**Судағы қауіпсіздік**

Сәлеметсіз бе! Бүгін «Судағы қауіпсіздік» тақырыбына әңгіме қозғағым келіп отыр.

Термометр бағаналары +30 белгісіне дейін көтерілді, бұл ересектер мен балалардың ең сүйікті уақыты көптен күткен жаз келді деген сөз. Әрине, енді өзенге, көлге және т. б. түсуге болады.

Ашық тоған әрқашан белгілі бір тәуекел мен қауіп-қатерден тұрады. Су тартымды көрінуі мүмкін, бірақ жүзуді жақсы білетін адам да қиыншылыққа тап болуы мүмкін.

Статистика бойынша Қазақстанда жыл сайын орта есеппен 100 бала суға батып кетеді. Өткен жылдың шомылу маусымының қорытындысы бойынша республикада түрлі себептермен 90 бала суға батып кетті. Мұның себебі судағы қарапайым қауіпсіздік ережелері сақталмайды. Суда тәртіптің қарапайым және сонымен бірге өте маңызды ережелері де бар, оларды қатаң сақтау керек:

\* Суға құлап кету қаупі бар жерлерде ойнауға болмайды;

\* Тек рұқсат етілген жерлерде, жабдықталған және қауіпсіз жағажайларда шомылыңыз.

\* Жалғыз шомылмаңыз.

\* Суға біртіндеп кіріңіз.

\* Ыстық суға кірмеңіз.

\* Ұзақ уақыт шомылмаңыз.

\* Жағалауға жақын болыңыз.

\* Тыйым салынған жерлерде шомылмаңыз.

\* Буйкадан аспаңыз.

\* Жартастардан немесе түбі белгісіз жерлерде суға секірмеңіз.

\* Қауіпті ойындарды суда ойнамаңыз.

\* Ауа төсеніштерінде алысқа жүзуге болмайды.

\* Арнайы қауіпсіздік құралдарын, үрленетін жеңдер немесе жилеттерді қолданыңыз.

\* Кемелерге жақындамаңыз, техникалық ескерту белгілеріне көтерілмеңіз;

\* Қайыққа және катерлерге артық жүк түсірмеңіз, қайық ернеуін толқынға тоспаңыз;

\* Көпшілік шомылатын жерлерде қайықпен, катермен және гидроциклмен жүзуге болмайды;

\* Шомылу маусымы алдында міндетті түрде дәрігерге барыңыз.

**Суда зардап шеккендерге көмек көрсетудің негізгі ережелері:**

Суға батушыларды құтқару үшін кез келген қолда бар құралдарды – құтқару шеңберлерін, жіптерді, тақтайларды, ескектерді пайдалану қажет. Бір сөзбен айтқанда, жүзуге көмектесетін немесе қауіпсіз бетке шығаруға болатын барлық нәрсені пайдалану керек.

Суға батып бара жатқан адамды бортқа тек құтқару құралының артқы бөлігінен көтеру қажет.

Егер оқыс жағдайға ұшырап, қайығыңыз аударылып қалса, ешқандай жағдайда көмек келгенге дейін төңкерілген қайықтан жүзіп кетпеңіз.

Батып бара жатқан адамды көргенде, оны ол түбіне дейін батып кетпей тұрғанда мейлінше тезірек құтқаруға тырысыңыз. Мұны ол суға батқан сәттен бастап 10 минут ішінде жасау керек.

Батып бара жатқан адамды құтқарғанда оған сізді ұстап алуға мүмкіндік бермеңіз, әйтпесе ол сізді суға өзімен бірге ала кетуі мүмкін. Қажет болса, өрескел күш қолдануға болады. Батушыны шығарарда оның басы үнемі судың үстінде болуын қадағалаңыз.

**Зардап шегушіні жағаға жеткізгеннен кейін оған алғашқы көмек көрсетіңіз**

• Егер адам есін білсе, онда оны қатты бетке қою керек. Бастың дене деңгейінен төмен болуы керек екенін ескеріңіз. Денесін сүртіп, көрпеге жақсылап ораңыз. Жылы шай беріңіз.

• Бірақ егер зардап шеккен адам ес-түссіз болса, онда мұрын мен ауызды кірден тазартыңыз. Тілдің жағдайын тексеріңіз! Бұл көбінесе тыныс алудың болмауына әкеледі.

• Оны тізесіне ішімен жатқызып, аздап сілкіңіз. Осылай істеу арқылы тыныс жолдарын судан арылтуға көмектесесіз.

• Егер бұл көп көмектеспесе, радикалды әдістерге өтіңіз – Сіз «ауыздан ауызға» әдісін қолдануыңыз керек. Ол үшін жәбірленушінің басын мүмкіндігінше артқа шалқайтыңыз. Бір қолыңызбен иектен ұстап, екінші қолыңызбен мұрнын қысыңыз. Барынша дем алып,жәбірленушінің аузына үрлеңіз.

• Тыныс алу арасындағы үзілісте жүректің 5 массаж қозғалысын жасаңыз. Бүкіл цикл 15-18 тыныс алудан тұруы керек, бұл жүрек массажымен ауысады.

**Міндетті түрде жедел жәрдем шақырыңыз! Жасанды тыныс алуға себеп болмас үшін, жоғарыда сипатталған судағы қарапайым қауіпсіздік ережелерін сақтаңыз және балаларыңызды осыған үйретіңіз**!

**Жақсы демалыс тілеймін!**

**Сау болыңыз!**

«Аршалы ауданы, Аршалы кенті,

№13 психологиялық-педагогикалық

түзету кабинеті» КММ

ЕДШ нұсқаушысы

Балташева Г.Ж.

