

# Безопасное поведение на водоемах

## в различных условиях.

---

В нашей стране большое количество водоемов, на которых можно прекрасно отдохнуть в летнее время. Отдых на берегу речки или озера – это прекрасно, но ежегодно огромное количество людей погибает на воде.

Чаще всего это происходит во время купания, особенно в тех местах, которые для этого не предназначены. Часть случаев занимают происшествия во время переходов на байдарках по горным рекам. Вот почему так важно знать, что такое безопасное поведение на водоемах в различных условиях.

Очень важно, чтобы вы перед поездкой на такой отдых вспомнили про безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Документ, в котором отражены все правила поведения на воде, должен быть в каждой администрации и спасательных организациях. Безопасное поведение на водоемах в различных условиях Свежий воздух и вода являются прекрасными закалывающими факторами, но нельзя забывать и о той опасности, которая вас может подстергать на открытых водоемах.

Есть некоторые рекомендации, которые касаются купания:

Некоторые заболевания могут быть противопоказанием к купанию, поэтому перед поездкой на водоем посоветуйтесь с врачом. Лучшим временем для принятия водных процедур является время 9-11 часов утра и 17-19 вечера. Не стоит купаться, если вы только что поели, должен пройти час-полтора. Если вы умеете плавать, то это в какой-то мере гарантия вашей безопасности на воде, но бывают случаи, когда и отличные пловцы попадают в экстремальные ситуации и погибают. Поэтому особенно важно соблюдать правила безопасности всем категориям граждан.

Безопасное поведение на водоемах в различных условиях должно соблюдаться неукоснительно – это гарант вашего отличного отдыха без происшествий. После того как вы приехали на речку или озеро, проведя много времени в дороге в жарком автомобиле, не стоит сразу бросаться в воду. Необходимо немного отдохнуть, успокоиться и остыть, только после этого можно идти купаться.

Чтобы ваш отдых не омрачился неожиданными ситуациями, соблюдайте несложные правила: Лучше всего, если вы будете принимать водные процедуры в местах, которые специально для этого оборудованы. Если вы первый раз приехали в это место, перед полноценным купанием необходимо обследовать дно на предмет коряг, стекол и всякого мусора. Не ныряйте в незнакомых местах, иначе можно уткнуться головой в грунт, корягу или бетонную плиту. Если на берегу водоема вы обнаружили табличку, что купание в этом месте запрещено, то не стоит рисковать своим здоровьем, лучше отправиться на другой пляж. На пляже обычно спасательные службы устанавливают буйки, за которые заплывать нельзя, не надо показывать свою

храбрость и меряться силами с друзьями, это может быть опасно. Если вы любите устраивать игры в воде, то будьте осторожны: не хватайте друг друга за руки или ноги, можно в азарте наглотаться воды и потерять сознание. Если в воде у вас ногу свела судорога, то необходимо позвать на помощь.

**Не заходите в воду в нетрезвом состоянии, это может закончиться трагически.**

**Эти несложные правила почему-то соблюдают далеко не все, что и приводит к несчастным случаям.**

### **ВЫ НАЧИНАЕТЕ ТОНУТЬ:**

#### **При судороге ног:**

позовите находящихся поблизости людей на помощь;  
постарайтесь глубоко вдохнуть воздух, расслабиться и свободно погрузиться в воду лицом вниз;  
возьмитесь двумя руками под водой за голень сведенной ноги, с силой согните колено, а затем выпрямите ногу с помощью рук, делая это несколько раз, пока можете задерживать дыхание;  
при продолжении судорог до боли щипайте пальцами мышцу, попросите спасающих вас людей поднырнуть и укусить вас за нее;  
после прекращения судорог смените стиль плавания или некоторое время полежите на спине, массируя руками ногу, затем медленно плывите к берегу.

#### **Вы захлебнулись водой:**

Не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;  
прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками.  
Затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;  
восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;  
при необходимости позовите людей на помощь.

