# Правила безопасности на водных объектах

**Методические рекомендации**

**по безопасности жизни людей на водныхобъектах**

**в летний период года**

Что за летний отдых без купания? Тоска, да и только. Особеннокогда солнышко припекает, прохладная вода пруда или речки, озераили моря так и манит, так и приглашает окунуться.

Окунуться и поплавать – это хорошо, даже полезно. Но мелочи, окоторых и дети, и взрослые частенько забывают, могут испортить всёудовольствие.

Печальная статистика свидетельствует, что в нашей странеежегодно вода уносит более 10 тысяч человеческих жизней. На 100 000населения гибнет 8-10 человек. Пребывание на воде не опасно толькотем, кто умеет плавать. Вот почему первым условием безопасногоотдыха на воде является умение плавать.

Человек, хорошо умеющий плавать, чувствует себя на воде увереннои спокойно, а в случае необходимости может смело помочь товарищу,попавшему в беду. К сожалению, отдых на воде не всегда обходитсябез несчастных случаев.

**Основными причинами гибели на воде являются:**

1. Неумение плавать;

2. Употребление спиртного;

3. Оставление детей без присмотра;

4.Нарушение правил безопасности на воде.

Если взрослые гибнут, в основном по своей халатности, то гибельдетей, как правило, на совести их родителей. Статистикасвидетельствует, что среди тонущих около четверти составляют детидо 16 лет.

Несчастные случаи, происходят не только по причине нарушенияправил поведения на воде, но и из-за купания в необорудованныхводоёмах, аварий плавсредств. В последние годы большую популярностьприобрёл подводный спорт и ныряние в маске. Купив дыхательнуютрубку, маску и ласты, некоторые считают, что они готовы осваиватьподводную стихию. Однако неумение обращаться со снаряжением ибаловство нередко заканчивается гибелью. Не все знают, что придлительном пребывании под водой, не имея возможности возобновитьзапас кислорода в организме, человек может потерять сознание ипогибнуть. Поэтому невыполнение правил поведения на воде во времякупания и катания на лодках приводит к несчастным случаям.

\*Нужно всегда помнить, что купаться безопасно только наблагоустроенных пляжах, где все опасные места обозначенысоответствующими знаками, а отдых на воде охраняют работникиспасательных станций или постов.

\*Купаясь, не следует заплывать за буйки, указывающие границузаплыва, ибо дальше могут быть ямы, места с сильным течением,движение катеров, гидроциклов, лодок.

\*Некоторые, купаясь, заплывают за знаки запрета, всплывают наволны, идущие от катеров, гидроциклов, лодок. Этого ни в коемслучае делать нельзя - можно попасть под лопасти винта ипоплатиться своей жизнью.

\*Немало бывает случаев, когда отдельные товарищи, бравируя своиммастерством, уплывают далеко от берега, купаются в запретныхрайонах, прыгают в воду в незнакомых местах.

\*Уплыв далеко можно не рассчитать своих сил, поэтому,почувствовав усталость, не теряйтесь и не стремитесь быстреедоплыть до берега. Следует отдохнуть на воде, перевернувшись наспину и поддерживая себя на воде лёгкими движениями рук и ног.

\*Если попали в водоворот, наберите побольше воздуха в лёгкие,погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону,всплывите.

\* Если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывитевниз по течению, постепенно, под небольшим углом приближайтесь кберегу.

\* Если нет поблизости оборудованного пляжа, надо выбратьбезопасное место для купания с твёрдым песчаным, не засореннымдном, постепенным уклоном.

\* Никогда не прыгайте в воду в местах, не оборудованныхспециально: можно удариться головой о дно, камень или другойпредмет, легко потерять сознание, нанести себе травму ипогибнуть.

\* В водоёмах с большим количеством водорослей старайтесь плыть усамой поверхности воды, не задевая растений и не делая резкихдвижений. Если же руки или ноги запутались в стеблях, сделайтеостановку приняв положение «поплавок» и освободитесь от них.

\* Не плавайте на надувных матрацах, автомобильных камерах инадувных подушках. Ветер или течение могут отнести их далеко отберега, а волна захлестнуть. Если из них выйдет воздух, онипотеряют плавучесть.

\* Если проводится массовое купание детей, то задача взрослых(инструктора по плаванию, родителей, педагогов и др.) прежде чемначать купание, пересчитать прибывших на пляж детей. Детям, неумеющим плавать, разрешается входить в воду только по пояс. Послекупания детей снова пересчитывают. На время купания детей,обязательно должны назначаться дежурные пловцы-спасатели которыеобеспечивают тщательное наблюдение за купающимися детьми, а вслучае необходимости и оказании немедленной помощи.

