

ППАМЯТКИ

БЕЗОПАСНОСТЬ У ВОДЫ
В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Помните, что в первую очередь на пляже необходимо надевать головной убор, так как может произойти солнечный удар.



Не ходите на пляж без родителей или старших братьев и сестёр. Всегда говорите им если куда то уходите.

Не купайтесь в местах, где много веток и водорослей и нет хорошего входа в воду.



Не ныряйте и не прыгайте в воду в неизвестных местах - там могут быть коряги и камни, которых не видно.



Не играйте в воде в игры связанные с долгими ныряниями и захватом. Не заходите на глубину - ноги всегда должны доставать до дна. Не топите друг друга!



Не играйте вблизи от воды в местах, где можно случайно упасть в воду на глубину.



Нельзя звать на помощь в шутку, если ничего не случилось. Первый раз взрослые прибегут, а на второй раз, когда дело будет серьезно - могут уже не поверить.



Если не умеете плавать, обязательно наденьте спасательный жилет или плавайте в спасательном круге.

Будьте аккуратны - течение может занести вас на глубину, а спасательное средство - сдуться.



При катании на лодке, не садитесь на один борт и не раскачивайте лодку - она может опрокинуться. Не ныряйте с лодки в воду и не перепрыгивайте с одной лодки на другую.

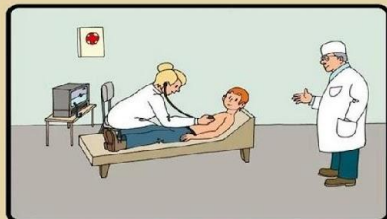


Перед катанием проверьте, всё ли есть в лодке (черпак, вёсла, спасательный круг). Не перегружайте лодку.

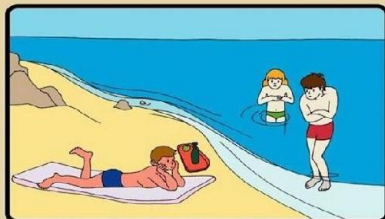


Прочти сам – передай другому!!!

Безопасность на воде в летнее время



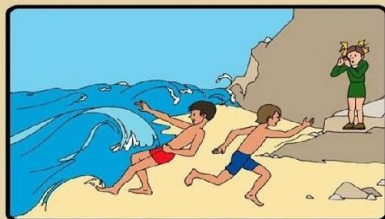
ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОСЕТИТЕ ВРАЧА !



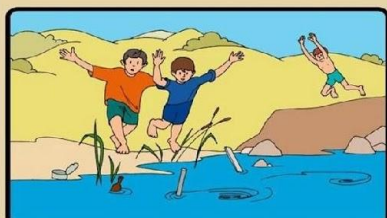
НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ И НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ !
ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ 1,5 -
- 2 ЧАСА !
НЕ КУПАЙТЕСЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ : воды - ниже 18°
воздуха - ниже 22°



КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В РАЗРЕШЕННЫХ МЕСТАХ,
НА БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ !



НЕ КУПАЙТЕСЬ В ШТОРМОВУЮ ПОГОДУ !
БЕРЕГИТЕСЬ ВОЛНЫ !



НЕ КУПАЙТЕСЬ У КРУТЫХ ОБРЫВИСТЫХ БЕРЕГОВ
С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ, В ЗАБОЛОЧЕННЫХ И
ЗАРОСШИХ РАСТИТЕЛЬНОСТЬЮ МЕСТАХ !



НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ.
НЕ ВЗБИРАЙТЕСЬ НА ТЕХНИЧЕСКИЕ
ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЕ ЗНАКИ !



НЕ СТОЙ И НЕ ИГРАЙ В ТЕХ МЕСТАХ, ОТКУДА
МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ !



НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ !
НЕ ИЗВЕСТНО, ЧТО ТАМ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ
НА ДНЕ !



НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ
УСТРОЙСТВА !
ОНИ МОГУТ НЕ ВЫДЕРЖАТЬ ВАШ ВЕС И
ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ !



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ
МАТРАСАХ И АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ !



В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ.
НЕ ХОДИТЕ ПО ИЛИСТОМУ И ЗАРОСШЕМУ
ВОДОРОСЛЯМИ ДНУ.



НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ !
ПЛЫВИТЕ ПО ТЕЧЕНИЮ ПОСТЕПЕННО ПРИБЛИЖАЯСЬ
К БЕРЕГУ !

**ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ЗВОНИТЬ – «01», С СОТОВОГО ТЕЛЕФОНА «112»
ЦЕНТР УПРАВЛЕНИЯ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ:
ОПЕРАТИВНЫЙ ДЕЖУРНЫЙ – (495) 542-21-01, «ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ» - (499) 743-02-72**

Правила безопасного поведения на воде летом

1. Купаться можно только в местах разрешённых и в присутствии взрослых



2. Нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться брёвна, камни, коряги, стёкла.



3. Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли и тина.



4. Не стоит затевать игру, где в шутку надо "топить" друг друга.



АЗБУКА безопасности: правила поведения НА ВОДЕ в летнее время

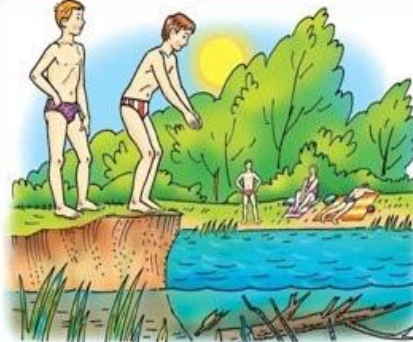
Общие правила безопасного поведения на воде



КУПАТЬСЯ МОЖНО ТОЛЬКО
В УСТАНОВЛЕННЫХ МЕСТАХ,
НА БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ.



НЕ КУПАЙТЕСЬ В НЕИЗВЕСТНЫХ
И НЕ ПРЕДНАЗНАЧЕННЫХ
ДЛЯ ЭТОЙ ЦЕЛИ ВОДОЁМАХ.



НЕ НЫРЯЙТЕ И НЕ ПРЫГАЙТЕ В МЕСТАХ
С НЕИЗВЕСТНЫМ РЕЛЬЕФОМ ДНА. НЕ
СТОЙТЕ И НЕ ИГРАЙТЕ В ТЕХ МЕСТАХ,
ОТКУДА МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ.



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ЗА ОГРАНИЧИТЕЛЬНЫЕ
ЗНАКИ МЕСТ, ОТВЕДЁННЫХ ДЛЯ
КУПАНИЯ! НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К СУДАМ,
ВЕСЕЛЬНЫМ ЛОДКАМ, БАРЖАМ.



НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ,
ИСПОЛЬЗУЙТЕ ЕГО, ЧТОБЫ ПРИБЛИ-
ЗИТЬСЯ К БЕРЕГУ. НЕ КУПАЙТЕСЬ
В ШТОРМОВУЮ ПОГОДУ.



НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ И НЕ
ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ. ПОСЛЕ ПРИЁМА
ПИЩИ СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ 1,5-2 ЧАСА.
НЕ КУПАЙТЕСЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ
ВОДЫ НИЖЕ 18°, ВОЗДУХА НИЖЕ 22°.



НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ СА-
МОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА. ОНИ МО-
ГУТ ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ! НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ
ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ МА-
ТРАСАХ, АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ.



НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ ПРИ ДВИ-
ЖЕНИИ ЛОДОК И КАТЕРОВ. НЕ САДИ-
ТЕСЬ НА БОРТА И НЕ СТОЙТЕ НА СИ-
ДЕНЬЯХ! НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ. НЕ
ОТПЛЫВАЙТЕ ОТ ПЕРЕВЕРНУВШЕЙСЯ
ЛОДКИ ДО ПРИБЫТИЯ ПОМОЩИ.

ВО ИЗБЕЖАНИЕ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ НЕЛЬЗЯ:



ПРЫГАТЬ С ОБРЫВОВ И ВЫШЕК,
НЕ ПРОВЕРИВ ДНО



ОСТАВЛЯТЬ У ВОДЫ ДЕТЕЙ
БЕЗ ПРИСМОТРА



ЗАПЛЫВАТЬ ЗА БУЙКИ ИЛИ
ПЫТАТЬСЯ ПЕРЕПЛЫВАТЬ ВОДОЕМЫ



КУПАТЬСЯ В ХОЛОДНОЙ ВОДЕ
(ТЕМПЕРАТУРА НИЖЕ
+18 ГРАДУСОВ ПО ЦЕЛЬСИЮ).



