|  |  |
| --- | --- |
| Обращение уполномоченного при губернаторе по правам ребенка Алены Лопатиной по соблюдению правил безопасности на водеhttp://kurganobl.ru/sites/default/files/imceFiles/user-171/Lopatina_2.jpg**Уважаемые мамы и папы, бабушки и дедушки,** **юные жители Курганской области!** В наш регион пришла долгожданная пора тепла и солнца. В июле открылся купальный сезон. Многие из вас всё чаще начали проводить время у рек и озёр. Прошу вас обратить внимание на риски, которые сопутствуют пребыванию на воде и берегу! Уважаемые взрослые, помните, что большинство несчастных случаев происходит с детьми тогда, когда родители оставляют их без присмотра.   Расскажите ребенку о том, что купаться можно, только если вы рядом и можете прийти на помощь. Объясните детям простые правила поведения на воде: не нырять в незнакомых местах, с мостов, обрывов и других возвышений, не заходить на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо и неуверенно, не заплывать за буйки. Убедитесь, что в экстремальной ситуации ребенок сможет позвать на помощь взрослых или позвонить с мобильного телефона. Дорогие ребята, всегда соблюдайте эти простые правила, и тогда о лете у вас останутся только добрые воспоминания! Уполномоченный при губернаторе Курганской области по правам ребенка А.Е. Лопатина | Обращение уполномоченного при губернаторе по правам ребенка Алены Лопатиной по соблюдению правил безопасности на водеhttp://kurganobl.ru/sites/default/files/imceFiles/user-171/Lopatina_2.jpg**Уважаемые мамы и папы, бабушки и дедушки,** **юные жители Курганской области!** В наш регион пришла долгожданная пора тепла и солнца. В июле открылся купальный сезон. Многие из вас всё чаще начали проводить время у рек и озёр. Прошу вас обратить внимание на риски, которые сопутствуют пребыванию на воде и берегу! Уважаемые взрослые, помните, что большинство несчастных случаев происходит с детьми тогда, когда родители оставляют их без присмотра.   Расскажите ребенку о том, что купаться можно, только если вы рядом и можете прийти на помощь. Объясните детям простые правила поведения на воде: не нырять в незнакомых местах, с мостов, обрывов и других возвышений, не заходить на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо и неуверенно, не заплывать за буйки. Убедитесь, что в экстремальной ситуации ребенок сможет позвать на помощь взрослых или позвонить с мобильного телефона. Дорогие ребята, всегда соблюдайте эти простые правила, и тогда о лете у вас останутся только добрые воспоминания! Уполномоченный при губернаторе Курганской области по правам ребенка А.Е. Лопатина |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вода, вода, кругом вода!**Вода является важнейшим веществом на Земле, она занимает 71% ее поверхности.Вода – добрый друг и помощник человека. Но на воде нужно быть осторожным, соблюдать дисциплину и правила поведения.* Для купания детей выбирается место, где чистая вода; ровное песчаное или гравийное дно (без свай, коряг, острых камней, стекла, водорослей и ила); небольшая глубина (до 2 м); нет сильного течения (до 0,5 м/с).
	+ - Лучше всего купаться на специально оборудованных пляжах, в бассейнах, купальнях. Предварительно нужно ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест для купания.
* Купание детей проводится под контролем взрослых.
* Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17 – 19 С, воздуха 20 – 25 С.
* Перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.
* В холодную воду заходить нужно медленно, особенно если это первое купание в сезоне.
* Пользоваться надувным матрасом (кругом) надо с особой осторожностью: матрас может неожиданно сдуться или уплыть по течению далеко от берега.
* В воде следует находиться 10 – 15 минут.
* Нельзя устраивать в воде игры, связанные с захватами, шуточными утоплениями.
* При грозе необходимо немедленно выходить из воды.

