

Трудно представить, что было бы на Земле без рек, прудов, озер, морей. Наверное, планета была бы похожа на пустыню. К счастью, на Земле достаточно большие водные пространства, и человек издавна селился на их берегах, потому что где вода, там и жизнь.

Вода очень важна для живых существ. При недостатке воды увядают и гибнут растения, умирают животные. Потеря воды для нас опаснее, чем голодание: без пищи человек может прожить больше месяца, без воды – сутки, двое, редко чуть больше. Вода – добрый друг и помощник человека. Но бывают ситуации, когда вода может стать для человека врагом.

Чтобы не испортить себе отдых, надо соблюдать определённые правила безопасного поведения у воды летом.

- Самое главное правило: когда мы купаемся, рядом должны быть взрослые.
- Нельзя нырять в незнакомых местах.
- Нельзя заплывать за буйки.
- Играя в воде, даже в шутку нельзя «топить» своих друзей.

*У большой и глубокой реки  
Жили-были одни чудачки.  
Был у них непослушный характер:  
Выплывали они за фарватер,  
В незнакомых ныряли местах,  
На непрочных катались плотах,  
И дырявую лодку качали,  
И не знали тревог и печали.  
А однажды, во вторник как раз,  
Разноцветный надули матрас  
И поплыли на нём за буйки...  
Больше нет чудачков у реки!*

Бук – поплавок, выставляемый для обозначения места постановки сетей, указания чего-либо на воде. Подплыв к нему

слишком близко, вы можете запутаться в рыболовной сети и утонуть. Дно за буйками может быть опасно, можно провалиться на глубину, попасть под проплывающее морское или речное судно, капитан которого никак не ожидает встретить вас в этом месте.

Спасатели наблюдают за поведением людей и оказывают помощь, если кому-то вдруг стало плохо, или если человек начал тонуть. Это очень сложная и ответственная работа, поэтому старайтесь вести себя так, чтобы спасателям не пришлось выручать из беды вас. И ещё запомните, что нельзя кричать: «Тону!» – если не происходит ничего серьёзного. Спасатели бросятся к вам на этот крик, а в данное время в воде может оказаться человек, которому на самом деле понадобится помощь. Выясняя, что вы пошутили, спасатели потеряют силы и время...

*Глеб Иванов, водолаз,  
В день нырял по двадцать раз...  
Спас он двести сорок взрослых  
И детей три тыщи спас.  
У него медаль и орден,  
Но махнул он на медаль:  
«Если кто-нибудь утонет –  
Это будет очень жаль.  
Целый день сижу на вышке –  
Хулиганят ребятишки:  
То воют на плотах,  
То нырнут не в тех местах,  
Заплывают за буйки  
И идут на дно реки...  
Я искал бы лучше клад!  
Рыбу я ловить бы рад!  
Но в реке заместо рыбы  
Должен я ловить ребят...  
В общем, я скажу всем так,  
Что купанье – не пустяк!»  
Так закончил свой рассказ  
Глеб Иванов, водолаз.*

Плыть на лодке, кажется, надежнее, чем на матрасе или камере, которые могут лопнуть, сдуться, а ещё их может незаметно отнести далеко от берега ветром или течением... Лодками люди издавна пользуются для передвижения и рыбной ловли. Но и здесь существуют определённые правила безопасности.

**Во-первых**, кататься на лодке можно только под присмотром взрослых.

**Во-вторых**, прежде чем сесть в лодку, надо проверить, исправна ли она, нет ли течи, в порядке ли вёсла.

**В-третьих**, на борту должны быть спасательные средства и черпак для вычерпывания воды.

Чтобы лодка не перевернулась, не надо её раскачивать. Нельзя вставать в лодке, меняться местами, садиться на борт или перегибаться через него.

Не подплывайте близко к проходящим судам и катерам – лодку может перевернуть волной.

Нельзя заплывать на лодке в места массового купания – вы можете нанести кому-нибудь травму.

