

Помощь утопающему

Тонущий человек практически никогда не кричит, как показывают в фильмах. У него нет сил кричать, он борется за глоток воздуха. Поэтому если ты видишь, что у человека выпучены глаза, он то погружается в воду, то слегка выныривает, движения его беспорядочны, он барахтается и пытается двигаться к берегу – скорее всего, этот человек тонет и ему нужна помощь.

Если есть возможность о тонущем человеке всегда надо сообщить взрослым. Если взрослых нет, то плыть к нему надо по самой короткой линии от берега (если ты на берегу). При этом постарайся запомнить ориентир на земле, если человек уйдет под воду, то ты примерно будешь знать, где его искать. Спасать человека лучше используя любое плавсредство (круг, накачанную шину, матрас), он и ты сможете схватиться за него и отдохнуть. Если тонет взрослый, который крупнее тебя, то спасать его самостоятельно и без плавсредств для тебя опасно, ты вряд ли его вытащишь, скорее он в панике утащит тебя под воду.

Утонувшего человека еще можно спасти в течение 6-7 минут, поэтому не оставляй попыток найти того, кто ушел под воду.

*Мальчик Серёжа на речку пошёл,
Не думая долго забаву нашёл.
Решил он ту реку переплыть в одиночку,
Туда и обратно, всего по-разочку.*

*Лихо Серёжа в реку влетел,
Работал руками и громко пыхтел.
На сторону ту он спокойно доплыл,
Однако, обратно не осталось уж сил.*

*Махнул он рукой на усталость свою,
Хотел он за раз переплыть её всю.
Он снова пыхтит и снова плывёт,
Но что-то не то, нога не гребёт!*

*Причина простая: ногу свело,
Но тонет Серёжа ему всё равно.
Ко дну как подводка он тихо идёт,
Неужто утонет? Никто не спасёт?*

*Очнулся Серёжа на том берегу,
Его спас Андрей, хвала мужику!
Надолго усвоил Серёжа урок,
Как реку за раз переплыть он не смог.*

А.С.Немиров



**БУ СО ВО «Харовский центр
помощи детям, оставшимся без
попечения родителей»**

Памятка

Безопасность на воде



Контактные данные:

г.Харовск, ул. Энергетиков, д.14
тел/факс: (881732) 2-34-05

2019 г.

Что нужно знать родителям про безопасность детей на воде

- Купаться надо часа через полтора после еды;
- Если температура воды менее +16 °С, то купаться вообще не рекомендуется, так как от холода могут начаться судороги или может произойти потеря сознания;
- При температуре воды от +17 до +19 °С и температуре воздуха около 25 °С, в воде не следует находиться более 10-15 минут;
- Плавать надо только в специально оборудованных для этого безопасных местах. Если вы решили поплавать, находясь в местах дикой природы, то выбирайте место с чистой водой, глубиной до 2-х метров, с ровным гравийным или песчаным дном и где течение воды слабое. Всегда хорошо проверяйте дно и следите за купающимися детьми. Дети должны купаться у самого берега. Никогда не купайтесь в заболоченных местах;
- Если дети купаются без взрослых, то им нельзя заплывать далеко, без присмотра они могут попасть в беду.

Основные правила безопасности детей на воде

- Запрещено заплывать за буйки, а если их нет, то слишком далеко от берега;
- Нельзя близко подплывать к судам;
- Нельзя прыгать в воду в местах, где мелко или незнакомое дно;
- Нельзя прыгать в воду с лодок, причалов, мостов и других, не предназначенных для этого мест;
- Нельзя после перегрева на солнце или долгого бега резко прыгать в холодную воду, это может вызвать шок и потерю сознания или остановку сердца. Предварительно надо сполоснуться водой;
- Нельзя купаться в шторм и при сильных волнах;
- Не купайся в водоемах, берег которых обложен большими камнями или бетонными плитами, они покрываются мхом, становятся скользкими и по ним опасно и трудно выбираться;
- Надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега;
- Нельзя играть в воде в игры связанные с захватами соперника и удержанием его под водой, твой товарищ может захлебнуться и потерять сознание.

Правила безопасности на воде для детей – как избавиться от судороги

- Если ты чувствуешь, что устаешь, и тело начинают хватать слабые кратковременные судороги, перевернись на спину, отдохни и пльиви какое-то время на спине;
- Если судорога свела икроножную мышцу, то надо принять согнутое положение, и потянуть двумя руками стопу, сведенной судорогой ноги, на себя к животу и груди;
- Если судорога свела мышцу бедра, то надо обхватить руками лодыжку ноги с наружной стороны (ближе к стопе) и с силой потянуть её назад к спине.
- Если судорога свела пальцы руки, то надо резко сжать пальцы в кулак, а затем резко выбросить руку вперед и в наружную сторону (правую - вправо, левую - влево) при этом разжав резко пальцы.