**МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ**

Продолжительность купания зависит от температуры воздуха и воды, от влажности воздуха и силы ветра. Наиболее благоприятные условия купания – ясная безветренная погода, температура воздуха +250С и более. Начинать купание следует при температуре воды не ниже +180С. (табл. 1).

|  |  |
| --- | --- |
| Температура воды, 0С | Время купания, мин. |
| 18 | 6-8 |
| 20 | 10-12 |
| Выше 20 | До 15 |

Рекомендуется купаться не ранее чем через 1,5 часа после еды. Лучше всего купаться на детских пляжах: они хорошо оборудованы и обеспечены необходимыми средствами для предупреждения несчастных случаев. Не забывайте, что детям разрешается купаться только в присутствии взрослых.

Каждый житель города или сельской местности должен знать особенности и опасные места водоемов, в которых они купаются.

Безопасность детей на воде достигается правильным выбором и оборудованием места купания, хорошей организацией купания, систематической разъяснительной работой с детьми о правилах поведения на воде и соблюдением мер предосторожности.

Перед открытием лагеря и купального сезона дно акватории обследуется водолазами и очищается от опасных предметов. Обследование дна является обязанностью организации, который принадлежит пляж, место купания.

На территории пляжа оборудуется медицинский пункт, устанавливаются грибки и навесы для защиты от солнца.

Открытие пляжа разрешается только после проверки его специально созданной администрацией комиссией с участием представителей ОСВОДа и спасательной службы. После проверки составляются специальный акт.

Ответственность за безопасность детей во время купания возлагается на инструктора по плаванию и спасанию.

Купание детей разрешается группами не более 10 человек и продолжительностью 10 минут. Купающиеся выстраиваются в линейку, не сходя с места складывают перед собой одежду и обувь. Руководитель проводит перекличку. По окончании купания и одевания необходимо повторно провести перекличку и проверить вся ли одежда разобрана.

Купание детей, не имеющих плавать. Купание таких детей организует и контролирует руководитель оздоровительного лагеря или детского учреждения.

Помните:

- купаться можно только в разрешенных местах и в присутствии взрослых;

- нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги;

- не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;

- ни в коем случае не плавать на надувных матрацах, автомобильных камерах, надувных игрушках – подручное средство может оказаться неисправным, порваться, человек внезапно оказаться в воде, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать.

**Действия утопающего при самоспасании**

Чтобы избежать несчастного случая, необходимо объяснить ребенку правила поведения на воде, научить его действовать в трудных ситуациях.

При падении в воду следует вести себя спокойно, не поддаваться панике, стараться спастись самому, что возможно только при сохранении спокойствия.

Оказавшись в воде, следует набрать в легкие как можно больше воздуха и стараться принять вертикальное положение. Нельзя делать резких движений, так как колебания воды в таком случае усилятся, дыхание ускориться и увеличится риск захлебнуться водой.

Следует дышать глубже и как можно дольше удерживать воздух в легких, это создает большую плавучесть.  Можно задерживать воздух в легких более чем на 30 секунд.

**Оказание помощи при несчастных случаях на воде**

В практике плавания на открытых водоемах приходится действовать в различных условиях. В воде охлаждение организма протекает намного интенсивнее, чем на воздухе. При температуре до +10º С нетренированный человек без защитной одежды может погибнуть через 30-60 минут. Охлаждения организма усиливается с понижением температуры и при быстром течении.

Кроме переохлаждения причинами несчастных случаев могут быть:

-чрезмерные мышечные усилия, психологическая неподготовленность;

-неожиданная опасность (глубокое место, водоворот, сильная струя течения, волна и т.д.);

-неудовлетворительное состояние организма, вызванное переутомлением или заболеванием (порок сердца, эпилепсия и др.);

-удар о твердый или режущий предмет.

