



## ЛИНЕЙНЫЙ ОТДЕЛ МВД РОССИИ НА ВОДНОМ ТРАНСПОРТЕ

**Необходимо знать и помнить!**

### **Правила поведения на воде в летний период.**



Самый полезный отдых летом – это отдых на воде. Купаясь, катаясь на лодках, катамаранах вы укрепляете организм, развиваете ловкость и выносливость.

Нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

Поэтому, купаясь и катаясь на лодках и

маломерных судах, следует строго выполнять нижеследующие правила поведения на воде:

- купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.

- для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.



промышленных нужд).

Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосборе, в карьерах, котлованах, бассейнах для



### **Помните, что при купании категорически запрещается:**

- заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания.

- подплывать близко к проходящим судам, катерам, весельным лодкам, гидроциклам, баржам.

- взбираться на технические предупредительные



знаки, буи, бакены и другие гидротехнические сооружения.

- прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств.

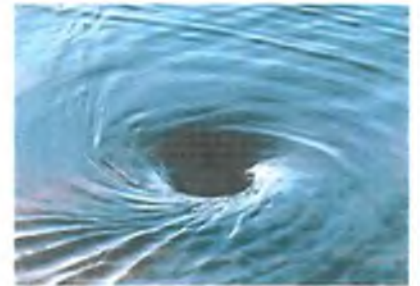


- купаться у причалов, набережных, мостов.
- купаться в вечерние время после захода солнца.
- прыгать в воду в незнакомых местах.
- купаться у крутых, обрывистых берегов.
- помните, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора-два часа.

- во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок.

- попав на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте на груди или на боку, горизонтально на немного повышенной скорости. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.

Попав в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте рывок в сторону по течению.



Помните, что причиной гибели пловцов часто бывает сковывающая его движения судорога, причиной которой служат:

- переохлаждении в воде.
- переутомление мышц, вызванное переутомлением и непрерывным плаванием одним стилем.
- купание незакаленного в воде с низкой температурой.
- предрасположенность купающегося к судорогам.
- при судороге ног, если нет булавки ущипните несколько раз икроножную



мышцу, если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его.

- во всех случаях пловцу рекомендуется переменить стиль плавания и по возможности выйти из воды.

Помните: пренебрежение соблюдением правил безопасности на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.



# У ВОДЫ БЕЗ БЕДЫ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОДРОБИ

МЧС России

## ОБЩИЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ

Находясь на водном объекте, необходима

**ЗНАТЬ**  
и **СОБЛЮДАТЬ**  
меры безопасности



Немедленно сообщать в оперативные службы обо всех чрезвычайных происшествиях (номер службы спасения - 112\*)



Оказывать посильную помощь терпящим бедствие (с соблюдением мер предосторожности)

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

### ЗАПРЕЩЕНО



Распивать алкогольные напитки и находиться в состоянии алкогольного опьянения на водном объекте

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ПЛЯЖЕ



ЗАПРЕЩАЕТСЯ приводить с собой собак и других животных, купать их



Не мешайте отдыхать другим (громкая музыка, спортивные игры)

### СОВЕТЫ КУПАЮЩИМСЯ



Перед купальным сезоном обязательно посетите врача



Воздержитесь от купания на 1,5-2 часа после приема пищи



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ



Не перегревайтесь



Не переохлаждайтесь



Не купайтесь в состоянии алкогольного опьянения



Не купайтесь в крутых обрывистых берегах с сильными течениями, в заболоченных и заросших растительностью местах



Не купайтесь в штормовую погоду



Не ныряйте в воду в незнакомых местах, с крутых берегов, причалов



Не допускайте одиночного купания детей без присмотра

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Не игнорируйте знак «Купаться запрещено». В этом месте в полном объеме не выполнены требования по обеспечению безопасного купания. Здесь могут быть следующие опасности:

- наличие паразитов, вышедших в водоплавающих птиц, испорченных водорослей;
- аллергия, вызванная инвазией от промышленных, бытовых сбросов или бытовых свалок;
- сильные течения, «кавари», подводные камни, водоросли, острые предметы на дне водоема, коряги, утопленные деревья и др.



Не заплывайте за ограничительные знаки



Не плавайте на автомобильных покрышках и надувных матрацах



Не подплывайте и проходите мимо судов. Не возбраняется предупредительные знаки



Не допускайте грубых шалостей в воде (нельзя хватать за ноги, толкать, подавать ложные сигналы о помощи)

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

### ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩИМ НА ВОДЕ



Если видите тонущего, немедленно зовите на помощь окружающих, спасателей



Если есть лодка, подплывите на ней к тонущему и постарайтесь ему помочь



Если умеете хорошо плавать, постарайтесь самостоятельно добраться до тонущего (в жаркой воде не снимайте с себя одежду, чтобы избежать переохлаждения организма. Сбросьте только обувь)



Приблизившись к утопающему, обхватите его за плечи и постарайтесь избежать судорожных ползаний уведитесь за вас, которые будет предпринимать паникующий тонущий человек



Если утопающий находится без сознания, плывите с ним к берегу, взяв рукой под подбородок таким образом, чтобы его лицо постоянно находилось над поверхностью воды



Вынесите утопающего на берег

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ



Попросите находящихся поблизости людей вызвать «скорую помощь»



Немедленно приступайте к оказанию первой помощи

### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

СРОЧНОЕ СОСРЕДТОЧЕНИЕ

СЛУШАЙТЕ И НЕ ОТКАЗЫВАЙТЕМ СОСТАВЛЯЙ

ВНИМАНИЕ! ВНИМАНИЕ!

ВНИМАНИЕ! ВНИМАНИЕ!

ВНИМАНИЕ! ВНИМАНИЕ!



ВНИМАНИЕ! ВНИМАНИЕ!

## ВАЖНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

Пожарная и Служба спасения 101  
Полиция 102  
Служба медицины 103

☎ 112 - единый номер экстренных служб  
☎ 112 - единый номер экстренных служб  
☎ 112 - единый номер экстренных служб  
☎ 112 - единый номер экстренных служб

### ВНИМАНИЕ!

☎ 112 - единый номер экстренных служб