



# Посейдон ПРЕДУПРЕЖДАЕТ!



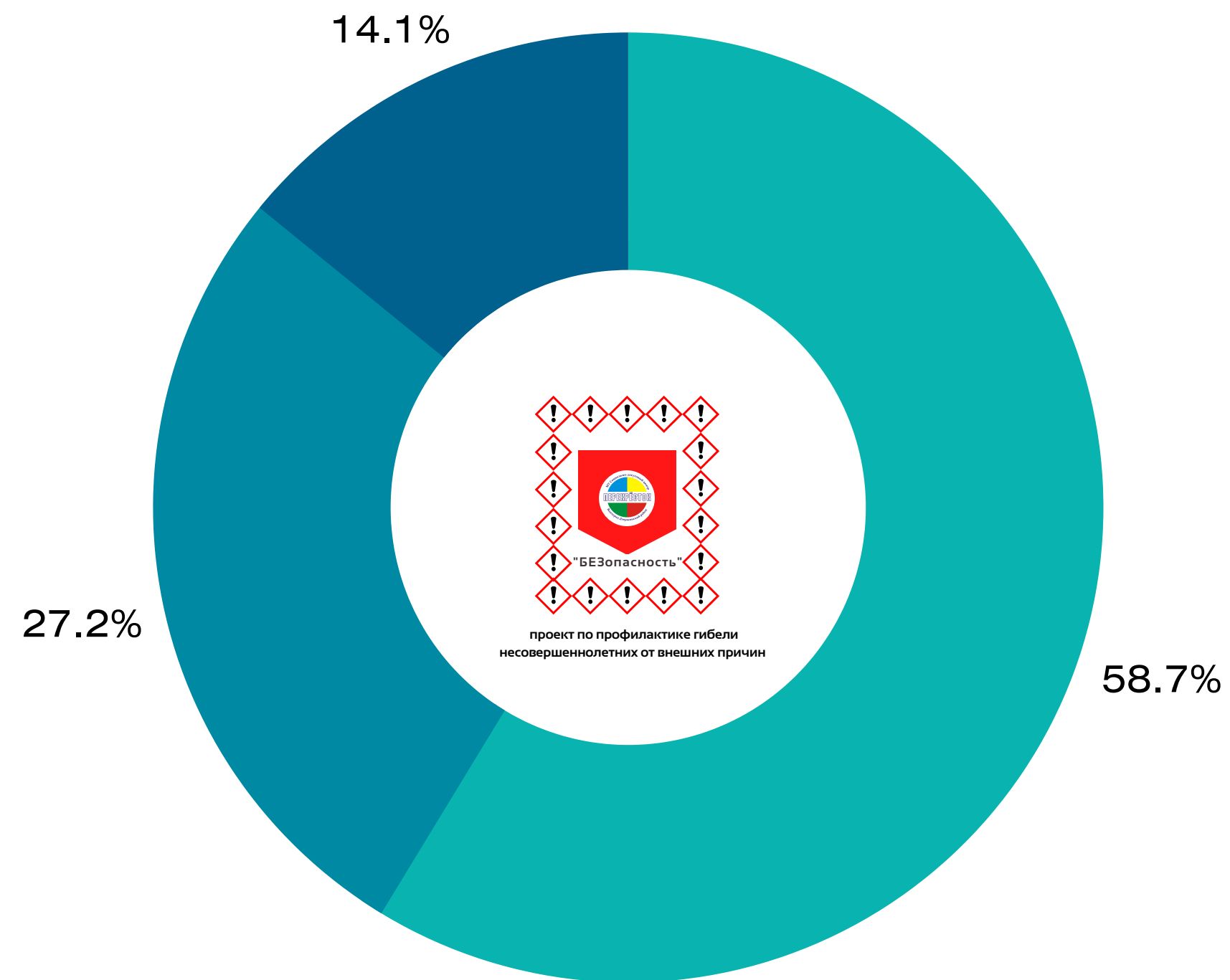
ОБУЧАЮЩЕЕ  
МЕРОПРИЯТИЕ  
В РАМКАХ ПРОЕКТА  
"БЕЗОПАСНОСТЬ"

г. Волгоград 2022

**Добро пожаловать! Мы рады,  
что вы здесь. Наша команда  
подготовила важную  
информацию для вас! А  
именно . .**

# СТАТИСТИКА

- В среднем на водоемах России в год погибает **14–16 тыс.** человек;
- **Более 54%** всех несчастных случаев происходит во время купания, чаще всего в нетрезвом состоянии или в необорудованных опасных местах, а также от неумения плавать;
- **До 25%** несчастных случаев происходит во время водного туризма и при катании на лодках;
- **До 13%** случаев гибели людей на воде приходится на период паводков и наводнений.





