

Вода является важнейшим веществом на Земле, она занимает 71% ее поверхности. Вода – добрый друг и помощник человека. Но на воде нужно быть осторожным, соблюдать дисциплину и правила поведения.

Правила безопасности на воде

Информационный буклет



Верхний Услон, 2022

Вода, вода, кругом вода!

Уважаемые друзья!

Наступает летний сезон. Отдыхающие устремляются на отдых поближе к воде. Радость пребывания на водоемах может омрачить ваш отдых, если не соблюдать

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ:

- Убедительная просьба не отпускать детей на водоемы без присмотра;
- Купаться и загорать лучше на оборудованном пляже; никогда не купайтесь в незнакомых местах!
- Не купайтесь в загрязнённых водоёмах!
- Если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;
- Не разрешайте детям и не устраивайте сами во время купания шумные игры на воде – это опасно!
- Находиться в воде рекомендуется не более 10-20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги;

Нельзя нырять с мостов, пристаней даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как за год уровень воды изменяется, в воде

- могут находиться посторонние предметы;
- Если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите много воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;
- Нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться к берегу, что может привести к переутомлению мышц;
- Если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде лежа на спине;
- Если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу.

НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ!

- Купаться можно только в разрешенных местах;
- Нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться бревна, камни, коряги и др.;
- Не отплывайте далеко от берега на надувных плавательных средствах – они могут оказаться неисправными, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать;
- Нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прилива;
- 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 воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;
- Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева
- Температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов, находиться в воде рекомендуется не более 20 минут.
- Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, т.к. при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что привлечет остановку сердца
- Нельзя подавать крики ложной тревоги.



ПОМНИТЕ!

Нарушение правил безопасного поведения на воде – это главная причина гибели людей, в том числе детей.

- Для купания выбирайте место, где чистая вода; ровное песчаное или гравийное дно (без свай, коряг, острых камней, стекла, водорослей и ила); небольшая глубина (до 2 м); нет сильного течения (до 0,5 м/с)
- Лучше всего купаться на специально оборудованных пляжах, в бассейнах, купальнях. Предварительно нужно ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест для купания.
- Купание детей проводится под контролем взрослых.
- Перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.
- В холодную воду заходить нужно медленно, особенно если это первое купание в сезоне.
- Пользоваться надувным матрасом (кругом) надо с особой осторожностью: матрас может неожиданно сдуться или уплыть по течению далеко от берега.
- Нельзя устраивать в воде игры, связанные с захватами, шуточными утоплениями.
- При грозе необходимо немедленно выйти из воды, потому что она притягивает электрический разряд.



ПРАВИЛА КАТАНИЯ НА ЛОДКЕ

Нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке.

- Перед посадкой в лодку осмотрите ее и убедитесь в наличии: весел, руля, уключин, спасательного круга, спасательных жилетов по числу пассажиров, черпака для отлива воды.
 - Посадку в лодку производите осторожно, ступая посреди настила.
 - Не садитесь на борт лодки. Равномерно садитесь на скамейки.
 - Не перегружайте лодку сверх установленной нормы.
 - Не пересаживайтесь с одного места на другое и не переходите с одной лодки на другую.
 - Не раскачивайте лодку.
 - Не ныряйте с лодки.
 - Не подставляйте борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо «резать» носом лодки поперек или под углом.
- Детям до 16 лет запрещается кататься на лодке без сопровождения взрослых!**

При подготовке буклета использованы материалы из Интернета.

ВЕРХНЕУСЛОНСКАЯ
ЦЕНТРАЛЬНАЯ БИБЛИОТЕКА
Наш адрес:
с. Верхний Услон, ул. Чехова, д.76
Тел/ факс: (884379) 2-10-06
e-mail: uslon_cbs@mail.ru
Работаем ежедневно
с 9 до 18 часов
(кроме воскресенья)