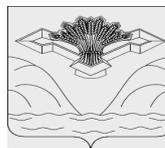


# ВЕРХЕСАНЧЕЛЕЕВСКИЙ ВЕСТНИК



Российская Федерация  
Самарская область

АДМИНИСТРАЦИЯ СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ВЕРХНЕЕ САНЧЕЛЕЕВО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА СТАВРОПОЛЬСКИЙ  
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

## ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 20 июня 2017 года

№ 32

### Об организации вводного инструктажа по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям

В целях реализации требований положения об организации обучения населения в области ГО, утверждённого постановлением Правительства РФ от 02.11.2000 г. № 841, администрация сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский постановляет:

1. Утвердить программу вводного инструктажа по ГО и ЧС согласно приложению №1 к настоящему постановлению.
2. Утвердить форму журнала регистрации вводного инструктажа по ГО и ЧС согласно приложению № 2 к настоящему постановлению.
3. Назначить лицом, ответственным за проведение вводного инструктажа по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям (далее – ГО и ЧС) в администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский специалиста 1 категории Синичкину Ольгу Викторовну (далее – уполномоченный по делам ГО и ЧС).
4. Уполномоченному по делам ГО и ЧС проводить вводный инструктаж по ГО и ЧС по утверждённой программе вводного инструктажа по ГО и ЧС с вновь принятыми работниками в течение первого месяца их работы.
5. Регистрировать проведение вводного инструктажа по ГО и ЧС в журнале регистрации вводного инструктажа по ГО и ЧС с обязательной подписью инструктируемого и инструктирующего.
6. Уполномоченному по делам ГО и ЧС в своей работе руководствоваться положением об организации обучения населения в области ГО, утверждённым постановлением Правительства РФ от 02.11.2000 г. № 841 и другими действующими нормативными правовыми актами в области гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций.
7. Контроль за выполнением данного постановления оставляю за собой.

Глава сельского поселения Верхнее Санчелеево  
муниципального района Ставропольский  
Самарской области

П.В. Чапарин

## ПРОГРАММА ВВОДНОГО ИНСТРУКТАЖА

### ПО ГО и ЧС

\_\_\_\_\_ 2017 г.

#### УТВЕРЖДАЮ

Глава сельского поселения Верхнее  
Санчелево муниципального района  
Ставропольский

\_\_\_\_\_ П.В. Чапарин

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

## ПРОГРАММА ВВОДНОГО ИНСТРУКТАЖА ПО ГО и ЧС

### 1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1.1. Вводный инструктаж по ГО и ЧС проводится со всеми лицами, вновь принимаемыми на работу, а также проходящими в организации практику, и другими лицами, участвующими в деятельности организации.

1.2. Цель проведения вводного инструктажа - ознакомить вновь принимаемых на работу и иных лиц с системой ГО и РСЧС, действующей в организации, разъяснить порядок действий при угрозе или возникновении ЧС природного и техногенного характера, а также опасностей, возникающих вследствие военных действий.

1.3. Вводный инструктаж по ГО и ЧС проводится по программе, разработанной на основании законодательных и иных нормативных правовых актов Российской Федерации с учетом специфики деятельности организации и утвержденной постановлением администрации муниципального района Ставропольский Самарской области.

Продолжительность инструктажа устанавливается в соответствии с утвержденной программой.

1.4. Вводный инструктаж по ГО и ЧС проводит работник, на которого постановлением администрации муниципального района Ставропольский Самарской области возложены эти обязанности.

1.5. Вводный инструктаж проводят в специально оборудованном помещении с использованием современных технических средств обучения и наглядных пособий (плакатов, натуральных экспонатов, макетов, моделей, кинофильмов, видеофильмов и т.п.).

1.6. Проведение вводного инструктажа по ГО и ЧС включает в себя ознакомление работников с общими сведениями об организации, потенциально опасными объектами, действиями при угрозе или возникновении ЧС.

1.7. Вводный инструктаж по ГО и ЧС завершается устной проверкой приобретенных знаний лицом, проводившим инструктаж.

1.8. Результаты проведения вводного инструктажа заносятся в журнал «Регистрации вводного инструктажа по ГО и ЧС» с указанием подписи инструктируемого и подписи инструктирующего, а также даты проведения инструктажа.

