

## Памятка для родителей по обеспечению безопасности детей на воде

Памятка для родителей по обеспечению безопасности детей на воде

Жаркий сезон в Хабаровском крае только начинается, а спасатели уже бьют тревогу. Только в первый месяц лета вода уже унесла несколько жизней, в том числе и детских. Профессионалы уверены: большинство происшествий на водных объектах связаны именно с «человеческим фактором». Даже взрослые, опытные люди порой совершают роковые ошибки во время отдыха у водоемов и купания, что же говорить о детях. Отчего происходят беды? Как правило, отдыхающие, рыбаки, пловцы недооценивают опасности, которые могут их подстеречь на воде и переоценивают собственные силы и возможности.

Попробуем разобраться, как самому не пойти на дно и если понадобится, помочь утопающему. Для этого вспомним самые важные правила поведения на воде и проанализируем самые опасные занятия во время купания.

### Дети в жилете

Все знают, как дети любят купаться. Нужно ли еще раз напоминать, что жизнь и здоровье ваших детей в ваших руках?! Будьте бдительны и ни на минуту не оставляйте детей без присмотра у воды, тем более в воде.

Обязательно научите ребенка хорошо плавать несколькими стилями. Если серьезных достижений в этом деле у вашего чада пока нет, то спасательный жилет обязателен, дополнительно используйте и другие надежные надувные приспособления для купания (круг, нарукавники и пр.).

Также важно понимать, что без взрослых дети не должны находиться у воды. Не допускайте их самостоятельных прогулок к водоемам и регулярно разговаривайте с ними о том, какие меры предосторожности они обязательно должны соблюдать.

### Опасные игры

Часто дети затевают игры в воде, например, в мяч. Вроде, ничего плохого в этом и нет, но только лишь при соблюдении целого ряда условий: все участники игры хорошо умеют плавать; игра не связана с ограничением движений (бросками, захватами и удерживанием под водой и др.), а также с заплывом на большие расстояния; дно водоема ровное, без опасных предметов; нет сильного течения, в том числе подводного, водоворотов; температура воды не слишком холодная, все играющие под присмотром взрослых. Список условий длинный, но соблюсти их важно. Кроме того, дети в игре легко могут потерять бдительность, поссориться, и тогда простая забава может обернуться большой бедой. Будьте начеку всегда.

### Оцениваем ситуацию трезво

Еще раз напомним: отдыхая на воде, не злоупотребляйте алкоголем. Он притупляет базовый инстинкт самосохранения. Употребляя спиртные напитки, люди совершают такие глупые и опасные поступки, которые никогда бы не совершили, будучи трезвыми. Причем

под угрозой всегда может оказаться не только собственная жизнь того, кто пренебрегает этим правилом, но и окружающих людей, детей.

## Запрещенные приемы

Если бы пришлось составлять рейтинг опаснейших затей во время купания, в числе самых "популярных" оказались бы несколько занятий, которые вопреки здравому смыслу почему-то увлекают людей. Остановимся на основных.

Купание в незнакомых местах, на пляжах и водоемах, не оборудованных для этой цели. Вспомним хорошую поговорку: не зная броду, не суйся в воду.

Прыжки в воду, ныряние с сооружений, не приспособленных для этих целей (мосты, причалы, пирсы, и др.), при необследованном дне, а также вблизи других пловцов.

Особенно опасны прыжки вниз головой. Сделайте выбор: жизнь и здоровье или эффектный прыжок в неизвестность?

Выход за ограничительные знаки. За пределами зоны для купания, как правило, сильное течение, опасное дно, большая глубина, место для прохождения водного транспорта. Туда плыть не нужно.

Купание вблизи движущихся судов, катеров, гидроциклов и др. Некоторые люди так увлекаются водными процедурами, что не замечают ничего вокруг, а это недопустимо.

Купание в глубоких местах водоема при отсутствии хороших навыков плавания.

Длительное нахождение в холодной воде. Оно может привести к судорогам и переохлаждению.

Катание на плотках, водных досках, гидроциклах без спасательных жилетов и без достаточной предварительной подготовки.

Без паники!

Все понимают, насколько опасна паника. Благодаря ей даже не слишком тревожная ситуация может стать фатальной. Избежать паники можно, если вы умеете правильно действовать в экстремальной обстановке и готовы сохранять самообладание. Это сложно, но возможно. Тот самый случай, когда спасение утопающего зависит от него самого.

Паника в воде, как правило, появляется после сильного испуга, когда человек, к примеру, заплыл слишком далеко, выбился в воде из сил, попал в водоворот или мышцу свело судорогой. Рассказываем, что нужно предпринимать в таких случаях.

Если ногу сводит судорога, специалисты советуют сразу же звать на помощь, потом погрузиться с головой в воду, сильно потянуть ногу на себя за большой палец и затем распрямить ее. Судорога не парализует все тело, а значит, грести можно и нужно.

Если пловец сильно устал, то можно довольно долго удерживаться на воде. Для этого нужно глубоко вдохнуть, лечь на воду, лучше на спину, и неспешно поплыть к берегу. Так можно довольно долго находиться на поверхности воды. Ни в коем случае нельзя метаться, раскачиваться, выбиваясь из последних сил.

Небольшой водоворот в реке – это явление, как правило, кратковременное, но представляющее собой опасность. Если вы наткнулись на него и вас затягивает по кругу, гребите по направлению вращения воды, методично отплывая от центра воронки. Если вас затянуло в центр водоворота, нужно сделать глубокий вдох, нырнуть вниз и сделать резкое движение в сторону, по направлению течения.

Чьих рук дело спасение утопающего?

Самый простой и удачный способ помочь тонущему – бросить как можно ближе к нему спасательный круг, надувной матрас, жилет, или хотя бы длинную веревку с узлом на конце. Сгодится любой предмет, с помощью которого можно вытащить человека из воды.

Если же подручных средств для спасения рядом нет, действуйте быстро, решительно и обязательно оповестите окружающих о случившемся.

Скиньте лишнюю одежду и доплывите до пострадавшего.

Подплыв к человеку, «зайдите» сзади, потому что в панике он будет пытаться ухватиться за вас. Расположите спасаемого над собой так, чтобы выплыли под ним.

Если утопающий находится в состоянии паники, не дайте ему схватить вас за руку или за шею. Если это произошло, и вы не можете плыть, примените силу, укусите его. Болевой шок заставит ослабить хватку.

Если освободиться от захвата вам не удастся, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, тогда тонущий отпустит вас.

Захватите человека за голову, под руку (можно даже схватить человека за волосы) и плывите к берегу. Главное правило – держать нос и рот пострадавшего над водой.

На берегу пострадавшему необходимо оказать доврачебную помощь.

Решаясь на спасение, задумайтесь вот еще о чем: если вы не обладаете хорошими навыками плавания, то подвергните риску и чужую жизнь, и свою! Если рядом есть кто-то, кто сможет сделать это лучше вас, предоставьте это более опытному человеку.

В заключение хочется добавить, что до того, как отправиться купаться на специально оборудованном пляже (а только на таком и можно плавать), всегда нужно осмотреться, узнать, где находятся спасатели, какие спасательные средства есть на пляже. Убедиться, что погода подходящая, вода не холодная и т.д. Перед самым заходом в воду сделать легкую разминку. И не забудьте про головной убор, если солнце яркое.

Если вы стали свидетелем происшествия на водоеме, зовите на помощь, сообщите о случившемся на спасательный пост или же звоните по единому номеру вызова экстренных оперативных служб - "112".

Управление по делам ГОЧС и ПБ Хабаровского края