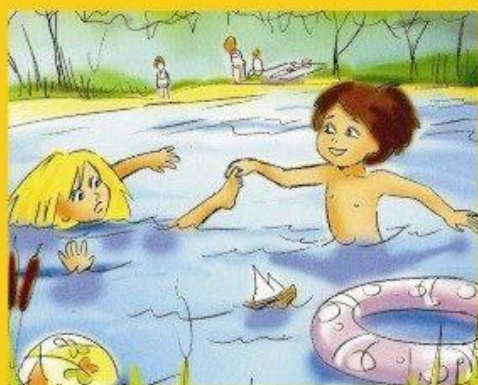


Несколько советов родителям несовершеннолетних детей:

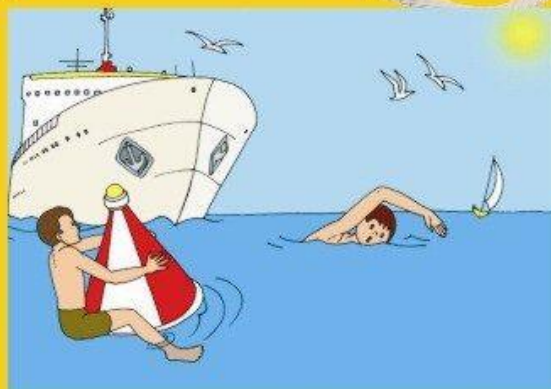
- обучите своего ребенка плаванию;
- не оставляйте ребенка одного в воде, даже если он в спасательном жилете или на него надет спасательный круг.



Объясните своему ребенку:



К беде ведут споры на дальность заплыва и длительность пребывания под водой



- на воде нельзя даже в шутку топить своих друзей, неожиданно набрасываться на них, дергать пловцов за руки и ноги, сталкивать в воду;

- при приближении катеров, моторных лодок, барж и иных судов следует проявлять особую осторожность: маленьких детей может захлестнуть волной, а тех, кто находится в воде, может затянуть под дно судна;



- не используйте при купании не предназначенные для этого предметы (доски, надувные автомобильные камеры и т. п.);



- вхождение и прыжки в воду в разгоряченном и возбужденном состоянии, вследствие резкого перепада температуры, могут привести к спазмам сосудов, в том числе головного мозга и сердца. Не доводите себя до переохлаждения;



Попав в сильное течение, не плывите против него, а используйте, чтобы приблизиться к берегу

- желательно купаться не раньше чем через 1,5–2 часа после обильного приема пищи

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ

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.

Для купания детей выбирается 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.

Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17 — 19°C, воздуха

20 — 25°C.

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 слутся или уплыть по течению далеко от берега.

В воде следует находиться 10 — 15 минут.

Нельзя устраивать в воде игры, связанные с захватами, шуточными утоплениями.

При грозе необходимо немедленно выходить из воды, потому что она притягивает электрический разряд.



Уважаемые родители!

Разъясните вашему ребенку основные правила поведения на воде:

Купайся только в разрешенных местах.

Не купайся в одиночку в незнакомом месте.

Не заплывай за буйки.

Пользуйся надувным матрасом (кругом) только под присмотром взрослых.

Держись поближе к берегу, чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна.

Никогда не зови на помощь в шутку — в другой раз, когда помощь действительно понадобится, все подумают, что ты опять шутишь.

Не шали в воде. Не окунай друзей столовой и не ставь им подножки.

Не купайся подолгу, чтобы не переохладиться и не заболеть.

Не стой на обрывистом берегу или на краю причала.

Если ты не умеешь плавать, не бросайся на помощь.

Если кто-то тонет — брось ему спасательный круг, надувную игрушку или матраси позови взрослых.



У ВОДЫ БЕЗ БЕДЫ

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ У ВОДЫ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Памятка родителям! МАМЫ И ПАПЫ

**Во избежание неприятностей
следует помнить следующее:**

- для купания присмотрите не глубокое место - 60-80 см. с песчаным дном и не сильным течением.
- следите за тем, чтобы дети не стояли долго в воде, не сидели на солнце, не играли в мокрой одежде.
- нельзя, чтобы дети купались без присмотра, даже если они умеют плавать. Очень важно при этом, чтобы присматривающий взрослый не находился в алкогольном опьянении.
- следует категорически запрещать нырять ребенку, если он не умеет плавать.
- необходимо строго наказывать за игры с криками «Тону»
- продолжительность купания от 3 до 30 минут, купаться лучше часто, но продолжительность ограничивать.



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ



1. Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно свалиться в воду.
2. Не заходите на глубокое место, если не умеете плавать или плаваете плохо.
3. Ни в коем случае не играйте в незнакомых местах. Неизвестно, что там может оказаться на дне.
4. Не заплывайте за буйки.
5. Не подплывайте близко к судам. Вас может затянуть под винты.
6. Никогда не играйте в игры с удерживанием “противника” по водой — он может захлебнуться.
7. Не пытайтесь плавать на самодельных плотках или других плавательных средствах. Они могут не выдержать вашего веса или перевернуться.
8. Не заплывайте далеко на надувных матрасах и камерах. Если матрас или камера вдруг начнут сдуваться, вы можете вместе с ними пойти ко дну.
9. Игры в морской бой на лодках, раскачивание лодки, хождение по ней или перегибание через борт очень опасны, так как лодка от этого может перевернуться.