## 2. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПРОВЕДЕНИЯ ВВОДНОГО ИНСТРУКТАЖА ПО ГО и ЧС

| № темы | Тема   | Время изучения темы, мин. |
|--------|--|---------------------------|
| 1.     | Вводная часть  | 5                         |
| 2.     | Система ГО и РСЧС, действующая в организации   | 10                        |
| 3.     | Нормативно-правовое регулирование по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей от опасностей военного характера, чрезвычайных ситуаций и пожаров            | 15                        |
| 4.     | Опасности, возникающие при ведении военных действий или вследствие этих действий, при чрезвычайных ситуациях и пожарах. Основные мероприятия по подготовке к защите и по защите населения от них | 25                        |
| 5.     | Действия работников организации при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций природного характера  | 15                        |
| 6.     | Действия работников организации в чрезвычайных ситуациях техногенного характера, а также при угрозе и совершении террористических актов  | 35                        |
| 7.     | Действия работников организации в условиях негативных и опасных факторов бытового характера  | 10                        |
| 8.     | Действия работников организации при пожаре   | 20                        |
| 9.     | Оказание первой медицинской помощи. Основы ухода за больными   | 15                        |
| Итого: |  | 150 мин.                  |

### 3. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНЫХ ВОПРОСОВ ВВОДНОГО ИНСТРУКТАЖА ПО ГО и ЧС

3.1. Направление деятельности организации, ее назначение, функции, основные технологические процессы.

3.2. Структура и задачи системы ГО и РСЧС организации. Права, обязанности, состав сил и средств ее подразделений и формирований.

3.3. Законодательство Российской Федерации в области гражданской обороны, защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и обеспечения пожарной безопасности.

Основные термины и понятия.

Права и обязанности граждан в области гражданской обороны, защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и пожарной безопасности.

Основные локальные нормативные акты в области ГО и ЧС, действующие в организации. Положение об организации и ведении гражданской обороны. План гражданской обороны.

3.4. Опасности военного характера и присущие им особенности. Поражающие факторы ядерного, химического, бактериологического и обычного оружия.

Виды и характеристики источников чрезвычайных ситуаций. Поражающие факторы источников чрезвычайных ситуаций. Виды пожаров и их поражающие факторы.

Оповещение. Действия работников организации при оповещении о чрезвычайных ситуациях в мирное время и об опасностях, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий. Сигналы оповещения.

Эвакуация и рассредоточение. Защита населения путем эвакуации. Эвакуация и ее цели. Принципы и способы эвакуации. Эвакуационные органы. Порядок проведения эвакуации в организации.

Организация инженерной защиты населения. Классификация защитных сооружений. Убежища и их основные элементы. Противорадиационные укрытия, их назначения и основные элементы. Укрытия простейшего типа и их устройство. Порядок заполнения защитных сооружений и пребывания в них.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Медицинские средства индивидуальной защиты. Назначение и правила их применения.

3.5. Понятия об опасном природном явлении, стихийном бедствии и источниках чрезвычайных ситуаций природного характера.

Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера.

Наиболее вероятные чрезвычайные ситуации, характерные для местности, где расположена организация. Их причины и последствия. Действия работников при оповещении, во время и после их возникновения.

3.6. Понятия об аварии и катастрофе. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их характеристика.

Перечень потенциально опасных объектов, которые могут оказывать воздействие на нормальное функционирование организации, их характеристика.

Возможная обстановка в организации при возникновении крупных аварий и техногенных катастроф.

Действия работников: при оповещении об аварии на радиационно опасном, химически опасном, гидродинамически опасном объекте; при эвакуации; при отсутствии возможности эвакуации; при выходе из зоны заражения и пр.

Общие сведения о пожарах и взрывах, их возникновении и развитии. Основные поражающие факторы пожара и взрыва. Предупреждение пожаров и взрывов. Действия работников при возникновении пожаров и взрывов.

Виды террористических актов, их общие и отличительные черты. Правила и порядок оповещения населения при угрозе или совершении террористического акта.

Признаки, указывающие на возможность наличия взрывного устройства и действия при обнаружении предметов, похожих на взрывное устройство. Действия при получении по телефону сообщения об угрозе террористического характера. Правила обращения с анонимными материалами, содержащими угрозы террористического характера. Действия при захвате в заложники и при освобождении.

3.7. Возможные негативные и опасные факторы бытового характера.

Правила действий по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей, при пожаре, в общественном транспорте, на водных объектах.

Способы предотвращения и преодоления паники и панических настроений.

Действия при дорожно-транспортных происшествиях, отравлениях, укусах животных.

3.8. Основные требования пожарной безопасности на рабочем месте и в быту.

Противопожарный режим организации. Система оповещения и инструкция по действиям работников при пожаре. План (схема) эвакуации.

