

! Выводы

1) На водоёмах необходимо соблюдать общепринятые меры безопасности.

2) Соблюдение мер предосторожности – главное условие безопасности на воде.

3) При купании нужно быть дисциплинированным, не допускать шалостей.

4) Купаться нужно в воде допустимой температуры.

? Вопросы

1. Во всех ли водоёмах можно купаться?

2. Какие меры безопасности следует соблюдать при купании в незнакомом водоёме?

3. Близ каких сооружений запрещено купание?

4. Какие меры безопасности следует соблюдать на замёрзших водоёмах? Чтобы ответить на этот вопрос, необходимо прочитать раздел «Дополнительные материалы».

* Задание

С учётом наличия и состояния водоёмов в регионе вашего проживания продумайте и подготовьте сообщение на тему «Личные правила безопасного отдыха на водоёмах».

Безопасность на замёрзших водоёмах

Не менее важно знать и правила безопасного поведения на замёрзших водоёмах. Переходить водоём рекомендуется только в проверенных местах, обозначенных специальными предупредительными знаками. Если безопасные места не обозначены, необходимо внимательно осмотреть лёд.

Для одиночных пешеходов лёд считается прочным, если его толщина не менее 7 см, для группы людей – не менее 12 см.

Прочность льда можно определить по ряду признаков:

- наиболее прочен чистый, прозрачный лёд, мутный лёд ненадёжен;
- на участках, запорошённых снегом, лёд тонкий и некрепкий;
- в местах впадения в озеро (реку) ручьёв, речек обычно образуется наиболее тонкий лёд.

Не рекомендуется передвигаться по льду при плохой видимости (в туман, метель, сильный снегопад).

Если вы провалились под лёд:

- не следует барахтаться и наваливаться всей тяжестью тела на кромку льда;
- постарайтесь опереться локтем на лёд и переместить тело в горизонтальное положение (учитывайте, что выбираться нужно в ту сторону, откуда вы шли, т. е. возвращаться на уже проиденную и проверенную дорогу);
- осторожно вытащите на лёд одну ногу, затем другую;
- постарайтесь выкатиться на лёд и без резких движений, не вставая, переместитесь подальше от опасного места (ползите в ту сторону, откуда вы шли);
- на твёрдом льду встаньте и постарайтесь как можно быстрее добраться до жилья.

Если на ваших глазах провалился на лёд человек, немедленно крикните, что идёте на помощь. Приближаться к полынье можно только ползком, широко раскинув руки. Будет лучше, если вы можете подложить под себя лыжи, доску, фанеру, т. е. увеличить площадь опоры, и ползти на них. К самому краю подползать нельзя, иначе в воде окажутся уже двое.

Надо вспомнить один из законов школы выживания: у каждого предмета, кроме качеств, для которых он создан, есть множество других – в том числе и свойства инструмента защиты.

Ремни или шарфы, любая доска или жердь, санки, лыжи помогут спасти человека. Бросать связанные ремни или шарфы, доски надо за 3–4 м до полыньи. Подползать к самой полынье недопустимо.

Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо вытащить его на лёд и ползком выбираться из опасной зоны. Затем его надо укрыть от ветра, как можно быстрее доставить в тёплое место, растереть, переодеть в сухое и напоить чаем.

(По материалам специалиста в области ОБЖ А. В. Гостюшина)