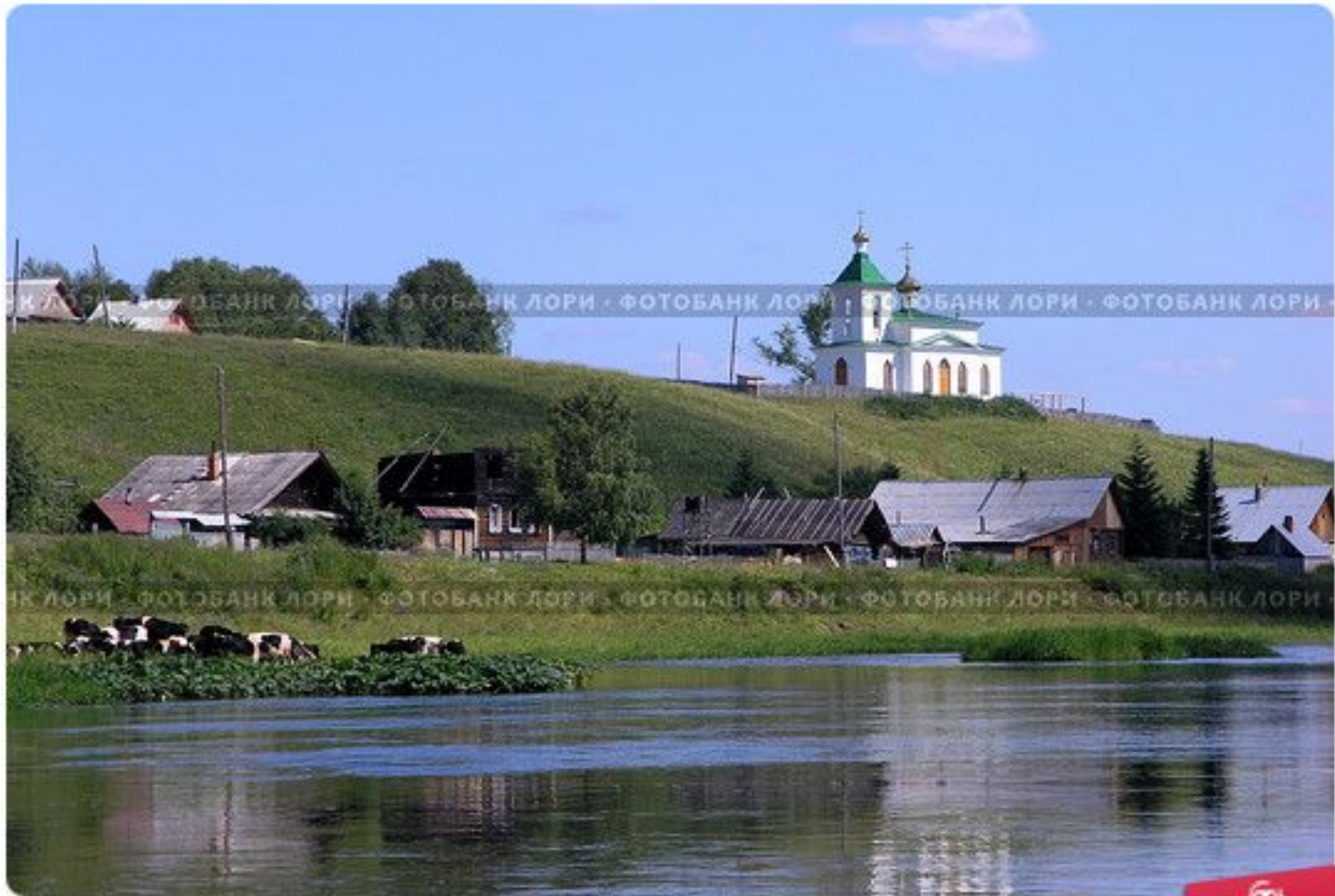


**Безопасное поведение
на водоемах
В
различных условиях.**



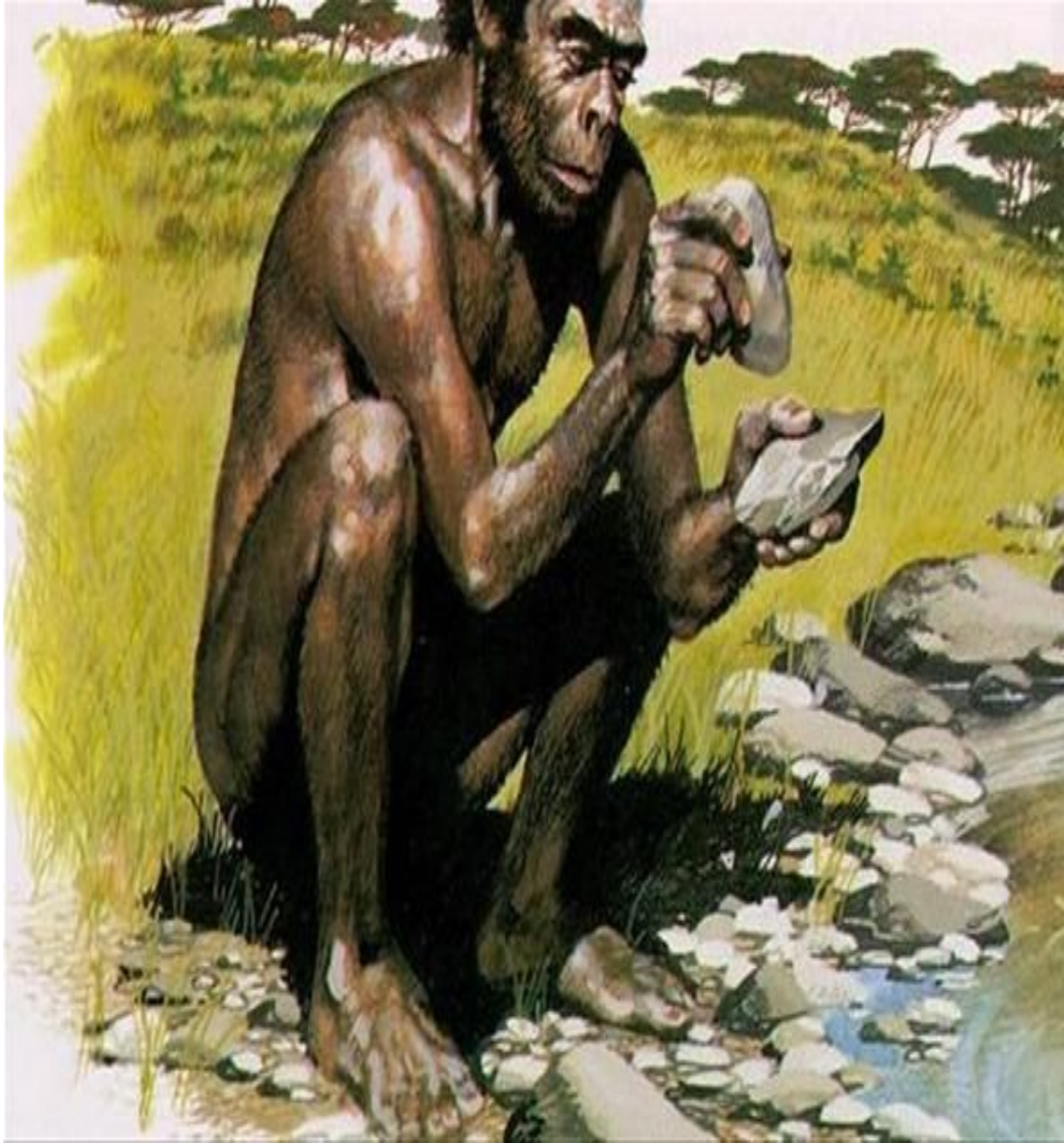


Деревня на берегу реки Чусовой

© Игорь Потапов / Фотобанк Лори



lori.ru/209034



Находки археологов, исследования историков, древние рукописи и другие источники говорят о том, что задолго до нашей эры люди, жившие на берегах океанов и морей, озёр и рек, умели плавать, нырять, прыгать в воду с высоты. Они использовали эти умения в повседневной жизни, добывая себе пищу, и в военном деле



Славянские народы, населявшие в древности русские земли, богатые водоёмами, прекрасно владели искусством плавания. О том, что плавание на Руси было одним из обязательных физических упражнений, свидетельствуют различные источники тех лет (летописи, предания, былины).



«...ВСЕМ НОВЫМ СОЛДАТАМ БЕЗ ИЗЪЯТИЯ
ДОЛЖНО УЧИТЬСЯ ПЛАВАТЬ — НЕ ВСЕГДА ЕСТЬ
МОСТЫ»

Великий полководец А. В. Суворов считал, что умение плавать играет значительную роль во время боевых действий при преодолении водных преград и для поддержания здоровья солдат в суровых походных условиях.





54% всех несчастных случаев происходит во время купания
До 25% несчастных случаев происходит во время водного туризма.
До 13% случаев гибели людей на воде приходится на период паводков и наводнений

В большинстве случаев причиной гибели людей на воде является несоблюдение ими правил безопасного поведения на воде

На территории России серьёзные наводнения происходят регулярно. Наиболее часто серьёзные наводнения происходят в Санкт-Петербурге. На Урале периодически подвергаются наводнениям Орск, Серов, Новотроицк, Златоуст.



Как подготовиться к наводнению

- Если ваш район часто страдает от наводнений, изучите и запомните границы возможного затопления, а также возвышенные места
- Запомните места хранения лодок, плотов и строительных материалов для их изготовления.