УСТРАИВАТЬ В ВОДЕ ОПАСНЫЕ ИГРЫ,
КАТАТЬСЯ НА САМОДЕЛЬНЫХ ПЛОТАХ



ПОДАВАТЬ ЛОЖНЫЕ
СИГНАЛЫ ТРЕВОГИ



ОТПЛЫВАТЬ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА
НА НАДУВНЫХ МАТРАЦАХ И КРУГАХ,
ОСОБЕННО, ЕСЛИ ВЫ НЕ УМЕЕТЕ ПЛАВАТЬ



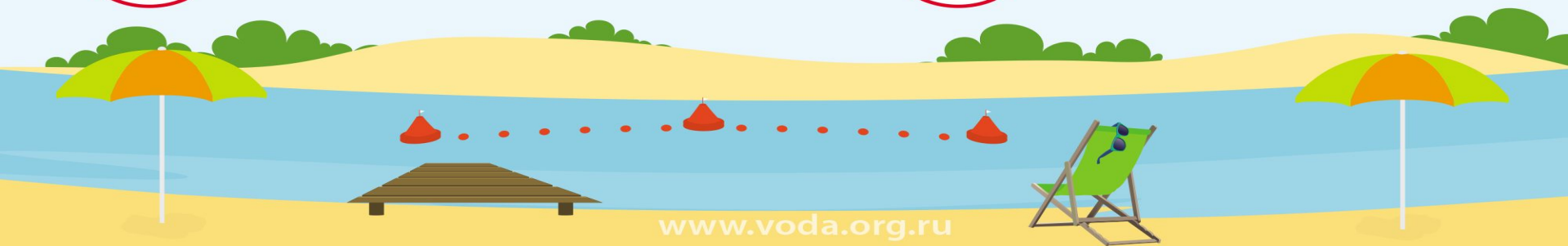
КУПАТЬСЯ В НЕТРЕЗВОМ ВИДЕ



КУПАТЬСЯ В МЕСТАХ,
ГДЕ КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО



ПОДПЛЫВАТЬ БЛИЗКО
К СУДАМ, ЛОДКАМ, КАТЕРАМ



**ПЬЯНСТВО –
ОСНОВНАЯ
ПРИЧИНА
ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ
НА ВОДЕ!**

**НЕ КУПАЙТЕСЬ
В НЕЗНАКОМЫХ
МЕСТАХ!**

**ПЕРЕГРУЗ СУДНА
ПАССАЖИРАМИ
ПРИВОДИТ
К НЕЩАСТНЫМ
СЛУЧАЯМ**

БЕРЕГИ СВОЮ ЖИЗНЬ!

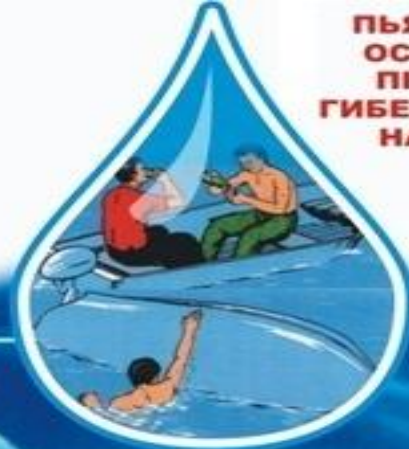
**НАХОДИТЬСЯ
НА РАЗМЫТЫХ
БЕРЕГАХ
ОПАСНО!**



**НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ
ДЕТЕЙ У ВОДЫ
БЕЗ ПРИСМОТРА!**

**БУДЬТЕ
ОСТОРОЖНЫМИ
НА ЛЬДУ РАННЕЙ
ЗИМОЙ, ЛЁД
МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ
НЕПРОЧНЫМ**

**НЕ КАТАЙТЕСЬ
НА ЛЬДИНАХ!**



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



**Запрещено плавание
в судоходных местах!**



**Нырять с лодки
нельзя!**



**За буйки
не заплывать!**



**Не ныряйте
в незнакомом месте.**

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ВОДНЫМИ ОБЪЕКТАМИ ДЛЯ КУПАНИЯ



