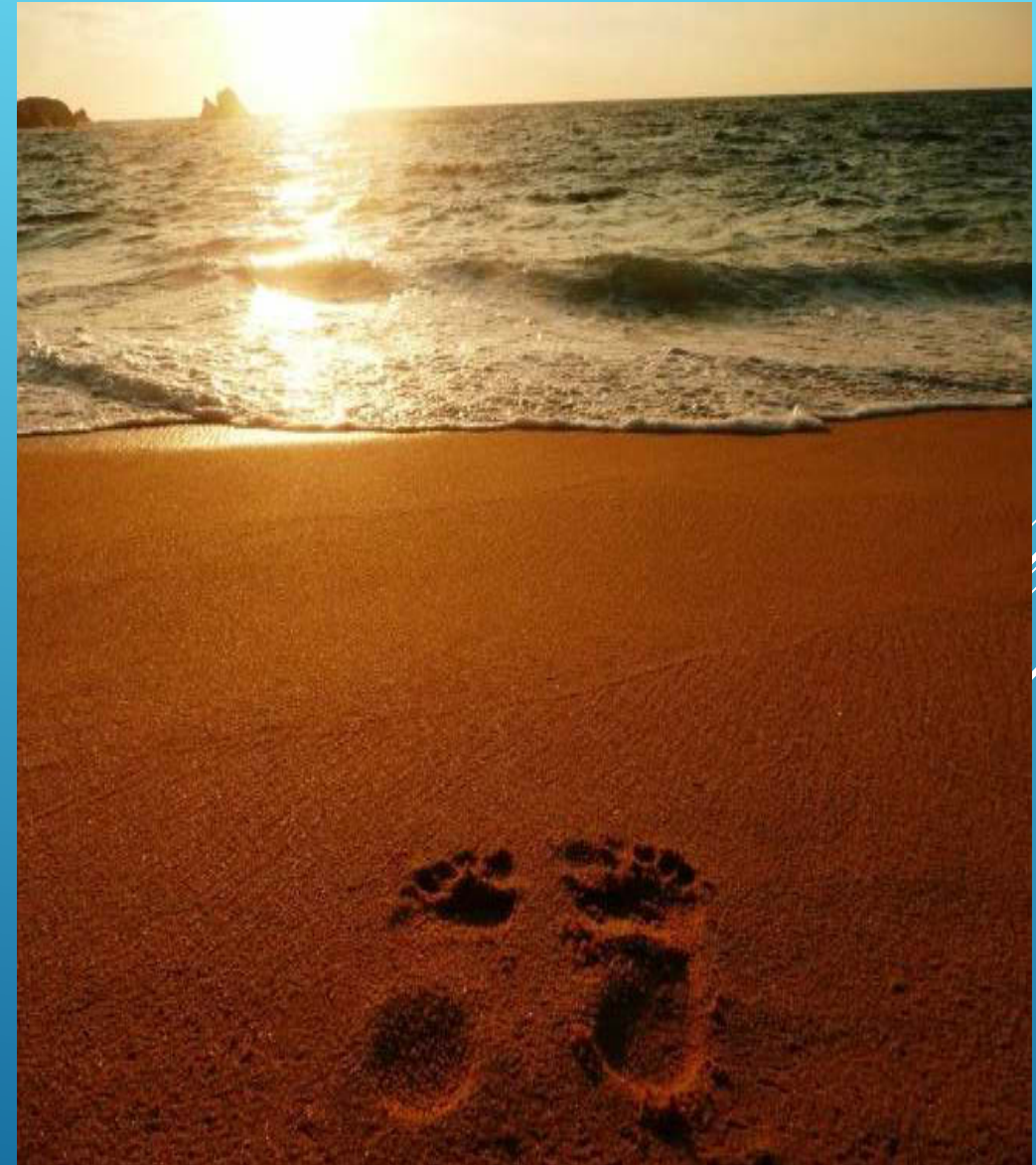




Министерство общего и профессионального образования Свердловской области
Государственное автономное образовательное учреждение среднего профессионального
образования Свердловской области
«Каменск-Уральский техникум торговли и сервиса»
(ГАОУ СПО СО «КУТТС»)