- Заранее составьте перечень документов, имущества и медикаментов, вывозимых при эвакуации, целесообразно уложить в специальный чемодан или рюкзак необходимые тёплые вещи, запас продуктов и медикаментов.



С похолоданиями в осенний период возникает опасность провалиться под тонкий неокрепший лед. Осенний лед в период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, непрочен

Помните: безопасная толщина льда для одного человека — не менее 7 см



**Нельзя проверять прочность льда
ударом ноги**



Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь)



Что делать, если вы уже провалились в холодную воду?

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание



- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения





- Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед



- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу. Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед уже проверен на прочность

arşiv



- Находясь на корабле, необходимо помнить, что в настоящее время всем пассажирам и членам экипажа обеспечены места на спасательных средствах

При аварийной ситуации нельзя поддаваться панике. На каждом корабле разработан свой порядок эвакуации, и его необходимо соблюдать.

- Каждый пассажир должен уметь пользоваться спасательным жилетом. Для этого необходимо изучить инструкцию по его использованию.
- Необходимо также знать, что делать при пожарной тревоге
- Не желательно прогуливаться по открытой палубе, когда она влажная или море штормит. Важно также знать расположение судового медпункта.
- Не желательно прогуливаться по открытой палубе, когда она влажная или море штормит. Важно также знать расположение судового медпункта.

СИТУАЦИЯ 1.

Вы решили отдохнуть у реки и конечно же искупаться. Вопрос-задание: С чего же вы начнете

СИТУАЦИЯ 2.

Вы прекрасно проводите время на водоеме, решили еще раз искупаться, зашли в воду и тут с вами произошла беда: вы попали в водоворот, у вас судорогой свело ноги, у Вас ноги заплелись водорослями. Вопрос-задание: Ваши действия при данных ситуациях.