### **ВЫ УВИДЕЛИ ТОНУЩЕГО ЧЕЛОВЕКА:**

Привлеките внимание окружающих громким криком "Человек тонет!", вызовите "Скорую помощь" и скинув одежду и обувь, доплывите до утопающего;  
Спасательный круг, резиновую камеру или надувной матрас кидайте в воду по возможности ближе к утопающему;  
Если человек находится в воде вертикально или лежит на животе, подплывите к нему сзади и за волосы (либо просунув руку под подбородок) приподнимите

ему голову, перевернув на спину, чтобы лицо находилось над водой;  
Если человек лежит на спине, подплывайте со стороны головы;  
не давайте утопающему схватить вас за руку или за шею — поднырните под него и слегка ударьте снизу по подбородку, развернув спиной к себе;  
При погружении человека на дно оглянитесь вокруг, запомните ориентиры на берегу, чтобы течение не отнесло вас от места погружения, затем начинайте под водой искать утонувшего;  
при обнаружении тела возьмите его за волосы и, резко оттолкнувшись от дна, всплывайте на поверхность;  
Если утонувший не дышит, прямо в воде сделайте ему несколько вдохов «из рта в рот» и, подхватив его одной рукой за подбородок, плывите к берегу.

### **ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ДОВРАЧЕБНОЙ ПОМОЩИ:**

**При попадании жидкости в дыхательные пути:**

Положите пострадавшего животом на согнутое колено;  
проведите очистку от слизи, слюны носовой полости и носоглотки;  
путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути;  
после этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

**ПОМНИТЕ! Паралич дыхательного центра наступает через 4-6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут. Поэтому мероприятия первой помощи должны выполняться быстро и умело!**

**При возникновении нештатной ситуации и необходимости помощи спасателей звоните по телефону пожарно-спасательной службы 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112.**

### **Безопасность при использовании маломерных судов!**

**При использовании маломерными судами запрещается:**

- перегружать плавсредства с выше установленной пассажировместимости (грузоподъемности);
- выдавать на прокат и пользоваться лодкой детям до 16 лет без сопровождения взрослых;
- прыгать в воду и купаться с лодки (катера);

- сидеть на бортах, раскачивать лодку, переходить с места на место или переходить (пересаживаться) на другую лодку (катер);
- заходить на плавсредствах в акватории, отведенные для купания;
- плавать и подходить к берегу в местах массового отдыха людей;
- подходить к другим двигающимся плавсредствам и пересекать их курс на опасном расстоянии (менее 500 метров);
- нарушать правила расхождения плавсредств;
- брать на плавсредства детей без сопровождения взрослых.
- пользоваться плавсредствами в состоянии алкогольного опьянения;
- отдаляться от берега на расстояние большее, чем указано в судовом билете, инструкции по эксплуатации.

**Запрещается управлять маломерными судами, подлежащими регистрации лицам, не имеющим удостоверения на право управления маломерными судами. Если ваш катер или лодку не нужно регистрировать, то выходя в плавание стоит взять копию документов на судно и на мотор, а также копию собственного паспорта. Если судно зарегистрировано, то с собой нужно возить судовой билет или его заверенную копию, удостоверения на право управления маломерным судном!**

**При возникновении нештатной ситуации и необходимости помощи спасателей звоните по телефону пожарно-спасательной службы 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112!**

## **Правила**

### **управления маломерным судном в штормовых условиях**

Большинство происшествий происходит из-за чьих-либо ошибок. И одна из них - нарушение правил безопасности плавания без учета погодных условий. Не стоит забывать, что погода - вещь непредсказуемая, и хороший летний день в одночасье может обернуться штормом с сильным ветром и проливным дождем.

Поскольку шторм с его силой ветра и увеличением высоты волн всегда представляет очень серьезную угрозу для членов команды и пассажиров любого судна. Первейшей обязанностью судоводителя является изыскание возможности его избежать (отложить выход до улучшения прогноза) или своевременно укрыться в ближайшей бухте, обеспечивающей безопасность стоянки (при получении штормового предупреждения в период плавания).