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ

- ▶ Пожалуй, именно плавание является самым полезным и общеразвивающим видом спорта, а главное, что оно еще и безопасно, ведь есть такие виды спорта, где травмы встречаются очень часто. Но плавание в бассейне под присмотром специалиста, это одно, а вот плавание на открытых водоемах — совсем другое. Для этого нужно сделать его безопасным и учесть ряд важных моментов





ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОВЕРЬТЕ ДНО

Любой водоем таит в себе опасность, а те реки и озера, которые находятся в городах или рядом с чертой зачастую превращаются в бытовой мусоросборник. Конечно же, вы не сможете проверить водоем на чистоту воды, но обеспечить чистое дно для входа и выхода в воду вам вполне по силам. Нужно проверить дно на предмет всевозможных стеклянных осколков, досок с гвоздями, металлических торчащих предметов, острых раковин, да и всего, что может причинить ранение.



ПРОВЕРКА НА СИЛУ ТЕЧЕНИЯ

Течение — это незаметный враг, течение представляет особую опасность. Как правило, дети, начинают демонстрировать свои успехи в плавании, в итоге, не рассчитав свои силы, их подхватывает течение, которое очень быстро относит далеко и на глубину.

При сильных течениях на реках в определенных местах образуются крутящиеся водовороты, их называют «виры или воронки», даже взрослый, попав в сильный водоворот, иногда не способен самостоятельно вырваться из него и уходит на дно. Дети тем более не могут вырваться ни из водоворота, ни из лап течения. Прежде чем плавать в незнакомом месте, нужно узнать у тех, кто уже купался, о наличии подобных воронок и силы течения. Впрочем, силу течения вы и сами сможете проверить испулавшись.

Если течение очень сильное, лучше поискать другое место для отдыха. Не стоит рассчитывать на спасательные круги, именно они иногда становятся причиной трагедии по разным причинам.



ТЕМПЕРАТУРА ДЛЯ КУПАНИЯ

Самая оптимальная температура воды для купания это 24°C , в самом минимальном значении она не должна опускаться ниже 20°C . Также стоит учесть, что в реке есть холодные течения и родниковые ключи, которые просто ледяные. Попадание в холодную воду для организма чревато стрессом и мышечными судорогами, даже при незначительной судороге человек может впасть в панику и хлебнуть воды.



ПЛАВАНИЕ НА ВОЛНАХ

Да, это невероятно приятно, но при этом самый опасный вариант купания. Волна в своей красоте коварна, во-первых, сила ее удара не всегда проходит бесследно, во-вторых, она начинает крутить тело и не выпускает из-под воды. В-третьих, самое опасное в том, что волна очень сильно тянет обратно в море.



НАДУВНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПЛАВАНИЯ

Любое плавательное надувное снаряжение не гарантирует безопасности, а некоторые, наоборот, опасны. Однослойные круги, матрасы и прочие средства не надежны, они быстро рвутся, тем более, полежав на горячем песке. Также может образоваться маленькое отверстие, а ведь беда придет именно в воде из-за сильного надавливания.

Самое оптимальное — приобрести многосекционный жилет, даже если одна секция лопнет, остальные держатся. Помимо надувных средств, есть пенопластовые, это самые надежные плавательные средства, они громоздкие и не такие удобные, как надувные, но все равно лучше обратить внимание на них. Кроме того, стоит приобретать правильный жилет, со спиной и воротником для затылка. Особенно хороши такие жилеты для походов по воде на лодках.



МЕДУЗЫ

Не все, но многие медузы, впрочем, как и другие обитатели моря имеют рефлекс защиты, которые очень часто сильно болезненные, а некоторые и вовсе смертельны. В случае с медузой опасность достаточно высокая, в зависимости от вида медузы и площади, которую покрыла слизь. Ожог для организма и кожи может быть очень проблематичным и уж точно будет болезненным. Первое, что нужно сделать, это смыть участок тела пресной водой, обязательно нужно дать антигистаминное средство, а также нужно обезболивающее. В зависимости от площади ожога, возможно, нужно будет обратиться к врачу.

Для страдающих аллергией медуза представляет особенную опасность. Также стоит узнавать у местных жителей есть ли в воде морские ежи, при наличии таковых нужно одевать тапочки для купания, а ребенка при уколе обязательно показать врачу.