Для многих граждан купание и прогулки на гребных судах являетсяизлюбленным видом отдыха на воде. Но и катание на водах, как икупание, может привести к тяжёлым последствиям, если не знать илипренебрегать простыми, но важными правилами.

\* Прежде чем сесть на лодку, надо тщательно осмотреть её иубедиться в её исправности, а также наличии на ней уключин, вёсел ичерпака для отливания воды. В лодке обязательно должны бытьспасательный круг и спасательные жилеты по числу пассажиров.

\* На шлюпке (лодке) имеется надпись о количестве пассажиров,которое можно на неё принять. Поэтому нельзя перегружать лодкусверх нормы нельзя также сажать в лодку малолетних детей безвзрослых. Воспрещается кататься на лодке и при большой волне.

\* Особенно надо быть внимательным во время движения лодки, ненарушать правил движения на реках и водоёмах данной местности,указанных в постановлениях городских или исполнительных районныхкомитетов.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ

· Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нетопасности перегрева.

· Температура воды должна быть не ниже 17-19°; находиться в водерекомендуется не более 20 минут; причём, время пребывания в водедолжно увеличиваться постепенно на 3-5 минут.

· Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, припереохлаждении могут возникнуть судороги, произойдёт остановкадыхания и потеря сознания.

· Не следует выходить или прыгать в воду после длительногопребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступаетсокращение мышц, что влечёт остановку сердца.

· Нельзя входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, таккак спиртное блокирует сосудосужающий и сосудорасширяющий центрголовного мозга.

· Не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней,подплывать к близко проходящим лодкам, катерам и судам.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЭКСПЛУАТАЦИИ
ГРЕБНЫХ И МОТОРНЫХ ЛОДОК

\* При посадке в лодку нельзя вставать на борт или сиденья.

\* Не перегружайте лодку или катер.

\*. На ходу не выставляйте руки за борт.

\*. Не ныряйте с катера или лодки.

\*. Не садитесь на борт, не пересаживайтесь с места на место, непересаживайтесь в воде в другие плавсредства.

\*. Не берите с собой детей до 7 лет и не разрешайте пользоватьсяплавсредствами детям до 16 лет.

\*. Не разрешается кататься в тумане, вблизи шлюзов, плотин, атакже останавливаться вблизи мостов или под ними.

\* Нельзя ставить борт лодок параллельно идущей волне, так какона может опрокинуть судно.

\*. Поднимать пострадавшего из воды желательно с носа или кормы,иначе можно перевернуться.

\*. Не кататься в местах скопления людей на воде – в районахпляжей, переправ, водноспортивных соревнований.

НАИБОЛЕЕ ТИПИЧНЫЕ НАРУШЕНИЯ МЕР БЕЗОПАСНОСТИ ИПРАВИЛ ЭКСПЛУАТАЦИИ ПЛАВСРЕДСТВ

1. Плавание на неисправной лодке или катере

2. Превышение нормы грузоподъёмности

3. Плавание без спасательных средств

4. Присутствие на борту пассажиров в нетрезвом состоянии

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ

1. Купаться только в отведённых для этого местах

2. Нельзя подавать ложные сигналы о помощи

3. Не заплывать за знаки ограждения зон купания

4. Не плавать на надувных камерах, досках, матрацах

5. Нельзя устраивать игры на воде, связанные с захватами

6. Нельзя подплывать к близко проходящим судам, лодкам

7. Нельзя нырять с мостов, пристаней, даже в тех местах, гденыряли прошлым летом, так как за год мог понизиться уровень воды,поменяться рельеф дна, появиться посторонние предметы в воде.

Каждый человек должен быть готов к возникновению чрезвычайнойситуации. Физическая и психологическая готовность к ней болеезначима, чем государственные меры.

В чрезвычайных ситуациях очень важно сохранить максимумхладнокровия, избавиться от страха, оценить обстановку в целом инаметить наиболее безопасную линию поведения. Нерешительность,растерянность, объясняются, как правило, элементарнойбезграмотностью. Не зная, что предпринять для своего спасения,человек впадает в оцепенение или панику, сменяющуюся отчаянием,чувством обречённости.

Быть готовым к решительным и умелым действиям самому частоозначает спасти свою жизнь.

Если человек всегда на чеку, ему легче защитить себя, или, покрайней мере, он не будет, застигнут врасплох. Нерасторопный,неподготовленный и неуверенный человек – уже потенциальнаяжертва.

