

# **Памятка родителям о мерах безопасности детей на водоемах в период летних каникул.**

## **Уважаемые родители!**

Не игнорируйте правила поведения на воде и не разрешайте делать это детям.

Не купайтесь с ними в местах, где это запрещено.

Старайтесь держать ребенка в поле своего зрения, когда он находится в воде.

Не заплывайте за буйки, не прыгайте в воду со скал или в местах с неизвестной глубиной.

Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что может повлечь остановку сердца.

Строго контролируйте нахождения ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения.

Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева.

Для детей, которые плохо плавают, применяйте специальные средства безопасности, надувные нарукавники или жилеты.

Объясните детям, что опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах.

Не разрешайте нырять с мостов, причалов.

Нельзя подплывать к лодкам, катерам и судам.

Если достаточно взрослые школьники самостоятельно идут купаться, то старайтесь чтобы они ходили в безопасные места, где есть пост спасателя и медсестра.

Не проходите мимо случаев появления детей у воды без сопровождения взрослых.

Обучите детей не только плаванию, но и правилам поведения в критических ситуациях, объясните опасность водоворотов, судорог, больших волн, сильных течений и т.д.

Научите азам техники спасения утопающих, если вы не можете сделать это сами, то сходите к инструктору по плаванию.

### **Оказание помощи утопающему**

Если на ваших глазах тонет человек, оглянитесь, нет ли поблизости спасательных средств (ими может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить).

Если решили добираться до тонущего вплавь, учитывайте течение воды, ветер, препятствия и расстояние.

Приблизившись к человеку, постарайтесь успокоить его. Если он может контролировать свои действия, то должен держаться за ваши плечи. В противном случае поднырните под тонущего, захватите (проще всего — за волосы) и буксируйте к берегу.

Вытащив пострадавшего, осмотрите его, освободите верхние дыхательные пути от воды и инородных тел.

В случае отсутствия дыхания и сердечной деятельности немедленно приступите к оказанию доврачебной медицинской помощи и отправьте пострадавшего в медпункт (больниц

## МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЕМАХ



**ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ  
СЕЗОНОМ ПОСЕТИТЕ  
ВРАЧА**

**КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО  
В РАЗРЕШЕННЫХ  
МЕСТАХ**



**НЕ КУПАЙТЕСЬ В  
ЗАБОЛОЧЕННЫХ И  
ЗАРОСШИХ ВОДОЕМАХ**



**НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ  
И НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ,  
ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ  
СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ  
1,5-2 ЧАСА**



**НЕ КУПАЙТЕСЬ В  
ШТОРМОВУЮ ПОГОДУ,  
БЕРЕГИТЕСЬ ВОЛНЫ**



**НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ  
К СУДАМ,  
НЕ ВЗБИРАЙТЕСЬ  
НА БУЙКИ**



## КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ



**НЕ ИГРАЙТЕ В ТЕХ  
МЕСТАХ, ОТКУДА  
МОЖНО УПАСТЬ  
В ВОДУ**

**НЕ НЫРЯЙТЕ В  
НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ**



**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ  
ДЛЯ ПЛАВАНИЯ  
САМОДЕЛЬНЫЕ  
УСТРОЙСТВА**



**НЕ ОТПЛЫВАЙТЕ  
ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА  
НА НАДУВНЫХ  
ПЛАВСРЕДСТВАХ**



**В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ  
ВЕРТИКАЛЬНОГО  
ПОЛОЖЕНИЯ,  
НЕ ХОДИТЕ ПО  
ИЛИСТОМУ ДНУ**



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



## ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЛОДКАМИ И КАТЕРАМИ



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА  
СУДОВОЙ ХОД,  
НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ  
К ПРОХОДЯЩИМ  
СУДАМ**

**НЕ ПРЫГАЙТЕ  
С БОРТОВ ЛОДОК  
И КАТЕРОВ**



**НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ  
ЛОДКИ И КАТЕРА**



**НЕ КАТАЙТЕСЬ  
НА ЛОДКАХ, КАТЕРАХ  
И ГИДРОЦИКЛАХ В  
МЕСТАХ МАССОВОГО  
КУПАНИЯ ЛЮДЕЙ**



**НОЧЬЮ НА КАТЕРАХ И  
ЛОДКАХ ОБЯЗАТЕЛЬНО  
ВКЛЮЧАЙТЕ БЕЛЫЕ  
ФОНАРИ**



**НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ  
ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДОК  
И КАТЕРОВ**

