

Методические рекомендации по безопасности детей на воде и профилактике утопления от ФГБНУ "Институт изучения детства, семьи и воспитания" и министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных действий.

ИНСТИТУТ ВОСПИТАНИЯ

РЕКОМЕНДУЕТ



# Безопасность детей в бассейнах и водоёмах



Изображение от Freepik.

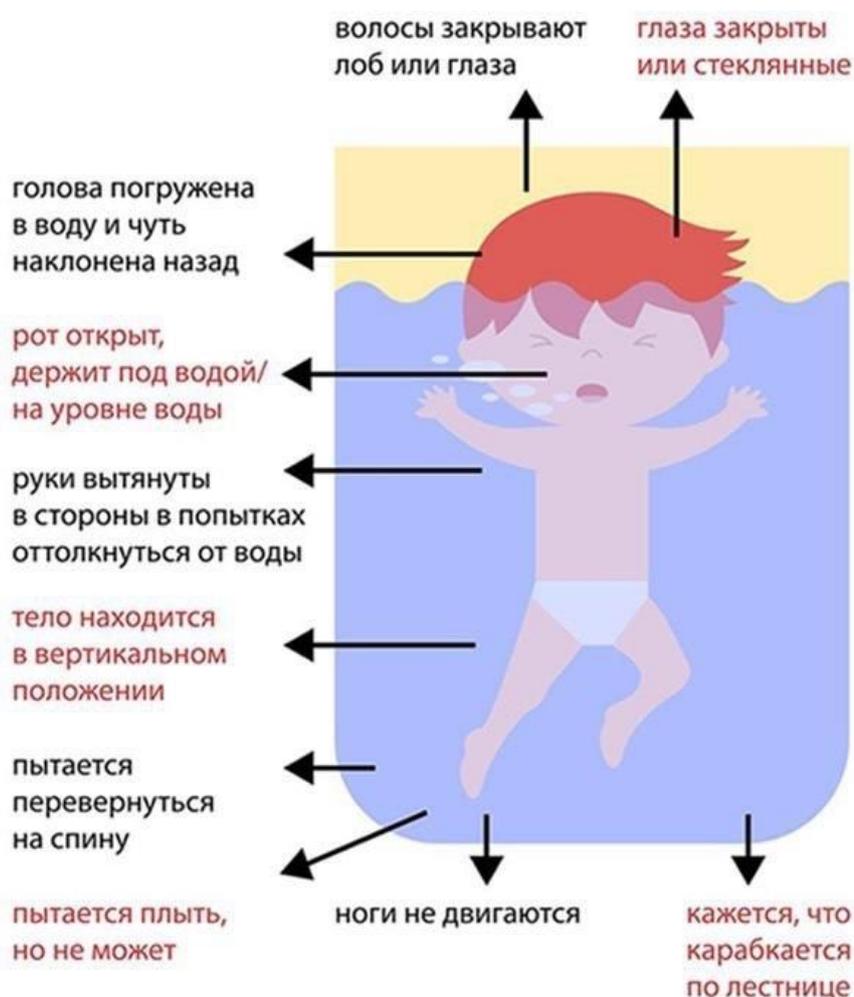


# Тонущий человек НЕ ДЕЛАЕТ этого

- ! Не размахивает руками либо делает это хаотично:
  - он не может контролировать движения своих рук, инстинктивно опускается вниз, чтобы оттолкнуться.
- ! Не зовёт на помощь (за редкими исключениями):
  - дыхательная система изначально рассчитана на дыхание, а не на речь.
- ! Не двигает ногами:
  - он инстинктивно остается в вертикальном положении без поддерживающих движений ногами.



# Как на самом деле выглядит тонущий человек





## Как можно помочь тонущему человеку

- Незамедлительно позвоните **112** или **101**.
- Подплывите к тонущему сзади и возьмите его под подмышечные впадины.
- Протяните подручные средства (палка, верёвка и другие).
- Если человек еще не ушёл под воду, бросьте спасательный круг.
- Вытащите человека на сушу, оберните в полотенце.
- При необходимости окажите первую помощь.



## Не будьте равнодушными!

- Заметили в бассейне или на водоёме признаки тонущего человека — не проходите мимо!
- Узнайте, всё ли в порядке.
- Если в ответ вы увидите пустой взгляд, у вас есть всего полминуты, чтобы вытащить тонущего из воды.
- Запомните — дети, играющие в воде, шумят. Если они перестали шуметь, обратите внимание на их состояние.



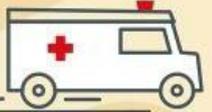
Изображение от Freepik.



МЧС России

03

ВЫЗОВИТЕ  
СКОРУЮ  
ПОМОЩЬ



# + ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УТОПЛЕНИИ



**ЕСЛИ ТОНУЩИЙ НАХОДИТСЯ БЕЗ СОЗНАНИЯ:**

1

Очистить полости рта и носа от ила и тины

2

Удалить из дыхательных путей и желудка воду  
*встать на одно колено,  
пострадавшего положить животом на свое бедро,  
надавливая на спину пострадавшего, сжимать  
его грудную клетку*

3

После того как вода вытечет,  
уложите пострадавшего на спину

4

Если у пострадавшего отсутствуют признаки жизни,  
приступите к сердечно-легочной реанимации





Если видите тонущего, немедленно зовите:  
**«НА ПОМОЩЬ!»** – окружающих и спасателей

При наличии лодки или средств спасения,  
воспользуйтесь ими для помощи утопающему



Если умеете хорошо плавать,  
попытайтесь самостоятельно  
добраться до тонущего



Обхватите утопающего сзади за плечи  
и постарайтесь избежать судорожных  
попыток ухватиться за вас

Если утопающий находится без сознания,  
плывите с ним к берегу, взяв рукой под  
подбородок таким образом, чтобы его  
лицо постоянно находилось над водой

Попросите  
находящихся  
поблизости людей  
вызвать скорую  
помощь

Вынесите утопающего на берег

Немедленно приступайте к оказанию  
первой помощи

# ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩИМ НА ВОДЕ



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 722671968566237128169706768058107758750791459329

Владелец Подойницына Ольга Федоровна

Действителен с 08.11.2024 по 08.11.2025