

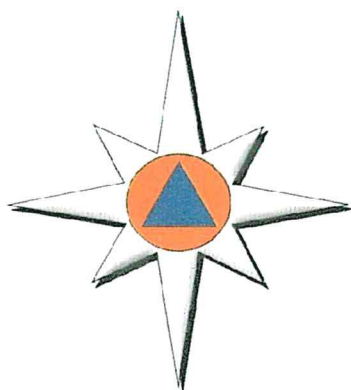
**АДМИНИСТРАЦИЯ ГОРОДА БЕЛГОРОДА**

**МКУ «УПРАВЛЕНИЕ ГОЧС ГОРОДА БЕЛГОРОДА»  
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ОТДЕЛ**



# **МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ**


**О ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ  
НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**



**г. Белгород**

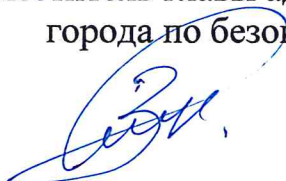
**СОГЛАСОВАНО**

Начальник отдела ГИМС ГУ  
МЧС России по Белгородской области

 И.А. Чистяков  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 год

**УТВЕРЖДАЮ**

Заместитель главы администрации  
города по безопасности

 А.С. Захаров  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 год

# **МЕТОДИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ**

## **О ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

С наступлением жаркой погоды и сезона летних каникул каждый школьник стремится на природу, чтобы искупаться раз-другой в подходящем водоёме. Но нередко обычное купание оборачивается трагедией.

Главной причиной возникновения несчастных случаев на воде можно назвать отсутствие культуры безопасности у детей и незнание простейших правил поведения на воде. Знание правил поведения у водоемов необходимы для каждого отдыхающего в том числе и ребёнка.

### **Запомни, купаться в водоеме можно, если:**

- После еды прошло 1,5-2 часа.
- Ты не чувствуешь себя плохо (нет озноба, температуры).
- Ты не перегрелся перед этим на солнце.
- Нет штормового предупреждения или сильных волн.
- Температура воды выше +15 °С.
- Место для купания специально оборудовано.

**КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ** купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами **«КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»**

### **Безопасное поведение на пляже:**

- Нельзя нырять в незнакомых местах, мы же не знаем, что в воде. Недалеко от поверхности могут опасно торчать острые камни или металлические предметы.

- Если мяч, круг или игрушку сдуло ветром и подхватило волнами – не пытайся догнать их. Очень легкий предмет будет быстро отдаляться, ты устанешь, пытаясь его догнать и у тебя не хватит сил на обратный путь.

- Даже в жаркую погоду лучше не купаться дольше 15 минут подряд, чтобы не переохладиться.

- Нельзя заплывать за буйки. Если случайно заплыл, немедленно вернись.

**Буйки ставят не просто так: они отмечают безопасную для купания глубину!**

- Помни, в воде - не место шуткам. Любая, даже самая безобидная, может обернуться плохо.

- Не стоит использовать для катания на воде самодельные средства, они ненадежны.

- Если ты увидел катер, лучше выйди из воды или отплыви как можно дальше от него.

- Если тебя подхватило течение, то не пытайся плыть против него. Плыви по течению, но по направлению к берегу.

- Если у кого-то свело судорогой ногу в воде, то нужно позвать на помощь. Затем, не подплывая к пострадавшему вплотную (чтобы он в панике не схватил тебя за руку или ногу), помочь ему перевернуться на спину, чтобы он не захлебнулся. Пусть попробует сильно потянуть ступню на себя за большой палец, уколоть ее чем-нибудь или ущипнуть – тогда судорога может пройти.



## Безопасное поведение на пляже



Купайся только в разрешенных для этого местах. Помни: таблички «Купание запрещено» стоят не просто так!



В водоем заходи только там, где вода наиболее прозрачна, дно ровное – песок или галька – и нет сильного течения.



На пляж с собой не забудь захватить головной убор, чистую воду, крем от солнечных ожогов.



Не входи с разбегу в холодную воду, если ты долго находился под жарким солнцем – резкая смена температуры вредит организму.



Грубые игры на воде недопустимы: нельзя в шутку топить товарищей, подныривать под плывущего человека или делать вид, будто ты тонешь.

### Солнечная погода

В солнечный день и не подумаешь, что тебя могут подстерегать какие-то опасности. На самом деле в жаркую погоду необходимо защищать себя от обезвоживания, прямых солнечных лучей и духоты.

Наиболее опасно пребывание на солнце с 12 до 15 часов дня. В это время риск перегрева максимален.



### Запомни, правила поведения в жаркую погоду:

- Пей много жидкости. Лучше всего – теплой воды. Старайся не пить ледяную воду в жару – так ты можешь простудиться.
- Носи головной убор, ограничивай свое время на солнце.
- Пользуйся солнцезащитным кремом.

Если у кого-то из твоих друзей появились следующие симптомы: шум в ушах, головная боль, тошнота, головокружение, то знай, что это признаки солнечного удара, нужно немедленно обратиться за помощью!

После длительного пребывания на солнце входи в воду постепенно, чтобы тело привыкло к прохладной воде.



### Если тонет человек:

1. Сразу громко зови на помощь: **«Человек тонет!»**.
2. Вызови спасателей и скорую помощь позвонив по телефону **«112»**.
3. Брось тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце.
4. Если хорошо плаваешь, сними одежду и обувь и вплавь доберись до тонущего. Заговори с ним. Если услышишь адекватный ответ, смело подставляйте

ему плечо в качестве опоры и помощи доплыть до берега. Если же утопающий находится в панике, схватил тебя и тащит за собой в воду, применяй силу. Если освободиться от захвата тебе не удастся, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно отпустит тебя. Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

**Помни!**

**Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения  
на воде может предупредить беду.**

**Начальник МКУ «Управление  
ГОЧС города Белгорода»**



**В.В.Баранов**