



МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

# Правила безопасности вблизи водоемов и во время купания







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

## Что взять с собой на пляж:

- головной убор (кепка или панама)
- солнцезащитные очки
- питьевая вода
- солнцезащитный крем
- аптечка (обезболивающее и обеззараживающее средства, вата, бинт, пластырь)
- полотенце
- средства для безопасного плавания (надувной круг, нарукавники или матрас)







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

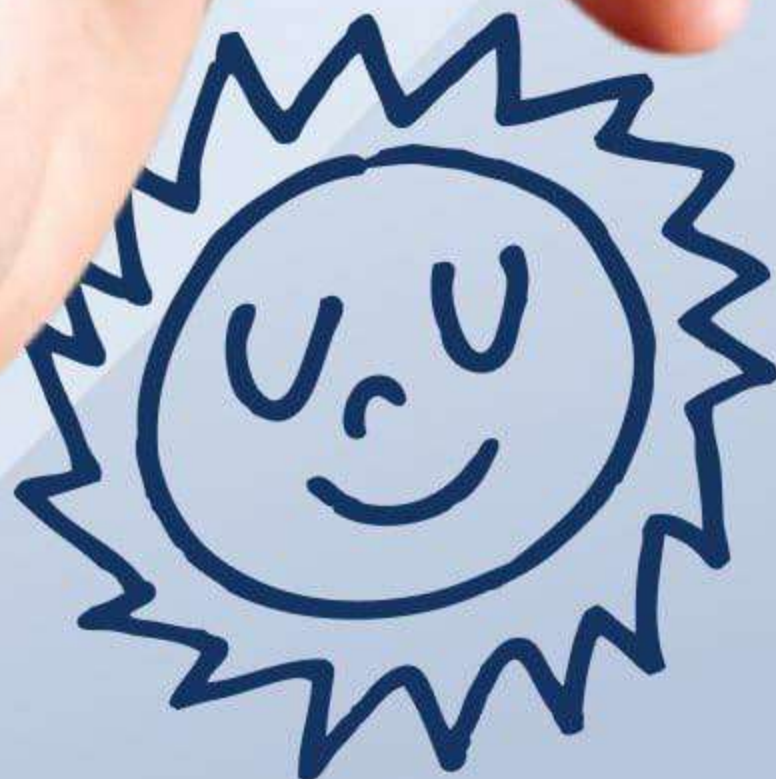
## **Купаться безопасно в светлое время суток**

### **Важно помнить:**

с 12:00 до 15:00 –  
самое жаркое время

### **Лучшее время для купания:**

- с 8:00 до 12:00
- с 15:00 до 19:00







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

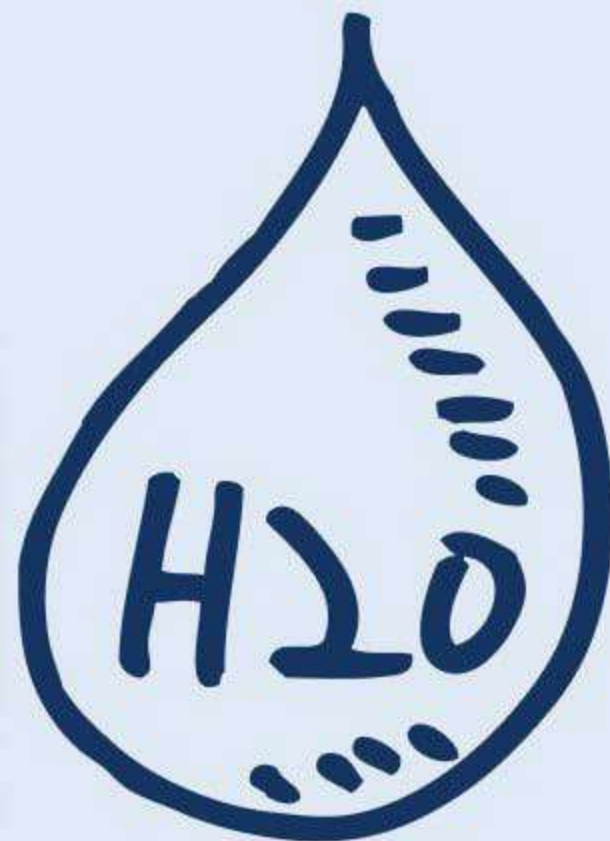


МЧС России

## Заходить в водоем можно там, где:

- вода наиболее прозрачна
- дно ровное – песок или глина
- нет сильного течения
- нет таблички  
«Купание запрещено»

В таком месте чаще всего проверено  
качество воды, есть подъездная  
дорога для экстренных служб







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

**Если есть табличка  
«Купание запрещено»,  
значит, водоем опасен**

- Не очищено дно
- Загрязнена вода
- Может быть сильное течение







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

## Во время купания:

- не заплывайте за буйки
- находитесь в воде не дольше 15 минут
- не подплывайте к идущему катеру или лодке







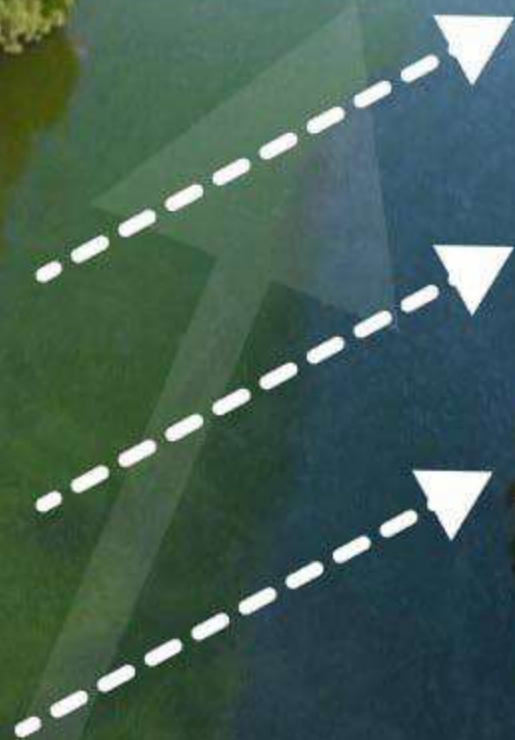
МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

## Если подхватило сильное течение:

- сохраняйте спокойствие, избегайте хаотичных движений
- не пытайтесь плыть против течения, не тратьте силы
- плывите по течению, но по диагонали, к берегу







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

## **Если в воде свело руку или ногу:**

- измените положение тела, перевернитесь на спину и плывите к берегу
- если плыть нет сил, а судорога не проходит, позовите на помощь людей на берегу
- если свело икроножную мышцу, постарайтесь согнуться и обхватить стопу руками, а затем потянуть ее на себя







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

## Родители должны:

- сопровождать детей во время купания и нахождения в воде
- напомнить детям не входить в холодную воду с разбегу после долгого нахождения под солнцем (резкая смена температуры опасна)
- рассказать детям, что **не нужно** догонять мяч или игрушку, унесенные волной

## Родители, помните:

- надувные плавательные средства НЕ обеспечивают 100% безопасности
- ребенок должен находиться в воде на расстоянии вытянутой руки от взрослого человека







МИНИСТЕРСТВО  
ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ



МЧС России

**Дети должны знать,  
что грубые игры  
на воде недопустимы!**

**Нельзя** в шутку топить  
товарищей, подныривать  
под плывущего человека  
или делать вид, будто ты  
тонешь

Если кто-то тонет,  
немедленно звоните  
по номеру **112** или зовите  
на помощь

