

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ

Кто не любит позагорать и покупаться на реке или в море в летнюю пору. Голубая сверкающая на солнце вода притягивает детвору возможностью охладиться в летнюю жару, поплавать, понырять и поиграть. Но процедура купания только кажется безопасной. На самом деле, на любом водоёме подростков подстерегает много опасностей. Чтобы избежать их необходимо знать: правила безопасного поведения на воде. Если повнимательнее взглянуть на реку, можно заметить, что один берег крутой, а другой пологий. Возле крутого берега, река изгибается, вода подмывает берег, поэтому в этих местах большая глубина с более быстрым течением. Противоположный берег, соответственно наиболее пологий, течение там более медленное – в таких местах более мелко и купаться гораздо безопаснее. Ещё очень важно знать, какое у реки дно. Если покрыто илом или тиной, можно увязнуть, если каменистое, то можно поранить ноги. Лучше всего купаться в реке, дно которой состоит из песка или мелкой гальки, без водорослей и скользких зелёных камней. Там где медленное течение, прозрачная вода и имеется разрешение спасателей для использования данного участка реки под пляж. Неопытный пловец, может случайно оказаться в глубоком месте, пугаться не нужно. Необходимо набрать в лёгкие побольше воздуха, чтобы легче было держаться на поверхности воды и позвать на помощь. Запомните, люди почти всегда тонут от страха. Страх парализует, не даёт думать. Но даже из самого отчаянного положения можно найти выход. Нельзя паниковать. Прежде чем уплыть далеко от берега, необходимо помнить, возвращаться обратно всегда труднее. От усталости и холода может свести ногу. Это всегда неожиданно и больно, а главное опасно. Не надо паниковать. Нужно быстро, сильно растереть ногу. Если не помогло, перетерпеть боль, попробовать тихонько плыть, и громко звать на помощь. Возможна и такая ситуация, кто-то плохо почувствовал себя в воде, тонет и зовёт на помощь. А вы - ещё плохо плаваете. Тонущему пловцу брошенный спасательный круг или мяч могут помочь. Если к вам подплыли оказать помощь, не старайтесь повиснуть на своём спасателе, слушайтесь во всём, доверьтесь ему. Он вас поддержит и поможет доплыть до берега.