Умение оказывать помощь при несчастных случаях необходимо каждому человеку. Владение приемами и способами оказания помощи утопающему исключительно важный специальный навык для каждого человека. Особенное значение имеет оказание помощи тонущему без использования спасательных средств (лодок, катеров и т.п.). В этом случае спасатели должны уметь хорошо плавать, владеть приемами оказания первой помощи пострадавшим, действовать быстро, решительно. Последовательность действий спасателя: 1) Войти в воду. 2) Подплыть к тонущему. 3) Найти под водой пострадавшего. 4) При необходимости освободиться от захвата. 5) Транспортировать его к берегу. 6) Оказать доврачебную медицинскую помощь. При сильном течении а воду входят выше того места, где тонет человек. В незнакомом, месте нельзя нырять вниз головой, в воду нужно прыгать ногами вниз. Подбежав к воде, надо по возможности, раздеться (в холодную погоду лучше полностью не раздеваться, чтобы не было резкого переохлаждения). Необходимо наметить для себя на берегу и на воде ориентиры (столбы, деревья, навигационные знаки, баки, вехи и т.п.). Это поможет найти тонущего в случае его погружения под воду. Входить в воду надо в том месте, откуда можно быстрее всего подплыть к тонущему человеку. Хорошо, если спасатель успеет сообщить другим людям о случившемся. Подплывая к тонущему, спасатель должен держать голову над водой, чтобы видеть его. Приближаться к тонущему лучше всегда со стороны спины, чтобы избежать его захватов. Если же он все время поворачивается к спасателю лицом, надо за 2-3 метра нырнуть под него, взяв за бедра, повернуть спиной к себе, всплыть и, захватив пострадавшего одним из способов транспортировки, плыть с ним к берегу. При поисках пострадавшего, прежде всего, необходимо определить, есть ли течение. При его наличии нужно нырять по течению, чуть выше того места, где погрузился под воду пострадавший. Если течения нет или оно незначительное, то нужно нырять в глубину там, где пострадавший погрузился под воду. Опускаясь, необходимо осматриваться вокруг себя, а достигнув дна, внимательно посмотреть вокруг. Поиск проводят по расширяющейся спирали вокруг того места, где спасатель достиг дна. Если там, где затонул человек, большая глубина и достигнуть дна не представляется возможным, спасатель должен, достигнув максимальной глубины, плавать по спирали в толще воды. После каждой неудачной попытки необходимо всплыть на поверхность, провести гипервентиляцию легких (выполнить 3-6 глубоких вдохов и полных выдохов — это даст возможность удалить, возможно, большее количество углекислого газа из крови) и восстановить дыхание, а затем продолжать поиск. Обнаружив пострадавшего под водой необходимо, прежде всего, обратить внимание на его положение. Если он лежит на дне лицом вверх, то лучше всего подплыть к нему со стороны головы, взять под мышки и, оттолкнувшись от дна, всплыть на поверхность, работая ногами. Если пострадавший лежит на грунте лицом вниз, надо подплыть к нему со стороны ног, взять под мышки и, оттолкнувшись от дна, всплыть на поверхность. Помогая утопающему, спасатель должен помнить, что главное — рассчитать свои силы и правильно применить приемы спасения. По возможности надо успокоить обессиленного человека, вселить в него уверенность, что помощь будет оказана. Если тонущего человека не удалось успокоить, то надо быть предельно осторожным. Тонущий человек хватается за спасателя, и освободиться от его захватов очень трудно. Освобождение от захватов: Чаще всего, тонущий хватает спасателя за кисти рук, шею (спереди и сзади), туловище (через руки и под руки) и за ноги. Если тонущий захватывает спасателя, то