

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

В связи с наступившей жаркой погодой, на территории Забайкальского края возросла гибель людей на водных объектах.

Основные причины гибели детей на воде

- употребление спиртных напитков
- неумение плавать.
- оставление детей без присмотра.
- купание в не оборудованных и запрещенных местах.
- несоблюдение температурного режима
- незнание, а порой игнорирование правил поведения у воды, на воде, способов спасения и оказания первой доврачебной помощи.

Место купания - оборудованный пляж или специальная купальня. Акватория пляжа ограничена буйками, дно спокойное по рельефу, пологое, песчаное. Имеются щиты со средствами спасения (спасательные круги, шары, концы и т.д.), спасательный пост, щит с указанием условий (температура воды и воздуха, волнение, ветер).

Необорудованный пляж (в походах, экскурсиях) обязательно обследуется опытным взрослым. Проверяется качество дна, отсутствие коряг, пеньков, металлических предметов, отсутствие омутов, водоворотов, промышленных и иных стоков, качество берега и т. д.

Режим купания. Температура не менее: воды 18°, воздуха 20°.

После приема пищи должно пройти 1.5 - 2 часа.

Время купания не более:

- 15-40 минут при 24°,
- 10-30 минут при 22°,
- 5-10 минут при 20°,
- 3-8 минут при 18-19°.

Запрещено купание при шторме, сильном ветре, других неблагоприятных метеоусловий.

Основные правила.

- Если не умеешь плавать, не заходить в воду глубже пояса.
- Не заплывать за ограждение (буйки) или далеко от берега, если буйков нет. Помнить о точке возврата (критическая точка).
- Не заплывать на фарватер.
- Не плавать вблизи причалов, пирсов, дамб и т.п.
- Не подплывать к теплоходам, катерам, баржам и другим плавсредствам. Может затянуть под днище, под винты, ударить бортом, захлестнуть волной от форштевня.
- Не нырять в необорудованных местах, в том числе, с крутого берега, причалов, лодок, водозаборов (удар головой об дно, предметы, потеря сознания, гибель). Даже осока, лежащая на воде, опасна.
- Не пользоваться надувными и иными средствами, особенно при неумении плавать.

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

Автор: Administrator

22.07.2022 15:21 - Обновлено 22.07.2022 15:23

- Не терять друг друга из виду.
- Не баловаться на воде, не пугать других.

Как поступать в некоторых случаях.

- Усталость - лечь на спину, легкими гребковыми движениями удерживать себя на поверхности, отдохнуть.
- При попадании воды в дыхательные пути - приподняться над водой, откашляться.
- Несет течение - плавно приближаться к невысокому берегу.
- Если попал в омут - набрать воздуха в легкие, глубоко нырнуть и сделать рывок в сторону от оси водоворота (по течению), потом всплывать. Если запутался в тине - лечь на спину, выплывать откуда приплыл.
- При судороге - лечь на спину, энергично растереть мышцу. Позвать на помощь.

Опытные пловцы имеют иголку - укол снимает судорогу.

Главное - спокойствие, без паники, не стесняться позвать на помощь.

Лодки.

Дети до 16 лет катаются на лодках только со взрослыми.

Не перегружать лодку.

Не садиться на борта лодки.

Не нырять с лодки.

При необходимости залезть в лодку, делать это со стороны носа или кормы, чтобы не опрокинуть лодку.

Как правильно загорать.

Лучшее время для загара утром до 11 часов, вечером после 16 часов.

Начинать загар с 1 минуты, каждый день удваивая дозу: 1 мин, 2 мин, 4 мин, 8 мин и т.д.

Не перегреваться. При тепловом или солнечном ударе пострадавшего уложить в тени, расстегнуть воротник, сделать холодный компресс.

Указания работников Государственной инспекции по маломерным судам, спасателей, сотрудников полиции и дружинников в части обеспечения безопасности людей и поддержания правопорядка на пляжах и других местах массового отдыха являются обязательными для граждан.

