



Краткий алгоритм действий:

- Убедись, что тебе ничто не угрожает. Извлеки пострадавшего из воды. (При подозрении на перелом позвоночника — вытаскивай пострадавшего на доске или щите.)
- Уложи пострадавшего животом на свое колено, дай воде стечь из дыхательных путей. Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. Очисти полость рта от посторонних предметов (слизь, рвотные массы и т.п.).
- Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) «скорую помощь».
- Определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания.
- Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют — немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. Продолжай реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения
- После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за состоянием!

Список используемых источников:
Утопление. Первая помощь при утоплении /
bsmp.by: - [сайт]. URL :
<https://bsmp.by/press-tsentr/polezno-znat/pervaya-pomoshch-cto-delat/utoplenie-pervaya-pomoshch-pri-utoplenii>
(дата обращения: (16.06.2025). – Текст:
посредственный

Комп. верстка. Составитель:
гл. библиотекарь ОМО МУК «МЦБ»
Т.А. Швецова

346970 Ростовская область,
Матвеево-Курганский р-он,
п. Матвеев Курган,
ул. 1 Мая, 18

График работы:
пн 08:00–17:00;
вт-пт 08:00–18:00;
сб 10:00–18:00

email: mkurgancbs@yandex.ru

Тираж. 15 шт.

МУК Матвеево Курганского района
«Межпоселенческая Центральная Библиотека»
Отдел межбиблиотечного обслуживания



Памятка

Матвеев Курган, 2025

Правила поведения детей на воде в летний период.

Уважаемые родители!

Наступает летний сезон. Отдыхающие устремляются на отдых поближе к воде. Радость пребывания на водоемах может омрачить ваш отдых, если не соблюдать

правила поведения на воде:

- убедительная просьба не отпускать детей на водоемы без присмотра;
- купаться и загорать лучше на оборудованном пляже; никогда не купайтесь в незнакомых местах!
- не купайтесь в загрязнённых водоёмах!
- если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;
- не разрешайте детям и не устраивайте сами во время купания шумные игры на воде – это опасно!
- находиться в воде рекомендуется не более 10-20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги;
- нельзя нырять с мостов, пристаней даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как за год уровень воды изменяется, в воде могут находиться посторонние предметы;
- если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите побольше

воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;

- нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться к берегу, что может привести к переутомлению мышц;
- если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде лежа на спине;
- если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу;



НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ!

1. купаться можно только в разрешенных местах;
2. нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги и др.;
3. не отплывайте далеко от берега на надувных плавательных средствах – они могут оказаться неисправными, а

это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать;

4. нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибойя;
5. если вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. В этом случае нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;
6. если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;
7. Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева
8. Температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов, находиться в воде рекомендуется не более 20 минут.
9. Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, т.к. при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что привлечет остановку сердца
10. нельзя подавать крики ложной тревоги.

ПОМНИТЕ!!!

**Нарушение правил
безопасного поведения
на воде – это главная
причина гибели людей,
в том числе детей.**