Действия при обнаружении задымления и возгорания, а также по сигналам оповещения



мест используемых для коллективного обсуждения общественно значимых вопросов и выражения общественных настроений, а также для массового присутствия граждан для публичного выражения общественного мнения по поводу актуальных проблем на территории сельского поселения Бахилово муниципального района Ставропольский Самарской области

1. Здание клуба с. Верхнее Санчелеево (улица Кооперативная, д.2)

2. Площадка перед зданием клуба с. Верхнее Санчелеево (улица Кооперативная, д.2)

3. Здание клуба с. Лопатино (ул. Советская, дом №32)

4. Площадка перед зданием клуба (ул. Советская, дом №32)

а) требовать от юридического лица, индивидуального предпринимателя представления документов и (или) информации, включая разрешительные документы, имеющиеся в распоряжении иных государственных органов, органов местного самоуправления либо подведомственных государственным органам или органам местного самоуправления организаций, включенные в определенный Правительством Российской Федерации перечень;

б) требовать от юридического лица, индивидуального предпринимателя представления информации, которая была представлена ранее в соответствии с требованиями законодательства Российской Федерации и (или) находится в государственных или муниципальных информационных системах, реестрах и регистрах;

в) превышать установленные сроки проведения проверки;

г) осуществлять выдачу юридическим лицам, индивидуальным предпринимателям предписаний или предложений о проведении за их счет мероприятий по контролю.

д) проверять выполнение обязательных требований и требований, установленных муниципальными правовыми актами, если такие требования не относятся к полномочиям органа государственного контроля (надзора), органа муниципального контроля, от имени которых действуют эти должностные лица;

е) проверять выполнение требований, установленных нормативными правовыми актами органов исполнительной власти СССР и РСФСР и не соответствующих законодательству Российской Федерации;

ж) проверять выполнение обязательных требований и требований, установленных муниципальными правовыми актами, не опубликованными в установленном законодательством Российской Федерации порядке;

з) осуществлять плановую или внеплановую выездную проверку в случае отсутствия при ее проведении руководителя, иного должностного лица или уполномоченного представителя юридического лица, индивидуального предпринимателя, его уполномоченного представителя, за исключением случая проведения такой проверки по основанию, предусмотренному подпунктом "б" пункта 2 части 2 статьи 10 настоящего Федерального закона, а также проверки соблюдения требований земельного законодательства в случаях надлежащего уведомления собственников земельных участков, землепользователей, землевладельцев и арендаторов земельных участков;

и) распространять информацию, полученную в результате проведения проверки и составляющую государственную, коммерческую, служебную, иную охраняемую законом тайну, за исключением случаев, предусмотренных законодательством Российской Федерации;

к) требовать от юридического лица, индивидуального предпринимателя представления документов, информации до даты начала проведения проверки. Орган государственного контроля (надзора), орган муниципального контроля после принятия распоряжения или приказа о проведении проверки вправе запрашивать необходимые документы и (или) информацию в рамках межведомственного информационного взаимодействия.»

2.2. Подпункт 1.6.1. изложить в следующей редакции:

«1.6.1. Руководитель, иное должностное лицо или уполномоченный представитель юридического лица, индивидуальный предприниматель, его уполномоченный представитель, уполномоченный при Президенте Российской Федерации по защите прав предпринимателей либо уполномоченного по защите прав предпринимателей в субъекте Российской Федерации



Российская Федерация  
Самарская область

АДМИНИСТРАЦИЯ СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ВЕРХНЕЕ САНЧЕЛЕЕВО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА СТАВРОПОЛЬСКИЙ  
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 31 мая 2017 года

№ 28

О внесении изменений в постановление администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево от 27.02.2017 года № 12 « Об утверждении административного регламента исполнения муниципальной функции по осуществлению муниципального контроля за сохранностью автомобильных дорог местного значения в границах сельского поселения Верхнее Санчелеево»

В соответствии с Федеральными законами от 06.10.2003 № 131-ФЗ "Об общих принципах организации местного самоуправления в Российской Федерации", от 08.11.2007 № 257-ФЗ "Об автомобильных дорогах и о дорожной деятельности в Российской Федерации", от 10.12.1995 № 196-ФЗ "О безопасности дорожного движения", от 26.12.2008 № 294-ФЗ "О защите прав юридических лиц и индивидуальных предпринимателей при осуществлении государственного контроля (надзора) и муниципального контроля", Уставом сельского поселения Верхнее Санчелеево, рассмотрев протест прокуратуры Ставропольского района от 31.03.2017г. №07-17-2017 на Постановление № 6 от 17.02.2017г. «Об утверждении административного регламента исполнения муниципальной функции по осуществлению муниципального контроля за сохранностью автомобильных дорог местного значения сельского поселения Верхнее Санчелеево», администрация сельского поселения Верхнее Санчелеево

ПОСТАНОВЛЯЕТ:

1. Внести в постановление администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево от 17.02.2017 года № 6 «Об утверждении административного регламента исполнения муниципальной функции по осуществлению муниципального контроля за сохранностью автомобильных дорог местного значения в границах сельского поселения Верхнее Санчелеево» следующие изменения:  
1.1 Пункт 3 постановления исключить.

2. Внести в Административный регламент исполнения муниципальной функции по осуществлению муниципального контроля за сохранностью автомобильных дорог местного значения в границах сельского поселения Верхнее Санчелеево следующие изменения:

2.1. Подпункт 1.5.4. изложить в новой редакции:

«1.5.4. Должностные лица администрации не вправе:

к участию в проверке имеют право:»;

2.3. Подпункт 3.3.4. изложить в следующей редакции:

«3.3.4. Плановые проверки проводятся на основании разрабатываемых и утверждаемых администрацией ежегодных планов проведения проверок.»