**проект по профилактике гибели  
несовершеннолетних от внешних причин**

## **ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ГИБЕЛИ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ:**

- неумение плавать;
- оставление без присмотра;
- купание в необорудованных и запрещенных местах;
- несоблюдение температурного режима;
- незнание, а порой игнорирование правил поведения у воды, на воде, способов спасения и оказания первой доврачебной помощи.

## Базовые правила безопасности на воде:

- Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18–19° С, температура воздуха – 20–25° С.
- Продолжительность купания зависит от температуры воздуха и воды, от влажности воздуха и силы ветра. Наиболее благоприятные условия купания – ясная, безветренная погода, температура воздуха – 25° С и более.
- Начинать купание следует при температуре воды не ниже 20° С. Затем переходить к купанию при более низких температурах. Делать это необходимо постепенно, потому что организм должен приспособиться к новому температурному режиму.

БУДЬТЕ  
ОСТОРОЖНЫ!



СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА  
БЕЗОПАСНОСТИ НА  
ВОДЕ!



## Базовые правила безопасности на воде:

- Наиболее приемлемыми являются следующие режимы купания:
  - при температуре воды  $18^{\circ}\text{C}$  – 6-8 мин;
  - при температуре воды  $20^{\circ}\text{C}$  – 10-12 мин;
  - при температуре воды  $24^{\circ}\text{C}$  – 15-20 мин.
- Ни в коем случае нельзя купаться до озноба: при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания.  
Судорожные сокращения мышц во время плавания, вызванные длительным пребыванием в воде, часто служат причиной несчастных случаев.

БУДЬТЕ  
ОСТОРОЖНЫ!



СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА  
БЕЗОПАСНОСТИ НА  
ВОДЕ!



# При судорогах надо немедленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом:



- 1.Изменить стиль плавания - плыть на спине;
- 2.При ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак;
- 3.При судороге икроножной мышцы необходимо согнуться, двумя руками обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе;
- 4.При судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колене, потянуть рукой с силой назад к спине.





# При судорогах надо немедленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом:



- 5. Произвести укалывание любым острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т.п.);
- 6. Если продолжительное время чувствуется озноб, нужно выйти из воды и сделать короткую, но энергичную пробежку по берегу, насухо обтереться полотенцем и после этого можно загорать;
- 7. Нельзя входить в воду после длительного пребывания на солнце, так как периферические сосуды сильно расширены для большей теплоотдачи;
- 8. При купании надо стараться не заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не надо теряться и стремиться как можно скорее доплыть до берега.





# ВОДА ПОПАЛА В ДЫХАТЕЛЬНОЕ ГОРЛО

немедленно остановись



подними голову возможно выше над  
водой и попробуй откашляться



если стоишь в воде, начни энергично работать  
руками и ногами (давить на воду сверху вниз), то  
можно еще выше поднять голову

# ТЕБЯ ЗАХВАТИЛО ТЕЧЕНИЕ

не поддавайся панике



не надо плыть против течения,  
иначе можно выбиться из сил



плыви по течению вниз, постепенно  
под небольшим углом приближайся к берегу



## Правила оказания помощи при утоплении:

- Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза;
- Очистить ротовую полость.
- Резко надавить на корень языка;
- При появлении рвотного и кашлевого рефлексов – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка;
- 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;
- Вызвать **“Скорую помощь”**.



**Внимание!**  
**Очень опасно прыгать головой в воду с  
плотов, пристаней и других плавучих  
сооружений!**



# ГЛАВНОЕ: ДИСЦИПЛИНА и ОРГАНИЗОВАННОСТЬ

- Шалости не должны переходить известных границ;
- Некоторые ребята порой могут подшутить над товарищем: хватать за ноги в то время, когда тот плавает, окунуть его с головой, держать под водой и т. п. Подобные шутки могут привести к трагическим последствиям;
- Проводить игры следует на небольшой глубине;
- Во время игр на воде ни в коем случае нельзя подавать ложные сигналы бедствия типа: «Я тону, на помощь!» Это нервирует окружающих, отвлекает от работы дежурных спасательных постов, которые обязаны в каждом подобном случае спешить на помощь;
- Нужно внимательно и бережно относиться к товарищу, не терять его из виду и приходить ему на помощь;
- Нельзя оставлять у воды младших братьев и сестер.

# СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ

