плавать и оказывать помощь терпящим бедствие на воде.

Чтобы избежать беды, всем ребятам необходимо строго соблюдать ряд простых правил поведения на воде.

Помните:

- купаться можно только в разрешенных местах и в присутствии взрослых;
- нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги;
- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;
- 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, и выплывать на фарватер;
- 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.

Для удобства проведения уроков по плаванию необходимо оградить и соответствующим образом оборудовать площадку на берегу, которая примыкает к акватории.

На площадке должны быть:

- не менее 25 плавательных досок;
- не менее 25 медицинских резиновых кругов;
- 2-3 шеста, применяемых для поддержки при обучении не умеющих плавать;
- плавательные поддерживающие пояса;
- 3-4 ватерпольных и резиновых мяча;
- 2-3 рупора (мегафона) или электромегафона;
- специальный стенд с расписанием занятий, учебными плакатами по методике обучения и технике плавания.

Во время купания детей на всей территории пляжа запрещается:

- купание и нахождение посторонних лиц;
- катание на лодках, катерах и гидроциклах;
- игры и спортивные мероприятия.