2.4. Подпункт 3.3.12 изложить в следующей редакции:

«3.3.12. О проведении плановой проверки юридическое лицо, индивидуальный предприниматель уведомляются не позднее чем за три рабочих дня до начала ее проведения посредством направления копии распоряжения администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево о начале проведения плановой проверки заказным почтовым отправлением с уведомлением о вручении и (или) посредством электронного документа, подписанного усиленной квалифицированной электронной подписью и направленного по адресу электронной почты юридического лица, индивидуального предпринимателя, если такой адрес содержится соответственно в одном государственном реестре юридических лиц, одном государственном реестре индивидуальных предпринимателей либо ранее был представлен юридическим лицом, индивидуальным предпринимателем в администрацию, или иным доступным способом.»

2.5. Подпункт 3.3.19 изложить в следующей редакции:

«3.3.19 Указанные в запросе документы представляются в виде копий, заверенных печатью (при ее наличии) и соответственно подписью индивидуального предпринимателя, его уполномоченного представителя, руководителя, иного должностного лица юридического лица. Юридическое лицо, индивидуальный предприниматель вправе представить указанные в запросе документы в форме электронных документов, подписанных усиленной квалифицированной электронной подписью.»

2.6. Подпункт 3.4.4. изложить в следующей редакции:

«3.4.4. Обращения и заявления, не позволяющие установить лицо, обратившееся в администрацию, а также обращения и заявления, не содержащие сведений о фактах, указанных в подпункте 2 п. 3.4.3 настоящего Административного регламента, не могут служить основанием для проведения внеплановой проверки. В случае, если изложенная в обращении или заявлении информация может в соответствии с пунктом 2 п. 3.4.3 настоящего Административного регламента являться основанием для проведения внеплановой проверки, должностное лицо администрации при наличии у него обоснованных сомнений в авторстве обращения или заявления обязано принять разумные меры к установлению обратившегося лица. Обращения и заявления, направленные заявителем в форме электронных документов, могут служить основанием для проведения внеплановой проверки только при условии, что они были направлены заявителем с использованием средств информационно-коммуникационных технологий, предусматривающих обязательную авторизацию заявителя в единой системе идентификации и аутентификации.»

2.7. Подпункт 3.4.10. изложить в следующей редакции:

«3.4.10. О проведении внеплановой выездной проверки, за исключением внеплановой выездной проверки, основания проведения которой указаны в подпункте 2 п. 3.4.3 настоящего Административного регламента, юридическое лицо или индивидуальный предприниматель уведомляется администрацией не менее чем за двадцать четыре часа до начала ее проведения любым доступным способом, в том числе посредством электронного документа, подписанного усиленной квалифицированной электронной подписью и направленного по адресу электронной почты юридического лица, индивидуального предпринимателя, если

такой адрес содержится соответственно в едином государственном реестре юридических лиц, едином государственном реестре индивидуальных предпринимателей либо ранее был представлен юридическим лицом, индивидуальным предпринимателем в администрацию сельского поселения Верхнее Санчелеево.»

2.8. Пункт 3.4 дополнить подпунктом 3.4.15. следующего содержания:

«3.4.15. В случае, если проведение плановой или внеплановой выездной проверки оказалось невозможным в связи с отсутствием индивидуального предпринимателя, его уполномоченного представителя, руководителя или иного должностного лица юридического лица, либо в связи с фактическим неисполнением деятельности юридическим лицом, индивидуальным предпринимателем, либо в связи с иными действиями (бездействием) индивидуального предпринимателя, его уполномоченного представителя, руководителя или иного должностного лица юридического лица, повлекшими невозможность проведения проверки, должностное лицо администрации составляет акт о невозможности проведения соответствующей проверки с указанием причин невозможности ее проведения. В этом случае администрация сельского поселения Верхнее Санчелеево в течение трех месяцев со дня составления акта о невозможности проведения соответствующей проверки вправе принять решение о проведении в отношении таких юридического лица, индивидуального предпринимателя плановой или внеплановой выездной проверки без внесения плановой проверки в ежегодный план плановых проверок и без предварительного уведомления юридического лица, индивидуального предпринимателя.»

3. «Пункт 1.3. Правовое основание исполнения муниципальной функции» заменить на пункт «1.4. Правовое основание исполнения муниципальной функции».

Пункты и подпункты 1.4., 1.4.1, 1.4.2., 1.4.3., 1.5., 1.5.1, 1.5.2., 1.5.3., 1.5.4., 1.6., 1.6.1., 1.6.2., 1.6.3., 1.7. считать соответственно 1.5., 1.5.1, 1.5.2., 1.5.3., 1.6., 1.6.1, 1.6.2., 1.6.3., 1.6.4., 1.7., 1.7.1., 1.7.2., 1.7.3., 1.8.