необходимо сразу освободиться от него. Проще всего это сделать способом ныряния. Тонущий человек старается всеми силами удержаться на поверхности воды и если спасатель уходит на глубину, то он инстинктивно разжимает руки. В случае, если ныряние не помогло освободиться, то прибегают к одному из следующих способов: Освобождение от захвата за кисти рук. Если тонущий схватил спасателя за кисти рук, то спасатель быстро определяет, как расположены большие пальцы тонущего. Потом он сильным рывком в сторону больших пальцев разводит руки. Одновременно, подтянув ноги и упершись ими в грудь тонущего, спасатель отталкивается от него. Освобождение от захвата за шею спереди. В этом случае спасатель основанием ладони одной руки упирается в подбородок утопающего, большим и указательным пальцами той же руки закрывает его ноздри. Одновременно другой рукой обхватывает тонущего за поясницу. Потом, нажимая пальцами на нос, сильно прижимает утопающего к себе и резко толкает его в подбородок, изгибая тонущего в пояснице. Освобождение можно усилить ударом колена в низ живота тонущего, но этот прием применяется только в крайних случаях. Освобождение от захвата за шею сзади. В этом случае спасатель одной рукой хватает утопающего за кисть левой или правой (верхней) руки. Ладонью другой руки подпирает его локоть той же руки и, резко поднимая локоть вверх, а кисть, поворачивая вниз, выскальзывает из-под рук. Потом, не отпуская захваченной руки, продолжает разворачивать утопающего спиной к себе и переходит к одному из приемов буксировки. От некоторых захватов можно вообще не освобождаться. Если утопающий схватил спасающего за руку, можно вытянув ее, плыть к берегу. Пострадавший будет держаться за нее. Так можно поступить и при захвате за одежду. Во всех случаях надо постараться успокоить пострадавшего. Освобождение от захвата за туловище под руки. При захвате тонущим спасателя за туловище под руки спасатель освобождается тем же приемом, что и при захвате за шею спереди. Освобождение от захвата за туловище через руки. При захвате тонущим спасателя руками за туловище через руки спереди спасатель, сжав кисти рук в кулаки, наносит резкнй удар большими пальцами в область ребер утопающего, после чего буксирует его одним из приемов. Освобождение от захвата за ноги. При захвате тонущим спасателя за ноги спасатель, одной рукой захватив голову тонущего в области виска, а другой с противоположной стороны за подбородок, энергично поворачивает голову тонущего в сторону и набок до тех пор, пока он не оставит спасателя. Затем, не отпуская утопающего, разворачивает его спиной к себе и переходит к одному из приемов транспортирования. Способы транспортировки: Основными требованиями к приемам транспортировки являются: быстрота передвижения с утопающим и обеспечения ему дыхания. При плавании с утопающим нельзя класть его на себя. Следует придать ему наиболее горизонтальное положение так, чтобы рот и нос находились на поверхности воды. Наиболее распространенными способами буксировки утопающего являются следующие; Первый способ — спасатель поддерживает пострадавшего двумя руками за подбородок и нижнюю челюсть и плывет на спине, выполняя движения ногами способом «брасс». Второй способ — спасатель просовывает сзади свою руку под ближайшую руку пострадавшего, захватывает пальцами :пон руки челюсть и плывет брассом или на боку, работая свободной рукой и ногами. Третий способ — спасатель просовывает свою руку под обе руки утопающего, захватывает дальнюю руку выше локтя и плывет брассом или на боку, выполняя движения свободной рукой и ногами. Этот способ рекомендуется для плавания с утопающим, оказывающим сопротивление