Основа выживания в экстремальных условиях – познания правилзащиты, рационального поведения, оказание первой медицинскойпомощи.

Выполнение правил поведения на воде и дисциплина пребывания вместах отдыха – залог безопасности каждого человека.

**Методические рекомендации**

**по безопасности жизни людей на водныхобъектах**

**в зимний период года**

Зима набирает свою силу, повинуясь вечному закону природы.Иногда ее считают мягкой, и это как раз то, что лёд на водоёмахобласти таит в себе опасность. Наиболее опасны водоёмы осенью ивесной. Осенний лёд становится прочным только после того, какустановятся морозные непрерывные дни. Опасны кратковременныеоттепели, так как это приводит к потере прочности. Весной лёдстановится пористым и слабым, хотя и сохраняет толщину.

**Какой лёд можно считать безопасным?**

Для одиночного пешехода – зеленоватого оттенка, толщиной неменее 7 сантиметров. Для устройства катка - не менее 10-12сантиметров (массовое катание – 25 сантиметров). Массовая пешаяпереправа может быть организована при толщине льда не менее 15сантиметров. Надо иметь в виду, что лёд состоит из двух слоёв:верхнего (мутного) и нижнего (прозрачного и прочного). Измеритьточную толщину льда, можно лишь очистив сначала верхний (мутный)слой от снегового совсем уже непрочного льда. Чтобы измеритьтолщину льда, надо пробить лунки по сторонам переправы (расстояниемежду ними пять метров) и промерить их.

Однако некоторым, не терпится и хочется испытать какой же онлёд. Это те люди, которые, не дожидаясь необходимой прочности льда,забывая про запрещающие знаки и указатели, выходят на ледовые поля,что бы лихо пробежать на коньках, опробовать хоккейные клюшки,посидеть с удочкой над лункой, а то и сократить путь и бесстрашноперейти водоём напрямик, не думая о последствиях.

Может быть взрослые-родители сами забыли и детям не рассказалиоб опасностях на водоёмах зимой?

Прежде всего, в любом случае не следует пробовать лёд напрочность, лучше потратить несколько минут на изучение замёрзшейреки или озера визуально:

\* Нельзя выходить на лёд вблизи кустов, камыша, где водоросливмёрзли в лёд;

\* Под сугробами или толстым слоем снега лёд всегда тонкий илирыхлый;

\* Не может быть прочным лёд около стока промышленных вод(например, с фермы или фабрики) и там, где есть тёмные пятна.

\* Тоньше лёд и там, где бьют ключи, где быстрее течение иливпадает в реку ручей.

\* Особенно осторожно надо спускаться с берега: лёд можетнеплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом можетбыть воздух.

**Есть только один способ избежать неприятности - пользоватьсяоборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами илыжнёй.**

Если вы решили заняться спортом и на лыжах идёте по ледовойцелине, надо отстегнуть крепление лыж, чтобы от них можно былолегко избавиться; палки держать в руках, не накинув петли на кистирук, а рюкзак повесить на одно плечо – это обеспечит свободудвижения в случае неожиданного провала под лёд.

Но иногда бывают в жизни ситуации, когда в силу каких либопричин можно оказаться в роли первопроходца и поэтому надо помнитьоб элементарной осторожности прежде, чем пойти по льду:

\* Не выходите на лёд в незнакомых местах и там где выставленызапрещающие знаки.

\* Лёд неплотно соединяется с сушей, поэтому надо осторожноспускаться с берега;

\* Проверить прочность льда можно ударами палки или пешни. Еслипосле двух- трёх ударов вода не показывается, то лёд достаточнокрепок, но вдруг появилась вода, лёд пробивается, нужно немедленноидти назад.

\* Когда лёд прогибается или трещит под ногами, надо отойти назадскользящим шагом – не отрывая ног ото льда.

Ну а если всё же случилась беда, лёд под вами провалился, и поблизости никого нет, как действовать?

\* Нужно широко раскинуть руки по кромкам льда и удержаться отпогружения с головой. Действуйте решительно и не мешайте себестрахом.

\* Стараясь не обламывать кромку, без резких движений нужновыбираться на лёд, наползая грудью и поочерёдно вытаскивая наповерхность ноги. Главная тактика здесь - приноравливать своё телодля наиболее широкой площади опоры.

\* Выбравшись из пролома, нужно откатиться, а затем ползти в тусторону, откуда шёл (и где прочность льда, таким образом,проверена). Несмотря на то, что сырость и холод толкают васпобежать и согреться, будьте осторожны до самого берега. Ну а тамуж не останавливайтесь, пока не окажетесь в тепле.