4. Подпункт "3.4.10. О проведении внеплановой выездной проверки, за исключением внеплановой выездной проверки, основания проведения которой указаны в подпункте 2 п. 3.4.3 настоящего Административного регламента, юридическое лицо или индивидуальный предприниматель уведомляются администрацией не менее чем за двадцать четыре часа до начала ее проведения любым доступным способом." читать "3.4.12. О проведении внеплановой выездной проверки, за исключением внеплановой выездной проверки, основания проведения которой указаны в подпункте 2 п. 3.4.3 настоящего Административного регламента, юридическое лицо или индивидуальный предприниматель уведомляются администрацией не менее чем за двадцать четыре часа до начала ее проведения любым доступным способом." Следующие Подпункты 3.4.11., 3.4.12., 3.4.13., 3.4.14. считать соответственно 3.4.13., 3.4.14., 3.4.15., 3.4.16.

5. Постановление подлежит официальному опубликованию в газете «Верхнесанчелеевский Вестник» и размещению на официальном сайте поселения <http://www.ВерхнееСанчелеево.стравропольский-район.рф>.

6. Контроль за исполнением настоящего Постановления оставляю за собой.

Глава сельского поселения Верхнее Санчелеево

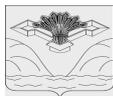
П.В. Чапарин

| Фамилия, имя, отчество         | Должность                    | Должность в комиссии  |
|--------------------------------|------------------------------|-----------------------|
| Чапарин Петр Валентинович      | Глава сельского поселения    | Председатель комиссии |
| Дивлякеева Лариса Владимировна | Ведущий специалист-бухгалтер | Секретарь комиссии    |
| Авдошина Лариса Николаевна     | Специалист 1 категории       | Член комиссии         |
| Синичкина Ольга Викторовна     | Специалист 1 категории       | Член комиссии         |
| Кондаков Михаил Иванович       | Водитель автомобиля          | Член комиссии         |

2. Настоящее постановление вступает в силу со дня его подписания.

3. Настоящее постановление подлежит официальному опубликованию в газете «Верхнесанчелеевский Вестник» и на официальном сайте поселения <http://www.верхнеесанчелеево.стравропольский-район.рф>.

Глава сельского поселения Верхнее Санчелеево \_\_\_\_\_ П.В. Чапарин



Российская Федерация

область

Самарская

АДМИНИСТРАЦИЯ СЕЛЬСКОГО ПОСЕЛЕНИЯ ВЕРХНЕЕ САНЧЕЛЕЕВО  
МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА СТАВРОПОЛЬСКИЙ  
САМАРСКОЙ ОБЛАСТИ

## ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 06 июня 2017 года

№30

**О внесении изменений в Постановление Администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области от 21 мая 2014 года №12**

**«О создании приёмочной комиссии администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области для приемки поставленного товара, выполненной работы, оказанной услуги по муниципальным контрактам для нужд сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области»**

1. В связи с кадровыми изменениями:

Внести в постановление администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области от 21 мая 2014 года №12 «О создании приёмочной комиссии администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области для приемки поставленного товара, выполненной работы, оказанной услуги по муниципальным контрактам для нужд сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области» следующие изменения:

Приложение №1 к постановлению администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области от 21 мая 2014 года №12 изложить в следующей редакции:

### Состав приёмочной комиссии

администрации сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района Ставропольский Самарской области для приемки поставленного товара, выполненной работы, оказанной услуги по муниципальным контрактам для нужд сельского поселения Верхнее Санчелеево муниципального района

## Правила безопасности на воде Памятка для родителей

### Безопасное купание в водоемах

Лучше всего купайтесь утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже +17... 19 С, в более холодной - находиться опасно.

Плавайте в воде не более 20 минут, при этом это время должно увеличиваться постепенно, начиная с 3-4 минут.

Не доводите себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, остановка дыхания, потеря сознания. Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут.

А отдых на воде всегда требуют бдительности и не допускают беспечности. Прежде всего, нужно учесть, что пляж - это не место обеда и употребления спиртных напитков. Если вы знаете, что всегда на природе разгорается аппетит, лучше взять бутерброды, персики, абрикосы, дыни, воду без газа.

Тяжелая пища и алкоголь непозволительны, если вы решились плавать.

### Где купаться?

Купаться - разрешено, если не запрещено. Необходимо узнать, какие пляжи считаются официальными и купаться именно там, где неподалеку могут быть катера со спасателями. Поверьте, никто не гарантирует вашу безопасность, если вы отдыхаете на "диком пляже".

А вот для любителей дальних заплывов в море за буйками становится поистине опасным для жизни.