**Оказание первой помощи**

Первую помощь пострадавшему начинают сразу после того, как лицо утонувшего приподнято над водой, и продолжают во время буксировки к катеру или на берег.

После доставки пострадавшего на берег необходимо оценить его состояние.

Если пострадавший находится в сознании, его следует насухо вытереть, проводить в теплое помещение, напоив горячим чаем, кофе.

Если пострадавший извлечен после некоторого пребывания под водой и находится без сознания, в состоянии удушья (асфиксии) или так называемой клинической смерти, нужно вызвать  врача.

Не теряя времени, до прихода врача следует немедленно приступить к оказанию первой помощи, пострадавшего раздеть, очистить ему рот и нос от ила, песка и между челюстями в угол рта вложить мягкий клин (кусок дерева, туго свернутый платок и т.п.); срочно приступить к искусственной вентиляции легких.

При истинном утоплении потерпевшего укладывают животом на бедро согнутой ноги спасателя и резкими, толчкообразными движениями сжимают боковые поверхности грудной клетки (в течение 10-15 секунд), после чего вновь поворачивают потерпевшего на спину.

Если зубы пострадавшего крепко сжаты, для раскрытия рта можно применять один из приемов: открыть рот с помощью рук, накладываемых на нижнюю челюсть, либо воспользоваться расширителем из санитарной сумки или каким, либо твердым плоским предметом (ложкой, дощечкой и т.п.).

Доставив потерпевшего на спасательную станцию реанимационные мероприятия необходимо продолжить. Одной из наиболее частых ошибок является преждевременное прекращения искусственного дыхания. Наличие у пострадавшего временных дыхательных движений, как правило, не свидетельствует о восстановлении полноценной вентиляции легких, поэтому если у пострадавшего отсутствует сознание, или развился отек легких, нужно продолжать искусственное дыхание. Искусственное дыхание необходимо также, если у пострадавшего имеются нарушения ритма дыхания более 40 ударов в минуту, резкий цианоз.

Следует всегда помнить, что помощь нужно оказывать как можно скорее, непрерывно и последовательно.

Извлеченные из воды потерпевшие быстро теряют тепло, что приводит к значительному понижению температуры тела, поэтому пострадавшего нельзя укладывать на холодную землю. Его надо поместить на доску или деревянный щит, снять с него мокрую одежду, насухо протереть кожу и завернуть в сухую простыню или одеяло.

Продолжая растирание, можно использовать раздражающие вещества (уксус, нашатырный или камфорный спирт). В случае белой асфиксии действия спасателя должны быть особенно энергичными.

Нельзя согревать пострадавшего грелкой или теплыми бутылками, чтобы не привести к нежелательному перераспределению крови в организме.

Причины несчастных случаев

К утоплению могут привести разные причины, основные из них: незнание опасности при купании и плавании и неумение избежать их, выйти из тяжелого положения. Чаще всего к несчастным случаем приводят дальние заплывы, купание в шторм, купание в нетрезвом состоянии, неумение плавать, переохлаждение организма, разрывы надувных поддерживающих средств, отсутствие присмотра за детьми, хулиганство.

Во время купания, прыжков или внезапного падения в воду может наступить утомление вследствие сотрясения мозга, травмы черепа и позвоночника, других травм от сильного удара об различные предметы, которые находятся в воде (о скалу, камень, твердое дно).

При прыжках с высоты к несчастью может привести внезапный удар животом о водную поверхность (возникает рефлекторный  травматический шок).

Много неприятностей приносят мышечные судороги – внезапные болевые сокращения отдельных мышц вследствие резкого напряжения, переутомления и переохлаждения.

Чаще всего возникают судороги мышц рук, шеи, живота, бедра, голени и стопы. При судорогах необходимо набрать в легкие достаточно воздуха, чтобы удержаться на воде, а одной или двумя руками размять мышцы, в которых чувствуется боль.

Лучший способ предохранение от несчастных случаев - это хорошее умение плавать, овладев всеми основными приемами плавания в сложных условиях, придерживаясь основных правил поведения на воде.

**Переохлаждение**

Для предотвращения переохлаждения организма в наливных бассейнах обычно поддерживают температуру воды на уровне +24…+28 º С.

Не рекомендуется заниматься плаванием в открытых водоемах, при температуры воды ниже +15 º С, так как возможна внезапная потеря сознания и смерть от холодного шока. Развитию шока нередко способствует перегревание организма перед плаванием и неожиданно быстрое погружение в холодную воду.