**Не перегружайте
лодку.**



**Не пересекайте
курс.**



**Запрещается
употребление
спиртных напитков.**



**Пройдите
техосмотр.**

ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ



**Транспортировка
потерпевшего
с поддержкой
за волосы**



**Транспортировка
пострадавшего
за разноимённую руку**



**Выполнение
непрямого
массажа сердца**



**Выполнение
одновременно
массажа сердца
и искусственного
дыхания**

ПАМЯТКИ

ОКАЗАНИЕ
ПЕРВОЙ ПОМОЩИ
УТОПАЮЩИМ

УТОПЛЕНИЕ – это процесс частичного или полного погружения в воду или в другие жидкости, в результате которого происходит повреждение органов дыхательной системы.

ПРИЧИНЫ УТОПЛЕНИЯ

- Обморок, судороги.
- Алкоголь, наркотики, низкая температура воды.
- Остановка сердца.
- Вдох воды в связи с длительной задержкой дыхания под водой.
- Травма.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ УТОПЛЕНИИ

- Вытащить пострадавшего из воды.
- Провести комплекс сердечно-легочной реанимации.

НАЧИНАТЬ ПРОВЕДЕНИЕ СЕРДЕЧНО-ЛЕГОЧНОЙ РЕАНИМАЦИИ СЛЕДУЕТ КАК МОЖНО РАНЬШЕ.



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ

Необходимо всегда помнить о собственной безопасности и, в первую очередь, минимизировать непосредственную угрозу для себя. Поэтому, по возможности, старайтесь спасти тонущего человека не заходя в воду с использованием приспособлений, позволяющих извлечь утонувшего без причинения ему дополнительных травм.

Применение спасательных средств



Спасательный круг



"Конец Александра"



Весло или шест



Спасательные шары

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ НА ВОДЕ

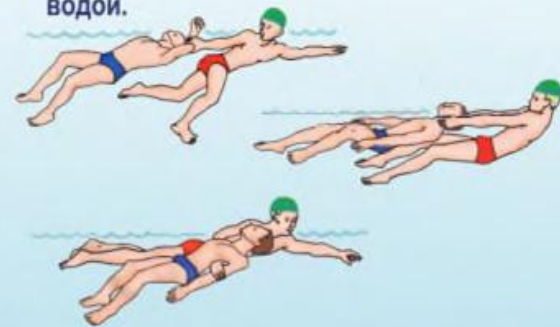
Правила приближения к утопающему

- подплывать только сзади;
- захватывать за волосы или за ворот одежды;
- транспортировать на спине, придерживая его голову над водой.



Главные требования при буксировке к берегу

- быстрота движения;
- рот и нос утопающего должны быть над водой.



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ НА БЕРЕГУ

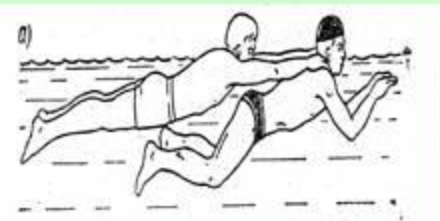
Не нужно тратить время на удаление воды из лёгких - это бесполезно. Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют - немедленно приступайте к сердечно-легочной реанимации.

Порядок действий при реанимации

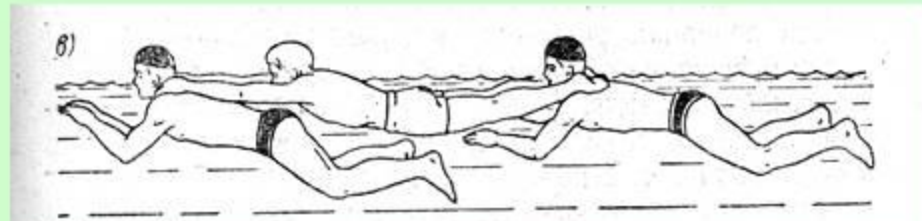
- 1 Уложить пострадавшего на спину на ровную поверхность.
- 2 Стоя на коленях за его головой пальцами кистей выдвинуть вперед нижнюю челюсть.
- 3 Повернуть голову на бок и очистить полость рта от инородных тел.



ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ УТОПАЮЩЕМУ



Помощь уставшему пловцу



Помощь уставшему пловцу вдвоём



Подход к утопающему



а



б

Приёмы и способы буксировки спасаемого:
а). За голову; б). «Морской захват»

ВИДЫ УТОПЛЕНИЯ

ИСТИННОЕ УТОПЛЕНИЕ
(обычное или «синее»)

Признаки: синюшный цвет лица, набухание сосудов шеи, обильные пенистые выделения изо рта и носа.

БЛЕДНОЕ УТОПЛЕНИЕ (в холодной воде)
Признаки: бледно-серый цвет кожи, отсутствие сознания; широкий, не реагирующий на свет зрачок; отсутствие пульса на сонной артерии; часто сухая, легко удаляемая платком пена в углах рта.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ

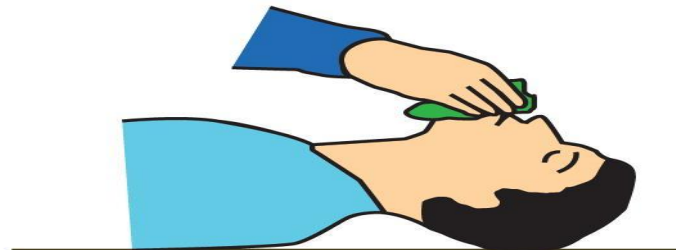
Пострадавший в бессознательном состоянии:

- очистить полости рта и носа от ила и тины;
- удалить из дыхательных путей и желудка воду: необходимо встать на одно колено, пострадавшего положить животом на свое бедро, надавливая на спину пострадавшего, сжимать его грудь.



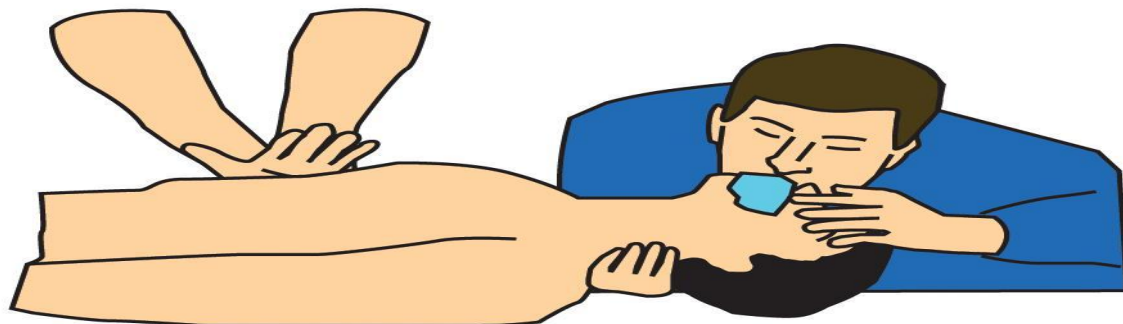
ЕСЛИ ПОСТРАДАВШИЙ В СОЗНАНИИ:

- снять мокрую одежду и переодеть в сухое белье;
- тепло укутать;
- напоить горячим чаем или кофе.



После того как вода вытечет:

- пострадавшего уложить на спину;
- если нормальное дыхание не восстановилось, сделать искусственное дыхание.



Искусственное дыхание необходимо проводить непрерывно и долго; при искусственном дыхании делать движения, производящие вдох, необходимо размеренно, сообразно с частотой дыхания пострадавшего (у взрослых это 16–18 раз в минуту, а у детей примерно 20–25 раз в минуту).

Первая помощь при утоплении



Убедись, что тебе ничто не угрожает. Извлеки пострадавшего из воды. (При подозрении на перелом позвоночника — вытаскивай пострадавшего на доске или щите.)



Уложи пострадавшего животом на свое колено, дай воде стечь из дыхательных путей. Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. Очисти полость рта от посторонних предметов (слизь, рвотные массы и т.п.).



Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) «скорую помощь».



Определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания.



Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют — немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. Продолжай реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения.



После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за состоянием!