**Если же на ваших глазах провалился на льду человек,немедленно крикните, что идёте на помощь.**

**\*** Приближаться к полынье можно только ползком, широкораскинув руки для уменьшения давления на лёд. Будет лучше, если выможете подложить под себя лыжи, доску, фанеру - увеличитьплощадьопоры – и ползти на них.К самому краю подползать нельзя,иначе в воде окажутся уже двое.

\* Не доползая до полыньи, пострадавшему нужно протянуть любойнаходящийся рядом предмет: ремни или шарфы, любую доску или жердь,санки или лыжи.

Один из законов школы выживания: ***У каждого предмета, кромекачеств, для которых он создан, есть множество других - в том числеи свойства инструмента защиты*.**

Бросать связанные ремни или шарфы, доски надо за 3-4 метра.Лучше, если вы не один. Тогда двое – трое людей, взяв друг друга заноги, ложатся на лёд цепочкой и двигаются к пролому. Действоватьвсё это время надо решительно и скоро: пострадавший быстрозамерзает в ледяной воде и теряет сознание через 10-30 минут, анамокшая одежда тянет его вниз.

Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо вытащитьего на лёд и ползком выбраться из опасной зоны. Затем надо укрытьот ветра, как можно быстрее доставить в тёплое место, растереть,переодеть в сухую одежду и напоить чаем.

**Любителям зимней рыбалки надо помнить, что отправляться наводоёмы в одиночку опасно!** Многолетний опыт не самых удачливыхлюбителей подлёдного лова диктует обязательные правила:

\* Соблюдайте осторожность при движении по льду водохранилища,так как понижение уровня воды превращает ледовый покров в своегорода мост;

\* Безопасней всего переходить водоём по прозрачному льду,имеющему зеленоватый или синеватый оттенок;

\* Пешеходную переправу надо осуществлять группой, соблюдаядистанцию, друг от друга 5-6 метров;

\* Нельзя собираться большими группами в одном месте, пробиватьмного лунок на ограниченном участке и на переправах;

\* Лунки надо пробивать на расстоянии 5-6 метров друг от друга,но опасно ловить рыбу у промоин;

\* Надо всегда иметь под рукой 15-20 метров прочной верёвки илисделать нехитрое приспособление из двух крупных гвоздей, связанныхверевкой, которое повесить на шею. В несчастном случае такойинструмент поможет рыбаку зацепиться за лед и если не выбраться изпроруби самостоятельно, то, по крайней мере, дождатьсяспасателей

Интересно, красиво наблюдать ледостав и половодье, нагроможденияльда и бурлящие потоки воды, скатиться с берега на лыжах, санках,коньках, порыбачить на замёрзшем водоёме, но многие забывают, апорой даже и не знают, что это и есть – опасность! И гибель в водебольше чем во многих других экстремальных ситуациях зависит отповедения самого человека. Поэтому, первый эшелон защиты человека:не оказываться в экстремальной ситуации.

Родители и взрослые! Особенно хочется напомнить вам о тех, ктовызывает наибольшее беспокойство, - о детях! Не упускайтевозможности предупредить дочь или сына об опасностях, которые таятв себе замёрзшие водоёмы!

## ПОЛОВОДЬЕ

**Половодьем** называется ежегодно повторяющееся в один и тотже сезон относительно длительное увеличение водоносности рек сповышением уровня воды в ней. Причина половодья - быстрое таяниеснега, да ещё и обилие дождевой воды. Реки разливаются на 10-30 кмв ширину, и длятся такие разливы до 10-15 дней.

**Паводки** – тоже ежегодные, но, как правило,кратковременные подъёмы воды в реках, вызванные дождями. Они могутповторяться несколько раз в год (возможны в любой сезон).Продолжительность их на малых и равнинных средних реках до 15-30суток, а скорость их движения от 5 до 15-45 км/час (в горах).

Высота половодий и паводков зависит от многих факторов: осадки,температура воздуха, геологическое строение и особенностиповерхности речного бассейна, строение речного русла, поймы идолины, форма русла, хозяйственная деятельность человека в речныхбассейнах.

Половодья приводят к разрушениям мостов, дорог, зданий,сооружений, приносят значительный материальный ущерб, а при большихскоростях движения воды (более 4 м/с) и большой высоте подъема воды(более 2 м) вызывают гибель людей и животных. Основной причинойразрушений являются воздействия на здания и сооружениягидравлических ударов массы воды, плывущих с большой скоростьюльдин, различных обломков, плавсредств и т.п.