Основными причинами переохлаждения являются: длительное нахождение в воде или даже кратковременное пребывание в ледяной воде. Реакция человека на переохлаждение определяется степенью адаптации организма к холоду. Для предупреждения переохлаждения при купании надо ограничивать время пребывания в воде и регулировать перерывы между заходами в воду. Температура \*С 20 17 14 Допустимое время пребывания в воде 40 мин 15 мин Купание не разрешается Перерыв между заходами в воду (час.) 1 1,5 Данные рекомендации рассчитаны на здоровых и физически подготовленных людей, имеющих достаточную степень тренированности. Здоровых детей дошкольного возраста можно купать в открытых водоемах при температуре воды +23-24 \*С в течение 13 минут и не более 2-3 раз вдень, т.к. слишком резкие и частые перепады температуры вредны для организма детей. Здоровые дети школьного возраста могут начинать купание при температуре воды +20-21 \*С. Причем увеличивать время пребывания в воде нужно постепенно с 3-5 до 10- 15 минут. Дети любого возраста ни в коем случае не должны купаться до озноба. Признаки переохлаждения: озноб, дрожь, синюшность кожных покровов, губ, понижение температуры тела, боль в пальцах рук и ног, появление «гусиной кожи», зевота, икота, затемнение сознания. У пострадавшего наступает апатия, сонливость, общая слабость, дыхание поверхностное. Степень и скорость наступления переохлаждения зависит от температуры воды и адаптации организма к холоду. При легкой степени переохлаждения появляются озноб, мышечная дрожь, общая слабость, трудность передвижения, бледность кожных покровов. Пострадавшего необходимо тепло одеть, напоить горячим чаем или кофе, заставить выполнить интенсивные физические упражнения. Дальнейшее купание в этот день прекращается. Средняя степень переохлаждения характеризуется синюшностью губ и кожных покровов, ослаблением дыхания, пульс становится реже, появляется сонливость, утрачивается способность к самостоятельному передвижению. При тяжелой степени переохлаждения появляются судороги, головокружение, возможна потеря сознания. Жизненные функции постепенно угасают. При средней и тяжелой степени переохлаждения пострадавшего надо растереть шерстяной тканью, согреть под теплым душем, сделать массаж всего тела. Потом тепло одеть, уложить в постель, согреть грелками. Согревание должно быть постепенным, чтобы не было резкого перепада температур.

**Перегрев**

Перегревание организма (тепловой удар) может возникнуть вследствие длительного пребывания на берегу водохранилища, реки, водоема или на борту лодки, катера и т.д. без защитных средств в жаркий день. При этом нарушается нормальный тепло – обмен организма, появляются тошнота, рвота, головная боль, общая слабость, поверхностное, частое дыхание, повышается температура тела до +40…+41 º С.Возможна потеря сознания (обморочное состояние).

Пострадавшего необходимо поместить в прохладное место, обеспечить доступ свежего воздуха и освободить от стесняющей одежды. Его следует положить так, чтобы голова была выше уровня ног (для оттока крови), обеспечить свободное дыхание, обрызгать лицо и грудь холодной водой, положить на затылок лед или холодный компресс. Нюхать нашатырный спирт не рекомендуется.

Признаки перегревания и солнечный удар Вначале человек ощущает усталость, головную боль, головокружение, тошноту, жажду. Позднее — шум в ушах, одышка, учащенное сердцебиение. Если в это время принять необходимые меры, заболевание не развивается. Но если пострадавший продолжает оставаться на солнце и в тепле, развивается процесс, обусловленный поражением центральной нервной системы: тяжелая одышка, частый и слабый пульс, галлюцинации, температура повышается до 40', судороги, бред, возможен паралич дыхания и остановка сердца. Опасность солнечного и теплового удара увеличивается при физической нагрузке и недостатке воды. Организм не успевает охлаждаться и быстро перегревается. Оказание первой помощи. Пострадавшего необходимо уложить, приподняв голову, в тень или прохладное помещение, снять одежду. Необходимы холодные компрессы на голову, шею, грудь, можно обернуть тело мокрой простыней. Охлаждение не должно быть резким и быстрым. Если человек не потерял сознание, его надо напоить холодной, немного подсоленной водой, алкогольные напитки исключаются. При потере сознания нужно положить пострадавшего на бок. При нарушении дыхания немедленно начинают делать искусственное дыхание. Во всех случаях перегревания организма надо срочно вызвать врача. Предупреждение перегревания организма заключается в соблюдении норм приема солнечно-воздушных ванн, что особенно важно для детей и лиц, имеющих заболевания сердечнососудистой системы. Избежать солнечного удара очень просто: одежда должна быть из легкой неплотной ткани, светлой, обязательно носить головной убор. По возможности надо соблюдать питьевой режим, не сидеть долго на солнце. Стараться не злоупотреблять выносливостью своего организма, больше находиться в тени, периодически охлаждаться.