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ УТОПАЮЩЕМУ



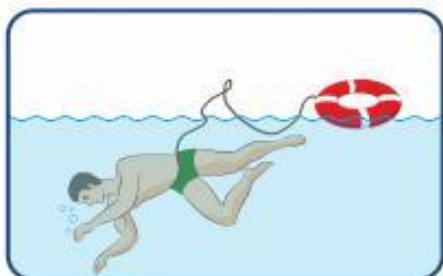
Приблизившись к тонущему, объясните ему, чтобы он ухватился за ваше плечо одной рукой и активно бултыхал ногами



Если слова не помогают, схватите тонущего за волосы или обхватите левой рукой вокруг шеи, приподнимите над водой лицо и тащите на берег



Буксировка захватом из-под руки пострадавшего за его другую руку



Пристегнув к кругу конец верёвки закреплённый на поясе, спасатель ныряет за утопающим



Освобождение от захвата туловища и рук спереди



Освобождение от захвата за шею сзади

ДЕЙСТВИЯ ТЕРпяЩЕГО БЕДСТВИЕ ПОСЛЕ ПОДАЧИ СПАСАТЕЛЬНОГО КРУГА





Водные походы и обеспечение безопасности на воде

Водные походы и обеспечение безопасности на воде

- В походе следует соблюдать ряд основных правил безопасности:
 - I. документы и деньги надо упаковать в непромокаемый мешок и держать при себе,
 - II. спички, сухой спирт хранить в пластмассовых емкостях с завинчивающимися крышками,
 - III. палатку, спальные принадлежности, одежду, продукты
следует держать в полиэтиленовых мешках.



Водные походы и обеспечение безопасности на воде

В походах по рекам, озёрам, морям и водохранилищам удачно сочетаются элементы познания окружающей природной среды, активного отдыха и оздоровления организма.

Турист-водник должен уметь:

- хорошо плавать,
- собирать и ремонтировать туристское судно,
- правильно упаковывать, размещать и защищать от ветра продовольствие и снаряжение;
- правильно садиться и сходиться с судна, грести и управлять им,
- подходить, причаливать к берегу и отваливать (отходить) от берега.
- применять различные способы самостраховки и взаимной страховки.

обязан хорошо знать и распознавать препятствия встречающиеся на водных маршрутах, владеть приёмами их преодоления.



Безопасность

Соблюдение правил безопасности –
первое и главное требование к участнику похода!

Каждый участник ОБЯЗАН выполнять следующие правила:

- Точно и немедленно выполнять все распоряжения руководителя.
- При движении находиться в составе группы, соблюдать установленный интервал движения, разрывов строя не допускать.
- О малейших признаках недомогания, заболевания, утомления немедленно сообщать руководителю или его заместителю.
- На привалах за территорию лагеря без разрешения руководителя не уходить.
- Трав и корней в рот не брать, незнакомых ягод и грибов не есть.
- Аккуратно обращаться с огнём и кипятком.
- Свечи, спички, зажигалки в палатке не зажигать.
- В лесу горящих спичек не бросать, костров без присмотра не оставлять.
- Аккуратно обращаться с топором, пилой и другими колющими и режущими инструментами.



Водный туризм

В походах по рекам, озерам, морям и водохранилищам удачно сочетаются элементы познания окружающей природной среды, активного отдыха и оздоровления организма.

Водный туризм доступен практически каждому здоровому человеку. В то же время водный туризм является одним из наиболее сложных и подготовка к водным путешествиям имеет ряд особенностей.



ВАЖНО ЗНАТЬ

В самом простом походе турист-водник **должен уметь** хорошо плавать; собирать и ремонтировать туристское судно; правильно упаковывать, размещать и защищать от ветра продовольствие и снаряжение; правильно садиться на судно и сходить с него, грести и управлять им, подходить, причаливать к берегу и отваливать (отходить) от берега.

Турист-водник **обязан хорошо знать** и распознавать препятствия, встречающиеся на водных маршрутах, владеть приемами их преодоления, уметь применять различные способы самостраховки и взаимной страховки.

Дисциплина

Путешествие по воде требует от всех участников похода высокой дисциплины, соблюдения **правил поведения на маршруте**, а также точного и быстрого выполнения команд руководителя.



Правила безопасного поведения

В походе судно должно находиться на расстоянии зрительной и голосовой связи с идущими спереди и сзади. Крик на воде должен означать только одно:
«Терпим аварию!»

Во всех остальных случаях это грубейшее нарушение дисциплины.



В походах по рекам, озерам, морям и водохранилищах удачно сочетаются элементы познания окружающей природной среды, активного отдыха и оздоровления организма.