Категорически запрещается купание в затопленных карьерах, каналах, озерах, пожарных водоемах, прудах, морских акваториях и других водоемах, которые не имеют оборудованных пляжей сезонными спасательными постами.

Играя в воде, даже в шутку нельзя "топить" своих друзей. Травматизм возникает часто из-за беззаботного поведения на воде.

Если нет поблизости оборудованного пляжа, выбирайте безопасное для купания место с постепенным уклоном и твердым и чистым дном. В воду заходите осторожно. Никогда не ныряйте в незнакомых местах, специально не оборудованных. Даже если накануне это место было безопасным для

прыжков, то за ночь могли что-то бросить в воду или течением могло принести опасные предметы.

Если вы не умеете плавать - не следует чрезмерно доверять себя надувным матрасам, автомобильным камерам и прочим подручным плавсредствам. Во первых, в самый неподходящий момент они могут лопнуть. Во вторых, течением и ветром вас может отнести далеко от берега.

#### Если отдыхаете с ребенком:

\* Никогда не позволяйте ребенку купаться одному. Его должен сопровождать взрослый или другой ребенок, который сможет поднять тревогу, если внезапно произойдет несчастный случай, который могут не заметить мастер-пловец, спасатель или другие купающиеся.

\* Дети любят кататься на самодельных плотках, надувных матрацах и камерах. Это также таит в себе опасность. Самодельный плот может в любой момент перевернуться, а надувные матрацы и камеры может легко унести ветром далеко от берега. При катании на лодке нельзя в ней баловаться, раскачивать ее, вставать, меняться местами, перегибаться через борт.

\* Обязательно узнайте глубину места, где Вы собираетесь купать ребенка. Не купайте ребенка (и не купайтесь сами) сразу после еды.

\* Наблюдайте при купании за детьми - особенно, если на пляже много людей.

\* Дети до 5 - 6 лет очень часто пребывают на пляже голышными. Для того, чтобы Вы могли легко следить за своим ребенком, наденьте на берегу на него яркую панаму, девочке можно завязать волосы яркой резинкой или бантом. Когда ребенок плавает, надевайте на него легкоотличимые от других надувнички или круг.

\* Детям более старшего возраста покупайте яркие и заметные плавки, купальники.

\* Не позволяйте детям заплывать на большую глубину.

\* Сейчас в продаже имеется достаточно большое количество надувных плавсредств. При покупке следует обращать внимание на то, чтобы плавсредство состояло из нескольких независимых надувных частей, - при повреждении одного из них ребенка будет держать на воде неповрежденная часть.

\* Входить в воду следует постепенно (не нырять), начиная с обрызгивания ног, затылка, грудной клетки ребенка.

\* Ныряния запрещаются купающимся, которые недавно перенесли отит или прободение барабанной перепонки, головокружения, а также детям, перенесшим легкое головокружение или аллергические расстройства.

\* Вне бассейна можно нырять только после обследования дна (глубины, препятствий).

#### Отдых на экзотических морях:

Коралловые рифы - национальное достояние Египта; они охраняются законом, за их повреждение грозит крупный штраф. Будьте осторожны с незнакомыми вам представителями подводного мира. Нужно знать, что почти все ядовитые создания Красного моря медлительны и окрашены в яркий предупреждающий цвет: рыба-скорпион, рыба-лев (или рыба-бабочка).

Если Вы планируете заняться подводным плаванием (дайвингом), то делайте это только под руководством местных специалистов в разрешенных для этого местах.

#### Как помочь себе на воде:

Если у пловца сводит ногу. Зная, что это обычная ситуация, надо на несколько секунд погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, сильно рукой потянуть на себя ступню за большой палец.

При судорогах не теряйте самообладания, старайтесь удержаться на поверхности воды и громко зовите на помощь. Попав в сильное течение, плывите по нему, стараясь приблизиться к берегу.

При судорогах пальцев руки следует расправить их с помощью другой руки и расслабить мышцы. Некоторые источники рекомендуют быстро и сильно сжать кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой и разжать кулак.

Попав в водоворот, наберите в легкие как можно больше воздуха, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность.

Если запутались в тине - ложитесь на спину, выплывайте откуда приплыли.

#### Примените спасательные жилеты:

Спасательные жилеты применяются при чрезвычайных ситуациях (авариях судов или самолетов) и должны поддерживать на плаву человека вне зависимости от того, находится он в сознании или нет. Для того, чтобы человек не захлебнулся, воротник спасжилета изготавливается в форме специальной подушки, которая поддерживает на плаву голову пострадавшего.

Спасательные жилеты обладают очень хорошей плавучестью, но имеют существенный недостаток - они очень объемные и неудобные. Ходить на виндсерфинге, кататься на гидроцикле или заниматься любым другим видом водного спорта в них невозможно.