**Судороги при плавании**

Судороги при плавании представляют определенную опасность. Возникновение судорог (непроизвольного болезненного сокращения мышц) связано с перенапряжением, охлаждением или эмоциональным возбуждением. Судороги возникают не только в воде, их может вызвать любое неловкое или резкое движение. Но на суше это никого особенно не пугает. В воде же дети и взрослые начинают бояться судорог заранее, а это может спровоцировать их появление.

Меры для снятия судорог:

- если свело мышцу бедра, то необходимо, согнув ногу в колене, сильно прижать руками пятку по направлению к седалищу;

- при судорогах кистей рук следует резко сжимать и разжимать пальцы;

- при судорогах мышц живота необходимо энергично подтягивать к животу колени ног;

- если свело икроножную мышцу, следует ногу поднять над поверхностью воды и, вытянув ее, энергично подтягивать  стопу руками к себе;

- при судорогах руки следует лечь на бок и работать другой рукой под водой.

Не надо бояться судорог. Если при плавании свело ноги (чаще всего икроножную мышцу) и при этом вы сохранили спокойствие, судороги ничем вам не угрожают.  Необходимо сделать глубокий вдох и, погрузив голову в воду, принять позу поплавка (упражнение «всплывание» или «поплавок»), взяться за пальцы сведенной судорогой ноги и потянуть их на себя. Затем попытаться максимально расслабить ногу и плыть так (лучше изменить способ плавания), чтобы ее не нагружать или работать преимущественно руками.

**Меры обеспечения безоопасности детей на воде**

Обеспечение мер по безопасности детей на воде включает в себя обязанности взрослых по организации купания и строгое соблюдение правил поведения на водоемах самими детьми. Только совместные действия взрослых и детей могут предотвратить несчастные случаи на воде. Взрослые обязаны не допускать: одиночное купание детей без присмотра в любом водоеме, купание в неустановленных местах, катание на неприспособленных для этого средствах, предметах и другие нарушения детьми правил. Безопасность детей на воде обеспечивается правильным выбором и оборудованием мест купания, систематической разъяснительной работой с детьми о правилах поведения на воде и соблюдением мер предосторожности. Участки водоемов для купания детей должны выбираться, по возможности, с пологим песчаным берегом. Дно должно иметь постепенный уклон до глубины 1,5 метров без ям, уступов, без водорослей, коряг, острых камней, стекла и других предметов. Акватория дна должна быть обследована водолазами и очищена от опасных предметов. На участке для купания и обучения плаванию детей дошкольного и младшего школьного возраста оборудуется специальное место («лягушатник» с глубиной не более 0,7 метра), которое ограждается забором из штакетника или обносится линией поплавков на тросах. На водоемах с глубиной до 1,5 метров разрешается купаться детям с 12 лет и старше и только хорошо умеющим плавать. Это место ограждается буйками. На пляжах оборудуются медицинские посты с дежурством врача, умеющего оказывать помощь пострадавшим на воде. Устанавливаются стенды с данными о температуре воды, воздуха и правил поведения на воде. На расстоянии 3-х метров от воды выставляются стойки со спасательными кругами и «концами Александрова». Для купания детей во время походов, прогулок и экскурсий выбирается неглубокое место с пологим и чистым от свай, коряг, острых камней, водорослей и ила дном. Обязательно проводится обследование места купания хорошо плавающими взрослыми. Купание проводится под непрерывным контролем взрослых. Все дети должны помнить правила: купаться только на специально отведенных местах для купания; не заплывать за знаки ограждения мест купания; не подплывать к близко идущим судам, лодкам и катерам; не допускать шалостей на воде; не подавать ложных сигналов тревоги; не плавать на надувных матрацах, камерах, досках; не нырять в воду в незнакомых местах, с лодок, крутых берегов, причалов; не купаться в холодной воде при температуре ниже +18 \*С; не бросать в воду банки, стекло и другие предметы, опасные для купающихся; не кататься на самодельных плотах; купаться только в присутствии старших.