Каждый гражданин обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде.

. На пляжах и в других местах массового отдыха запрещается:

- купаться в местах, где выставлены, шиты (аншлаги) с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями;
- заплывать за буйки, обозначающие границы плавания;
- подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам, прыгать с не приспособленных для этих целей сооружений в воду;
- загрязнять и засорять водоемы и берега;
- купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- приводить с собой собак и других животных;
- играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также допускать шалости в воде, связанные с нырянием и захватом купающихся и др., подавать крики ложной тревоги;
- плавать на досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах, и др.

Обучение людей плаванию должно проводиться в специально отведенных местах пляжа. Ответственность за безопасность обучаемых людей несет преподаватель

(инструктор, тренер, воспитатель), проводящий обучение или тренировку.

Взрослые обязаны не допускать купание детей в неустановленных местах, их шалости на воде, плавание на непригодных для этого средствах (предметах) и другие нарушения на воде.

В местах с глубинами до 2 метров разрешается купаться хорошо умеющим плавать детям в возрасте 12 лет и более.

. Эксплуатация пляжей в лагерях отдыха детей запрещается без инструкторов по плаванию, на которых возлагается ответственность за безопасность детей и методическое руководство обучением их плаванию.

. Для проведения уроков по плаванию оборудуется примыкающая к воде площадка, на которой должны быть плавательные доски, спасательные круги, шесты для поддержки не умеющих плавать, плавательные поддерживающие пояса, электромегафоны и другие, обеспечивающие обучение, средства. Контроль за правильной организацией и проведением купания детей в лагерях отдыха осуществляют руководители этих лагерей.

3.10. Для купания детей во время походов, прогулок и экскурсий выбирается неглубокое место на водоеме с пологим дном без свай, коряг, острых камней, стекла, водорослей и ила.

Обследование места купания проводится взрослыми людьми, умеющими хорошо плавать и нырять. Купание детей проводится под контролем взрослых.

Спасение на воде – правила, приёмы

Причины гибели человека на воде или льду могут быть различными: неумение плавать, нарушение правил поведения на воде, купание в нетрезвом состоянии, страх, испуг и т.д. Человек, подавленный страхом, не способен трезво оценить обстановку, он делает бессмысленные движения, быстро слабеет и тонет. Для того чтобы оказать помощь утопающему, необходимо хорошо плавать и нырять, знать и правильно применять приемы спасения, освобождения от захватов и буксировки пострадавшего. Спасая человека на воде, нужно действовать обдуманно, осторожно, трезво оценивая сложившуюся ситуацию, не теряться в случае опасности. Следует правильно учитывать расстояние до утопающего, скорость течения, наличие спасательных средств, волнение воды и т.д.

Правила при использовании плавсредств

При спасении пострадавшего с использованием плавсредств необходимо приблизиться к нему как можно ближе. При этом нужно учитывать то, что волнение воды вызванное самим плавсредством, может ухудшить положение пострадавшего и ускорить его утопление. При приближении к утопающему необходимо следить за тем, чтобы не задеть его винтом, веслами или корпусом плавсредства. Для поддержания пострадавшего на воде и извлечения его из нее применяются специальные спасательные средства (круги, концы, шары веревки и др.), а также подручные средства (шесты, лестницы, сети и др.).

Подача спасательного круга

Для подачи спасательного круга надо взяться за него одной рукой, второй рукой взяться за леер, сделать два-три круговых размаха вытянутой рукой на уровне плеча и бросить круг плашмя в сторону пострадавшего так, чтобы он упал справа или слева от человека на расстоянии не более 0,5-2,0 м. Подача круга с катера осуществляется со стороны борта, который находится ближе к утопающему. С лодки, для избегания ее опрокидывания, круг лучше всего подавать в сторону кормы или носа. Бросать круг

прямо на утопающего не рекомендуется, так как он может ударить человека по голове или перелететь через него. Иногда к спасательному кругу привязывают конец Александрова, с помощью которого пострадавшего подтягивают к плавсредству. Для подачи терпящему бедствие конца Александрова спасатель малую петлю конца надевает на запястье левой руки и в ней же держит большую часть витков. Взяв правой рукой три-четыре витка с большой петлей, он делает несколько широких размахов и бросает шнур утопающему с таким расчетом, чтобы тот мог ухватиться за поплавки или за шнур. Пострадавший должен подтягиваться к берегу (плавсредству) осторожно, без рывков. Конец Александрова можно бросить на расстояние до 25 м.