Если по каким - либо причинам этого сделать не представилось возможным (удаленность от мест укрытия, чрезвычайная необходимость выхода и т.п.), судоводитель должен подготовить маломерное судно для плавания в штормовых условиях:

- предупредить экипаж и пассажиров, провести инструктаж пассажиров по правилам поведения и правилам пользования спасательными средствами;
- убедиться, что у всех одеты спасательные жилеты;
- задраить водонепроницаемые двери, люки и горловины,
- привести в готовность средства борьбы за живучесть и водоотливные средства,
- проверить крепление грузов и предметов, а при наличии груза на палубе - раскрепить его с возможной степенью надежности;
- подготовить необходимое оборудование для подачи сигналов бедствия;
- при наличии радиостанции - установить и поддерживать уверенную связь с берегом.

**Соблюдайте правила безопасности при пользовании маломерными судами. Находясь у воды или на воде, никогда не забывайте о собственной безопасности и будьте готовы оказать помощь оказавшимся в бедственном положении.**

### **Вода-опасность для детей!**

Вода - одна из самых больших опасностей, которую может встретить ребенок. Маленькие дети могут захлебнуться при глубине в несколько сантиметров, даже если умеют плавать. Обучение плаванию не позволяет предотвратить утопление. Хотя плавательные классы для маленьких детей широко доступны, педиатры не рекомендуют отдавать туда детей до четырех лет по следующим причинам:

1. Это может подтолкнуть вас к меньшей осторожности, так как вы будете думать, что ребенок умеет плавать, и в результате он может войти в воду без наблюдения взрослых.
2. Если маленькие дети много раз погружаются в воду, они могут наглотаться столько воды, что у них разовьется водная интоксикация, которая может приводить к судорогам, шоку и даже смерти.
3. По уровню развития дети до четвертого дня рождения не готовы учиться плаванию. На пятом году жизни их двигательное развитие позволяет быстрее научиться плавать.
4. Обучение мерам безопасности не ведет к значительному повышению безопасности детей около водоемов.

Если вы все же решили записать ребенка младше четырех лет в группу для обучения плаванию, особенно если подразумевается совместное плавание родителей и детей, относитесь к этому как к возможности поразвлечься.

Убедитесь, что выбранная группа соблюдает установленные правила безопасности. Среди них — запрет погружать в воду маленьких детей и поощрение родителей участвовать во всех упражнениях.

Когда ребенку исполнится четыре, можно записать его в группу по обучению плаванию, чтобы он комфортнее чувствовал себя у воды.

**Но помните, что за ребенком необходимо постоянно следить, даже если он умеет плавать. Всегда, когда малыш находится около воды, выполняйте следующие правила безопасности.**

1. Обращайте внимание на любые водоемы, которые может встретить ребенок — пруды с рыбками, рвы, фонтаны, бочки с водой, лейки — даже ведра, которые вы используете для мытья машины.

Закончив дела, всегда выливайте оставшуюся воду. Детей очень привлекают подобные места, и необходимо следить, чтобы они туда не упали.

2. За купающимися детьми, даже в мелком детском бассейне, должны постоянно наблюдать взрослые, желательны умеющие оказывать первую помощь. Если около воды находится ребенок младше трех лет, взрослый должен находиться от него на расстоянии вытянутой руки.

Надувные бассейны после каждого занятия следует сливать и убирать.

3. Требуйте выполнения правил безопасности:

около бассейна нельзя бегать и нельзя никого толкать под воду.

4. Не позволяйте детям плавать с надувными игрушками или матрасами. Такие игрушки могут неожиданно сдуться, и ребенок окажется в воде.

5. Убедитесь, что глубокая и мелкая части бассейна четко обозначены. Никогда не позволяйте ребенку нырять с мелкой стороны.

6. Если у вас дома есть бассейн, он должен быть полностью огорожен забором высотой как минимум 1,2 м. Калитка должна открываться в сторону от бассейна и иметь самозапирающийся замок. Часто проверяйте калитку, чтобы замок был исправен. Дверца должна быть всегда закрыта и заперта. Убедитесь, что ребенок не может открыть замок или перелезть забор. Отверстия под забором или между вертикальными планками не должны превышать 10 см.

Следите, чтобы около бассейна, когда он не используется, не было игрушек, чтобы у ребенка не возникало желания перелезть за ними через ограду.

7. Если бассейн снабжен крышкой, перед плаванием ее следует полностью убрать. Никогда не позволяйте ребенку ходить по крышке бассейна — на ней может скапливаться вода, так что она станет такой же опасной, как и сам бассейн. Кроме того, ребенок может провалиться в воду и застрять под крышкой. Не используйте крышку бассейна в качестве замены забора, так как ее вряд ли все будут постоянно и аккуратно использовать.

8. Всегда держите около бассейна спасательный круг с привязанной к нему веревкой. При возможности держите рядом телефон и четко написанный номер скорой помощи.

9. Разного рода джакузи для маленьких детей опасны, они могут утонуть или перегреться. Не позволяйте детям ими пользоваться.

10. Когда ребенок плавает или плывет на лодке, он всегда должен быть в спасательном жилете. Жилет подходит по размеру, если вы не можете снять его через голову ребенка. Для ребенка до пяти лет, особенно не умеющего плавать, жилет должен иметь ворот, чтобы поддерживать голову в вертикальном положении над водой,

11. Взрослые не должны употреблять спиртное у воды. Это представляет угрозу и для них, и для детей, за которыми они присматривают.

12. Когда дети в воде, вас ничто не должно отвлекать.

Телефон, компьютер и другие дела должны подождать, пока дети выйдут из воды.

## **Напоминаем о необходимости регистрации маломерных судов**

Порядок применения отдельных положений Федерального закона от 23.04.2012 № 36-ФЗ «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части определения понятия маломерного судна» и порядка прохождения технического освидетельствования .

К маломерным судам отнесены все суда длиной менее 20 метров и количеством людей, размещаемых на них - до 12 человек включительно.

Помните, что нельзя выходить в плавание на неисправных и не прошедших техническое освидетельствование маломерных судах.

За прохождение ТО взимание госпошлины не предусмотрено. Гражданам, имеющим незарегистрированные маломерные суда любого типа, подпадающие под требования о государственной регистрации, необходимо их зарегистрировать.

Государственной регистрации подлежат все маломерные суда снаряженной массой более 200 кг или массой менее 200 кг, в случае установки на них двигателя (мотора) мощностью более 8 кВт.

Техническое освидетельствование проводится только для маломерных судов, подлежащих государственной регистрации. Освидетельствование маломерных судов проводится при обращении судовладельцев с заявлением о проведении освидетельствования маломерного судна.

Срок действия удостоверения на право управления маломерным судном – 10 лет.

По действующим на сегодняшний день нормативным актам, наличие удостоверения на право управления маломерным судном требуется судоводителям, использующим маломерные суда подлежащие государственной регистрации.

## **ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ КУПАНИИ И ПОЛЬЗОВАНИИ МАЛОМЕРНЫМИ СУДАМИ.**

В жаркие сухие дни пляжи, как официальные, так и неофициальные, заполнены загорающими и купающимися людьми.

Но отдыхая на воде, не стоит расслабляться до такой степени, когда вопросы личной безопасности, безопасности на воде уходят на второй план или о них забывают совсем.

Сейчас распространен отдых с использованием лодок, катеров, гидроциклов, но не стоит забывать, что они, как и все транспортные средства, относятся к источникам повышенной опасности и относиться к ним с осторожностью надо не только тем, кто на них катается, но и людям, отдыхающим вокруг, не стоит забывать о личной безопасности. Для начала, стоит отметить, что продажа катеров и аренда лодок и гидроциклов должны осуществляться компаниями официально зарегистрированными, могущими поддерживать безопасное использование водного транспорта и хорошее техническое состояние его.

