

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Республики Крым  
«Феодосийская санаторная школа-интернат»

СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной  
профсоюзной организации  
С.Н. Артюшенко  
«01» марта 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
ГБОУ РК «Феодосийская  
санаторная школа-интернат»  
И.В. Калинина  
«01» марта 2024 г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ  
Сертификат: 00f6f8e4f7a627a92bac75623911e578bb  
Владелец: Калинина Ирина Васильевна  
Дата подписи: 25.03.24 10:57  
Действителен: с 2023-05-04 до 2024-07-27

**ПАМЯТКА**  
**о мерах пожарной безопасности,**  
**правилах поведения детей на воде, водных объектах**

Феодосия  
2024 г.

## **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ**

1.1 В связи с пожароопасным периодом в летнее время и жаркой погодой в Крыму напоминаем о правилах безопасного поведения на водоемах.

1.2 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. 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.

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

1.4 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.

1.5 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.

1.6 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.

## **2. ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ**

2.1 Купаться только в специально оборудованных местах.

2.2 Не нырять в незнакомых местах.

2.3 Не заплывать за пределы ограждения мест купания и за буйки.

2.4 Запрещается взбираться на технические предупредительные знаки, буи, бакены и др.

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

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

2.7 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.

2.8 Не хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде.

2.9 Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра.

## **3. ЕСЛИ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК**

3.1 Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!».

3.2 Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь».

3.3 Бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце.

3.4 Если хорошо плаваете, снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним.

3.5 Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и

помогите доплыть до берега. Если же утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, применяйте силу. Если освободиться от захвата вам не удастся, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно отпустит вас. При нахождении утопающего без сознания, можно транспортировать его до берега, держа под мышки или за волосы.

#### **4. ЕСЛИ ТОНЕШЬ САМ**

- 4.1 Не паникуйте.
- 4.2 Снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.
- 4.3 Перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов.
- 4.4 Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой английскую булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывите к берегу.

#### **5. ВЫ ЗАХЛЕБНУЛИСЬ ВОДОЙ**

- 5.1 Не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне.
- 5.2 Прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками.
- 5.3 Затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений.
- 5.4 Восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу.
- 5.5 При необходимости позовите людей на помощь.

#### **6. ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ ПРИ УТОПЛЕНИИ**

- 6.1 Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза.
- 6.2 Очистить ротовую полость.
- 6.3 Резко надавить на корень языка.
- 6.4 При появлении рвотного и кашлевого рефлексов — добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.
- 6.5 Если нет рвотных движений и пульса — положить на спину и приступить к реанимации (искусственное дыхание, непрямой массаж сердца). При появлении признаков жизни — перевернуть лицом вниз, удалить воду из легких и желудка.
- 6.6 Вызвать «Скорую помощь».

Если человек уже погрузился в воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут.

Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

Специалист по охране труда

Н.Ф. Маландий

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Не заплывай далеко,  
особенно за буи,  
потому что можно  
не рассчитать свои силы.



Не используй  
для плавания  
не предназначенные для  
этого средства (доски,  
бревна, камеры от  
автомобильных шин и др.)



Нырять  
можно лишь там,  
где есть для этого  
достаточная глубина,  
прозрачная вода, ровное дно.



Не купайся в  
плохую погоду, при  
сильном ветре,  
больших волнах.



Перед тем,  
как прыгать в воду,  
убедись в безопасности дна  
и достаточной глубине водоёма



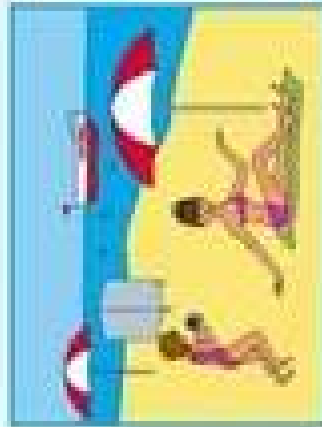
Не играй и  
не стой там  
где можно  
упасть в воду.



**НЕ КУПАЙСЯ  
БЕЗ ВЗРОСЛЫХ!**

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

## Простые правила:



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.



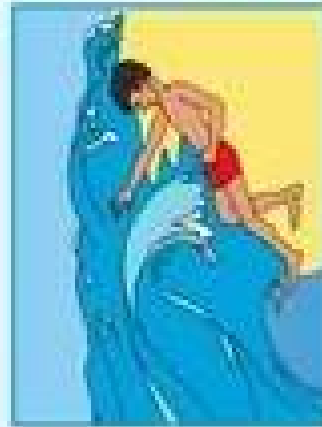
Не боритесь с сильным течением! Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.



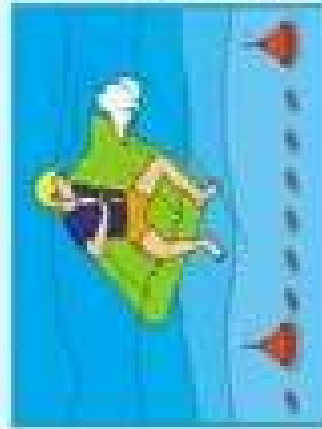
Не прыгайте в незнакомых местах!



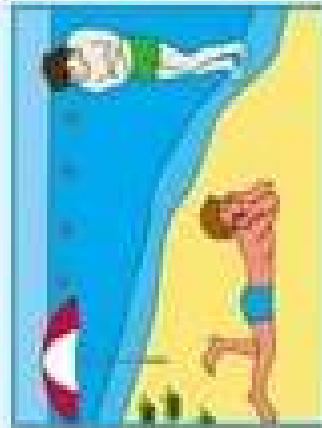
Не подплывайте к проходам судам и не забывайте на предупредительные знаки!



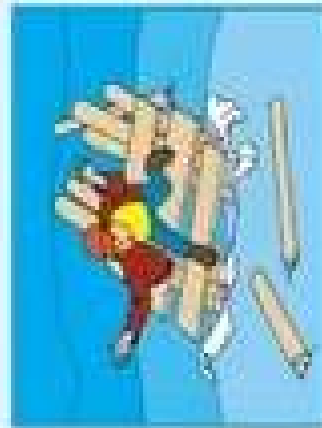
Не купайтесь в штормовую погоду, берегитесь волн!



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрасах и автомобильных камерах!



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь. Не купайтесь, если температура воды ниже 18°C.



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут перевернуться.