Если до берега недалеко

Если до берега недалеко, то пострадавшего не обязательно втягивать в лодку: он может буксироваться, если позволяет его состояние, удерживаясь за корму или за привязанную к плавсредству веревку. Если пострадавший не способен самостоятельно удерживаться за корму, то его втаскивают в лодку через тело спасателя, севшего на корму и свесившего в воду ноги. Такой прием позволяет избежать повреждения кожных покровов у пострадавшего о неровные края лодки. Подъем пострадавшего в плавсредство с высокими бортами может осуществляться по трапу, лестнице, а также с помощью каната или сети.

Правила спасения вплавь

Если нет возможности использовать плавсредство, то спасатель приближается к утопающему вплавь. Плыть лучше кролем, так как этот стиль плавания позволяет развить наибольшую скорость. При нахождении в воде спасатель должен уметь противостоять опасным факторам, характерным для водоемов. Особенно опасны для спасателя и пострадавшего судороги, вызванные охлаждением тела или переутомлением мышц. При судорогах кистей рук нужно резко сжимать пальцы в кулаки и разжимать их. Если свело одну руку, то следует лечь на бок и работать другой рукой под водой. При судорогах мышц живота необходимо, лежа на спине, энергично подтягивать колени к животу. Если свело икроножную мышцу, то следует, вытянув ногу над поверхностью воды, энергично подтягивать руками стопу к себе. При судорогах мышц бедра надо, резко согнув ногу в колене, сильно сжать пятку руками. Опасность представляют собой и водоросли: запутавшись в них, можно захлебнуться. Зацепившись за них, необходимо, не делая резких движений, попытаться освободиться свободной рукой и осторожно покинуть опасное место. Попад в водоворот, спасатель должен, быстро и глубоко вдохнув, погрузиться в воду, сделать рывок в сторону (по течению) и всплыть на поверхность. Оказавшись на волне, надо следить, чтобы вдох приходился на промежуток между ударами волн. Плывая против волны, необходимо спокойно подниматься и скрываться под ней. При большой волне нужно глубоко вдохнуть и нырнуть под нее.

К пострадавшему всегда следует подплывать сзади. Если сделать это невозможно, то необходимо поднырнуть под утопающего, захватить левой рукой под колено его правую ногу, а ладонью правой руки сильно толкнуть левое колено спереди и развернуть пострадавшего спиной к себе. Этот прием применяют в тех случаях, когда пострадавший совершает беспорядочные движения или оказывает сопротивление спасателю. Оказавшись за спиной пострадавшего, спасатель пропускает свою правую руку под подмышку его правой руки и, крепко захватив его руку и плечо, всплывает с ним на поверхность.

Приемы буксировки

Приемы буксировки пострадавшего подразделяются на две группы: без закрепления рук, когда пострадавший спокойно подчиняется спасателю, и с закреплением рук - в случае сопротивления утопающего.

При буксировке за голову спасатель, вытянув руки, берет голову пострадавшего так, чтобы большие пальцы легли на щеки, а мизинцы - под нижнюю челюсть пострадавшего. Приподняв его лицо над поверхностью воды. плывая на спине и работая ногами, спасатель транспортирует утопающего к катеру, шлюпке или берегу.

При буксировке с захватом под подмышки спасатель крепко подхватывает пострадавшего под подмышки и буксирует его с помощью ног.