Организации, в ведении которых находятся детские оздоровительные базы, несут полную ответственность за охрану жизни детей на закрепленном за ними водоеме. Эта безопасность обеспечивается: - выбором водоема, подготовкой места купания и оборудованием спасательного поста; - соблюдением мер безопасности на воде; - четкой организацией купания и обучением детей плаванию. Выбор водного объекта, его подготовка и оборудование На каждой детской оздоровительной базе, расположенной у водоема, необходимо заблаговременно выбрать участок для купания и обучения детей плаванию. Предусмотреть на этом участке строительство водной станции и пляжа, с учетом требований санитарно-эпидемиологической службы. Площадь водного зеркала в месте купания на проточном водоеме должна быть не менее 5 м2 на одного купающегося (в купальнях — не менее Зм2 ). В местах, отведенных для купания, не должно быть выхода грунтовых вод, водоворота, воронок и течения. Скорость течения не должна превышать 0,5 м/сек. Дно участка должно иметь постепенный уклон до глубины 1,5 метров, без ям, уступов, водорослей, коряг, посторонних предметов. Перед открытием купального сезона дно акватории должно быть обследовано водолазами и очищено от опасных посторонних предметов. Границы водоема в местах купания обозначаются буйками оранжевого цвета, расположенными на расстоянии 25-30 метров один от другого и не дальше 25 метров от мест с глубиной 1,3 метра. Детские пляжи оборудуются участками для купания и обучения плаванию: дошкольного и младшего школьного возраста с глубиной не более 0,7 метра; для детей старшего возраста не более 1,2 метра. Пляж должен отвечать санитарным требованиям, огражден штакетным забором со стороны суши. Плавучие купальни надежно закрепляются и соединяются с берегом мостиком или трапом, а сходы в воду должны иметь перила. На расстоянии 3-х метров от уреза воды через каждые 25 метров выставляются стойки с вывешенными на них спасательными кругами и «концами Александрова». На территории пляжа оборудуется стенде правилами охраны жизни и мер безопасности детей на воде с данными о температуре воды и воздуха, силе и направлении ветра.

**Организация купанию и обучение детей плаванию**

Организация летнего отдыха детей включает в себя и обучение их плаванию, оздоровительное купание. За безопасность проведения этих мероприятий отвечает начальник загородной базы отдыха, начальник лагеря труда и отдыха и т.п. За безопасность детей во время занятий плаванием ответственность несет преподаватель, инструктор по плаванию. Купание и проведение занятий по обучению плаванию разрешается только под руководством специалистов по плаванию при обязательном контроле медицинскими работниками. Купание разрешается группами, не более 10 человек и продолжительностью не свыше 10 минут. Купание детей не умеющих плавать должно проводиться отдельной группой. Обучение плаванию — основная профилактическая мера по предупреждению несчастных случаев на воде. Поэтому в летних лагерях, на базах отдыха, обучение плаванию должно иметь первостепенное значение и носить обязательный характер для всех физически здоровых, но не умеющих плавать детей. Из неумеющих плавать формируются группы для обучения. Умеющим плавать считается учащийся, проплывающий без учета времени 25 метров любым способом. Учебные занятия по плаванию проводятся только специалистами по расписанию с учетом программных требований. В конце прохождения учебной программы проводится зачет для определения степени плавательной подготовки