

КУПАНИЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

С наступлением летнего периода, когда дни становятся жаркими, современную молодежь особенно привлекают водоемы нашего района. В большинстве случаев опасности подстерегают не тех детей, которые не умеют плавать, так как они обычно не заходят в воду глубже, чем по пояс, а тех, кто считает себя отличными пловцами.

Основными причинами гибели и травматизма на воде являются: купание в неустановленных и необорудованных для этих целей местах, несоблюдение элементарных мер безопасности на водоемах, в том числе отсутствие контроля со стороны взрослых за купающимися детьми.

Ребенок дошкольного и младшего школьного возраста всегда должен купаться и находиться на водоемах только под присмотром взрослых. Обучающиеся старших классов подросткового возраста, если и идут сами к водоему, то должны плавать только в специально отведенных для этого местах с безопасным проверенным дном, при отсутствии глубоких ям, сильного течения, водоворотов или больших волн.

За купальный сезон вода уносит десятки человеческих жизней. Среди пострадавших около четверти составляют дети до 16 лет.

В летний купальный сезон каждый может оказаться в ситуации, когда исключительно от его умелых действий будет зависеть его жизнь и жизнь рядом находящегося человека. Поэтому **важно не только знать правила поведения на воде и уметь плавать, но и обладать навыками поведения в критических ситуациях, уметь определить тонущего человека, оказать первую помощь в случае необходимости**

Часто люди тонут из-за того, что **поддаются панике и не умеют контролировать свое тело.**

Чтобы избежать несчастных случаев даже, казалось бы, на самых безопасных, мелких районных водоемах необходимо, соблюдать элементарные правила поведения на воде.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

1. **Купайтесь только в специально отведенных местах, на оборудованных пляжах,** где в случае несчастного случая вы можете получить специализированную помощь спасателя.

2. **Непроверенный водоем** - водовороты, глубокие ямы, густые водоросли, холодные ключи, коряги, сильное течение, захламленное дно - может привести к травме, ныряние - к гибели.

3. Не подплывайте к близко идущим (стоящим на якоре, у причалов) судам, катерам, лодкам, плотам, не ныряйте под них - это опасно для жизни, вас может затянуть под днище, винты, ударить бортом, захлестнуть волной.

4. Соблюдайте правила пользования лодками и другими плавательными средствами:

- при посадке в лодку нельзя вставать на борт или сиденья;
- не перегружайте лодку или катер;
- на ходу не выставляйте руки за борт;
- не ныряйте с катера или лодки;
- не садитесь на борт, не пересаживайтесь в воде с места на место или в другие плавсредства;
 - не разрешается кататься в тумане, вблизи шлюзов, плотин, а также останавливаться вблизи мостов или под ними;
 - нельзя ставить борт лодок параллельно идущей волне, так как она может опрокинуть судно;
 - поднимать пострадавшего из воды желательно с носа или кормы, иначе можно перевернуться;
 - нельзя кататься в местах скопления людей на воде – в районах пляжей, переправ, водноспортивных соревнований;
 - при необходимости залезть в лодку, делать это надо со стороны носа или кормы, чтобы не опрокинуть ее. Помните, что кто-то из находящихся в лодке может не уметь плавать.

5. Не пользуйтесь надувными матрацами, камерами, досками особенно при неумении плавать. Даже слабый ветер способен унести их далеко от берега. **Если не умеешь плавать, заходи в воду только по пояс.**

6. Не заплывайте за буйки и другие ограждения, установленные в местах для купания. Они предупреждают: дальний заплыв - это переохлаждение, мышечное переутомление, судороги, гибель.

7. Не допускайте шалостей на воде, связанных с нырянием и захватом купающихся, не балуйте на воде, не пугайте других.

В последние годы большую популярность приобрёл подводный спорт и ныряние в маске. Неумение обращаться со снаряжением, баловство и детская самоуверенность нередко также заканчивается гибелью. При длительном пребывании под водой, не имея возможности возобновить запас кислорода в организме, человек может потерять сознание и погибнуть.