

## **Правила поведения на воде для детей:**

- 1.** Дети должны купаться только под присмотром родителей.
- 2.** Купаться можно только на обустроенных пляжах, на которых дежурят спасатели.
- 3.** Ни в коем случае нельзя купаться в местах, возле которых размещены щиты с надписью «Купаться строго запрещено!».
- 4.** Детям нельзя играть и находиться у водоема, если вблизи нет родителей.
- 5.** Детям нельзя купаться при повышенной температуре и недомогании.
- 6.** Малышам нельзя находиться в воде больше 30 минут, а если вода прохладная – 5-7 минут.
- 7.** Нельзя купаться сразу после обильного приема пищи. Нужно выждать 30-45 минут.
- 8.** Если даже малыш умеет хорошо плавать, ему нельзя купаться в глубоких местах.
- 9.** Нельзя заплывать за буйки, даже в присутствии родителей.
- 10.** Нельзя нырять в незнакомых местах.

# «Как вести себя на водных объектах»

## На водных объектах ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждениями и запрещающими знаками и надписями;
- заплывать за буйки, обозначающие границы плавания;
- подплывать к моторным и парусным судам, весельным лодкам и другим плавательным средствам;
- прыгать в воду с катеров, лодок, причалов, а также сооружений, не приспособленных для этих целей;
- загрязнять и засорять водоемы и берег;
- распивать алкогольные напитки и купаться в состоянии опьянения;
- приводить с собой собак и других животных;
- играть в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, захватывать купающихся под водой, подавать крики ложной тревоги;
- плавать на досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах и других предметах, представляющих опасность для купающихся;
- кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых.

## На водных объектах ОПАСНО:

- подплывать близко к идущим судам с целью покачаться на волнах. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт;
- прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть;
- нырять с плотов, катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна - топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных;
- купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться очень засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать

## Меры по обеспечению безопасности детей на воде:

- взрослые обязаны следить за тем, чтобы дети не купались в неустановленных местах, не плавали на не приспособленных для этого средствах (предметах) и не допускали других нарушений правил безопасности на воде;
  - безопасность детей на воде обеспечивается правильным выбором и оборудованием места купания;
  - для обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста выбирают место с глубиной не более 0,7 метра, а также для детей старшего возраста с глубиной не более 1,2 метра.
- Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в летний период часто становится причиной гибели и травматизма людей.

### **Чтобы избежать захлебывания в воде, пловец должен:**

- соблюдать правильный ритм дыхания;
- плавая в волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн;
- плавая против волн, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее;
- попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо, не нарушая дыхания, плыть по течению к берегу;
- оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

### **Первая помощь при утоплении:**

- перенести пострадавшего на безопасное место;
- повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза;
- очистить рот от слизи. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов
- добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка;
- при отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание;
- доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**Не нарушайте правила поведения на воде.**

**Не купайтесь в запрещенных местах.**

**ЭТО ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!**

### **Телефоны служб спасения:**

телефон службы спасения - 01,  
по телефону сотовой связи – 101.