Пора, для обеспечения безопасности на воде, ужесточить требования к людям, управляющим катерами, лодками и гидроциклами. Достаточно вспомнить широко известные несчастные случаи, преступления, произошедшие при непосредственном участии водного транспорта.

Совет. Если ваш катер или лодку не нужно регистрировать, то на рыбалку стоит взять ксерокопию документов на судно и на мотор, а также ксерокопию собственного паспорта. Если судно зарегистрировано, то с собой нужно возить судовой билет или его заверенную копию, водительское удостоверение на право управления маломерным судном данного вида.

Ну и самое главное, не надо лезть в воду и строить из себя человека-амфибию, если не умеешь плавать, а дети должны быть всегда под присмотром взрослых, даже если им тоже хочется искупаться. Для обеспечения личной безопасности, лучше всего, купаться и отдыхать в специально отведенных местах, пляжах. И ни в коем случае нельзя купаться после принятия «на грудь». Если у купающегося человека случилась судорога, то необходимо сразу же выйти из воды. При невозможности это сделать, надо перевернуться на спину и плыть на спине. При судороге пальцев руки, нужно быстро сжать пальцы в кулак, резко махнуть рукой, разжав при этом кулак. Если судорога



икроножной мышцы, то надо, согнувшись, взять стопу обоими руками и подтянуть ее вперед, сгибая ногу в колене. При судороге бедра нога подтягивается, взявшись руками за голень, к спине. Самое основное, для обеспечения личной безопасности, не паниковать, человек обладает положительной плавучестью и при нормальных условиях не может утонуть. Чаще всего, несчастные случаи происходят по независящим от человека обстоятельствам или при несоблюдении правил безопасности на воде.

**При необходимости помощи спасателей звоните по телефону 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112**

## **Основные правила при купании.**

Если не умеешь плавать, не заходить в воду глубже пояса.

Не заплывать за ограждение (буйки) или далеко от берега, если буйков нет.

Не нырять в незнакомых и необорудованных местах, в том числе с крутого берега, причалов, лодок, водозаборов (удар головой о дно или предметы на нем может привести к потере сознания и гибели).

Не купаться в одиночку не терять друг друга из виду.

Не купаться в состоянии опьянения

## **Как поступать в некоторых случаях**

Почувствовав усталость — лечь на спину, легкими гребными движениями удерживать себя на поверхности, отдохнуть.

При попадании воды в дыхательные пути — приподняться над водой, откашляться. Если несет течение — плавно приближаться к невысокому берегу.

При попадании в омут — набрать воздуха в легкие, глубоко нырнуть и сделать рывок в сторону от оси водоворота (по течению), потом всплывать.

Если запутался в тине — лечь на спину; возвращаться необходимо по следу в тине.

При судороге — лечь на спину, энергично растереть мышцу. Позвать на помощь. Опытные пловцы имеют иголку — укол снимает судорогу. Главное спокойствие, не паниковать, не стесняться позвать на помощь.

## **Категорически запрещается**

Купание в затопленных карьерах, каналах, озерах, пожарных водоемах, прудах, и других водоемах, которые не имеют оборудованных пляжей или сезонных спасательных постов.

В детских оздоровительных учреждениях купание разрешается только группами не более 20 человек. За этими детьми должно вестись непрерывное наблюдение дежурными воспитателями и инструкторами. Купание детей при отсутствии спасательных постов запрещено.

**Нарушение этих правил остаются главной причиной гибели людей на воде. При необходимости помощи спасателей звоните по телефону пожарно-спасательной службы 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112.**

## **Основы маневрирования и управления маломерным судном. Практические советы.**

Существуют некоторые общие особенности управления маломерным судном, которые полезно знать и учитывать.