#### Если человек тонет:

Во-первых, в любой ситуации на воде необходимо быть предельно внимательным и сохранять полное хладнокровие.

Следите, чтобы утопающий в панике не хватался за вас. Если этого не удастся избежать, примените специальные приемы освобождения:

Если он схватился за вашу ногу, быстро опустите ее, одновременно приняв вертикальное положение. Поднимите другую ногу и, упершись ею в плечо или грудь утопающего, оттолкнитесь от него, откинувшись назад всем телом.

Если он обхватил вас спереди, возьмите его обеими руками под мышки и, приподняв, оттолкните от себя.

Если он обхватил вас сзади за шею, опустите голову как можно ниже, чтобы его руки не сомкнулись у вас на горле. Крепко сожмите запястье той его руки, которая находится выше, и резко дерните вперед, приподнимая другой рукой его локоть. Оказавшись таким образом у него за спиной, вы заблокируете одну из его рук.

В крайнем случае погружайтесь с головой в воду и, вынырнув за спиной утопающего, крепко обхватите его за плечи.

Постарайтесь успокоить паникующего человека и внушить ему, что он спасется только в том случае, если будет вам подчиняться.

Если вы опоздали с помощью и человек пошел ко дну, в первую очередь запомните место, где вы в последний раз видели его голову. Для чего обратите внимание на ориентиры на берегу сзади и спереди себя, и

начинайте нырять. Если вода прозрачная - с открытыми глазами. Если мутная - на ощупь, проверяя дно.

#### Как только утопающего вытянули из воды, необходимо:

Быстро очистить верхние дыхательные пути от песка, ила и водорослей, для чего, став на правое колено, положить потерпевшего вниз лицом, его животом, на свое левое бедро, левым предплечьем нажать на спину, чтоб освободить от воды и др. предметов дыхательные пути, одновременно пальцами правой руки вычищать полость рта от ила, песка и водорослей;

Одновременно с очисткой ротовой полости раздражать корень языка и глотку пальцами, чтобы вызвать рвоту, которая ускорит восстановление жизненных функций; определить наличие пульса на сонной артерии на протяжении 10 секунд;

при его отсутствии одновременно с искусственным дыханием выполняется непрямой массаж сердца (на одно вдухание делается от 5 до 15 массажных толчков на грудную клетку - на глубину между ребрами в районе сердца), и этот цикл повторяется снова; вместе с искусственным дыханием осуществляется разогрев тела растиранием.

Одновременно с оказанием помощи необходимо вызвать "скорую медицинскую помощь" или как можно быстрее, не останавливая реанимации, доставить пострадавшего в больницу. Пусть Ваш отдых будет безопасным и комфортным!

#### Основные правила, которые должен соблюдать каждый человек, собирающийся купаться.

1. купаться в специально отведенных местах – на пляжах;
2. не купаться в нетрезвом состоянии;
3. дети должны купаться только в присутствии взрослых;
4. не нырять в воду в незнакомых местах, а также с лодок, причалов, набережных, мостов;
5. во время купания не терять друг друга из вида;
6. не подавать сигналов ложной тревоги;
7. не доводить себя до переохлаждения и переутомления;
8. в водоемах с большим количеством водорослей плыть у поверхности воды, не задевая растений и не делая резких движений; если же руки и ноги спутываются стеблями, необходимо сделать остановку и освободиться от них.
9. не купаться в одиночку в вечернее и ночное время суток.

### Категорически запрещается:

купаться в местах, где установлены щиты с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями;

1. заплывать за буйки, обозначающие границы плавания;
2. подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам;
3. купаться в состоянии алкогольного опьянения;
4. приводить и купать на пляже собаку и других животных;
5. купаться в холодной воде (менее 15 градусов);
6. плавать на досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах и других непригодных для этого средствах;
7. допускать шалости в воде, связанные с нырянием, захватом капающего, погружением товарищей в воду, толканием на глубокое место;
8. купаться в загрязненных водоемах.

### Несколько правил самоспасения на воде:

Хлебнув воды, не паникуйте, а постарайтесь приблизиться к берегу. Встать на дно и откашляться.

Если вы заплыли далеко и чувствуете, что нет сил вернуться обратно, главное не терять самообладание. Необходимо перевернуться на спину, успокоиться, отдохнуть и восстановить дыхание. После этого спокойно плыть к берегу, время от времени отдыхая на спине, поднимая вверх руки, махать, стараться привлечь к себе внимание.

Если подхватило сильное течение – не надо напрасно тратить силы и не бороться с течением. Следуя за потоком, по диагонали двигаться к берегу, к излучине реки. В море могут встретиться отмели с обратным течением, скрытые от глаз. Не пугайтесь, попав в такое течение. Пусть оно несет, пока его скорость не снизится. Тогда нужно повернуть и плыть вдоль берега, пока не выберетесь.

