



РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННО-
ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ

«ОСВОД»

МОГИЛЕВСКАЯ ОБЛАСТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Начинайте купание в солнечную погоду при температуре воды 18-20°C, воздуха 20-25°C.

Выбирайте для купания безопасные, а лучше специально отведенные для этого места.

Не умея плавать, не заходите в воду выше пояса.

Во время купания не доводите себя до озноба. Помните, что длительное пребывание в воде может привести к судорожному сокращению мышц и другим негативным явлениям.

Не купайтесь натошак и раньше, чем через 1,5-2 часа после еды.

Не входите и не ныряйте в воду в возбужденном, разгоряченном состоянии, после физической нагрузки, а также при ознобе, общем недомогании.

Не оставляйте детей у водоемов и на воде до 14 лет без присмотра.

При заплывах умейте правильно рассчитывать свои силы.

Попав в сильное течение, не плывите против него, а используйте течение, чтобы приблизиться к берегу.

Оказавшись в водовороте, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону по течению, всплывите на поверхность.

При судорогах измените способ плавания с целью уменьшения нагрузки на сведенные мышцы, ускорения их расслабления и плывите к берегу.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- заплывать за знаки ограждения и предупреждающие знаки;
- купаться и нырять в запрещенных и неизвестных местах;
- прыгать в воду с дамб, пристаней, катеров, лодок, подплывать близко к идущим судам;
- допускать шалости, связанные с нырянием и захватом конечностей купающихся, взбираться на буи и другие технические сооружения;
- подавать ложные сигналы бедствия;
- перемещаться в лодке с места на место при катании;
- использовать для плавания доски, бревна, надувные матрасы, камеры автомашин и другие вспомогательные средства;
- загрязнять и засорять водоемы;
- купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- купаться в темное время суток.

СПОСОБЫ СПАСАНИЯ ВПЛАВЬ



БУКСИРОВКА СПОСОБОМ "МОРСКОЙ ЗАХВАТ"

Спасатель просовывает правую (левую) руку под мышку правой (левой) руки потерпевшего и за спиной захватывает выше локтя его другую руку, прижимает к себе и транспортирует, работая ногами и свободной рукой без выноса ее на поверхность.



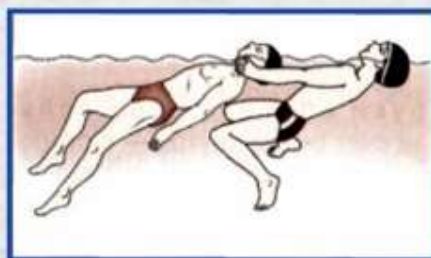
БУКСИРОВКА СПОСОБОМ "ЗАХВАТ ПОД РУКИ"

Спасатель проводит свою правую (левую) руку под правую (левую) руку потерпевшего, берет его за вторую руку выше локтевого сгиба, прижимает к себе и транспортирует, работая ногами и свободной рукой.



БУКСИРОВКА С ПОДДЕРЖКОЙ ПОД МЫШКИ

Спасатель поддерживает потерпевшего под мышки и транспортирует его, плывя на спине при помощи ног.



БУКСИРОВКА С ПОДДЕРЖКОЙ ПОД ГОЛОВУ

Спасатель поддерживает потерпевшего за голову (большие пальцы находятся на щеках, остальные – под нижней челюстью спасаемого) и, плывя на спине при помощи ног, транспортирует его, приподнимая лицо над водой.

ТЕЛЕФОНЫ
СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ: **101, 112**



РЕСПУБЛИКАНСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННО-
ОБЩЕСТВЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ «ОСВОД»

МОГИЛЕВСКАЯ
ОБЛАСТНАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ

ОБРАЩЕНИЕ



РОДИТЕЛИ!

**НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ
У ВОДЫ ДЕТЕЙ
БЕЗ ПРИСМОТРА!**

**БЕРЕГИТЕ
СЕБЯ И ДЕТЕЙ
У ВОДОЕМА!**

РЕБЯТА!

**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ
НА ВОДЕ. НЕ КУПАЙТЕСЬ
В ЗАПРЕЩЕННЫХ
И НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ.
НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ЗА ЗНАКИ
ОГРАЖДЕНИЯ НА ПЛЯЖЕ.
НЕ УМЕЯ ПЛАВАТЬ,
НЕ ЗАХОДИТЕ
В ВОДУ ВЫШЕ ПОЯСА –
ЭТО ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!**



НИ ОДНОЙ ЖЕРТВЫ ВОДЕ!