При буксировке с захватом под руку спасатель, приблизившись сзади, просовывает свою левую (правую) руку под соответствующую руку пострадавшего. Затем берет его левую (правую) руку выше локтевого сустава, прижимает человека спиной к себе и буксирует на бок в безопасное место. Плавание на бок, когда свободна одна рука и ноги, дает возможность спасателю ориентироваться, выбирать направление при транспортировке пострадавшего и буксировать его на большие расстояния.

При буксировке с захватом выше локтей спасатель обхватывает обе руки утопающего за локти, оттягивает их назад, затем просовывает свою левую (правую) руку спереди под подмышку и проводит ее за спину человека. Затем левой (правой) рукой захватывает правую (левую) руку утопающего выше локтя и сильно прижимает человека спиной к себе.

При буксировке с захватом за волосы или воротник спасатель, захватив рукой волосы или воротник одежды утопающего, плывет на бок, работая свободной рукой и ногами. Буксировать человека надо выпрямленной рукой поддерживая его голову над поверхностью воды так, чтобы вода не попала в дыхательные пути.

Утопающий обычно находится в полушоковом состоянии, испуган, объят страхом. Поэтому при виде спасателя он судорожно хватается за него, что грозит гибелью обоим. Чтобы освободиться от захватов пострадавшего спасатель должен приложить большие усилия, а иногда и применить силу. Чаще всего утопающий хватается за кисти рук, шею (спереди и сзади), туловище (через руки и под руки), за ноги. В таком случае спасатель должен нырнуть под воду. Если ныряние не помогает, то нужно применить один из следующих способов освобождения от захватов пострадавшего.

Солнечный и тепловой удар.

При солнечном и тепловом ударе пострадавший ощущает жажду, чувствует усталость, лицо краснеет, а затем покрывается бледностью, повышается температура, наступают судороги, потеря сознания.

Для оказания первой помощи при солнечном или тепловом ударе необходимо перенести пострадавшего в прохладное место, снять с него одежду, облить водой, положить холод на голову и грудь, обтереть тело холодной водой. Если отсутствует дыхание, следует начать делать его искусственно.

Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание.

Необходимо занять место сбоку от пострадавшего и, сложив кисти рук одна на другую, положить их на область грудины так, чтобы основание ладони приходилось на мечевидный отросток. Ритмически надавливая на грудину, массировать сердце, делая 50-60 толчков (детям младшего школьного возраста) или 60-70 (детям старшего

школьного возраста).

Даже если сердечная деятельность возобновилась, массаж продолжать до прибытия скорой помощи. Непрямой массаж сердца и искусственное дыхание проводятся синхронно - 2 вдувания воздуха в лёгкие чередуются с 15 толчками на грудину (если помощь оказывает один человек); 3-4 вдувания на 15 толчков (если это делают двое).

Требования по организации купания детей

Для купания детей выбирается место с песчаным или галечным дном, очищенным от коряг, острых камней, водорослей. Обследование места купания проводится руководителями групп. Купание проводится под непрерывным контролем руководителя, при соблюдении всех мер предосторожности.

Организация купания предусматривает следующее:

- * температура воды для купания не ниже 20 С при температуре воздуха не ниже 23 С;
- * продолжительность одного купания в первый день 5-7 минут; постепенно увеличивая его до 15-20 минут;
- * глубина в месте купания при скорости течения воды не выше 0,5 м/сек. не должна быть выше 1,3 м;
- * при промере глубины нужно несколько раз пройти выделенный участок по всем направлениям;
- * каждое купание проводится с разрешения руководителя и только в его присутствии;
- * для соблюдения и своевременного оказания помощи один из руководителей должен находиться на берегу;
- * если в группе имеются пловцы-разрядники, следует привлечь их к дежурству, но нельзя им перепоручать руководство купанием;
- * одновременно может купаться не более 8 учащихся;
- * во время купания не допускать криков, объяснив участникам, что крик есть сигнал о помощи.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- * купание в сумерки и ночное время;
- * купание после приема пищи в течение 1 часа.

Отдел мобподготовки, ГО и ЧС администрации МР «Карымский район»