

1

Обследуйте местность и особенности водоёма



Глубину

Глубина может быть 3-х видов:

- мелко
- мелко с плавным понижением до глубины
- резко глубоко

Рекомендация: Яркий элемент купального костюма (например, оранжевая шапочка) позволит лучше отследить локацию ребёнка в водоёме



Определите опасные места

- Зоны вокруг горок и детских городков должны быть отгорожены сеткой
- Поднимитесь босиком по ступеням, проверьте крепость ручек, оцените высоту бортиков
- Определите скользкие участки на поверхностях зон для активных игр



Местоположение травмпункта и спасателей

- Важно знать, где находится ближайший травмпункт - это позволит быстро среагировать и оказать первую медицинскую помощь
- Обратите внимание на количество и внимательность спасателей

2

Правила безопасности в море



Обратное течение

Не игнорируйте информацию на табличках об обратных течениях.

Места, отмеченные такими знаками, могут быть опасны даже для опытных пловцов



Аптечка первой медицинской помощи

Медпункт на пляже редко оснащён всеми необходимыми средствами оказания первой медицинской помощи.

Имейте свою аптечку, в том числе, с противоожоговыми и кровеостанавливающими средствами



Жилет для плавания

Откажитесь от жилетов со «стоячим» воротником – в случае переворота ребёнка на живот, такой воротник будет давить на затылок и мешает поднять голову из воды

3

Упражнения в воде



Минимальные навыки плавания для детей

- по-собачьи держаться на воде, двигать руками и ногами
- лежать на спине и, по возможности, задерживать дыхание



Упражнения с брызгами

- Как можно больше и чаще брызгайтесь с детьми (без очков)
- Начинать лучше со спины, поливая как «дождиком»
- За неделю подобных упражнений ребенок адаптируется к брызгам
- Это упражнение поможет не захлебнуться в экстренной ситуации



Упражнения с ластами

Преследуют 2 цели:

- для того, чтобы плыть в ластах, требуются минимальные движения ногами. Это может выручить в случае сведения ноги или потери сознания
- ласты ставят правильное движение ног

4

Признаки тонущего ребенка

Если ребенок тонет, то зачастую это не крик о помощи, не буйные удары руками. Ребенок не выскакивает из воды и не зовет взрослых

Обычно – это голова под водой, а руки подняты вверх.

Ребёнок находится в воде практически в вертикальном состоянии и видно, что он поднял голову, как будто играет и ныряет.

Если вы никогда этого не видели, то можно и не понять, что ребёнку требуется помощь