**Уважаемые родители!****Разъясните вашему ребенку** **основные правила поведения на воде:*** **Купайся только в разрешенных местах.**
* **Не купайся в одиночку в незнакомом месте.**
* **Не заплывай за буйки.**
* Пользуйся надувным матрасом (кругом) **только под присмотром взрослых.**
* **Держись поближе к берегу,** чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна.
* **Никогда не зови на помощь в шутку** – в другой раз, когда помощь действительно понадобится, все подумают, что ты опять шутишь.
* **Не шали в воде.** Не окунай друзей с головой и не ставь им подножки.
* **Не купайся подолгу**, чтобы не переохладиться и не заболеть.
* **Если ты не умеешь плавать, не бросайся на помощь.**
* **Если кто-то тонет –** **брось ему спасательный круг**, надувную игрушку или матрас **и позови взрослых**.
 | **Правила катания на лодке*** Нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью не оборудованной лодке.
* Перед посадкой в лодку осмотрите ее и убедитесь в наличии:
	+ весел;
	+ руля;
	+ уключин;
	+ спасательного круга;
	+ спасательных жилетов по числу пассажиров;
	+ черпака для отлива воды.
* Посадку в лодку производите осторожно, ступая посреди настила.
* Не садитесь на борт лодки. Равномерно садитесь на скамейки.
* Не перегружайте лодку сверх установленной нормы.
* Не пересаживайтесь с одного места на другое и не переходите с одной лодки на другую.
* Не раскачивайте лодку.
* Не ныряйте с лодки.
* Не подставляйте борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо «резать» носом лодки поперек или под углом.

**Детям до 16 лет запрещается кататься на лодке без сопровождения взрослых!****Не поддавайтесь панике! Если начали тонуть*** Не барахтайтесь, а перевернитесь на спину, выплюньте воду и сделайте глубокий вдох.
* Отдохнув, спокойно плывите к берегу.
* Зовите на помощь, если это необходимо.
* Если вы заплыли слишком далеко, устали и оглянувшись на далекий берег, испугались, что не сумеете вернуться, тогда вам поможет умение отдыхать на воде. Отдохните 2 – 3 минуты, лягте на спину, расправив ноги и руки, расслабьтесь, лишь легкими движениями рук и ног помогая себе удерживаться в горизонтальном положении.

**Если у вас на глазах тонет человек*** Бросьте ему спасательный круг (игрушку, матрас).
* Ободрите его криком.
* Плывите на помощь.
* Поднырните под него и, взяв сзади каким-нибудь приемом захвата (например, за волосы), плывите вместе с ним к берегу.
* Выйдя на сушу, поверните его голову набок, прочистите пальцем забитые тиной или песком рот и нос.
* Положите пострадавшего животом себе на колено (голова должна свешиваться вниз) и, сильно нажав, вытесните воду из желудка и дыхательных путей.
* Вызовите скорую помощь.
 |  **КОМИССИЯ ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ** **И ЗАЩИТЕ ИХ ПРАВ ПРИ АДМИНИСТРАЦИИ**  **ПРИТОБОЛЬНОГО РАЙОНА****Правила поведения** **на воде****с. ГЛЯДЯНСКОЕ****2019 год****Если вы начали покрываться «гусиной кожей», а зубы стали отбивать чечетку:*** Немедленно выйдите из воды, вытрясите воду из ушей и вытритесь насухо.

**Если у вас переохлаждение тела и сводит конечности, а возможности немедленно выйти из воды нет:** * Измените стиль плавания – плывите на спине.
* При ощущении стягивания пальцев руки быстро, с силой сожмите кисть руки в кулак, сделайте резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разожмите кулак.
* При судороге ноги погрузитесь на секунду в воду с головой и, выпрямив сведенную судорогой ногу, сильно потяните на себя ступню за большой палец.
* При судороге икроножной мышцы согните, двумя руками обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.
* При судорогах мышц бедра обхватите рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колене, потяните рукой с силой назад к спине.
* Произведите укалывание любым острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т. п.) **Помните, что утонувшего можно спасти,если он пробыл под водой менее 6 минут!**
 |