В зонах возможного затопления целесообразно изменить режимыработы предприятий, а в отдельных случаях и приостановить работу.Одно из важнейших мероприятий, снижающих количество жертв иуменьшающих возможный ущерб при половодье– эвакуация населения ивывоз материальных ценностей из опасных районов.

## КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ПОЛОВОДЬЮ

***Если ваш район часто страдает от половодий***,изучите и запомните границы возможного затопления, а такжевозвышенные редко затапливаемые места, расположенные внепосредственной близости от мест проживания, кратчайшие путидвижения к ним. Ознакомьте членов семьи с правилами поведения приорганизованной и индивидуальной эвакуации, а также в случаевнезапного и бурно развивающегося паводка. Запомните места хранениялодок, плотов и строительных материалов для их изготовления.Заранее составьте перечень документов, имущества и медикаментов,вывозимых при эвакуации. Уложите в специальный чемодан или рюкзакценности, необходимые теплые вещи, запас продуктов, воды имедикаменты.

## КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ПОЛОВОДЬЯ

#### - Затопленные места глубиной до 1 метра можно перейтивброд;

- 0,6-1,2 м – преодолеть на машинах с передними и заднимиведущими осями, на тракторах (при скорости течения до 1м/сек –переправляться только по разведанному и обозначенному броду).

-

***По сигналу оповещения об угрозе половодья и обэвакуации*** безотлагательно, в установленном порядке выходите(выезжайте) из опасной зоны возможного катастрофического затопленияв назначенный безопасный район или на возвышенные участкиместности, захватив с собой документы, ценности, необходимые вещи идвухсуточный запас непортящихся продуктов питания. В конечномпункте эвакуации зарегистрируйтесь.

***Перед уходом из дома:***

- выключите электричество и газ;

- погасите огонь в отопительных печах;

- закрепите все плавучие предметы, находящиеся вне зданий, илиразместите их в подсобных помещениях;

- если позволяет время, ценные домашние вещи переместите наверхние этажи или на чердак жилого дома;

- закройте окна и двери, при необходимости и наличии временизабейте снаружи досками (щитами) окна и двери первых этажей.

***При отсутствии организованной эвакуации***, доприбытия помощи или спада воды, находитесь на верхних этажах икрышах зданий, на деревьях или других возвышающихся предметах. Приэтом постоянно подавайте сигнал бедствия: днем – вывешиванием илиразмахиванием хорошо видимым полотнищем, подбитым к древку, а втемное время – световым сигналом и периодическим голосом.

Самостоятельно выбираться из затопленного района рекомендуетсятолько при наличии таких серьезных причин, как необходимостьоказания медицинской помощи пострадавшим, продолжающийся подъемуровня воды, при угрозе затопления верхних этажей (чердака). Приэтом необходимо иметь надежное плавательное средство и знатьнаправление движения. В ходе самостоятельного движения непрекращайте подавать сигналы бедствия.

***При подходе спасателей*** спокойно, без паники исуеты, с соблюдением мер предосторожности, переходите вспасательное средство. При этом неукоснительно соблюдайтетребования спасателей, не допускайте перегрузки плавсредств. Вовремя движения не покидайте установленных мест, не садитесь наборта, строго выполняйте требования экипажа.

Оказывайте помощь людям, плывущим в воде и утопающим.

***Если вода застала вас в поле, в лесу,***надо выходитьна возвышенные места, если нет такой возможности – забраться надерево, использовать все предметы, способные удержать человека наводе – бревна, доски, обломки заборов, деревянные двери и прочиеплавающие предметы. Если имеются подручные материалы, можноизготовить плоты, паромы.

## КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ ПОЛОВОДЬЯ

## · Перед тем, как войти в здание проверьте, не угрожает ли онообрушением или падением какого-либо предмета.

## · Проветрите здание (для удаления накопившихся газов).

## · Не включайте электроосвещение, не пользуйтесь источникамиоткрытого огня, не зажигайте спичек до полного проветриванияпомещения и проверки исправности системы газоснабжения.

## · Проверьте исправность электропроводки, трубопроводовгазоснабжения, водопровода и канализации.

## · Не пользуйтесь ими до тех пор, пока не убедитесь в ихисправности с помощью специалистов.

## · Для просушивания помещений откройте все двери и окна, уберитегрязь с пола и стен, откачайте воду из подвалов.

## · Не употребляйте пищевые продукты, которые были в контакте сводой.

## · Организуйте очистку колодцев от нанесенной грязи и удалите изних воду.