**А именно:**

- При движении против течения управлять судном значительно легче, чем при движении по течению. Это связано с тем, что под действием течения судно хорошо слушается руля даже на малом ходу.
- При движении по течению судно слушается руля, если его скорость больше скорости течения.
- При движении против течения поворот на обратный курс следует производить "из тихого течения" в сторону "быстрого течения", в этом случае более сильное течение быстро забрасывает нос в сторону обратного курса.
- При следовании по течению поворот на обратный курс следует производить "из быстрого течения" в сторону "тихого течения". В этом случае большее течение более эффективно забрасывает корму в сторону противоположную повороту.
- На судоходной реке при расхождении с большими судами и составами наиболее безопасным является следование вдоль выпуклого берега, т.к. на вогнутый берег прижимное течение может навалить встречные транспортные суда.
- При входе и выходе из залива или старого русла следует сбавить ход и быть готовым

к маневрированию для расхождения с другими судами, которые могут неожиданно появиться по курсу.

- При проходе под мостами следует учитывать, что на этих участках скорость течения реки значительно повышается и присутствует большая вероятность сноса.
- Определить силу и направление течения можно по бакенам или другим знакам судоходной обстановки при подходе к мосту и выбрать курс с учетом сноса (течения и ветра, если он есть), при этом судно следует вести вдоль струй течения.
- При наличии сильного бокового ветра поворот на обратный курс следует производить "на ветер", чтобы избежать навала судна на берег. Это правило особенно необходимо соблюдать при поворотах в узких участках.
- Выводить судно из толчеи следует на малом ходу.
- Проходить небольшие суводи и майданы следует на полном ходу. При попадании катера (мотолодки) в большую суводь (судно начало кружить) необходимо запретить пассажирам любые перемещения, перекладкой руля и работой двигателя (иногда приходится использовать дополнительно весла) поставить судно на ровный киль и выводить его в сторону стрежня, увеличивая ход. Это делать легче, следуя по внешнему краю суводи вдоль берега.
- При подходе к участку реки с прижимным течением, судно из тиховода следует направить и вести под углом 10-12° к течению, что исключит возможность его разворота либо навала на косу (отмель).
- При уменьшении глубины нос судна поднимается, возникает рыскливость, может появиться неприятная вибрация корпуса и шумы, растет придонная волна, которая вспенивается на мелководе. С появлением этих признаков следует сбавить ход и следовать с предельной осторожностью, чтобы не посадить судно на мель или не ударить днище (винт) о грунт (камень).
- При подходе к мелкому берегу на лодке с подвесным мотором для предотвращения повреждений лопасти винта, мотор следует заглушить и поднять.
- При следовании судна по течению (вниз) подход к причалу осуществить проще, если пройти мимо причала, развернуть судно и швартоваться против течения.
- Судно, имеющее постоянный крен на борт, при положении руля "прямо" стремится уклониться носом в сторону повышенного борта. Для удержания судна на курсе необходимо переложить руль на некоторый угол в сторону накрененного борта. Наилучшая управляемость достигается путем придания судну небольшого дифферента на корму.

# ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ СПАСАТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ.

## К летним спасательным средствам относятся:

**СПАСАТЕЛЬНЫЕ КРУГИ.** Бывают двух видов:  
пробковые и пенопластовые.

Масса пробкового круга – до 7 кг, диаметр (внешний) – 750 мм;  
пенопластового – до 4,5 кг, диаметр – 750 мм.

К кругу с четырех сторон крепится леер. Для того, чтобы круг был хорошо виден, его окрашивают в яркий оранжевый цвет.

**ПРАВИЛА ПОДАЧИ СПАСАТЕЛЬНОГО КРУГА.** Взявшись одной рукой за спасательный круг, второй за леер, сделать два-три круговых размаха прямой рукой на уровне плеча и бросить его плашмя утопающему, чтобы он упал справа или слева от него на расстоянии 0.5 – 1м. При подаче круга с катера спасатель должен бросить его со стороны борта, при подаче с лодки спасатель должен встать так, чтобы средняя балка была между ногами, и бросить круг пострадавшему (в сторону кормы или носа). Бросать надо осторожно, чтобы не ударить по голове пострадавшего. Необходимо к спасательному кругу прикреплять веревку («конец Александра»), с помощью которой пострадавшего подтягивают к берегу или лодке.