В Англии проводятся шуточные соревнования: кто переплывёт через Ла-Манш на каком-нибудь странном предмете – на корыте, столе, в тазике... Но пролив переплывают люди специально подготовленные, в обязательном сопровождении наблюдателей и спасателей. Пример таких пловцов описан в английском стихотворении, переведённом С. Я. Маршаком:

*Три мудреца в одном тазу  
Пустились по морю в грозу.  
Будь попрочнее старый таз,  
Длиннее был бы мой рассказ.*

***Нельзя плавать на предметах,  
не предназначенных для этого!***

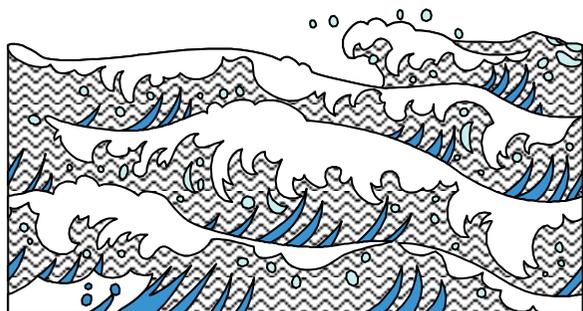
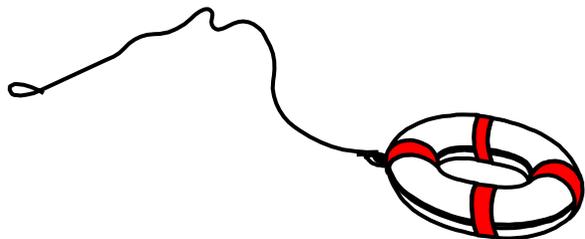
Теперь вы знаете, как надо себя вести, чтобы не случилось несчастье. Но если все-таки что-то произошло, и на ваших глазах кто-то тонет? Спасти утопающего не просто даже взрослому. Что же делать?

*Если в речке тонет друг,  
Если он идёт на дно,  
Кинь ему веревку, круг,  
Палку, мяч или бревно.*

Надо сразу кричать: «Человек тонет!» – чтобы привлечь внимание. Кинуть тонущему какой-либо предмет, который до него долетит и поможет удержаться на поверхности воды.

Если возможно, то надо помочь человеку. Но если вы плохо плаваете, не уверены в своих силах, не лезьте в воду. Иначе спасать придётся уже двоих.

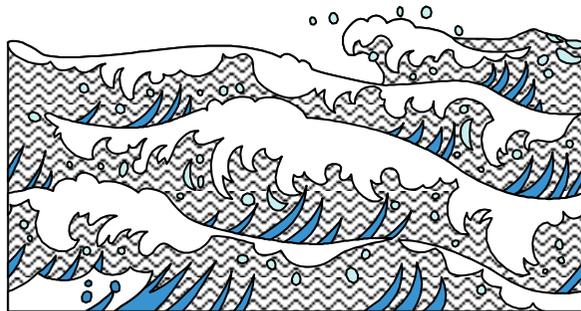
Для утопающего самое главное – не паниковать. В этом случае появляется возможность сэкономить силы, сохранить дыхание, позвать на помощь и какое-то время удержаться на воде.



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

1. Когда ты купаешься, рядом должны быть взрослые.
2. Не стой и не играй в тех местах, откуда можно упасть в воду (на краю пристани, мосту, крутом берегу).
3. Не затевай шумных игр на плавающих средствах (лодках, катерах, надувных матрасах, плотках и т.д.).
4. Не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать.
5. Не ныряй в незнакомых местах.
6. Не заплывай за буйки.
7. Не подплывай близко к судам.
8. Нельзя, играя на воде, тянуть друг друга под воду, топить.
9. Не заплывай далеко на надувных предметах.
10. Не раскачивай лодку, не ходи по ней и не перегибайся через борт.

**БУЗ ВО «ВОКЦМП»**  
Сайт: [vocmp.zdrav36.ru](http://vocmp.zdrav36.ru)  
Тел.: +7 (473) 2-12-59-84



ВОКЦМП

БУЗ ВО «ВОРОНЕЖСКИЙ ОБЛАСТНОЙ  
КЛИНИЧЕСКИЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ  
ПРОФИЛАКТИКИ»

# БУДЬ ОСТОРОЖЕН НА ВОДЕ!



ВОРОНЕЖ 2018г.

