



Безопасность на воде.

Почему мы так любим купаться? Может быть, к этому нас подталкивает неосознанная память о тех далеких временах, когда все живое могло существовать только в воде? Да и сейчас 71% поверхности Земли составляют моря и океаны. И это, не считая бесчисленных озер, рек, прудов и искусственных водохранилищ!

В жаркие дни у человека возникает естественное желание искупаться. Но манящая прохладой вода приносит не только радость общения с природой. Она может грозить смертельной опасностью. Причина трагедии - купание в необорудованных местах.

Так как же избежать трагедии на воде?

Прежде всего, обязательно надо уметь плавать. Недаром даже у древних греков это умение считалось такой же необходимостью, как и умение, читать. Но, как правило, научившись вполне прилично плавать, мы сразу забываем о грозящих опасностях.

Правила поведения на воде были сформулированы еще в 19 веке, когда в 1872 году в России организовали общество спасения на водах. Сегодня они примерно те же:

- купаться можно, если температура воды не ниже 17-19 градусов тепла, а воздуха 22 градусов.

- плавать можно не более 20 минут, и это время увеличивать постепенно, начиная с 3-5 минут.

Нельзя доводить себя до озноба.

Никогда не прыгайте в воду в незнакомых местах: можно удариться о камень, порезаться стеклом, в общем получить травму.

Не заплывайте далеко, так как можно не рассчитать своих сил.

Почувствовав усталость, не теряйтесь и не стремитесь быстрее доплыть до берега. Следует «отдохнуть» на воде, перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног.

Если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывите вниз по течению, постепенно приближаясь к берегу.

Если попали в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплывите.

Не заплывайте за буйки

Не приближайтесь к судам

Не устраивайте в воде игры с шуточными «утоплениями»

Детям можно пользоваться надувным матрасом или кругом, только под присмотром взрослых, потому что матрас может неожиданно «сдуться» или течение унесет его далеко от берега.

Надеюсь добрые советы от МЧС помогут вам избежать трагедии!

Желаю всем приятного, а главное безопасного отдыха!