

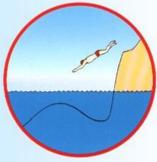
ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЁМАХ

ЗАПОМНИ! Находясь у воды, никогда не забывай о собственной безопасности и будь готов оказать помощь попавшему в беду.

ПРИ КУПАНИИ НЕДОПУСТИМО



Плывать в незнакомом месте, под мостами и у плотин



Нырять, не зная глубины водоема и рельефа дна



Заплывать за буйки и ограждение



Приближаться к судам, плотам и другим плавсредствам



Прыгать в воду с лодок, катеров, причалов



Устраивать игры с захватом частей тела

ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ ЛОДКОЙ НЕДОПУСТИМО



Раскачивать лодку, вставать во весь рост, садиться на борт



Заплывать в места прохода судов, массового купания



Хвататься на ходу за ветки деревьев и другие предметы

Перед плаванием на лодке убедиться:

- ♦ в исправности лодки;
- ♦ в наличии спасательных средств

ПРАВИЛА ПЕРЕХОДА ПО ЛЬДУ ВОДОЕМОВ



Переходить водоем по льду только при хорошей видимости



Идя на лыжах, расстегнуть крепления, снять с рук ремни палок



Взять длинную палку (шест), веревку длиной не менее 5 метров



Спускаться там, где нет промоины или вмерзших в лед кустов



Идти осторожно, проверяя перед собой лед



Не отрывать подошвы ото льда

ОПАСНЫЕ МЕСТА НА ЛЬДУ ВОДОЕМОВ



ПРИЕМЫ ЗАХВАТА УТОПАЮЩЕГО



За волосы



Под мышками



За голову

Главные требования при транспортировке к берегу:

- ♦ быстрота движения
- ♦ рот и нос утопающего - над водой

ПРИЕМЫ САМОПОМОЩИ, ЕСЛИ СВЕЛО НОГУ



Погрузиться с головой в воду и распрямить ногу



Сильно потянуть на себя ступню за большой палец



«Поплавок»



Лежа на спине

ПРИМЕНЕНИЕ СПАСАТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВ



Спасательный круг



«Конец Александра»



Спасательные шары



Весло или шест

КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНИ



Не погружаться в воду с головой



Не паниковать, позвать на помощь



Выбраться в сторону, с которой произошло падение



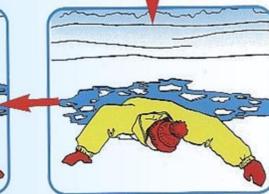
Не отдыхая, бежать к ближайшему жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



Забросить на лед ногу, откатиться от полыни



Наползая на лед, раскинув руки в стороны

Выход на лед водоема всегда опасен. В любом случае решающим фактором, обеспечивающим безопасность, является умение прогнозировать экстремальные ситуации. Поэтому, выходя на лед, нужно быть готовым к любым неожиданностям.