ТЕЛЕФОН ПОЖАРНОЙ ОХРАНЫ	01
 МЕГАФОН	112
 МТС	112
 Билайн	112
 ВІАС всегда	112



Безопасность на воде

памятка для родителей



- При купании детей необходимо строго соблюдать **правила поведения на воде**. Обязательно информировать детей о возможных опасностях при купании. **Родителям** необходимо осуществлять **контроль** пребывания детей в летнее время при отсутствии организации их отдыха, особенно в местности с наличием рек и водных резервуаров.
- Купание детей возможно исключительно в специально отведенных для этого местах: на **благоустроенных** водоемах, только **в присутствии взрослых** и /или спасателей. При отдыхе на берегу рек, озер, водоемов **дети должны быть всегда на виду**. Необходимо избегать активных игр на воде, особенно с захватыванием рук, ног, а также прыжков и бросков в воду.
- Для маленьких детей опасность может представлять надувной бассейн с **глубиной воды в 20-30 см**. Необходимо устанавливать ограждения вокруг этих сооружений и убирать игрушки после купания для минимизации привлекательности их достать самостоятельно.

Подготовлено к.м.н. доцентом Т.В. Гнедько



Лето - прекрасная пора для отдыха, а вода - чудесное средство оздоровления организма. Но купание приносит пользу лишь при разумном ее использовании.

Отдыхая на воде, необходимо соблюдать правила поведения и меры безопасности:

- учиться плавать надо с самого раннего детства. Необходимо позаботиться о том, чтобы все члены семьи научились плавать;
- купание должно происходить только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах;
- температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов, находиться в ней рекомендуется не более 20 мин., причем время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 мин.;
- не следует купаться раньше, чем через 1,5 - 2 часа после еды, иначе может наступить спазм желудка, появиться рвота;
- лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, так как при охлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания и потеря сознания;
- нельзя отплывать далеко от берега на надувных матрасах и кругах, если вы не умеете плавать;
- не устраивать в воде игр, связанных с захватами;
- не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, приводящее к остановке сердца;

- важно знать, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном;



- катание в лодках детей осуществлять только в сопровождении взрослых при наличии спасательного круга или жилета для каждого пассажира;

- старайтесь не купаться в одиночку. Взрослым необходимо помнить, что оставлять детей без присмотра нельзя.

Основными причинами гибели на воде являются:

- неумение плавать,
- употребление спиртного,
- нахождение детей без присмотра родителей,
- нарушение правил безопасности поведения на воде (отсутствие спасательных жилетов при катании в лодках и на катерах, ныряние в неглубокую воду - травмы шеи и головы о твердое дно водоема или бассейна).

Если взрослые гибнут в основном по собственной халатности, то гибель детей, как правило, на совести их родителей.



Запрещается

- заплывать в места сильного прибоя. Сильная волна может сбить с ног, ударить о камни, а последующие волны могут унести в море;

- купаться у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах. Если вас захватило быстрым течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывите вниз по течению, постепенно приближаясь к берегу. Если зацепились за растения, не делайте резких движений. Постарайтесь ослабить петли растений свободной рукой;

- купаться в состоянии алкогольного опьянения;

- нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам, судам;

- находясь на лодках, опасно пересаживаться, садиться на борта, вставать в полный рост, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин и посреди фарватера реки;

- прыгать в воду в незнакомых местах, нырять на мелководье.

Соблюдение этих правил сделают ваш отдых интересным и безопасным



Весной, когда начинает пригревать солнышко, лед на водоемах становится рыхлым, вода просачивается сквозь него и заполняет следы, ломается лед без треска. В конце зимы наиболее опасными становятся места возле берега и под мостами. Запомните, что на подтаивающий весной лед выходить нельзя.

Правила безопасности на льду водоема

1. Не выходите на тонкий лед в начале зимы и в начале весны.
2. Запомните, что весной лед ломается бесшумно, а в начале зимы с хрустом и треском.
3. Двигайтесь по льду по натоптанным следам и тропинкам.
4. Берите палку, чтобы прощупывать перед собой путь.
5. Двигаясь группой, следуйте друг за другом на некотором расстоянии.
6. Запомните, что в начале зимы наиболее опасна середина водоема, а в конце — участки возле берега.
7. Запомните, что менее прочным лед бывает, там где:
 - наметены сугробы;
 - растут кусты;
 - трава вмерзла в лед;
 - бьют ключи;
 - быстрое течение;
 - в реку впадает ручей;
 - в водоем попадают сливные воды с фермы или фабрики.