**СПАСАТЕЛЬНЫЕ ШАРЫ** – Это соединенные между собой тросиком пробковые или пенопластовые шары, обтянутые плотной тканью. Масса – 2 кг, поддержания – 8 кг, диаметр – 21-25см.

**ПРАВИЛА ПОДАЧИ СПАСАТЕЛЬНЫХ ШАРОВ.** Взять одной рукой спасательные шары, другой – трос, сделать 2-3 круговых размаха и бросить их в направлении пострадавшего так, чтобы они упали справа или слева от него. К спасательным шарам прикрепляют веревку, и с ее помощью пострадавшего подтягивают к лодке или к берегу.

« **КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА**» - пеньковый или капроновый трос длиной до 30 м, толщиной до 25 мм с двумя петлями на концах. К большой петле крепятся два поплавка диаметром 10-12 см, окрашенные в красный цвет, и груз массой 250-350 г.

**ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ «КОНЦА АЛЕКСАНДРОВА».** Прежде чем его бросить, необходимо надеть малую петлю на левую руку и взять в нее всю бухту троса, а в правую – большую петлю и 4-6 шлагов «конца», сделать 2-3 круговых размаха вытянутой рукой и бросить по направлению к утопающему. Пострадавший должен надеть петлю через голову под руки и держаться за поплавки. Спасатель осторожно, без рывков, подтягивает пострадавшего к берегу, катеру или лодке.

**СПАСАТЕЛЬНЫЙ НАГРУДНИК** представляет собой пояс с карманами, заполненными пробками или пенопластовыми пластинами. Масса -2,8 кг, сила поддержания – 8 кг.

**ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СПАСАТЕЛЬНОГО НАГРУДНИКА.** Должен плотно прилегать под мышками. Если он наденет правильно, то голова

человека, потерявшего сознание, будет находиться под водой. Петлю спасательного нагрудника необходимо надеть над водой, через голову на шею, потом обернуть его вокруг туловища, лямки перекрестить сзади и завязать на груди.

**СПАСАТЕЛЬНЫЙ ЖИЛЕТ (БУШЛАТ).** Применяется как средство профилактики несчастных случаев с людьми на воде при катании на гребных лодках и судах маломерного флота, при оказании помощи пострадавшими на воде, в отдельных видах водного спорта, строительных и других видах деятельности на воде.

# СВЕЖИЙ ВОЗДУХ СОЛНЦЕ И ВОДА!

**С наступлением долгожданного лета, мы хотим дать вам несколько советов по соблюдению правил безопасности на водоемах.**

Наступил долгожданный купальный сезон. Сотни отдыхающих устремляются в выходные дни поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни людей. Как показывает проведенный анализ, Большинство из них находились в состоянии алкогольного опьянения.

Открытые водоемы, безусловно, источник опасности, и поэтому осторожность при купании и плавании вполне оправдана. Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам купаться. Первый раз купаться следует в солнечную, безветренную погоду при температуре воздуха 20-23 градуса тепла, воды - 17-19 градусов. Лучшее время суток для купания - 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через час-полтора после приема пищи.

Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря, туристические походы, пикники.

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде. Перед купанием следует отдохнуть. Не рекомендуется входить в воду разгоряченным. Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки. Купайтесь в специально отведенных и оборудованных для этого местах. Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно. Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро, окунитесь. Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах. Не подавайте ложных сигналов бедствия.

Следите за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться. Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами - в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание. Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых. При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасательных средствах.

Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

**Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!**

Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение "лежа на спине".

Попад в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу. Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

**При возникновении нештатной ситуации и необходимости помощи спасателей звоните по телефону пожарно-спасательной службы 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112.**