Если внезапно упали в воду – задержите дыхание, чтобы не нахлебаться воды; избавиться от обуви и тяжелой одежды, чтобы она не тянула ко дну; резиновые сапоги можно использовать как воздушные подушки, сняв их и перевернув голенищами вниз, зажать под мышками; добираться к берегу, плывя по течению по диагонали.

### Выбор времени и места купания

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

**Лучше всего купаться в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях; обязательно предварительно пройти медицинское освидетельствование и ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест для купания.**

В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2м), нет сильного течения (до 0,5 м/с).

Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19°C, воздуха 20-25°C. В воде следует находиться 10-15 минут, перед заплывом необходимо предварительно оттереть тело водой.

Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если все-таки не удастся освободиться от растений, то, освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук.

Нельзя подплывать близко к идущим судам. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт.

Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

Не менее опасно нырять с плотов катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна - топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных.

Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.

### Если случилась судорога

При переохлаждении в воде тела пловца могут появиться судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. При судорогах надо немедленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом:

1. Изменить стиль плавания - плыть на спине.

2. При ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак.

3. При судороге икроножной мышцы необходимо при сгибании двумя руками и обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.

4. При судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колени, потянуть рукой с силой назад к спине.

5. Произвести укалывание любым острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т.п.).

6. Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение "лежа на спине".

**Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательные пути и мешающей дышать, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и ног удерживаться на поверхности воды и, подняв голову возможно выше, сильно откашляться.**

### **Чтобы избежать захлебывания в воде, пловец должен:**

соблюдать правильный ритм дыхания; плавая в волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох, когда находишься между гребнями волн;

плавая против волн, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее; если идет волна с гребнем, то лучше всего подныривать под нее немного ниже гребня; попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу; оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

### ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ ЧЕЛОВЕКУ

**Бросьте тонущему человеку плавающий предмет, ободрите его, позвоните на помощь.**

Добираясь до пострадавшего впасть, учтите течение реки.

При спасении тонущего подплывите к нему сзади, возьмите за волосы или подмышки, переверните лицом вверх и, не позволяя себя захватить, плывите к берегу. На берегу положите пострадавшего животом на согнутое колено (голова пострадавшего при этом должна свисать вниз), проведите туалет

носовой полости и носоглотки (удаляя салфеткой, куском материи глину, песок, водоросли, ил), а затем путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути.

После этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Необходимо знать, что паралич дыхательного центра наступает через 4-6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут. Поэтому мероприятия первой помощи должны выполняться быстро. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца следует продолжать до появления объективных признаков смерти (полное отсутствие реакции зрачка на свет, широкий зрачок, трупные пятна).

При восстановлении дыхания и сердечной деятельности дайте пострадавшему горячее питье, тепло укутайте и как можно быстрее доставьте в лечебное учреждение.

### Правила катания на лодке

**Важным условием безопасности на воде является строгое соблюдение правил катания на лодке:**

- нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке;

- перед посадкой в лодку, надо осмотреть ее и убедиться в наличии весел, руля, уключин, спасательного круга, спасательных жилетов по числу пассажиров, и черпака для отлива воды;

- посадку в лодку производить, осторожно ступая посреди настила;

- садиться на балки (скамейки) нужно равномерно;

- ни в коем случае нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, раскачивать лодку и нырять с нее;

- запрещается кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых, перегружать лодку сверх установленной нормы для этого типа лодки, пересекать курс моторных судов, близко находиться к ним и двигаться по судовому ходу.

Опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо "резать" носом лодки поперек или под углом. Если лодка опрокинется, в первую очередь нужно оказать помощь тому, кто в ней нуждается. Лучше держаться всем пассажирам за лодку и общими усилиями толкать ее к берегу или на мелководье.

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ

- когда купаешься, поблизости от тебя должны быть взрослые;
- нельзя играть в тех местах, откуда можно упасть в воду;
- не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо;
- не ныряй в незнакомых местах;
- не заплывай за буйки;
- нельзя выплывать на судовой ход и приближаться к судну;
- не устраивай в воде игр, связанных с захватами;
- нельзя плавать на надувных матрасах и камерах (если плохо плаваешь);
- не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотках;
- если ты решил покататься на лодке, выучи основные правила безопасного поведения в этом случае;
- необходимо уметь правильно управлять своими возможностями;
- когда купаешься, поблизости от тебя должны быть взрослые;
- нельзя играть в тех местах, откуда можно упасть в воду;
- не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо;
- не ныряй в незнакомых местах,- не заплывай за буйки;
- нельзя выплывать на судовой ход и приближаться к судну;
- не устраивай в воде игр, связанных с захватами;
- нельзя плавать на надувных матрасах и камерах (если плохо плаваешь);
- не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотках;
- если ты решил покататься на лодке, выучи основные правила безопасного поведения в этом случае;
- необходимо уметь правильно управлять своими возможностями.