

**Памятка
школьнику по безопасному поведению
на воде весной**

Идет весна. Приближается весенний паводок.

Весной опасно ходить на плотины, запруды. Они могут быть неожиданно сорваны напором льда. Переходить реку, пруд, озеро по льду весной также опасно. Сходить на необследованный лед - большой риск. Особенно опасны для жизни глубокие ямы и промоины, которые не всегда огорожены и обозначены предупредительными знаками. **Поэтому в этот период следует помнить:**

- течение реки сильно подмывает крутые берега. Возможны обвалы.
- на весеннем льду легко провалиться;
- перед выходом на лед проверить его прочность - достаточно легкого удара, чтобы убедиться в этом;
- быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов;
- весенний лед, покрытый снегом, быстро превращается в рыхлую массу.

Запрещается:

- выходить в весенний период на водоемы;
- переправляться через реку в период ледохода;
- подходить близко к реке в местах затора льда, стоять на обрывистом берегу, подвергающемуся разливу и, следовательно, обвалу;
- собираться на мостиках, плотинах и запрудах;
- приближаться к ледяным заторам, отталкивать льдины от берегов, измерять глубину реки или любого водоема, ходить по льдинам и кататься на них

Школьники!

*Не выходите на лед во время весеннего паводка.

*Не катайтесь на самодельных плотках, досках, бревнах и плавающих льдинах, не прыгайте с одной льдины на другую.

*Не стойте на обрывистых и подмытых берегах- они могут обвалиться.

*Когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.

*Если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь, взрослые услышат и могут выручить из беды.

*Не подходите близко к ямам, котлованам, канализационным люкам и колодцам.

*Будьте осторожны во время весеннего паводка и ледохода.

*Не подвергайте свою жизнь опасности!

Соблюдайте правила поведения на водоемах во время таяния льда, разлива рек и озер.

Строго следуйте правилам:

1. При переходе водоема по льду следует пользоваться оборудованными переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии — убедиться в прочности льда с помощью пешни. Проверять прочность льда ударами ноги — опасно!
2. Во время движения по льду следует обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи.
3. Безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 12 см. Нахождение на льду, толщина которого менее 12 см, а при массовом нахождении людей - не менее 25 см. запрещено
4. При переходе по льду группами необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5-6 метров и быть готовыми оказать немедленную помощь впереди идущему.
5. Старшие школьники! Ведите постоянно наблюдение за рекой. Разъясняйте младшим товарищам правила поведения во время весеннего паводка.
6. При оказании помощи терпящим бедствие на воде используйте любые предметы, имеющие хорошую плавучесть. Чтобы спасти пострадавшего, нужно бросить в воду скамьи, лестницы, доски, обрубки бревен, привязанные за веревку.
7. Если наводнение застало вас внезапно, то необходимо как можно быстрее занять возвышенное место и быть готовым к эвакуации по воде при помощи различных плавучих средств или пешком по неглубоким и с небыстрым течением воды бродам.
8. После спада воды нужно остерегаться порванных и провисших проводов.

Будьте осторожны во время весеннего паводка!

Оберегайте себя и других от несчастного случая.

У воды без беды детям правилах безопасности на водных объектах

Памятка для детей о поведении на воде в летний период.

РЕБЯТА! Самый полезный отдых летом — это отдых на воде. Купаясь, катаясь на лодках, на катамаранах, гидроциклах вы укрепляете организм, развиваете ловкость и выносливость. Вода не страшна тем, кто умеет хорошо плавать. Вот почему первым условием безопасности на воде является умение плавать. Однако и умеющий плавать должен быть дисциплинированным, постоянно соблюдать осторожность и правила поведения на воде. Нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

Поэтому, купаясь и катаясь на лодках и маломерных судах, строго выполняйте следующие правила поведения на воде:

Купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.

Для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.

Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

Ребята! Помните, что при купании категорически запрещается:

Заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания.

Подплывать близко к проходящим судам, катерам, весельным лодкам, гидроциклам.

Взбираться на технические предупредительные знаки, буи, бакены и др.

Прыгать в воду с лодок, катеров, гидроциклов и других плавательных средств.

Купаться у причалов, набережных, мостов.

Купаться в вечернее время после захода солнца.

Прыгать в воду в незнакомых местах.

Купаться у крутых, обрывистых берегов.

Помните, что после еды разрешается купаться не раньше, чем через два часа.

Во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок.

Попав на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте на груди или на боку, горизонтально на небольшой скорости. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.

Попав в водоворот, не теряйтесь, наберите воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте смелый рывок в сторону по течению.

Помните, что причиной гибели пловцов часто бывает сковывающая судорога.

Причины этому следующие:

Переохлаждение в воде.

Переутомление мышц, вызванное длительной работой их без расслабления и непрерывным плаванием одним стилем.

Купание в воде с низкой температурой.

Предрасположенность пловца к судорогам.

Во всех случаях пловцу рекомендуется переменить стиль плавания и по возможности выйти из воды.

Если нет условий для немедленного выхода из воды, необходимо действовать следующим образом:

При ощущении стягивания пальцев руки надо быстро с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разжать кулак;

При судороге икроножной мышцы необходимо подогнувшись, двумя руками обхватить стопы пострадавшей ноги и с силой поджать ногу в колене спереди к себе;

При судороге мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны, ниже голени (у лодыжки за подъем) и, согнув ее в колене, подтянуть с силой назад к спине.

Уважаемые взрослые, будьте бдительны!

Тщательно контролируйте поведение детей на водоемах, не оставляйте детей без присмотра, проводите с ними беседы по правилам поведения на воде!